



Artículo de investigación

Estrés académico en estudiantes del Colegio de Bachilleres de Chiapas, plantel 13 **Academic stress in students from Colegio de Bachilleres de Chiapas, plantel 13** **Estresse acadêmico em estudantes Colégio de Bachilleres de Chiapas, plantel 13**

Luz Elena Morales Jiménez
Universidad Autónoma de
Chiapas, México

<https://orcid.org/0009-0005-0516-7971>
luz.morales81@unach.mx

Marisol de Jesús Mancilla
Gallardo

Universidad Autónoma de
Chiapas, México
<https://orcid.org/0000-0001-5344-9686>
marisol.gallardo@unach.mx

Resumen

La siguiente investigación tuvo como objetivo analizar el estrés académico de los estudiantes de cuarto semestre del Colegio de Bachilleres de Chiapas, plantel 13, el estudio fue descriptivo-interpretativo, utilizando como y como instrumento el Inventario SISCO SV-21 en su segunda versión de Barraza (2018) y como técnica una encuesta, obteniendo como resultado que los estudiantes presentan niveles de estrés moderado, también se encontró que los principales factores de estrés académico son la realización de exámenes y sobrecarga de tareas y trabajos escolares; por otra parte los síntomas que se presentan en mayor medida son somnolencia o mayor necesidad de dormir, rascarse, morderse las uñas, frotarse e inquietud; por último, la principal estrategia de afrontamiento es escuchar música o distraerse viendo televisión, llegando a la conclusión que son pocas las situaciones y los síntomas que presentan debido a la falta de estrategias de afrontamiento, por ello, es importante realizar una intervención pedagógica enfocada en la planificación de tareas, plantear nuevas formas de evaluación y la enseñanza del control de emociones para evitar trastornos que pueden afectar la salud mental de los estudiantes tales como depresión y ansiedad.

Palabras clave: Estrés, estudiantes, educación media superior, estresores, estrategia de afrontamiento.

Abstract

The following research aimed to analyze the academic stress of fourth semester students of the Colegio de Bachilleres de Chiapas, campus 13, the study was descriptive-interpretative, using as an instrument the SISCO SV-21 Inventory in its second version of Barraza (2018) and as a survey technique, obtaining as



Rita Virginia Ramos Castro

Universidad Autónoma de
Chiapas, México

<https://orcid.org/0000-0002-7896-3857>

rvramos@unach.mx

Verónica Concepción
Castellanos León

Universidad Autónoma de
Chiapas, México

<https://orcid.org/0000-0003-3670-5988>

veronica.castellanos@unach.mx

a result that students present moderate stress levels, it was also found that the main factors of academic stress are taking exams and overload of tasks and schoolwork; on the other hand, the symptoms that occur most frequently are drowsiness or greater need to sleep, scratching, nail biting, rubbing, and restlessness; Finally, the main coping strategy is listening to music or watching television, leading to the conclusion that there are few situations and symptoms that occur due to a lack of coping strategies. Therefore, it is important to carry out a pedagogical intervention focused on task planning, proposing new forms of evaluation and teaching emotional control to avoid disorders that can affect the mental health of students such as depression and anxiety.

Keywords: Stress, students, higher secondary education, stressors, coping strategy.

Resumo

A seguinte pesquisa teve como objetivo analisar o estresse acadêmico dos alunos do quarto semestre do Colégio de Bachilleres de Chiapas, campus 13, o estudo foi descritivo-interpretativo, utilizando como instrumento o Inventário SISCO SV-21 em sua segunda versão de Barraza (2018) e como técnica de pesquisa, obtendo como resultado que os alunos apresentam níveis moderados de estresse, também foi encontrado que os principais fatores de estresse acadêmico são a realização de provas e a sobrecarga de tarefas e trabalhos escolares; por outro lado, os sintomas que ocorrem com mais frequência são sonolência ou maior necessidade de dormir, coçar, roer unhas, esfregar e inquietação; finalmente, a principal estratégia de enfrentamento é ouvir música ou assistir televisão, levando à conclusão de que são poucas as situações e sintomas que ocorrem devido à falta de estratégias de enfrentamento. Portanto, é importante realizar uma intervenção pedagógica focada no planejamento de tarefas, propondo novas formas de avaliação e ensinando o controle emocional para evitar transtornos que podem afetar a saúde mental dos alunos, como depressão e ansiedade.

Palavras chave: Estresse, estudantes, ensino médio superior, estressores, estratégia de enfrentamento.



Introducción

Las personas a lo largo de su vida enfrentan diferentes problemáticas; tales como: de tipo personal, familiar, económico, profesional o académico, razones por las cuales comienzan a presentar estrés, esto debido a la angustia por no poder enfrentar de manera correcta la situación, en la mayor parte de los casos este tipo de retos comienzan a manifestarse en la escuela, a este tipo de estrés se le conoce como estrés académico el cual se le denomina como "el proceso resultante de la interacción y de la fricción entre las demandas percibidas desde el contexto académico y las características cognitivas, socioafectivas y físicas de las personas que aprenden" (Vega et al., 2022, p.166), dicho lo anterior las obligaciones y exigencias por parte de la escuela como son los trabajos escolares y finales, actividades extracurriculares y exámenes, es lo que causa el estrés.

El estrés académico puede presentarse en cualquier nivel educativo; no obstante, son con los estudiantes de bachillerato o universidad quienes tienden a presentar este tipo de problemas, Dávila et al. (2022) describe que cuando los estudiantes universitarios tienen estrés por un prolongado tiempo pueden presentar consecuencias los cuales se dividen en tres etapas:

primero, el estudiante se somete a las exigencias que a su juicio son estresores. En la segunda etapa los estresores ocasionan una situación de ansiedad que se revela por medio de diversos síntomas que pueden ser físicos (fatiga,

insomnio, dolor de cabeza), psicológicos (depresión, angustia, inquietud) y de comportamiento (desgano, aislamiento). Por último, la tercera etapa enfocada en el desorden sistémico que ocasiona que el estudiante aplique tácticas de afrontamiento para conseguir el orden sistémico (p.777).

Como afirma la cita anterior el estrés puede traer consecuencias físicas y psicológicas al no tratar la situación de estrés por ende es necesario que cuente con estrategias de afrontamiento, entre más exigencias tengan mayores serán las estrategias para poder enfrentarlo, como resultado los estudiantes comienzan a tener agotamiento y menor rendimiento escolar, otro rasgo de esto son las emociones quienes cumplen un rol en las actividades y tareas escolares, pongamos por caso que si el estudiante se encuentra triste entonces realizará sus actividades de manera desinteresada; por lo que "Las emociones relacionadas con el estrés y que pueden ser observadas fácilmente por profesores o quienes rodean a los estudiantes, son las reacciones displacenteras que están estrechamente relacionadas con las quejas somáticas que los alumnos son capaces de verbalizar" (Maturana y Vargas, 2015, p.36).

Las investigaciones sobre el estrés académico han sido relacionadas en temas como COVID-19, educación virtual, procrastinación, o rendimiento académico, dependiendo del contexto y su importancia como lo hacen notar Yung y Kang (2022) al afirmar que:



Se sabe poco sobre cómo el estrés académico impacta la participación en la escuela en las sociedades de Asia Oriental, donde el contexto escolar es bastante diferente al de las sociedades occidentales en términos de currículo escolar, relación profesor-alumno y tamaño de las clases (p.2).

En México se han realizado investigaciones sobre el estrés académico como el caso de Guevara et al. (2024) cuya investigación fue sobre salud mental asociada al confinamiento del Covid-19 en estudiantes de la licenciatura de fisioterapia de la Universidad Nacional Autónoma de México donde encontraron que la ansiedad y depresión tiene una relación significativa con el estrés académico y la carga de trabajo, también existen otras investigaciones en América Latina baste como muestra la investigación de Leonangeli et al. (2024) quienes en su investigación realizada en la Universidad Nacional de Córdoba en Argentina encontraron que el consumo de alcohol aumentaron por la ansiedad, depresión y estrés durante el aislamiento social, preventivo y obligatorio.

Como se puede observar son pocas las investigaciones del estrés académico desde la educación media superior o bachillerato tomando en cuenta que en esta etapa es importante porque los estudiantes se preparan para ingresar a la universidad, López et al. (2023) enfatizan sobre la adaptación en los estudiantes de bachillerato al mencionar que "La adaptabilidad es un componente básico y esencial en los procesos de transición e integración social y académica en las etapas

universitarias, que ayuda a reducir los problemas de fracaso y abandono académico" (p.12), dicho lo anterior el estrés académico aparece en esta etapa dado que se preparan para presentar su examen de admisión por consiguiente los docentes deben de darle a sus estudiantes los temas que le ayuden a formarse académicamente para ingresar a la universidad, la orientación escolar es fundamental considerando que ayuda al estudiante a una buena toma de decisiones sobre la carrera de su elección.

Los estudiantes de bachillerato son adolescentes quienes se encuentran en constantes cambios físicos, psicológicos, este último podemos hacer mención de los trastornos mentales como lo hace notar Hervías et al. (2022) al decir que "Los trastornos de ansiedad y la depresión son las perturbaciones mentales más prevalentes en la infancia y la adolescencia, y suponen un reto para el sistema sanitario." (párr.21), en esta etapa las relaciones sociales en los adolescentes son importantes en vista de que "Los comportamientos de los adolescentes son singulares en la medida como se generan nuevos grupos de amistades, acceso a personas conocidas y desconocidas, así como las maneras de rompimiento de las relaciones son distintas" (Álvarez et al., 2022, p.278).

Si bien los adolescentes pasan por cambios que pueden afectar su estado emocional sumando que se enfrentan el estrés académico por las exigencias de los docentes tales como cumplir con el horario de clase, tareas, y exámenes, de los compañeros de clases por los trabajos finales



o exposiciones por equipo, y de los padres de familia como el de exigir a sus hijos buenas calificaciones y el de elegir una buena carrera universitaria.

Empleando las palabras de Gao (2023) "El estrés académico tiene un impacto directo en los aspectos cognitivos, emocionales y conductuales del agotamiento académico, lo que puede aumentar el nivel de agotamiento académico en los adolescentes" (p.7). A partir de los antecedentes sobre el estudio del estrés académico y su impacto en los adolescentes de educación media superior se planteó como

objetivo para esta investigación analizar el nivel de estrés académico de los estudiantes de cuarto semestre del Colegio de Bachilleres de Chiapas, plantel 13, para dar respuesta al objetivo se ideó tres categorías principales, el primero los factores de estrés académico que se presentan con mayor frecuencia en los estudiantes; segundo, el síntoma de estrés académico que se presenta de mayor en menor medida en los estudiantes y tercero principales estrategias de afrontamiento de estrés académico que utilizan ante las situaciones de estrés.

Metodología y métodos

Para la realización de este estudio se hizo desde el enfoque cuantitativo, el método de la investigación fue por estudio de caso para analizar los resultados a través de los antecedentes de otros autores y su punto de vista, se debe agregar que la técnica utilizada fue la encuesta en vista de que se pretende medir el nivel de estrés y conocer los estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento por ello también se utilizó como instrumento el Inventario SISCO SV-21 en su segunda versión de Barraza (2018) el cual tiene una confiabilidad de alfa de Cronbach de .937, conviene subrayar que la escala de respuestas de este inventario consta de seis valores los cuales son: nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre, nos obstante para esta investigación se realizó una pequeña variación eliminando: *rara*

vez, para evitar la confusión en los estudiantes quedando en cinco valores.

En relación con el contexto de la investigación fue en el Colegio de Bachilleres de Chiapas (COBACH), plantel 13, una institución de educación media superior ubicado en Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, México, por otro lado, su periodo de duración fue de 2 meses, y la población en la que fue aplicada la investigación fue a estudiantes de cuarto semestre dando un total de 456 estudiantes por ello para la selección de la muestra se acudió a la muestra no probabilística por conveniencia teniendo como criterio tomar un grupo de cada una de las capacitaciones para el trabajo las cuales son: higiene y salud, docencia y administración siendo estos los grupos 4ºA, E,G,I del periodo 2023-A, esto a fin para conocer y analizar el estrés académico de cada uno de los grupos,

dando un total de 141 estudiantes siendo así que 0.7% (1) tiene 15 años, 69.5% (98) 16 años y 29.8% (42) 17 años, de los cuales es conformado 64.5% (91) mujeres, 34% (48) hombres, y 1.4% (2) optaron por no responder, así pues 40.4% (57) pertenecen a la capacitación de docencia,

31.9% (45) administración y 27.7% (39) higiene y salud.

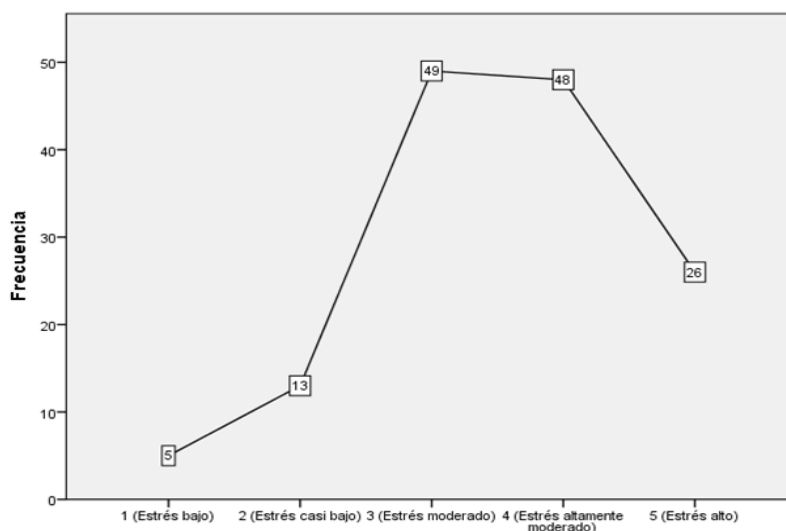
Para la recolección de datos se empleó Google Formulario y para su análisis se acudió al SPSS Statistics versión 21.

Resultados y discusión

Como primer punto se midió el nivel de estrés académico el cual a través del Inventario SISCO SV-21 se obtuvo como resultado que del 100% de los estudiantes (141) 34.8% (49) presentaron estrés moderado, por una mínima diferencia

continúa el estrés altamente moderado con 34% (48), seguido de estrés alto 18.4% (26), estrés casi bajo 9.2% (13), y estrés bajo con tan solo 3.5% (5). (véase figura 1).

Figura 1. Nivel de estrés académico de los estudiantes de cuarto semestre



Fuente.

proporcionada por estudiantes del COBACH 13

Información

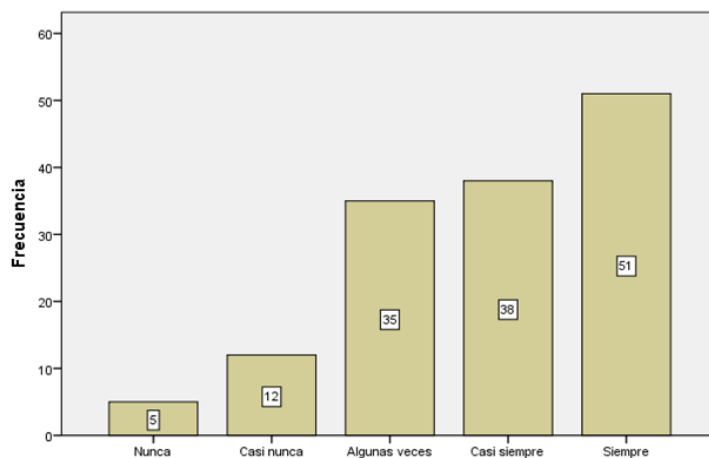
Categoría 1. Principales factores de estrés académico que se presentan con mayor frecuencia en los estudiantes

El principal factor de estrés es la sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tiene que realizar todos los días, obteniendo que 36.6% (51)

estudiantes dijeron que siempre les causa estrés continuando con casi siempre con 27% (38),

algunas veces 24.8% (35), casi nunca 8.5% (12) y nunca 3.5% (5). (véase figura 2).

Figura 2. La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días

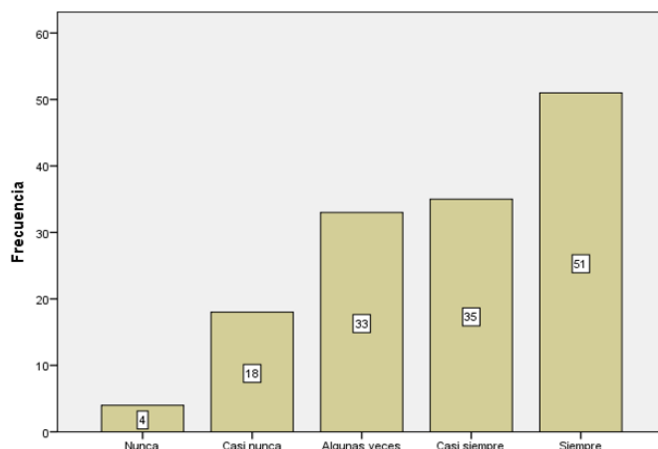


Fuente. Información proporcionada por estudiantes del COBACH 13

El segundo factor de estrés que se presenta con mayor frecuencia es la realización de un examen donde 36.2% (51) señalaron que siempre, además de que 24.8% (35) dijo casi siempre,

seguido de 23.4% (33) con algunas veces, 12.8% (18) casi nunca, y 2.8% (4) con nunca. (véase figura 3).

Figura 3. La realización de un examen



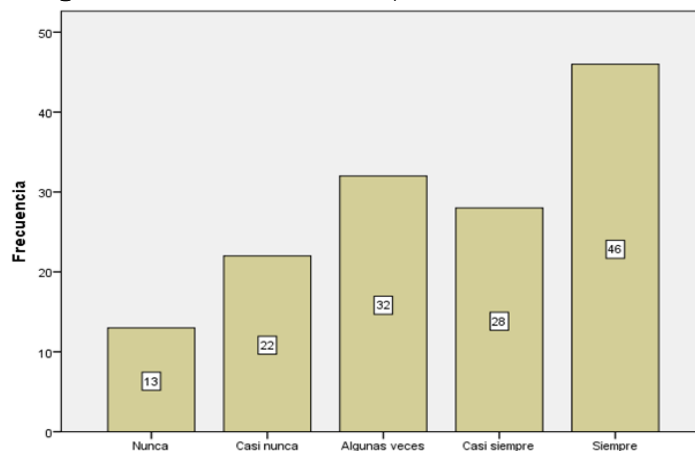
Fuente. Información proporcionada por estudiantes del COBACH 13.

Categoría 2. Síntomas de estrés académico que se presentan de mayor en menor medida en los estudiantes

Prosiguiendo en el análisis en esta categoría se encontró que el síntoma que se presenta en mayor medida es la somnolencia o mayor

necesidad de dormir, representando el 32.6% (46), en cambio 22.7% (32) dijo algunas veces, 19.9% (28) casi siempre, 15.6% (22) casi nunca, y 9.2% (13) nunca. (véase figura 4)

Figura 4. Somnolencia o mayor necesidad de dormir

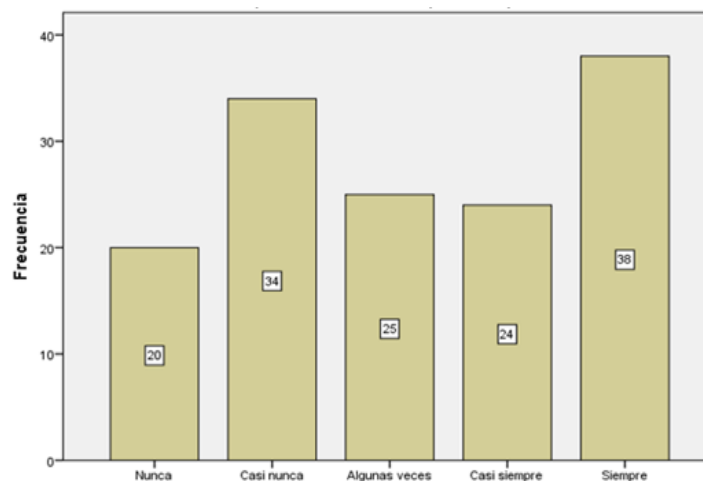


Fuente. Información proporcionada por estudiantes del COBACH 13.

El síntoma que se presenta en menor medida en los estudiantes el síntoma es el de rascarse, morderse las uñas, frotarse, dando como resultado que 27% (38) siempre lo manifiesta,

también el 24.1% (34) expreso casi nunca, 17.7% (25) algunas veces, 17% (24) casi siempre, y 14.2% (20) nunca. (véase figura 5)

Figura 5. Rascar, morderse las uñas, frotarse, etc.

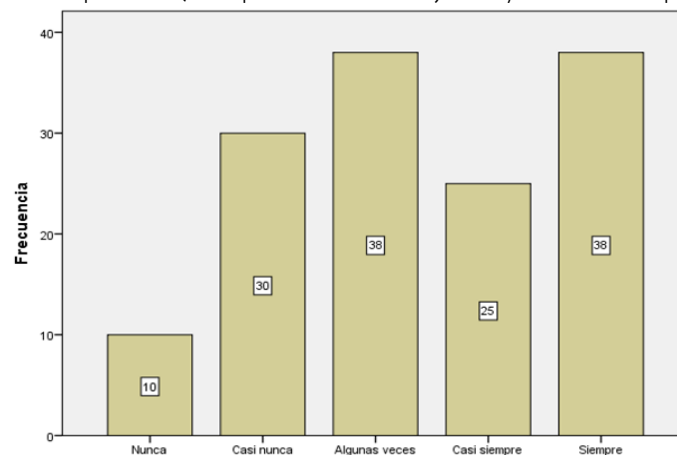


Fuente. Información proporcionada por estudiantes del COBACH 13

Otro síntoma que se presenta en menor medida es la inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo) representando el 27% (38) no obstante se encontró el mismo resultado en la

respuesta algunas veces, por otra parte 21.3% (30) respondieron casi nunca, 17.7% (25) casi siempre y 7.1% (10) nunca. (véase figura 6).

Figura 6. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)



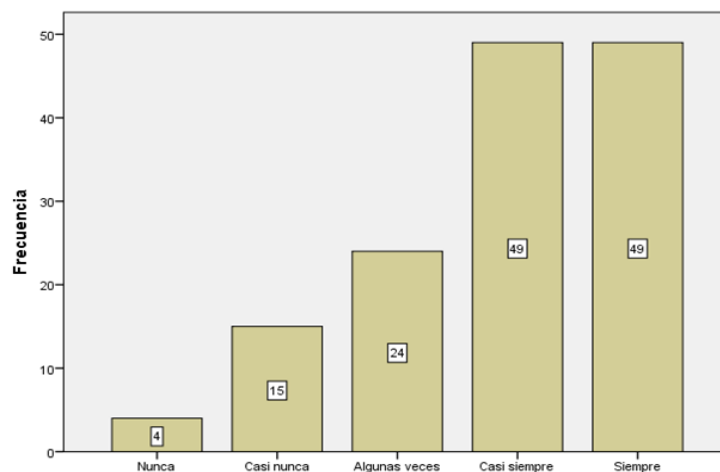
Fuente. Información proporcionada por estudiantes del COBACH 13.

Categoría 3. Principales estrategias de afrontamiento de estrés académico que utilizan ante las situaciones de estrés.

Los estudiantes determinaron que la principal estrategia de afrontamiento utilizada, es escuchar música o se distraen viendo televisión,

siendo el 34.8% (49), también se halló el mismo resultado en la respuesta casi siempre, por otro lado 17% (24) respondió algunas veces, 10.6% (15) casi nunca, 2.8% (4) a nunca. (véase figura 7).

Figura 7. Escuchar música o distraerme viendo televisión



Fuente. Información proporcionada por estudiantes del COBACH 13.

El estrés académico en los estudiantes de cuarto semestres determina que presentan estrés moderado por las situaciones que lo detonan como son las tareas escolares, Gil et al. (2023) deduce que "inciden no solo en la cantidad de deberes percibidos por las familias, sino también en el desgaste emocional que conllevan, los beneficios que generan y las competencias necesarias para desarrollarlos" (p.293), por todo eso el estudiante comienza a

presentar los primeros síntomas tales como la somnolencia ya que tienen que desvelarse para completar con las tareas de cada materia, este resultado se puede comparar con la investigación de Martín et al. (2024) donde descubrió que los estudiantes universitarios de la carrera de Enfermería, Podología y Fisioterapia presentaron estrés, insomnio y problemas en su salud mental derivado a sus hábitos alimenticios y el consumo de alcohol, por lo tanto el sueño en



los adolescentes es necesario para evitar problemas físicos y mentales, además de que "La somnolencia es el problema más referido por todas las personas adolescentes que deriva de una baja calidad del sueño, bien por dificultades en su inicio, o por las interrupciones nocturnas y por su duración en general" (García y Losada, 2022, p.16) por lo que es importante que los estudiantes planifiquen sus tareas para evitar el desvelo.

Como se pudo observar los estudiantes tienden a rascarse, morderse las uñas o frotarse considero que está relacionado con la inquietud porque viven en constante angustia, Marchal et al. (2024) encontró en su investigación que los adolescentes presentaron ansiedad, irritabilidad, tristeza, apatía o preocupación durante el confinamiento del COVID-19, habría que decir también que se encuentran así porque están en presión por obtener buenas calificaciones para evitar reprobación o en el mayor de los casos recurrir a la materia misma que lo obtienen a partir de los exámenes que eso nos lleva a segundo factor que detonan el estrés académico, empleando palabras de Pineda y Fraile (2020) "El examen es la principal herramienta de calificación" (290) este modo de evaluación permite al docente conocer los aprendizajes adquiridos de sus estudiantes, pero el examen escrito es la más empleado pero que más ansiedad causa en sus estudiantes ya que tienen que estudiar días previos, aunque otros optan por recurrir a copiar o utilizar acordeones por lo que su confiabilidad ya no es veraz.

Sumando que también tienen que prepararse para el examen del ingreso a la universidad, por lo que tienen que acudir a una estrategia de afrontamiento recordando que "Se trata de un proceso esencial para que la persona pueda controlar el estrés, regulando las emociones suscitadas y evitando la aparición de un estado de desequilibrio psicofisiológico" (González et al., 2018, p.422) la principal estrategia utilizada en los estudiantes del COBACH 13 es escuchar música, en estudios previos González et al. (2020) han demostrado que la música ayuda a calmar la ansiedad más aún "Para los jóvenes, la música no solo es un objeto de consumo estético; también cumple una función social, a la que atribuyen diversos valores que influyen en su identidad y sus relaciones sociales" (Cremades et al., 2024, p.23) no obstante, no es suficiente para el control del estrés es necesario que el estudiante plante estrategias para enfrentar el estrés como es la planificación de sus tareas, asesoría o estudiar junto a sus compañeros de igual modo los docentes deben de implementar nuevas formas de evaluar tales como carpeta de evidencias, trabajos finales, listas de cotejo, cuaderno de tareas, etcétera. La evaluación educativa es importante ya que "A través de la evaluación del aprendizaje se logra conocer el nivel de conocimientos, habilidades y valores alcanzados por los educandos" (Ley y Espinoza, 2021, p.364).

En resumen, el estrés académico es una reacción ante las exigencias por cumplir con las tareas y exámenes por lo que afecta la parte emocional por tanto "Reconocer las emociones



en el ámbito académico constituye una vía para estimular y potenciar procesos creadores para la promoción de aprendizajes significativos" (Salvat et al., 2023, p.15). A partir de esta investigación se recomienda hacer estudios relacionados a la relación maestro-alumno ya que se ha demostrado que en este tipo de

relación "con carencia de empatía, de respeto, con fracaso en la comunicación asertiva, son atenuantes del clima académico durante el aprendizaje" (Sinchi et al., 2024, p.565) dicho en otras palabras es un factor del estrés académico.

Conclusiones

El análisis del nivel de estrés académico en los estudiantes del Colegio de Bachilleres de Chiapas, plantel 13 a través del inventario SISCO-SV 21 se determinó que, si se alcanzó al objetivo general, mediante las categorías, dando como resultado que los principales factores de estrés son: la sobrecarga de tareas y trabajos escolares y la realización de exámenes, por ello, presentan como síntomas somnolencia o mayor necesidad de dormir, y tienden a rascarse, morderse las uñas o frotarse, por otro lado muestran síntomas psicológicos como la inquietud y para enfrentar el estrés utilizan como estrategia escuchar música o se distraen viendo televisión.

El analizar el nivel de estrés académico determina que es moderado debido a que son pocas las situaciones que lo detonan y los síntomas que presentan, antes bien se pudo observar que cuentan con pocas estrategias de afrontamiento por lo que es importante trabajar con estrategias que ayuden a disminuir el estrés académico en el estudiantado que se encuentra en una etapa tan importante como es la adolescencia y en México tienen la tarea fundamental de elegir su formación universitaria. Las autoras de este estudio consideran que es importante estudiar el estrés académico y sus diferentes aspectos en otros entornos educativos además de este.

Referencias bibliográficas

Álvarez-Castillo, E., Tarango, J., & González-Quíñonez, F. (2022). Blended Learning y factores sociodemográficos en el aprendizaje del idioma inglés en educación media superior. *RIED-Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 25(2), 277-303. <https://doi.org/10.5944/ried.25.2.32299>

Barraza-Macías, A. (2018). INVENTARIO SISCO SV-21. Inventario SiStémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems. ECORFAN. https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf



- Cremades-Andreu, R., Lage-Gómez, C., Campollo-Urkiza, A., & Hargreaves, D. J. (2024). La música que escuchan las nuevas generaciones: preferencias y estereotipos. *Revista Española de Pedagogía*, 82 (287), 23-36. <https://doi.org/10.22550/2174-0909.3925>
- Dávila-Moran, R., Zuta-Arriola, N., Espinoza-Camus, F., & Chávez-Díaz, M. (2022). Educación remota y estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de pandemia del covid-19. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(3), 775-783. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/2926>
- Gao, X. (2023). Estrés académico y agotamiento académico en adolescentes: un modelo de mediación moderada. *Psychol*, 14, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1133706>
- García-Real, T. & Losada-Puente, L. (2022). Relación entre sueño, dispositivos tecnológicos y rendimiento académico en adolescentes de Galicia (España). *Revista Electrónica Educare*, 26(2), 1-19. <https://doi.org/10.15359/ree.26-2.22>
- Gil-Noguera, J., Hernández-Prados, M., & Álvarez-Muñoz, J. (2023). Tareas escolares en tiempos de confinamiento Covid-19. Percepción familiar en función de las variables escolares. *Revista de Investigación Educativa*, 41(1), 281-298. <https://doi.org/10.6018/rie.520951>
- Guevara-Plana, J., Hernández-Roque, A., & Alaniz-Arcos, J. (2024). Salud mental asociada a la pandemia de COVID-19 en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Nacional Autónoma de México. *Fisioterapia*, 24(2), 83-89. <https://doi.org/10.1016/j.ft.2023.11.002>
- González Cabanach, R., Souto-Gestal, A., González-Doniz, L. & Franco Taboada, V. (2018). Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 421-433. <http://dx.doi.org/10.6018/rie.36.2.290901>
- González-Corona, F., Estaún-Ferrer, S., & Cladellas-Pros, R. (2020). Música como reductor de ansiedad: Un estudio piloto. *Ansiedad y Estrés*, 26 (1), 46-51. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.02.001>
- Hervías-Higueras, P., Gonzalvo-Navarro, M., Moreno-Fernández, A., Sánchez-Mascaraque, P. & Correas-Laufer, J. (2022). Salud mental en la adolescencia (I). Ansiedad y depresión. *Medicine - Programa de Formación Médica Continuada Acreditado*, 13(61), 3581-3589. <https://doi.org/10.1016/j.med.2022.08.001>
- Leonangeli, S., Michelini, Y., & Rivarola-Montejano, G. (2024). Depresión, Ansiedad y Estrés en Estudiantes Universitarios Antes y Durante Los Primeros Tres Meses de Cuarentena por COVID-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 53(3), 284-294. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2022.04.008>
- Ley-Leyva, N. & Espinoza-Freire, E. (2021). Características de la evaluación educativa en el proceso de aprendizaje. *Revista Universidad y Sociedad*, 13(6), 363-370. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/2400>
- López-Aguilar, D., Álvarez-Pérez, P., & González-Benítez, N. (2023). Modelo sobre adaptabilidad de estudiantes en tránsito en la universidad. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 25, e10, 1-17. <https://doi.org/10.24320/redie.2023.25.e10.4398>



- Marchal-Torralbo, A., Rodoreda-Noguerola, S., Pérez-Martín, V., Bielsa-Pascual, J., Lizana-Alcazo, M. Manresa-Domínguez, M. & Vedia-Urgell, C. (2024). Bienestar emocional, percepciones y actitudes frente a la COVID-19 en adolescentes. *Medicina de Familia. SEMERGEN*, 50(3). <https://doi.org/10.1016/j.semerg.2023.102158>
- Martín-Lama, M.J., Romero-De la Osa, R.M., & Praena-Fernández, J.M. (2024). Estilos de vida y su asociación con el estrés y el sueño durante el confinamiento por COVID-19 en los estudiantes. *Enfermería Clínica*, <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2024.06.013>
- Maturana-Hurtado, A. & Vargas. A. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 34-41. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-el-estres-escolar-S0716864015000073>
- Pineda-Alfonso, J. & Fraile-Delgado, F. (2020). El modelo didáctico como articulador del sistema-aula: un estudio de caso en educación secundaria. *Estudios Pedagógicos*, 46(1), 285-300. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052020000100285>
- Salvat-Martinrey, G., García-Marín, D., & Mancilla-Muñoz, M. (2023). Factores emocionales y aprendizaje en el entorno de la pandemia. Claves para futuras crisis. *Estudios Pedagógicos*, 2, 13-33, <https://doi.org/10.4067/S0718-07052023000200013>
- Sinchi-Mazón, V., Salazar-Guashpa, L., & Morocho-Mazón, M. (2024). El estrés académico en estudiantes en Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Guayaquil. *Revista Cubana de Educación Superior*, 43(3), 562-572. <https://revistas.uh.cu/rces/article/view/10406>
- Vega-Martínez. A., Martínez-Fernández. J., & Coiduras-Rodríguez. J. (2022). Patrones de aprendizaje, estrés académico y rendimiento en universitarios de primer curso: un estudio exploratorio. *Educar*, 59(1), 163-178. <https://doi.org/10.5565/rev/educar.1527>
- Yung-Chuy, E., & Kang-Chen, J. (2022). Asociaciones entre el estrés académico, el malestar mental, la auto-divulgación académica a los padres y el compromiso escolar en Hong Kong. *Psychiatry*, 13, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.911530>

Contribución autoral

Luz Elena Morales Jiménez. Conceptualización, análisis formal, investigación,

Marisol de Jesús Mancilla Gallardo. Supervisión, redacción, revisión y edición

Rita virginia Ramos Castro. Visualización, redacción, revisión y edición

Verónica Concepción Castellanos León. Visualización, redacción, revisión y edición

Morales-Jiménez, L E., Mancilla-Gallardo, M de J., Ramos-Castro, R. V. & Castellanos-León, C. C. (2025). Estrés académico en estudiantes del Colegio de Bachilleres de Chiapas, plantel 13. *Atenas*, nro. 63, e10979, 1-15.



Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de interés en relación con la publicación de este artículo científico.