



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA**

TEMA:

**"Nivel de Estrés Percibido en estudiantes de la Carrera de
Enfermería utilizando el Test PSS-14"**

AUTORAS:

**Pilay Molina Daniela Naily
Velesaca Pacha Evelin Valeria**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de
Licenciadas en Enfermería**

TUTORA:

Lcda. Riofrio Cruz Mariana Estela, Esp.

Guayaquil, Ecuador

01 de septiembre del 2026



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE ENFERMERÍA

CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo de titulación fue realizado en su totalidad por **Pilay Molina Daniela Naily, Velesaca Pacha Evelin Valeria** como requerimiento para la obtención del título de **LICENCIATURA EN ENFERMERÍA**.

TUTORA

f. 

Lcda. Riofrio Cruz Mariana Estela, Esp.

DIRECTOR DE LA CARRERA

f. 

Lic. Mendoza Vincés Ángela Ovilda, Mgs.

Guayaquil, a los 01 días del septiembre del año 2026



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA
DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD**

Yo, Pilay Molina Daniela Naily

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación, **Nivel de Estrés Percibido en estudiantes de la Carrera de Enfermería utilizando el Test PSS-14**, previo a la obtención del título de **LICENCIADA EN ENFERMERÍA**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, a los 1 del mes de septiembre del año 2026

AUTORA

f. 

Pilay Molina Daniela Naily



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

CARRERA DE ENFERMERÍA

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, Velesaca Pacha Evelin Valeria

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación, **Nivel de Estrés Percibido en estudiantes de la Carrera de Enfermería utilizando el Test PSS-14**, previo a la obtención del título de **LICENCIADA EN ENFERMERÍA**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, a los 1 del mes de septiembre del año 2026

AUTORA

f. _____

Velesaca Pacha Evelin Valeria



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

AUTORIZACIÓN

Yo, **Pilay Molina Daniela Naily**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación, **Nivel de Estrés Percibido en estudiantes de la Carrera de Enfermería utilizando el Test PSS-14**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 1 del mes de septiembre del año 2026

AUTORA

f. 

Pilay Molina Daniela Naily



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE ENFERMERÍA

AUTORIZACIÓN

Yo, **Velesaca Pacha Evelin Valeria**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación, **Nivel de Estrés Percibido en estudiantes de la Carrera de Enfermería utilizando el Test PSS-14**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 1 del mes de septiembre del año 2026

AUTORA

f.

Velesaca Pacha Evelin Valeria

REPORTE DE COMPILATIO



Certificado de análisis

Compilatio Magister+ | UCSG-EC- Universidad Católica de Santiago de Guayaquil

Nivel de Estrés Percibido en estudiantes de la Carrera de Enfermería utilizando el Test PSS-14

ID : 6bb4a48bc9f6e3d55c12bae7080425b9e20d8305

0%

Textos sospechosos

Nombre del fichero : Nivel de Estrés Percibido en estudiantes de la Carrera de Enfermería utilizando el Test PSS-14.txt

Tamaño del archivo original : 1,83 MB

Número de palabras : 13.182

Depositante : Mariana Estela Riofrio Cruz

Autor : Daniela Naily Pílay Molina, Evelin Valeria Velesaca Pacha

Fecha de depósito : 8 de septiembre de 2026

Tipo de carga : interface

fecha de fin de análisis : 8 de septiembre de 2026

Resumen (sección 1/2)

Localización de los textos sospechosos en el documento :



Incluido en el porcentaje de textos sospechosos :



Similitudes

Pasajes con similitudes a fuentes encontradas en diferentes colecciones.



Detección de IA

Textos estilísticamente próximos a un texto generado por una IA.

Este índice es un indicador y no una prueba. Comprueba con el autor si domina los conocimientos mencionados en el documento.



Idiomas no reconocidos

Pasajes en los que parte del vocabulario utilizado no forma parte del diccionario de la lengua.

Puede tratarse de un intento del autor de modificar el texto para evitar ser detectado.



%

No incluido en el porcentaje de textos sospechosos :



Textos entre comillas

Pasajes entre comillas, a menudo indicativos de una cita.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, a Dios por haberme dado la fortaleza, la sabiduría y la perseverancia necesaria para llegar hasta este momento tan importante de mi vida académica. A mis padres, por ser mi mayor apoyo y mi motivación durante todo este camino. Por cada sacrificio, por sus consejos, por creer en mí incluso en los momentos en los que yo misma dudaba, y por acompañarme con amor y paciencia en cada etapa de mi formación. Este logro también es de ustedes, porque detrás de cada esfuerzo y cada meta alcanzada estuvo siempre su apoyo incondicional.

A la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, por brindarme la oportunidad de formarme profesionalmente, por los conocimientos adquiridos y por permitirme crecer tanto en el ámbito académico como personal.

Especialmente a mi compañera de tesis, por haber compartido conmigo una de las últimas y más importantes etapas de nuestra carrera. Gracias por cada momento compartido, por la paciencia, el esfuerzo, la responsabilidad y el compromiso que pusimos en este trabajo. No siempre fue fácil; hubo momentos de cansancio, estrés, dudas y preocupación, pero también hubo risas, conversaciones, apoyo y satisfacción al ver que poco a poco lográbamos avanzar.

Finalmente, a todas las personas que de una u otra manera estuvieron presentes durante este proceso, brindándome palabras de ánimo, apoyo y confianza. Cada experiencia, aprendizaje y dificultad superada ha sido parte fundamental para llegar hasta aquí.

Pilay Molina Daniela Naily

DEDICATORIA

En primer lugar, a Dios, por darme la fortaleza, sabiduría y perseverancia necesarias para llegar hasta este momento tan importante de mi vida. A mis padres, quienes han sido mi mayor apoyo durante todo este camino, gracias por estar siempre a mi lado, por cada palabra de aliento, por sus consejos, sus sacrificios y por creer en mí incluso en los momentos en los que yo misma dudé de mis capacidades. Este logro también es de ustedes, porque detrás de cada esfuerzo, cada desvelo y cada meta alcanzada, estuvo siempre su amor y apoyo incondicional. Gracias por enseñarme que con dedicación, esfuerzo y perseverancia es posible alcanzar los sueños. Todo lo que he logrado hasta hoy lleva una parte de ustedes, y por eso esta meta que hoy culmino se las dedico con todo mi amor y gratitud. A mis hermanos, por su cariño, compañía y por formar parte de cada etapa de mi vida. Su presencia ha sido un motivo más para continuar y alcanzar mis objetivos.

Finalmente, dedico este logro a mi familia, por acompañarme durante este proceso y por ser parte esencial de mi crecimiento personal y profesional.

PILAY MOLINA DANIELA NAILY

AGRADECIMIENTO

Primeramente, quiero agradecer a Dios, por haberme dado la fortaleza, la paciencia y la oportunidad de llegar hasta este momento. En los días buenos y también en aquellos en los que sentí que ya no podía más. A mi familia, por su amor, apoyo y por creer en mí incluso cuando yo misma dudaba de poder lograrlo. De manera especial, agradezco a mi mamá, a mis abuelos y a mi tía, quienes estuvieron presentes durante este camino. A mi compañera de tesis y mejor amiga, Daniela Naily Pilay Molina, realizar este trabajo no hubiera sido lo mismo sin ti. Gracias por las desveladas, las crisis existenciales que resolvimos juntas y por no dejarme tirar la toalla cuando el camino se puso difícil. Más allá de las horas de investigación y el esfuerzo compartido, me llevo el mejor recuerdo de esta etapa porque la viví a tu lado. Gracias por tu paciencia, tu apoyo incondicional. A la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, gracias por haber sido parte de mi formación y por brindarme la oportunidad de crecer tanto en lo profesional como en lo personal.

VELESACA PACHA EVELIN VALERIA

DEDICATORIA

Primeramente, dedico este trabajo a Dios, por darme la sabiduría, la fortaleza, la paciencia y las fuerzas necesarias para seguir adelante y no rendirme. A mi mamá, María del Carmen Pacha, por confiar en mí, por motivarme siempre a seguir adelante y por creer que podía lograrlo, incluso en los momentos en los que yo misma dudé. Gracias por estar, por tu apoyo y por acompañarme durante este camino. Este logro también es tuyo. Te amo muchísimo. A mi hija Gianna Amelia Gutiérrez Velesaca, mi motor y una de las razones más grandes por las que nunca quise tirar la toalla. Tú fuiste mi fuerza en los días difíciles, mi motivación para continuar y mi inspiración para terminar esta carrera. Todo este esfuerzo también es por ti, con la esperanza de que algún día puedas ver en mí un ejemplo de que, aunque el camino sea difícil, nunca debemos dejar de luchar por nuestros sueños. Te amo con todo mi corazón. A mi abuelo Segundo Pacha Quinatoa, que hoy ya no está físicamente conmigo, pero que permanece siempre en mi corazón. Me hubiera encantado que estuvieras presente para compartir este momento, pero sé que, desde donde estés, puedes ver todo lo que he logrado. Gracias por todo lo que hiciste por mí, por tu cariño y por haber sido parte de mi vida. Este logro también lleva un pedacito de ti. A mi tía Magaly Pacha, por haberme brindado aquella primera oportunidad que cambió mi camino. Gracias por impulsarme, por confiar en mí y por ser un ejemplo de perseverancia, fortaleza y esfuerzo. Sin aquella oportunidad que me diste, quizá hoy no estaría a punto de culminar esta carrera. Siempre llevaré conmigo ese gesto y estaré profundamente agradecida.

Finalmente, dedico este logro a toda mi familia, por su apoyo, sus palabras de aliento y por acompañarme de una u otra manera durante todo este proceso.

VELESACA PACHA EVELIN VALERIA



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE ENFERMERÍA

TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

f. _____

LCDA. ÁNGELA OVILDA MENDOZA VINCES, MGS.

DIRECTORA DE CARRERA

f. _____

LCDA. GENY MARGOTH RIVERA SALAZAR, PhD.

COORDINADOR DEL ÁREA UNIDAD DE TITULACIÓN

f. _____

LCDA. CALDERÓN MOLINA, ROSA ELIZABETH MGS.

OPONENTE

ÍNDICE

CAPITULO I	5
1.1 Planteamiento del problema	5
1.2 Preguntas De Investigación	6
1.3 Justificación	7
1.4 Objetivos.....	8
Objetivo General.....	8
1.1.2 Objetivo Específicos:	8
CAPITULO II	9
2.1 Antecedentes De La Investigación	9
2.2 Marco conceptual.....	11
2.2.1 Estrés	11
2.2.2 Diferencia entre estrés y estrés percibido	11
2.2.3 Teorías del estrés percibido.....	12
2.2.4 Dimensiones del estrés percibido	13
2.2.5 Factores asociados al estrés percibido en estudiantes de enfermería	15
2.2.6 Consecuencias del estrés percibido	16
2.3 Marco legal	17
CAPITULO III	20
3.1 DISEÑO MÉTODOLOGICO	20
3.2 Diseño de la investigación	20
3.3 Población	20
3.4 Criterios de inclusión y exclusión	20
3.5 Procedimiento para la recolección de datos.....	21
Instrumento:.....	21
Técnicas de Procesamiento y Análisis de datos	21
3.6 Operacionalización de variables	22
Presentación y análisis de resultados	24
Discusión	34
Conclusión	36
Recomendaciones	37
Referencias.....	38
Anexos.....	44

ÍNDICE DE FIGURAS

Ilustración 1 Factor de distrés dimensión negativo	29
Ilustración 2 FACTOR DE DISTRÉS DIMENSIÓN POSITIVA.....	31
Ilustración 3 Permisos de la Universidad	44

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	22
Tabla 2 NIVEL DE ESTRÉS PERCIBIDO.....	33
Tabla 3 FORMATO DEL INSTRUMENTO	51

RESUMEN

El estrés percibido constituye uno de los principales problemas que afectan la salud mental de los estudiantes de enfermería debido a las exigencias académicas, la carga teórica y las prácticas clínicas es por ello que realizamos el siguiente **objetivo**: Determinar el nivel de Estrés Percibido en estudiantes de la Carrera de Enfermería utilizando el Test PSS-14". **Metodología**: Estudio descriptivo, observacional y transversal. **La población** conformada por 100 estudiantes de primero a séptimo ciclo **Resultados**: Características sociodemográficas Edad: 87% entre 18 y 25 años, sexo femenino con el 86%; Estado civil soltero/a con el 91%; Ocupación Trabajan y estudian con el 51%; ciclo de 5to a 7mo con el 47%. En la dimensión negativa del estrés negativo se siente nervioso o estresado de vez en cuando con el 77% y el estrés percibido positivo el manejo exitoso de los pequeños problemas o irritaciones de la vida con de vez en cuando el 75% moderado, mientras que en la dimensión positiva el 86% alcanzó el mismo nivel. **Conclusión**: El Estrés Percibido de los estudiantes de la carrera de Enfermería de primero a séptimo ciclo presentaron un nivel moderado de estrés

Palabras clave:

Estrés percibido, Estrés académico, Salud mental, Enfermería.

ABSTRACT

Perceived stress is a major issue affecting the mental health of nursing students due to academic demands, heavy theoretical workloads, and clinical rotations; therefore, we conducted this study. Objective: To determine the level of perceived stress among nursing students using the PSS-14 scale. Methodology: A descriptive, observational, cross-sectional study. The population consisted of 100 students ranging from the first to the seventh cycle. Results: Sociodemographic characteristics included: age (87% between 18 and 25 years old), gender (86% female), marital status (91% single), occupation (51% working and studying), and academic cycle (47% in cycles 5 through 7). Regarding the negative stress dimension, 77% reported feeling nervous or stressed "sometimes." Regarding the positive perceived stress dimension specifically the successful handling of minor life problems or irritations 75% reported a moderate level, while 86% reached the same moderate level in the positive dimension overall. Conclusion: Nursing students from the first to the seventh cycle exhibited a moderate level of perceived stress.

Keywords:

Perceived stress, Academic stress, Mental health

INTRODUCCIÓN

El entorno universitario representa para los estudiantes de ciencias de la salud un periodo de transición crítico colmado de exigencias cognitivas, actitudinales y psicosociales. En la Carrera de Enfermería, este proceso adaptativo adquiere una complejidad particular debido a la convergencia de una densa carga teórica con la inserción temprana en escenarios de simulación y prácticas clínicas hospitalarias y comunitarias. Si bien estos componentes son indispensables para el desarrollo de competencias asistenciales, la exposición a situaciones de alta presión. Cuando las demandas del entorno universitario superan los recursos de afrontamiento del estudiante, se instaura un estado de distrés prolongado que impacta múltiples esferas de su vida. (1–3)

Desde la perspectiva de la Salud Pública y la Atención Primaria de Salud (APS), el análisis del estrés percibido en la formación de enfermería es un eje prioritario. El bienestar mental de los futuros profesionales de la salud no solo es un derecho individual, sino un factor determinante en la futura calidad del cuidado que se brindará a la población. Un estudiante con niveles críticos de estrés es más vulnerable a experimentar alteraciones clínicas, fatiga y un detrimento en sus funciones cognitivas superiores, lo cual se traduce de manera directa en un descenso del rendimiento académico y el promedio de calificaciones. (4)

Diversas investigaciones han señalado que el estrés constituye una dificultad recurrente en el ámbito universitario, especialmente en estudiantes de carreras vinculadas con las ciencias de la salud. En el caso de quienes cursan Enfermería, las demandas académicas, las evaluaciones constantes, el grupo que desempeña actividad laboral dentro de la carga horaria está conformado por estudiantes que, además de cursar sus estudios, trabajan de manera simultánea. Se trata de personas que deben distribuir su tiempo entre las responsabilidades académicas y las laborales, lo que genera una carga de actividades. (5) Las prácticas clínicas y la interacción directa con pacientes tienden a intensificar la percepción de situaciones estresantes. (6) Los estudios realizados en esta población han mostrado distintos niveles de estrés, lo que evidencia la relevancia de identificar y analizar esta problemática durante el proceso formativo. (7,8)

De igual manera, los trabajos dirigidos a estudiantes de Enfermería han incorporado diversas características sociodemográficas con el fin de describir la

población y examinar su relación con la percepción del estrés. Factores como la edad, el sexo, el semestre académico y las condiciones personales y académicas han sido considerados, dado que influyen en la manera en que los estudiantes enfrentan las tensiones propias de su formación. Por ello, la caracterización sociodemográfica resulta esencial para comprender mejor a los participantes y contextualizar los hallazgos obtenidos. (9)

En cuanto a la evaluación del estrés percibido, la Escala de Estrés Percibido de 14 ítems (PSS-14), diseñada por Sheldon Cohen y colaboradores, ha sido ampliamente utilizada para valorar el grado en que las personas consideran las situaciones de su vida como impredecibles, incontrolables o difíciles de manejar. Este instrumento permite distinguir entre experiencias negativas de estrés y percepciones relacionadas con el control y la capacidad de afrontamiento. (10,11)

En investigaciones con población universitaria, la aplicación de la PSS-14 ha facilitado la identificación del estrés percibido y el análisis de sus componentes. Los ítems de puntuación directa reflejan sentimientos de falta de control, preocupación o dificultad para enfrentar determinadas circunstancias, mientras que los ítems de puntuación inversa se vinculan con la confianza y la percepción de dominio sobre la vida cotidiana. La combinación de ambos aspectos ofrece una visión integral de la experiencia de estrés en los estudiantes. (12)

Estos antecedentes ponen de manifiesto la necesidad de continuar evaluando el estrés percibido en estudiantes de Enfermería, considerando tanto las variables sociodemográficas como las dimensiones contempladas en la PSS-14. Reconocer los niveles de estrés y los factores positivos y negativos asociados a su percepción puede aportar información valiosa para diseñar estrategias de promoción del bienestar y prevención de efectos adversos durante la formación profesional. (13,14)

El presente anteproyecto de investigación se plantea con el propósito de determinar la relación entre el estrés percibido evaluado objetivamente mediante la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) de Sheldon Cohen. El estudio se estructura de forma sistemática iniciando con el planteamiento y formulación del problema mediante un desglose epidemiológico de lo general a lo específico; posteriormente, se justifica la relevancia del proyecto bajo criterios de valor

teórico, metodológico y utilidad social en APS. Finalmente, se delimita el diseño metodológico de tipo cuantitativo, correlacional y de corte transversal, complementado con la matriz de operacionalización de variables y el cronograma de ejecución, garantizando así la viabilidad y el rigor científico de la propuesta. (13)

CAPITULO I

3.2 Planteamiento del problema

El estrés académico es un fenómeno multidimensional y un problema de salud pública prioritario que afecta de forma desproporcionada a los estudiantes de las ciencias de la salud. A nivel mundial, la Organización Mundial de la Salud (OMS) identifica al estrés crónico y al desgaste en los entornos de aprendizaje como una de las principales problemáticas psicosociales del siglo XXI, afectando directamente el bienestar biopsicosocial y recomendando acciones de prevención primaria e intervenciones institucionales tempranas (OMS, 2022). En países de la región y a escala global, las investigaciones revelan que los estudiantes de enfermería experimentan niveles de estrés de moderados a severos, detonados por la rigurosidad de las rotaciones clínicas, la sobrecarga de tareas y la responsabilidad que implica el cuidado directo del paciente. (4,15) En América Latina, el panorama adquiere matices complejos debido a las transiciones formativas y la carencia de programas preventivos integrales dentro del ámbito universitario. La literatura científica reporta que la presión institucional y la falta de estrategias de afrontamiento en el estudiantado de enfermería no solo afectan su desempeño inmediato, sino que constituyen un factor detonante que incrementa la vulnerabilidad hacia psicopatologías severas. En casos extremos, el estrés académico crónico no canalizado se ha asociado incluso con el riesgo de conductas autolesivas y comportamientos suicidas en estudiantes de enfermería, (16) lo que evidencia la urgencia de abordar este fenómeno desde una perspectiva de tamizaje en salud mental. Asimismo, se ha demostrado una correlación inversa significativa entre las manifestaciones del estrés y el logro educativo, donde el distrés psicológico actúa como un predictor directo de la disminución en el rendimiento académico de los universitarios. (17,18)

A nivel nacional en Ecuador, las investigaciones desarrolladas en el contexto de la educación superior confirman la alta prevalencia del estrés académico y sus repercusiones clínicas, identificando manifestaciones psicológicas y conductuales severas que impactan la calidad de vida y el proceso adaptativo de los estudiantes(19). De manera específica, esta presión se intensifica en el área de la salud; las exigencias teóricas combinadas con la inserción abrupta en las prácticas preprofesionales hospitalarias y comunitarias generan un desgaste crítico en los futuros profesionales de enfermería.

En la realidad local de Guayaquil, y puntualmente en el sitio específico de estudio, se observa de una forma práctica que los estudiantes de la Carrera de Enfermería deben balancear una rigurosa carga teórica con exigentes jornadas de simulación clínica. Este escenario adaptativo puede sobrepasar los mecanismos de afrontamiento del estudiante, manifestándose a través de un elevado estrés percibido (evaluado formalmente mediante la escala PSS-14) y reflejándose de forma directa en un decremento de su rendimiento académico (promedio de calificaciones).

1.2 Preguntas De Investigación

¿Cuál es el nivel de Estrés percibido en Estudiantes de la Carrera de Enfermería, utilizando el Test PSS 14?

¿Cuáles son las características sociodemográficas que presentan los estudiantes de la Carrera de Enfermería?

¿Cuál es el nivel de estrés percibido en su dimensión negativa que presentan los estudiantes de la Carrera de Enfermería según el test PSS-14?

¿Cuál es el nivel de estrés percibido en su dimensión positiva que presentan los estudiantes de la Carrera de Enfermería según el test PSS-14?

1.3 Justificación

La ejecución de este proyecto de investigación se justifica plenamente desde múltiples dimensiones analíticas congruentes con las políticas contemporáneas de Salud Pública. Desde la perspectiva de la Atención Primaria de Salud (APS), la salud mental del talento humano en formación es un pilar fundamental para la sostenibilidad de los sistemas sanitarios. Los estudiantes de enfermería constituyen la futura primera línea de atención comunitaria y hospitalaria. Identificar cómo el estrés afecta su desarrollo formativo permite proteger el bienestar de un grupo vulnerable y asegurar que, al egresar, posean una salud biopsicosocial óptima para brindar cuidados humanizados y de alta calidad.(4)

Los resultados de este estudio dotarán a las autoridades de la Carrera de Enfermería un diagnóstico objetivo y actualizado basado en evidencia científica real. Esto servirá de plataforma para el diseño e implementación de programas institucionales de tamizaje temprano (screening), consejería académica, talleres de manejo del estrés y reestructuración de cargas horarias en periodos de prácticas preprofesionales.(1,19)

El proyecto aporta información valiosa al vacío de conocimiento local respecto a la interacción específica entre el estrés percibido (evaluado con un estándar internacional como el (PSS-14) y el rendimiento académico medido a través de promedios ponderados oficiales en el contexto de la educación superior particular de Guayaquil. Además, introduce la discusión del “continuum de la salud mental”, conectando teóricamente el estrés académico regular con riesgos epidemiológicos severos como el desgaste profesional y conductas de riesgo asociadas.(20)

La investigación establece un modelo metodológico replicable, estandarizado y viable para la Facultad de Ciencias de la Salud. Al operacionalizar de manera precisa variables sociodemográficas, psicométricas y académicas, se genera un protocolo de recolección de datos robusto que puede ser empleado en futuras investigaciones comparativas interinstitucionales o longitudinales.

1.4 Objetivos

Objetivo General

- Determinar el nivel de Estrés percibido en Estudiantes de la Carrera de Enfermería, utilizando el Test PSS 14.

1.1.2 Objetivo Específicos:

- Caracterizar sociodemográficamente a los estudiantes de la Carrera de Enfermería de la UCSG.
- Evaluar la dimensión negativa en los estudiantes a través de los ítems de puntuación directa del Test PSS-14.
- Analizar la dimensión positiva en los estudiantes a través de los ítems de puntuación inversa del Test PSS-14.

CAPITULO II

3.3 Antecedentes De La Investigación

Hamaideh et al.(18) realizaron una investigación titulada “Levels and predictors of empathy, self-awareness, and perceived stress among nursing students”, cuyo objetivo fue analizar los niveles de estrés percibido y los factores relacionados en estudiantes de enfermería. El estudio tuvo un enfoque cuantitativo y un diseño transversal. Los resultados evidenciaron que una parte considerable de los estudiantes presentó niveles moderados y elevados de estrés, principalmente relacionados con las demandas académicas y las actividades desarrolladas durante las prácticas clínicas. Además, se observó que aquellos estudiantes con mayor capacidad de autoconocimiento y empatía tendían a experimentar menores niveles de estrés. Los investigadores resaltan la importancia de promover programas institucionales que contribuyan al bienestar emocional y al fortalecimiento de la salud mental durante la etapa universitaria.

Mohamed et al. (21) en su estudio titulado “Deciphering the influence: academic stress and its role in shaping learning approaches among nursing students”, realizaron una investigación descriptiva de corte transversal con estudiantes de enfermería, con el objetivo de analizar el estrés académico y su influencia en el aprendizaje. Los resultados mostraron que una parte importante de los estudiantes presentó niveles moderados de estrés, principalmente relacionados con la carga académica. Asimismo, se observó que los estudiantes con mayores exigencias académicas presentaron niveles más altos de estrés. Los autores señalan que el estrés académico puede afectar el proceso de aprendizaje, por lo que consideran importante implementar medidas de apoyo y acompañamiento para ayudar a los estudiantes a afrontar las exigencias de su formación.

Solak, Topçu y Emlek Sert (22) , en su estudio titulado “Evaluation of stress, bio-psycho-social response and coping strategies during the practical training in nursing students”, realizaron una investigación de corte transversal en estudiantes de enfermería para conocer los niveles de estrés y las formas de afrontarlo durante las prácticas clínicas. Los resultados mostraron que los estudiantes presentaron niveles elevados de estrés relacionados con las exigencias y situaciones propias del entorno hospitalario, generando respuestas tanto físicas como psicológicas y sociales. Los autores destacan que el

desarrollo de estrategias adecuadas de afrontamiento puede ayudar a los estudiantes a manejar mejor el estrés durante su formación práctica.

Molina-Macías y Solórzano (23) , en su investigación titulada “Estrés académico en estudiantes de segundo semestre de la carrera de enfermería: estudio descriptivo en la PUCE-Manabí”, realizaron un estudio descriptivo de corte transversal para conocer el nivel de estrés académico de los estudiantes mediante la Escala de Estrés Percibido (PSS-14). Los resultados indicaron que la mayoría de los estudiantes presentó niveles moderados de estrés, relacionados principalmente con la carga de actividades académicas, las evaluaciones y el proceso de adaptación a la universidad. Los autores señalan que el estrés académico es una situación frecuente entre los estudiantes de enfermería, por lo que consideran importante desarrollar estrategias de prevención y apoyo que contribuyan al cuidado de su salud mental.

2.2 Marco conceptual

2.2.1 Estrés

El estrés se define como un proceso biopsicosocial de adaptación que se desencadena cuando el individuo percibe que las demandas provenientes del entorno o de una situación específica exceden los recursos personales disponibles para afrontarlas de manera efectiva. Esta respuesta implica la interacción de mecanismos fisiológicos, psicológicos y conductuales orientados a restablecer el equilibrio del organismo y favorecer la adaptación frente a estímulos considerados desafiantes o amenazantes. En condiciones normales, el estrés constituye una respuesta adaptativa que contribuye a la supervivencia y al desempeño del individuo; sin embargo, cuando su intensidad es elevada o su exposición se prolonga en el tiempo, puede producir alteraciones significativas en la salud física y mental, afectando funciones cognitivas, emocionales y sociales. (20,23,24)

Estrés percibido

El concepto de estrés percibido se fundamenta en la teoría transaccional del estrés, la cual plantea que el estrés surge de la interacción entre la persona y su entorno. Esta respuesta aparece cuando el individuo valora las demandas del ambiente como superiores a sus recursos o capacidades para afrontarlas, percibiéndolas como una amenaza que puede afectar su bienestar físico, emocional o psicológico.(25–27)

2.2.2 Diferencia entre estrés y estrés percibido

Estrés

El estrés puede entenderse como un estado de tensión física y emocional que surge ante situaciones percibidas como difíciles o desafiantes. Se trata de una respuesta natural presente en todas las personas frente a amenazas o diferentes demandas del entorno. Sin embargo, el impacto que tiene sobre la salud y el bienestar depende de la manera en que cada individuo lo afronta y maneja.(24)

Estrés percibido

Hace referencia a la valoración que realiza una persona sobre una situación potencialmente estresante y sobre su capacidad para enfrentarla. Esta percepción depende de la interpretación cognitiva que el individuo hace de los

acontecimientos, del nivel de exigencia que considera estar experimentando y de si estima que dispone de los recursos personales necesarios para afrontar eficazmente las dificultades o adversidades que se presentan.(25)

Estrés académico

En el ámbito educativo, el estrés se manifiesta como consecuencia de las múltiples exigencias inherentes al proceso de formación, entre ellas la sobrecarga de actividades académicas, las evaluaciones constantes, la gestión del tiempo, las prácticas preprofesionales y la presión por alcanzar un rendimiento satisfactorio. Estas condiciones pueden generar un desequilibrio entre las demandas académicas y la capacidad de afrontamiento del estudiante, repercutiendo negativamente en su bienestar psicológico, desempeño académico, relaciones interpersonales y calidad de vida. Por ello, el estrés académico constituye un importante problema de salud que requiere ser identificado y abordado oportunamente mediante estrategias de prevención y promoción de la salud mental en el contexto universitario.(28,29)

2.2.3 Teorías del estrés percibido

Escala De Estrés Percibido Pss-14

La Escala de Estrés Percibido (Perceived Stress Scale, PSS) fue desarrollada por Sheldon Cohen 1983 con el propósito de evaluar el grado en que las personas perciben las situaciones de su vida como estresantes. Este instrumento se fundamenta en el modelo transaccional del estrés, el cual sostiene que la respuesta de estrés depende de la valoración cognitiva que el individuo realiza de las demandas del entorno y de la percepción de los recursos disponibles para afrontarlas. En este sentido, la escala no mide la frecuencia de los acontecimientos estresantes, sino la manera en que estos son interpretados, permitiendo estimar el nivel de estrés percibido experimentado durante el último mes. La PSS cuenta con tres versiones validadas: la PSS-14, correspondiente a la versión original; la PSS-10, considerada la más utilizada en el ámbito clínico y en la investigación por sus adecuadas propiedades psicométricas; y la PSS-4, diseñada para evaluaciones breves cuando el tiempo de aplicación es limitado. Las tres versiones han demostrado adecuados niveles de validez y confiabilidad en diferentes contextos culturales y poblacionales, lo que ha favorecido su amplia utilización en estudios epidemiológicos, clínicos y de salud pública.(13)

Escala de Estrés Percibido (PSS-14) de Sheldon Cohen, instrumento psicométrico estandarizado a nivel mundial y validado en español. Consta de 14 ítems con un formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos 0 = Nunca, 1 = Casi nunca, 2 = De vez en cuando, 3 = A menudo, 4 = Con mucha frecuencia. Evalúa la percepción de control frente a las demandas cotidianas durante el último mes. Su puntuación global oscila entre 0 y 56 puntos, dividiéndose dimensionalmente en 7 ítems de puntuación directa (factor de distrés / dimensión negativa) y 7 ítems de puntuación inversa (factor de capacidad de afrontamiento / dimensión positiva). Los ítems exploran la percepción de control frente a las demandas cotidianas, la capacidad para afrontar situaciones difíciles, la sensación de sobrecarga, la presencia de emociones negativas y el grado de confianza en los recursos personales para enfrentar los factores estresantes. La puntuación total se obtiene mediante la suma de las respuestas, previa inversión de los ítems formulados positivamente, lo que permite clasificar el nivel de estrés percibido en categorías de bajo, moderado o alto, de acuerdo con los puntos de corte establecidos en cada estudio. Debido a sus sólidas propiedades psicométricas y a su facilidad de aplicación, la Escala de Estrés Percibido constituye una herramienta ampliamente utilizada para la evaluación del estrés en diversos grupos poblacionales, incluidos estudiantes universitarios, profesionales de la salud y población general. Su empleo permite identificar individuos con mayor vulnerabilidad al estrés, analizar los factores asociados a este fenómeno y orientar el diseño de estrategias de promoción de la salud, prevención e intervención dirigidas a reducir sus efectos sobre el bienestar físico, psicológico y social. (25,30)

2.2.4 Dimensiones del estrés percibido

Dimensión negativa (Distrés)

La dimensión negativa del estrés percibido, también denominada distrés, refleja aquellas situaciones en las que la persona experimenta una sensación de falta de control, preocupación, nerviosismo o dificultad para responder adecuadamente a las demandas de su vida cotidiana. Esta dimensión permite identificar en qué medida el individuo percibe que los acontecimientos que enfrenta son difíciles de manejar y superan sus recursos personales de afrontamiento. En la PSS-14, esta dimensión está representada por siete ítems relacionados con situaciones inesperadas, dificultad para controlar aspectos

importantes de la vida, sensación de nerviosismo o estrés, acumulación de responsabilidades y percepción de que las dificultades son difíciles de superar. (31,32)

Los ítems correspondientes a esta dimensión son el 1, 2, 3, 8, 11, 12 y 14. Estos se califican de acuerdo con la frecuencia con la que la persona experimentó dichas situaciones durante el último mes. Una mayor presencia de estas experiencias indica una percepción más elevada de estrés y una mayor sensación de sobrecarga frente a las demandas cotidianas. Por esta razón, la dimensión negativa resulta importante para reconocer las experiencias de estrés que pueden afectar el bienestar psicológico y el desempeño de los estudiantes de enfermería. (33)

Dimensión positiva (Capacidad de afrontamiento)

La dimensión positiva se relaciona con la percepción que tiene la persona sobre su capacidad para afrontar y controlar las situaciones que se presentan en su vida diaria. A diferencia de la dimensión negativa, esta parte de la escala recoge experiencias relacionadas con la confianza personal, el manejo de problemas cotidianos, la capacidad para adaptarse a cambios importantes y la percepción de que las situaciones pueden mantenerse bajo control. En la PSS-14, estos aspectos representan el componente positivo o de afrontamiento de la percepción del estrés. (34)

La descripción del nivel de estrés percibido mediante el cuestionario PSS-14 se fundamenta en los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13. Como estos reactivos están redactados de manera positiva, sus puntuaciones se invierten al calcular el total de la escala. Esta dimensión refleja la percepción de control y la capacidad de afrontamiento que los estudiantes muestran frente a situaciones generadoras de estrés. Su análisis complementa la dimensión negativa y ofrece una visión más amplia sobre la forma en que los estudiantes interpretan y enfrentan las demandas de su entorno. (12,31)

2.2.5 Factores asociados al estrés percibido en estudiantes de enfermería

Factores académicos

Los factores académicos constituyen una de las principales fuentes de estrés en los estudiantes de enfermería. La cantidad de tareas, los exámenes, la carga de contenidos, la presión por obtener buenas calificaciones y la necesidad de cumplir con diferentes actividades en períodos cortos pueden generar una sensación constante de sobrecarga. Esta situación puede aumentar cuando el estudiante considera que no cuenta con suficiente tiempo o recursos para responder adecuadamente a las exigencias de su formación. Estudios recientes señalan que la carga académica, las tareas y el temor a obtener bajas calificaciones se encuentran relacionados con mayores niveles de estrés en estudiantes de enfermería. (17,35–37)

Factores personales

Los factores personales también pueden influir en la manera en que los estudiantes perciben y afrontan las situaciones estresantes. La edad, la autoestima, el estado de salud, la seguridad personal y las estrategias utilizadas para enfrentar las dificultades pueden modificar la experiencia del estrés. En estudiantes de enfermería se ha encontrado una relación entre el estrés percibido y aspectos como la autoestima, el estado general de salud y las estrategias de afrontamiento, lo que demuestra que las características individuales pueden favorecer o dificultar la adaptación ante las exigencias académicas y clínicas.(38–40)

Factores familiares

El entorno familiar puede convertirse en un factor que influya en el bienestar emocional de los estudiantes de enfermería. Las responsabilidades dentro del hogar, los conflictos familiares, la falta de apoyo y la dificultad para equilibrar las obligaciones familiares con las actividades académicas pueden aumentar la percepción de estrés. Por el contrario, contar con apoyo familiar y social puede favorecer una mejor adaptación frente a las exigencias de la carrera. La evidencia disponible en estudiantes de enfermería destaca la importancia del apoyo social como un elemento relacionado con menores niveles de estrés percibido. (11,41)

Factores socioeconómicos

Las condiciones económicas también pueden representar una fuente importante de preocupación para los estudiantes. Los gastos relacionados con transporte, alimentación, materiales académicos y otras necesidades durante la formación pueden generar presión, especialmente cuando el estudiante tiene ingresos limitados o debe trabajar mientras estudia. Una investigación reciente identificó las dificultades económicas y los ingresos insuficientes entre las principales fuentes de estrés en estudiantes de medicina y enfermería. Además, una revisión integrativa reciente encontró una relación directa entre el estrés financiero y el bienestar y la salud mental de los estudiantes de enfermería.(42,43)

2.2.6 Consecuencias del estrés percibido

Consecuencias físicas

Cuando el estrés se mantiene durante períodos prolongados puede manifestarse mediante diferentes molestias físicas. Los estudiantes pueden experimentar cansancio, alteraciones del sueño, dolores de cabeza, tensión muscular y disminución de su bienestar general. La exposición continua a situaciones estresantes puede afectar la capacidad del organismo para recuperarse adecuadamente y dificultar el desarrollo normal de las actividades académicas y personales. En estudiantes de enfermería, el estrés se ha relacionado con una menor percepción de bienestar y con alteraciones en la salud general.(14,44)

Consecuencias psicológicas

Las consecuencias psicológicas representan una de las principales preocupaciones relacionadas con el estrés percibido. Los niveles elevados de estrés pueden acompañarse de ansiedad, preocupación, agotamiento emocional, dificultades para manejar las emociones y disminución del bienestar psicológico. En estudiantes de enfermería se ha observado que el estrés académico y clínico puede relacionarse con problemas de salud mental, mientras que factores como la resiliencia y las estrategias adecuadas de afrontamiento pueden actuar como elementos protectores. (32,45–47)

Consecuencias académicas

El estrés también puede afectar el desempeño académico de los estudiantes. La preocupación constante, la dificultad para concentrarse, el cansancio y la sobrecarga pueden dificultar el aprendizaje y disminuir la capacidad para responder adecuadamente a las actividades universitarias. En estudiantes de enfermería se ha encontrado que el estrés académico puede influir en la manera en que los estudiantes afrontan el aprendizaje, especialmente cuando existe preocupación por las calificaciones o una percepción de insuficiencia en los conocimientos y habilidades profesionales. (21,29,48,49)

Consecuencias sociales

Finalmente, el estrés percibido puede repercutir en las relaciones interpersonales y en la participación social del estudiante. Cuando las exigencias académicas y clínicas son elevadas, el estudiante puede disponer de menos tiempo para compartir con familiares y amigos, presentar irritabilidad o disminuir su interacción con otras personas. La evidencia también señala que el apoyo social se relaciona con menores niveles de estrés percibido, por lo que las relaciones positivas pueden desempeñar un papel importante frente a las exigencias de la formación en enfermería.(11,22)

2.3 Marco legal

El presente estudio se desarrolla dentro del marco jurídico ecuatoriano, considerando las normas que garantizan el derecho a la salud, la salud mental, la educación y la protección de las personas que participan en procesos de investigación. Estas disposiciones permiten establecer una base legal para estudiar el estrés percibido en estudiantes de la carrera de Enfermería, procurando que la investigación se realice respetando los derechos, la dignidad, la privacidad y el bienestar de los participantes.

Constitución de la República del Ecuador

La Constitución de la República del Ecuador establece que la salud es un derecho que debe ser garantizado por el Estado y que se encuentra relacionado

con otros derechos fundamentales, entre ellos la educación y una vida digna. El artículo 32 reconoce el derecho a la salud y señala que su garantía debe considerar aspectos relacionados con la promoción y prevención. Desde esta perspectiva, el estudio del estrés percibido en estudiantes universitarios se relaciona con la importancia de identificar situaciones que pueden afectar su bienestar y promover acciones orientadas a la prevención de problemas de salud física y mental.

Asimismo, la Constitución reconoce el derecho a la educación y establece que esta debe contribuir al desarrollo integral de las personas. En este sentido, el bienestar de los estudiantes constituye un aspecto importante durante su formación profesional, especialmente en carreras como Enfermería, donde las exigencias académicas y las prácticas clínicas pueden generar diferentes niveles de presión y estrés.(50)

Ley Orgánica de Salud

La Ley Orgánica de Salud establece las disposiciones relacionadas con la protección y promoción de la salud de la población ecuatoriana. Dentro de este marco, la salud debe ser entendida de manera integral, considerando no solamente la ausencia de enfermedades físicas, sino también los aspectos relacionados con el bienestar mental y social.(51)

Esta normativa permite sustentar la importancia de desarrollar investigaciones orientadas a identificar situaciones que puedan afectar la salud de la población. En el caso de los estudiantes de Enfermería, estudiar el nivel de estrés percibido permite generar información que puede contribuir al reconocimiento de esta problemática y al planteamiento de acciones preventivas y de promoción de la salud.(51)

Ley Orgánica de Salud Mental

La Ley Orgánica de Salud Mental, publicada en el Registro Oficial en enero de 2024, constituye una normativa específica para la protección y promoción de la salud mental en Ecuador. Esta ley reconoce la importancia de abordar la salud mental desde una perspectiva integral y establece disposiciones orientadas a la promoción, prevención, atención y recuperación de la salud mental.(45,52)

En relación con la presente investigación, esta normativa proporciona un respaldo importante debido a que el estrés percibido puede relacionarse con el bienestar psicológico de los estudiantes. La identificación de niveles de estrés permite generar información que puede servir como base para fortalecer acciones de promoción de la salud mental y prevención de situaciones que puedan afectar el bienestar de los estudiantes de Enfermería.(52)

Ley Orgánica de Educación Superior (LOES)

La Ley Orgánica de Educación Superior regula el sistema de educación superior del Ecuador y establece derechos y obligaciones relacionados con la formación universitaria. Esta normativa reconoce el derecho de los estudiantes a acceder a una educación superior de calidad, en igualdad de oportunidades y en condiciones que permitan desarrollar adecuadamente su formación profesional.(53)

La LOES también establece derechos relacionados con el bienestar de los estudiantes y con las condiciones necesarias para su formación. Por esta razón, estudiar el estrés percibido en estudiantes de Enfermería se relaciona con la necesidad de conocer las condiciones que pueden influir en su experiencia universitaria y en su proceso de formación académica y profesional.(53)

Principios éticos en la investigación

La investigación con estudiantes debe desarrollarse respetando principios éticos que protejan los derechos y el bienestar de las personas participantes. Entre estos principios se encuentran el respeto a la autonomía, la participación voluntaria, la confidencialidad de la información y el respeto a la dignidad de cada participante. En este estudio, la aplicación de la Escala de Estrés Percibido PSS-14 debe realizarse con la autorización correspondiente y explicando previamente a los estudiantes el propósito de la investigación. La participación debe ser voluntaria y la información obtenida debe utilizarse exclusivamente con fines académicos y científicos, evitando divulgar datos que permitan identificar individualmente a los participantes. (41,54)

De esta manera, el estudio busca generar información sobre el nivel de estrés percibido en estudiantes de Enfermería sin poner en riesgo su privacidad,

integridad o bienestar, manteniendo una actuación responsable durante todas las etapas del proceso investigativo.(54,55)

CAPITULO III

3.4 DISEÑO MÉTODOLOGICO

Tipo de investigación

Nivel es descriptivo

Método: Cuantitativo, ya que los datos serán representados en valores numéricos y posteriormente organizados y analizados mediante procedimientos estadísticos.

3.5 Diseño de la investigación

Diseño: Observacional, se recolectan datos mediante encuestas a los estudiantes de 1ro a 7 mo ciclo para identificar el Nivel de estrés percibido en lo académico

Según el tiempo. Es prospectivo porque se realiza por medio de datos recientes recogidos de la fuente (1)

Según el período y la secuencia del estudio: de corte Transversal ya que los datos se recogen en un único momento y lugar. (2)

3.3 Población

Está conformado por 100 estudiantes desde el primer hasta el séptimo ciclo académico.

3.4 Criterios de inclusión y exclusión

A) Criterios de inclusión

- Estudiantes con registro legalmente activo en la Carrera de Enfermería
- Estudiantes que se encuentren asistiendo de manera regular tanto a las cátedras teóricas de la malla curricular como a las rotaciones de prácticas clínicas hospitalarias o comunitarias.
- Estudiantes que acepten participar voluntariamente en la investigación mediante la lectura, comprensión y firma del formato oficial de Consentimiento Informado institucional.

B) Criterios de Exclusión

- Estudiantes que no participaron de la encuesta realizada.
- Estudiantes que desistan de firmar el Consentimiento Informado o que dejen sin responder uno o más reactivos del Test de Estrés Percibido (PSS-14), invalidando el análisis estadístico dimensional

3.5 Procedimiento para la recolección de datos

Técnica: Encuesta

Instrumento:

Cuestionario: para este fin se utilizaron tres secciones, uno para medir características sociodemográficas, otra sección de Estrés Percibido positivo y la tercera sección de Estrés Percibido negativo utilizando el cuestionario (PSS-14), con preguntas para medir el nivel de estrés percibido. (53,54)

Técnicas de Procesamiento y Análisis de datos

Para la recolección de datos de esta investigación se realizará mediante Microsoft Excel, donde se realizará la elaboración de tablas o cuadros de acuerdo a la información obtenida.

Procesamiento para garantizar aspectos éticos en las investigaciones con sujetos humanos

Se aplica el consentimiento informado, sin embargo, el análisis se compromete a preservar el derecho a la privacidad y cuidado de los datos para propósitos de estudio mas no para propósitos de lucro y/ o económicos.

Durante el desarrollo de la investigación se respetarán los principios éticos relacionados con la participación de personas en estudios científicos.

3.6 Operacionalización de variables

Nivel de Estrés percibido en Estudiantes de la Carrera de Enfermería, utilizando el Test PSS 14

Tabla 1

Dimensión	Indicador	Escala
Características Sociodemográficas	Edad	18-25 25-35 +36
	Sexo	Masculino / Femenino / Otro)
	Estado civil	Soltero, Casado Unión libre Divorciado
	Ciclo	1ero a 2do 3ro a 4 to 5to a 7mo
	Ocupación	Estudia Trabaja

1. Factor de Distrés Dimensión Negativa	1: Afectado por algo inesperado. 2: Incapaz de controlar cosas importantes. 3: Se ha sentido nervioso o estresado. 8: No podía afrontar todas sus obligaciones. 11: Enfado por cosas fuera de control. 12: Pensar en cosas que le quedan por hacer. 14: Dificultades acumuladas insuperables.	0 = Nunca, 1 = Casi nunca, 2 = De vez en cuando, 3 = A menudo, 4 = Con mucha frecuencia
2. Factor de Distrés Dimensión Positiva	4: Manejar con éxito problemas irritantes. 5: Afrontar efectivamente cambios importantes. 6: Seguridad para manejar problemas personales. 7: Sentir que las cosas le van bien. 9: Controlar las dificultades de la vida. 10: Sentir que tiene todo bajo control. 13: Controlar la forma de pasar el tiempo.	0 = Nunca, 1 = Casi nunca, 2 = De vez en cuando 3 = A menudo 4 = Con mucha frecuencia

Fuente: Datos recolectados en encuesta aplicada a estudiantes de Enfermería, 2026

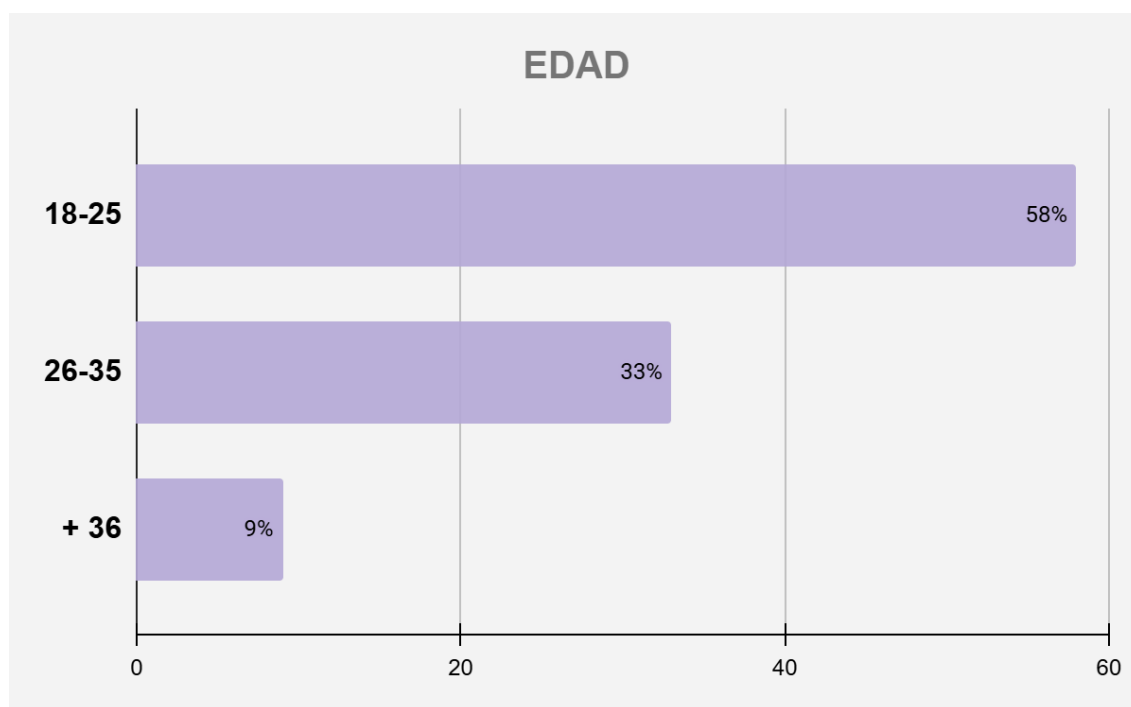
Elaborado por: Velesaca Pacha Evelin Valeria, Pilay Molina Daniela Nailly

Presentación y análisis de resultados

Características sociodemográficas de los estudiantes

TABLA 1

EDAD



Fuente: Datos recolectados en encuesta aplicada a estudiantes de Enfermería, 2026

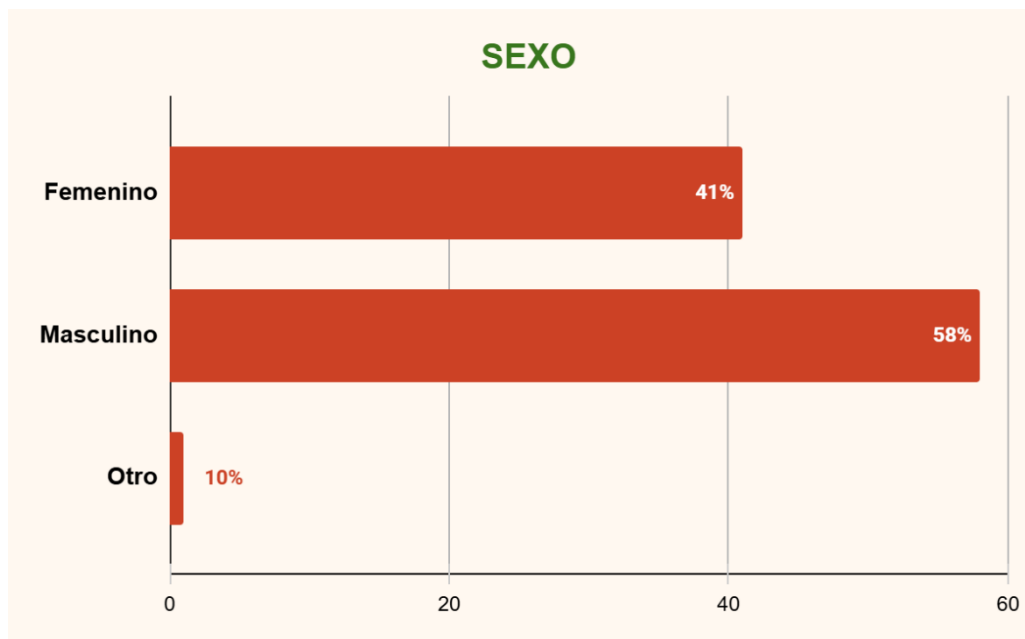
Elaborado por: Velesaca Pacha Evelin Valeria, Pilay Molina Daniela Nailly

Análisis:

La gráfica muestra que la mayoría de los estudiantes de Enfermería encuestados se encuentran entre 18 y 25 años (aproximadamente 58%), seguido del grupo de 26 a 35 años (33%) y, en menor proporción, los estudiantes de 36 años o más (9%).

TABLA 2

SEXO



Fuente: Datos recolectados en encuesta aplicada a estudiantes de Enfermería, 2026

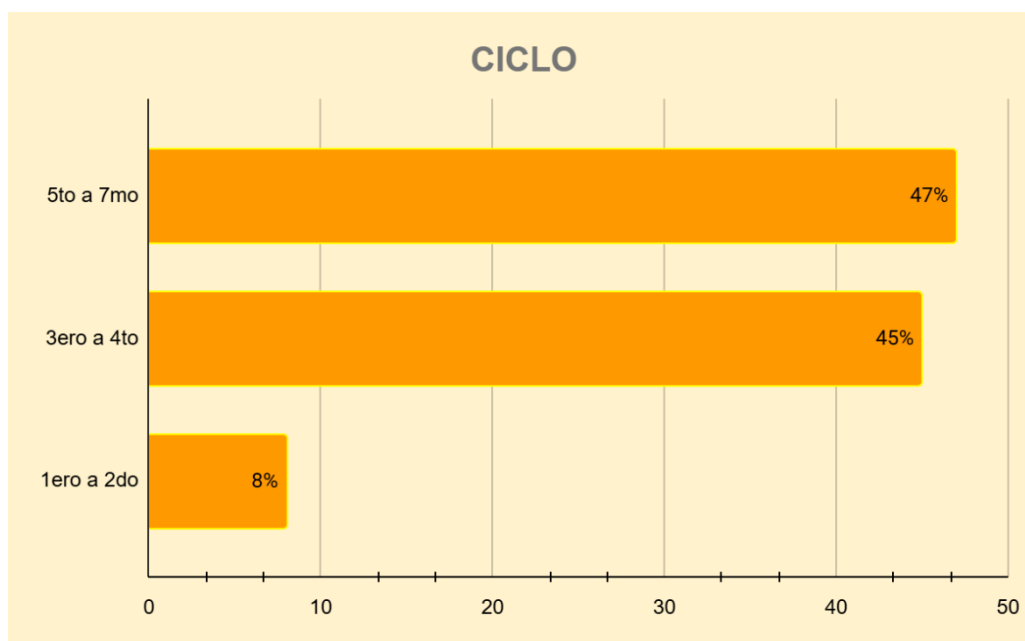
Elaborado por: Velesaca Pacha Evelin Valeria, Pilay Molina Daniela Naily

Análisis:

La grafica muestra sobre el Nivel de Estrés Percibido en Estudiantes de Enfermería, prevalece el sexo femenino, el cual registra la mayor participación con aproximadamente fue el sexo masculino con el 58%, seguido del sexo femenino con alrededor de 41% y "Otro" con una representación mínima del (1%); esto indica que los resultados del estudio reflejarán prioritariamente la percepción y las vivencias del grupo masculino.

TABLA 3

CICLO



Fuente: Datos recolectados en encuesta aplicada a estudiantes de Enfermería, 2026

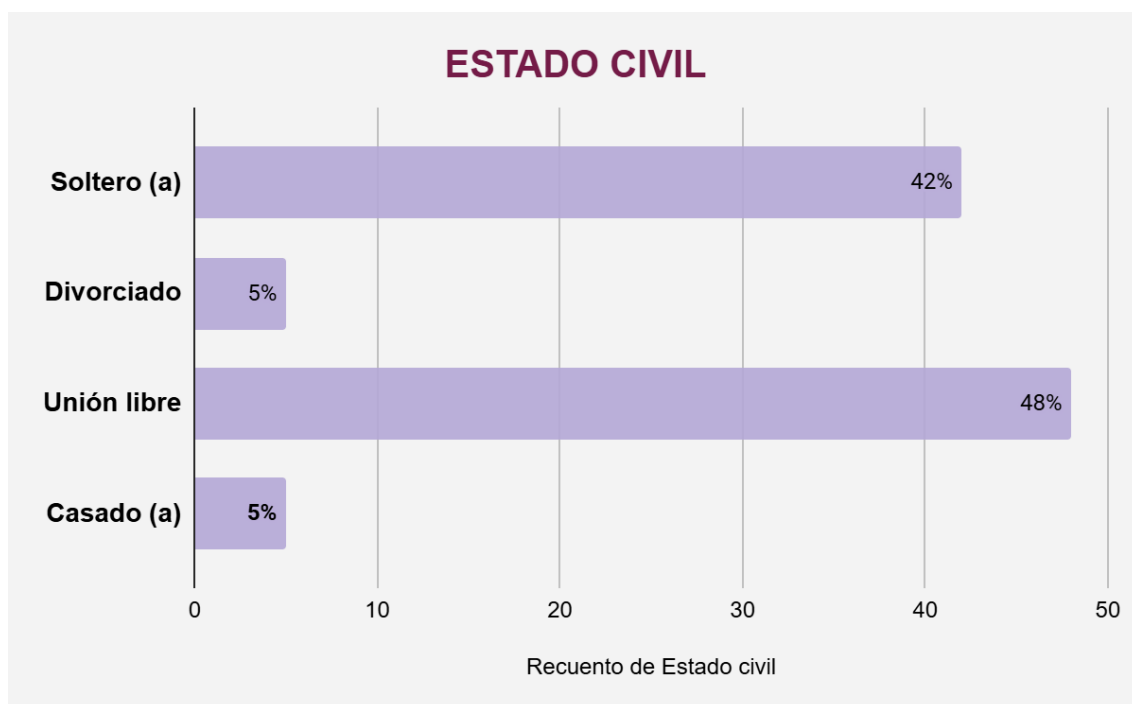
Elaborado por: Velesaca Pacha Evelin Valeria, Pilay Molina Daniela Nailly

Análisis:

El gráfico demuestra que el estrés percibido se concentra en los estudiantes de 5.º a 7.º ciclo, 47%, seguidos de los de 3.º a 4.º ciclo, 45%, mientras que en 1.º a 2.º ciclo, 8%. Estos datos evidencian que el estrés aumenta significativamente a partir del tercer semestre, lo cual se relaciona directamente con el inicio de las prácticas clínicas hospitalarias y la mayor exigencia académica.

TABLA 4

ESTADO CIVIL



Fuente: Datos recolectados en encuesta aplicada a estudiantes de Enfermería, 2026

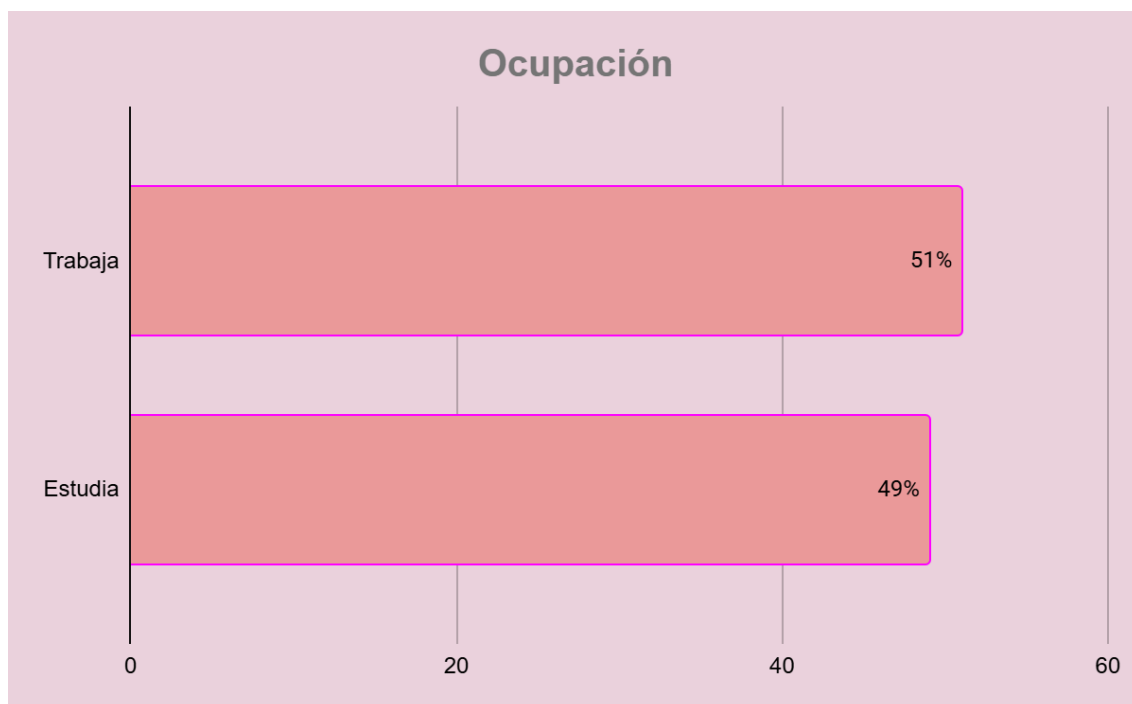
Elaborado por: Velesaca Pacha Evelin Valeria, Pilay Molina Daniela Nailly

Análisis:

El gráfico evidencia que el estrés percibido en los estudiantes de la carrera de Enfermería se concentra en quienes se encuentran en Unión libre con un 48%, seguidos muy de cerca por los estudiantes Solteros (as) con un 42%, mientras que de Casado (a) y Divorciado registran un 5% cada una.

TABLA 5

OCUPACIÓN



Fuente: Datos recolectados en encuesta aplicada a estudiantes de Enfermería, 2026

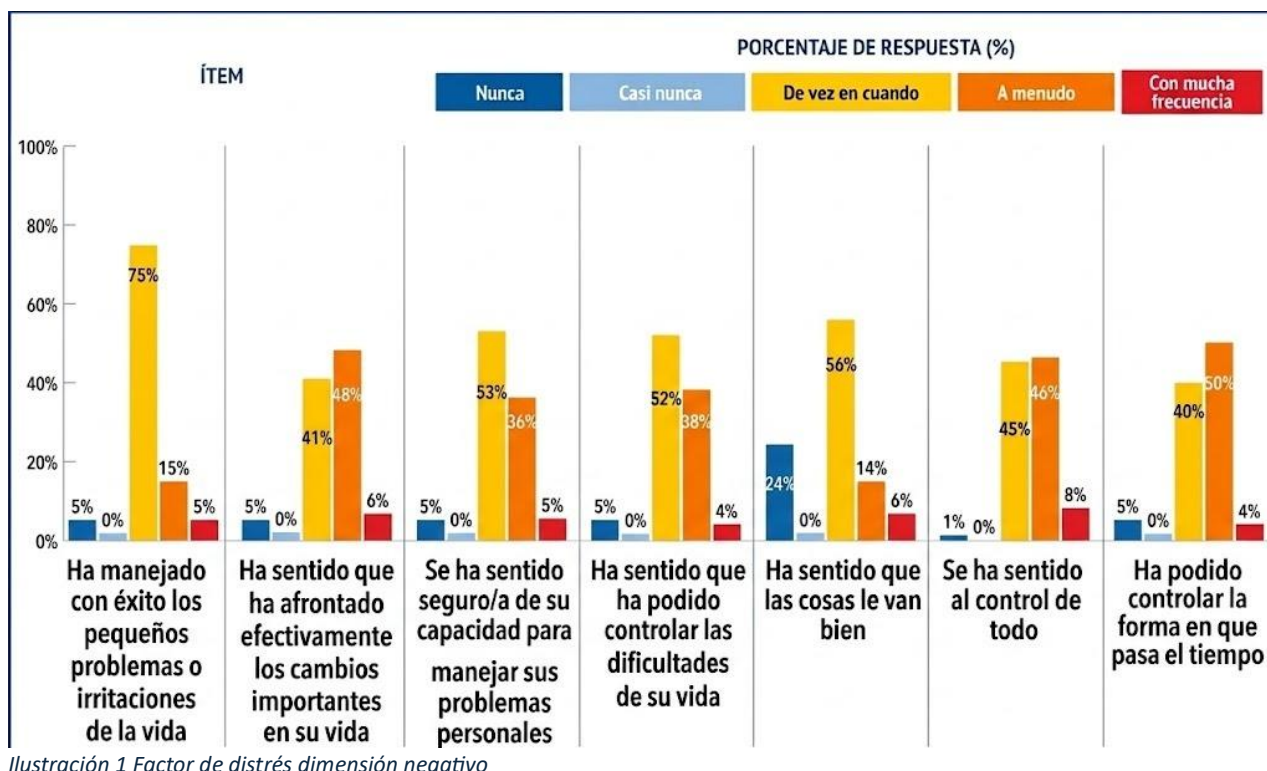
Elaborado por: Velesaca Pacha Evelin Valeria, Pilay Molina Daniela Nailly

Análisis:

Los resultados muestran que el 51% de los estudiantes de la carrera de enfermería, trabaja y estudia al mismo tiempo, mientras que el 49% se dedica únicamente a estudiar.

El hecho de que más de la mitad de los estudiantes asuma una doble carga refleja una mayor exposición al estrés percibido, ya que deben equilibrar las exigencias académicas con las laborales. Sin embargo, el porcentaje cercano en quienes solo estudian también confirma que la propia carga académica constituye una fuente importante de presión.

TABLA 6
FACTOR DE DISTRÉS DIMENSIÓN NEGATIVO



Fuente: Datos recolectados en encuesta aplicada a estudiantes de Enfermería, 2026

Elaborado por: Velesaca Pacha Evelin Valeria, Pilay Molina Daniela Nailly

Análisis:

En la evaluación de esta dimensión, el análisis detallado de las siete preguntas permite apreciar la percepción de los participantes respecto a su capacidad de afrontamiento y control personal.

En cuanto al manejo de pequeños problemas o irritaciones cotidianas, la mayoría manifestó haberlos afrontado con éxito de vez en cuando (75%), seguido por un 15% que lo hace a menudo. Las respuestas nunca y con mucha frecuencia alcanzaron un 5% cada una, mientras que casi nunca no registró porcentaje.

Respecto al afrontamiento de cambios importantes en la vida, el 48% indicó hacerlo a menudo, y el 41% de vez en cuando. Un 6% señaló con mucha frecuencia, un 5% nunca y ningún participante eligió casi nunca.

En la seguridad para manejar problemas personales, predominó la opción de vez en cuando (53%), seguida de a menudo (36%). Las categorías nunca y con mucha frecuencia representaron un 5% cada una, y casi nunca no obtuvo respuestas.

Sobre el control de las dificultades de la vida, el 52% expresó haberlo sentido de vez en cuando y el 38% a menudo. Las opciones nunca y con mucha frecuencia alcanzaron 5% y 4%, respectivamente, mientras que casi nunca no fue seleccionada.

En relación con la percepción de que las cosas marchan bien, la mayoría (56%) afirmó experimentarlo de vez en cuando, aunque un 24% señaló que nunca le ocurre. Las respuestas a menudo y con mucha frecuencia representaron 14% y 6%, respectivamente, y casi nunca no tuvo registro.

La sensación de estar al control de todo se concentró entre las opciones a menudo (46%) y de vez en cuando (45%). En menor medida, se reportaron con mucha frecuencia (8%), nunca (1%) y casi nunca (0%).

Finalmente, en el control sobre la forma en que se pasa el tiempo, la mayoría indicó hacerlo a menudo (50%), seguida de de vez en cuando (40%). Las respuestas nunca y con mucha frecuencia alcanzaron 5% y 4%, respectivamente, mientras que casi nunca no fue seleccionada.

TABLA 7

FACTOR DE DISTRÉS DIMENSIÓN POSITIVA

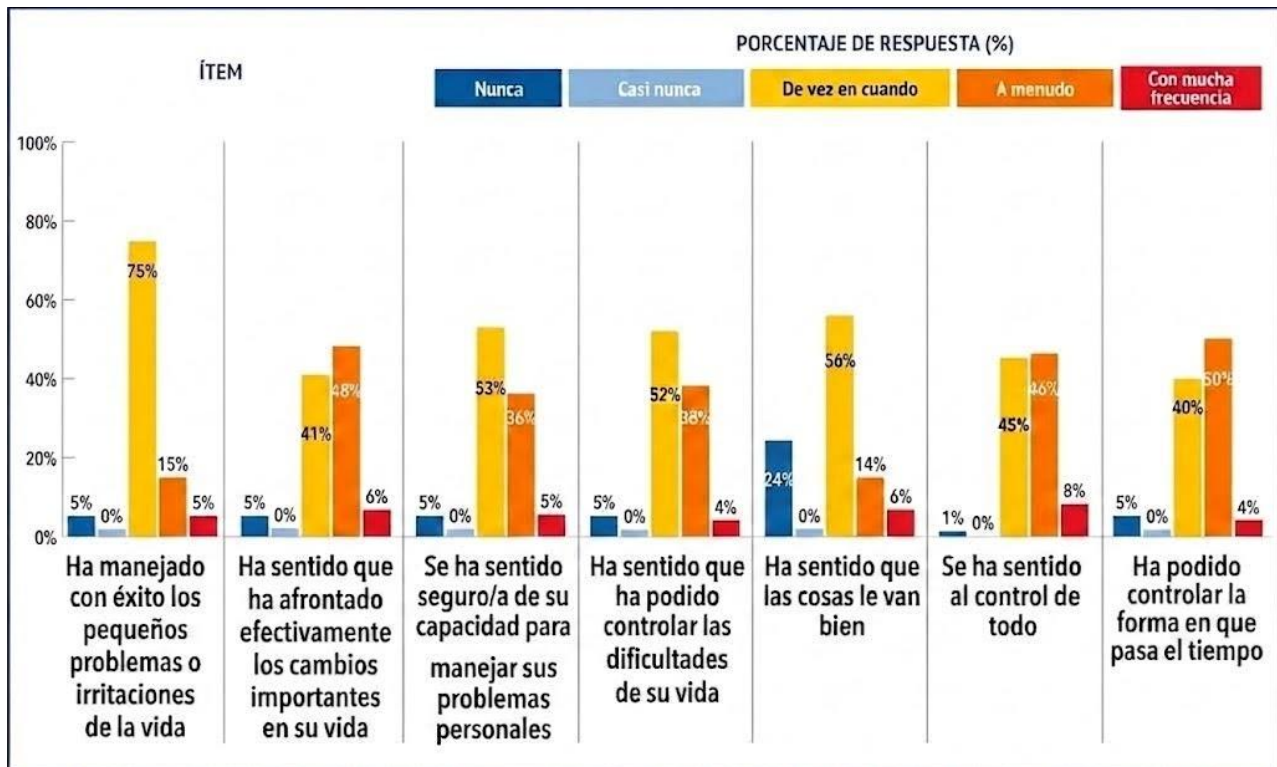


Ilustración 2 FACTOR DE DISTRÉS DIMENSIÓN POSITIVA

Fuente: Datos recolectados en encuesta aplicada a estudiantes de Enfermería, 2026

Elaborado por: Velesaca Pacha Evelin Valeria, Pilay Molina Daniela Nailly

Análisis:

En el análisis detallado de la dimensión positiva, la evaluación de las siete preguntas evidencia la percepción de los participantes acerca de su capacidad de afrontamiento, control y bienestar general.

La pregunta con mayor concentración de respuestas en una sola opción correspondió al manejo exitoso de los pequeños problemas o irritaciones de la vida, donde el 75% de los encuestados indicó hacerlo de vez en cuando. En menor proporción, el 15% señaló lograrlo a menudo, mientras que las categorías nunca y con mucha frecuencia alcanzaron un 5% cada una, y casi nunca no registró respuestas.

Respecto al afrontamiento efectivo de los cambios importantes, la opción predominante fue a menudo (48%), seguida de de vez en cuando (41%). Un 6% manifestó afrontarlos con mucha frecuencia, un 5% nunca y ningún participante seleccionó casi nunca.

En relación con la seguridad para manejar problemas personales, la mayoría eligió de vez en cuando (53%), seguida por a menudo (36%). Las opciones nunca y con mucha frecuencia representaron un 5% cada una, mientras que casi nunca no obtuvo registro.

En cuanto al control sobre las dificultades de la vida, el 52% afirmó haberlo sentido de vez en cuando y el 38% a menudo. Las respuestas nunca y con mucha frecuencia alcanzaron 5% y 4%, respectivamente, y casi nunca no fue seleccionada.

La percepción de que las cosas marchan bien mostró predominio de la opción de vez en cuando (56%), seguida por nunca (24%). En menor medida, se reportaron a menudo (14%), con mucha frecuencia (6%) y casi nunca (0%).

En el ítem sobre la sensación de estar al control de todo, las respuestas se concentraron entre a menudo (46%) y de vez en cuando (45%). Las frecuencias menores correspondieron a con mucha frecuencia (8%), nunca (1%) y casi nunca (0%).

Finalmente, en la capacidad para controlar la forma en que se pasa el tiempo, la opción más seleccionada fue a menudo (50%), seguida por de vez en cuando (40%). Las categorías nunca y con mucha frecuencia alcanzaron 5% y 4%, respectivamente, mientras que casi nunca no registró respuestas.

Tabla 2

NIVEL DE ESTRÉS PERCIBIDO

Dimensión / Nivel	Frecuencia	Porcentaje (%)
Dimensión Negativa (Sobrecarga / 28 pts.)		
Bajo (0 – 9)	10	10,0%
Moderado (10 – 18)	88	88,0%
Alto (19 – 28)	2	2,0%
Total	100	100%

Fuente: Datos recolectados en encuesta aplicada a estudiantes de Enfermería, 2026

Elaborado por: Velesaca Pacha Evelin Valeria, Pilay Molina Daniela Nailly

Análisis:

Los resultados evidencian que, de los 100 estudiantes de la Carrera de Enfermería, la mayoría presenta un nivel moderado de estrés percibido, con 88 estudiantes, equivalente al 88,0%. En cuanto a los demás resultados, 10 estudiantes, correspondientes al 10,0%, presentaron un nivel bajo de estrés, mientras que únicamente 2 estudiantes, equivalentes al 2,0%, presentaron un nivel alto. Esto permite considerar que las actividades académicas y responsabilidades pueden generar cierto grado de estrés en los estudiantes.

DISCUSIÓN

En general, los datos recopilados de estudiantes de la carrera de enfermería utilizando la Escala de Estrés Percibido (PSS) mostraron una clara tendencia a demostrar altos niveles de estrés psicológico, sobrecarga cognitiva y percepciones conflictivas de control académico y personal. (14) La distribución de los datos muestra una concentración muy alta de respuestas en las categorías “A veces” y “A menudo”, lo que confirma que el estrés no es una experiencia aislada u ocasional, sino una condición a largo plazo que acompaña la curva de aprendizaje de los futuros profesionales de la salud. Cuando se trata de medir la carga de trabajo mental y la sobrecarga académica, estas métricas presentan un panorama importante. (32) La gran mayoría de los estudiantes encuestados (97%) dijeron que a menudo piensan en sus responsabilidades y el trabajo que aún tienen que completar, y el 57% dijo que en algún momento sienten que no pueden completar todas sus responsabilidades. Esta sensación de saciedad se reforzó al evaluar la acumulación de problemas, donde el 92% de la muestra dijo sentir que las dificultades se acumulaban hasta el punto de no poder superarlas. Estos resultados son consistentes con los de Castillo de quienes señalaron que la densidad del plan de estudios de ciencias de la salud combinada con una evaluación formativa constante crea una presión constante que excede la capacidad de respuesta de los estudiantes, lo que lleva al agotamiento mental a largo plazo.(33,58)

En el área de autorregulación afectiva y emocional, los resultados reflejan un impacto significativo en la salud mental de los estudiantes. La presencia de ansiedad y estrés afectó a casi toda la población de estudio y se relacionó directamente con la frustración por falta de control. Específicamente, el 68% de los estudiantes universitarios dijeron que se sienten enojados o molestos cuando los eventos que los rodean están fuera de su control. La literatura confirma este fenómeno: González y Laura explican que la exposición temprana y concurrente a la atención hospitalaria expone a los estudiantes a situaciones impredecibles, sufrimiento humano y toma de decisiones bajo presión, aspectos para los cuales la formación teórica es inadecuada si no se acompaña de una formación estructurada en regulación de las emociones.(38,59)

Por otro lado, al examinar ítems de instrumentos con puntuación inversa que evalúan factores protectores como la gestión del tiempo, la autoeficacia y el

bienestar percibido, se hace evidente una notable sensibilidad estructural. El noventa y dos por ciento de los encuestados informaron tener poca o ninguna sensación de mantener un control general sobre sus vidas, y el 80% informó una baja frecuencia de percepción de que las cosas iban bien. Del mismo modo, el 46% informó limitaciones notables para gestionar eficazmente su tiempo personal y de estudio. Sin embargo, se reveló un matiz importante en la adaptabilidad de la muestra: el 89% de los estudiantes notó un nivel moderado y frecuente de afrontamiento de los cambios trascendentes en la vida. Esta aparente paradoja es consistente con el análisis de Silva y Morales, quienes destacan que si bien los estudiantes de enfermería se esfuerzan por desarrollar resiliencia y mecanismos prácticos de afrontamiento para satisfacer las demandas de la práctica clínica, estos recursos se ven severamente comprometidos por la incapacidad de manejar horarios y equilibrar la vida académica con el tiempo libre, manteniendo así altos índices de estrés.(49,60)

CONCLUSIÓN

Se determinó que el nivel moderado de estrés percibido predominó en los estudiantes de la Carrera de Enfermería, representando el 88%. Esto evidencia que, aunque los estudiantes experimentan situaciones que pueden generar estrés durante su formación académica, la mayoría se mantiene en un nivel moderado.

En relación a las características sociodemográficas, la muestra se compone principalmente de adultos jóvenes entre 18 y 25 años (58%), fue el sexo masculino con el 58%, se concentra en los estudiantes de 5to a 7mo ciclo 47%. De unión libre (48%), el 51% de los estudiantes de la carrera de enfermería, trabaja y estudia al mismo tiempo.

Respecto a la dimensión negativa del estrés la pregunta mayor contestada fue ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso/a o estresado/a?, con un 77% de respuestas en la opción de vez en cuando.

En el estrés percibido en la dimensión positiva la pregunta con mayor nivel de respuesta en una sola opción fue ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas o irritaciones de la vida?, donde el 75% de los estudiantes contestó de vez en cuando.

RECOMENDACIONES

A las autoridades académicas y directivos de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil llevar a cabo una nueva organización y distribuir adecuadamente la carga académica, coordinando mejor las actividades de los docentes y los calendarios de evaluación para evitar la acumulación excesiva de trabajos que genera preocupación en el 97% de los estudiantes y sobrecarga en el 92%. También es importante revisar, flexibilizar y reestructurar los horarios de las prácticas clínicas para facilitar la conciliación con las actividades teóricas y el descanso personal.

Al departamento de Bienestar Estudiantil debe implementar talleres obligatorios sobre manejo del estrés, inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento, junto con un acompañamiento psicológico continuo durante las practicas hospitalarias, con el propósito de disminuir índices de nerviosismo y frustración. Los docentes y tutores clínicos también deberían promover un ambiente de aprendizaje más empático y brindar herramientas de planificación dentro de sus tutorías.

Fortalecer hábitos de autocuidado, administración del tiempo y redes de apoyo entre compañeros, Además, sería conveniente que a los futuros investigadores se les realicen estudios longitudinales que permita conocer con mayor profundidad los factores que generan estrés en los estudiantes según el semestre académico.

Referencias

1. Vivanco Vasquez EA, Ayora Apolo DC, Caraguay Gonzaga SM, Espinoza Cuenca EJ, Carrión Cabrera MS, Castillo Jaramillo HG. ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE LA SALUD HUMANA [Internet]. Vol. 11. Disponible en: <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/3204>
doi:<https://doi.org/10.31243/ei.uta.v11i1.3204.2026>
2. Ching Yin SS, Cheung K, Hegney D, Rees CS. Stressors and coping of nursing students in clinical placement: A qualitative study contextualizing their resilience and burnout. 2019 Dec 17 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31881460/> doi:10.1016/j.nepr.2019.102690
3. Hurst CS, Baranik LE, Francis Daniel. College student stressors: a review of the qualitative research. 2012 Oct 1 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23023893/> doi:10.1002/smi.2465
4. Directrices de la OMS sobre salud mental en el trabajo [Internet]. Disponible en: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/1eccc58b-5e82-4901-822a-8dca2f490015/content>
5. Molesworth M, Davis K, Rickards-Hill D, Bossman I, Mayne W. Exploring the effects of financial stress on undergraduate nursing students in Scotland. 2025 Jan 6 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39757701/>
doi:10.7748/ns.2025.e12405
6. Hila Ariela Dafny, McCloud C, Pearson V, Brown S, Phillips C, Waheed N, et al. Nursing students' experience of workplace violence in clinical practice: A qualitative systematic review. 2023 May 11 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37166364/> doi:10.1111/jocn.16746
7. Onieva-Zafra MD, Fernández-Muñoz JJ, Fernández-Martínez E, García-Sánchez FJ, Abreu-Sánchez A, Parra-Fernández ML. Anxiety, perceived stress and coping strategies in nursing students: a cross-sectional, correlational, descriptive study [Internet]. Vol. 20. 19 de octubre de 2020. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33081751/> doi:10.1186/s12909-020-02294-
8. Alshahrani Y, Cusack L, Rasmussen P. Undergraduate nursing students' strategies for coping with their first clinical placement: Descriptive survey study. 2018 Jul 18 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30029041/>
doi:10.1016/j.nedt.2018.07.005
9. De Dios Duarte MJ, Varela Montero I, Braschi Diaferia L, Sánchez Muñoz E. Estrés en estudiantes de enfermería. 2017-08-28 [Internet]. Disponible en: <https://ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/1067/0>
10. Meyer A, Pérez C, Ramírez L. Percepción de estrés en estudiantes chilenos de medicina y enfermería. January 2013 [Internet]. Disponible en: <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/items/90cc1ef7-f180-4b2a-9360-1b7dd4404b06>
11. Shnaider N, Warshawski S. The role of perceived stress and social support in nursing students' satisfaction with their initial clinical placement: A cross-sectional study. Nurse Educ Pract. 2024;78:104005.
doi:<https://doi.org/10.1016/j.nepr.2024.104005>

12. Larzabal-Fernández A, Ramos-Noboa M isabel. Propiedades psicométricas de la escala de estrés percibido (pss-14) en estudiantes de bachillerato de la provincia de tungurahua (ecuador). 2019 [Internet]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10148191>
13. COHEN S, KAMARCK T, MERMELSTEIN R. A Global Measure of Perceived Stress [Internet]. Vol. 24. 1983. 385-396 p. Disponible en: <https://www.cmu.edu/dietrich/psychology/stress-immunity-disease-lab/scales/pdf/globalmeas83.pdf>
14. Coyago Capa BM, Moreira Flores CB. Efectos del estrés académico en los estudiantes de enfermería de la Universidad de Guayaquil año 2024 [Internet]. Disponible en: https://repositorio.ug.edu.ec/items/0dc374de-334b-4794-8689-28d71cb2b8c2?utm_source=chatgpt.com
15. Ji X, Guo X, Kim Lam S, Japar S, He L. Effectiveness of stress management interventions for nursing students: A systematic review and meta-analysis [Internet]. Vol. 26. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38566439/> doi:10.1111/nhs.13113
16. Gutiérrez-Campos M de J, Cabral-de la Torre M del R, Hernández-Esparza C L, Morales-Pérez F, MartínezVillagrán I B, Verduzco-Brambila I A. Factores de riesgo asociados al comportamiento suicida y su interpretación con teorías humanistas en estudiantes de enfermería [Internet]. 2020. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2020/sje201b.pdf>
17. Silva-Ramos MF, López-Cocotle JJ, Meza-Zamora MEC. Estrés académico en estudiantes universitarios. Vol. 28. 2020:75-83.
18. Hamaideh SH, Abuhammad Sawsan, Khait AA, Modallal HA, Hamdan-Mansour AM, deh RM, et al. Levels and predictors of empathy, self-awareness, and perceived stress among nursing students: a cross sectional study [Internet]. Vol. 23. 2024. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38378529/> doi:doi: 10.1186/s12912-024-01774-7
19. Guevara Rodríguez KB, Guadalupe Núñez SV. Niveles de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería durante sus prácticas preprofesionales. Vol. 10. 2026:77-90. doi:<https://doi.org/10.53877/rc10.21-611>
20. Remor E, Carrobles J. Estres:Cómo reconocerlo y aminorarlo [Internet]. 2020. Disponible en: https://uapa.cuaed.unam.mx/sites/default/files/minisite/static/911f3feb-b698-4c1f-a203-b38dbc741928/estres%20reconocelo/descargables/Escala_de_estres_percibido.pdf
21. Dogham RS, Mansy Ali HF, Ghaly AS, Elcokany NM, Seweid MM, El-Ashry Ayman Mohamed. Deciphering the influence: academic stress and its role in shaping learning approaches among nursing students: a cross-sectional study [Internet]. 17 de abril de 2024. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11022454/> doi:10.1186/s12912-024-01885-1
22. Solak M, Topçu S, Sert ZE, Doğan S, Savan F. Evaluation of stress, bio-psycho-social response and coping strategies during the practical training in nursing students: a cross sectional study [Internet]. Vol. 23. 2 de septiembre de 2024. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39218850/> doi:10.1186/s12912-024-02265-5
23. Molina Macias RO, Solorzano HM. Estrés académico en estudiantes de segundo semestre de la carrera de enfermería: estudio descriptivo en la PUCE-Manabí

- [Internet]. Vol. 6. 2026. Disponible en:
<https://www.revistasocialfronteriza.com/ojs/index.php/rev/article/view/1068>
doi:[https://doi.org/10.59814/resofro.2026.6\(2\)1068](https://doi.org/10.59814/resofro.2026.6(2)1068)
24. Estrés [Internet]. 2026. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
25. Naranjo Pereira ML. UNA REVISIÓN TEÓRICA SOBRE EL ESTRÉS Y ALGUNOS ASPECTOS RELEVANTES DE ÉSTE EN EL ÁMBITO EDUCATIVO. Vol. 33. 171-90.
26. Bhurtun HD, Saaranen T, Turunen H, Estola M. The Psychometric Properties of the Perceived Stress Scale When Used to Measure Stress Levels of Finnish Nursing Undergraduate Students. 2021 Apr 16 [Internet]. 1 de agosto de 2021. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33863848/> doi:10.1891/JNM-D-20-00012
27. Kawashima T, Ota Y, Aikawa G, Watanabe M, Ashida K, Sakuramoto H. Effectiveness of emotional intelligence training on nurses' and nursing students' emotional intelligence, resilience, stress, and communication skills: a systematic review and meta-analysis. 2025 Apr 10 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40233578/> doi:10.1016/j.nedt.2025.106743
28. Güder DS, Arslan G, Erdemir F. Estrés percibido, optimismo-pesimismo, ajuste psicológico y angustia ante la muerte en profesionales de enfermería durante la pandemia de COVID-19 [Internet]. 2024. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/BJJWYL5WgkzDKPg8mLKQrwH/?format=pdf&lang=es>
doi:<https://doi.org/10.1590/1518-8345.7068.4173>
29. Hernández-Mariano JÁ, Hurtado-Salgado E, Velázquez-Núñez MDC, Cupul-Uicab LA. Prevalence of Academic Burnout Among Nursing Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. 2024 Aug 1 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39120506/> doi:10.3928/01484834-20240502-04
30. Jorquera-Gutiérrez R. Análisis psicométrico de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14 y PSS-10) en un grupo de docentes de Copiapó, Chile. 21-Nov-2025 [Internet]. junio de 2023. Disponible en: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1729-48272023000100205&script=sci_arttext
doi:<https://doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n1.683>
31. Ezzati A, Jiang J, Katz MJ, Sliwinski MJ, Zimmerman ME, Lipton RB. Validation of the Perceived Stress Scale in a Community Sample of Older Adults. Vol. 29. 3 de diciembre de 2013:645-52. doi:10.1002/gps.4049
32. Holden S, O'Connell KA. Using Meditation to Reduce Stress, Anxiety, and Depression in Nursing Students. 2023 Aug 1 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37561896/> doi:10.3928/01484834-20230612-02
33. Andreou E, Alexopoulos EC, Lionis C, Varvogli L, Gnardellis C, Chrousos GP, et al. Perceived Stress Scale: Reliability and Validity Study in Greece. Vol. 8. 11 de agosto de 2011. doi:10.3390/ijerph8083287
34. Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R. Perceived Stress Scale - 14 items (PSS-14) [Internet]. Disponible en: https://eprovide.mapi-trust.org/instruments/perceived-stress-scale-14-items?utm_source=chatgpt.com

35. Mohamed NA, Ali SO, Elkhider Ehrahim EE, Ahmed AL, Mohamed Wahba A. Predictors of Academic and Clinical Stress Among Nursing Students [Internet]. 22 de octubre de 2024. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39469726/> doi:10.1177/23779608241290392
36. McCarthy B, Trace A, O'Donovan M, Brady-Nevin C, Murphy M, O'Shea M, et al. Nursing and midwifery students' stress and coping during their undergraduate education programmes: An integrative review. 2017 Nov 28 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29227889/> doi:10.1016/j.nedt.2017.11.029
37. Lisnyj KT, Gillani N, Pearl L D, McWhirter E J, Papadopoulos A. Factors associated with stress impacting academic success among post-secondary students: A systematic review. 2021 Jul 9 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34242132/> doi:10.1080/07448481.2021.1909037
38. Visier-Alfonso ME, Sarabia-Cobo C, Cobo-Cuenca AI, Nieto-López M, López-Honrubia R, González-López JR. Stress, mental health, and protective factors in nursing students: An observational study [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38781822/> doi:10.1016/j.nedt.2024.106258
39. Berdida E DJ, Lopez V, N Grande RA. Nursing students' perceived stress, social support, self-efficacy, resilience, mindfulness and psychological well-being: A structural equation model. 2023 May 30 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37249199/> doi:10.1111/inm.13179
40. Stephens TM. Nursing student resilience: a concept clarification. 2013 Apr-Jun [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23600641/> doi:10.1111/nuf.12015
41. Labrague LJ. Umbrella Review: Stress Levels, Sources of Stress, and Coping Mechanisms among Student Nurses. Vol. 14. 2024:362-75. doi:10.3390/nursrep14010028
42. W Smith B, Maneze D, M Ramjan L, M Stephen C, Montayre J, Salamonson Y. Impacts of Financial Stress on Mental Health and Wellbeing of Nursing Students: A Systematic Integrative Review [Internet]. Vol. 4. abril de 2026. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40590434/> doi:10.1111/jan.70043
43. Torres GCS, Paragas Jr ED. Social determinants associated with the quality of life of baccalaureate nursing students: A cross-sectional study. 2018 Oct 17 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30332518/> doi:10.1111/nuf.12306
44. Medeiros da Silva KK, Figueiredo de Martino MM, Bandeira Bezerra CM, Lima de Souza ÂM, da Silva DM, Targino Nunes J. Stress and quality of sleep in undergraduate nursing students. 2020 May 15 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32428171/> doi:10.1590/0034-7167-2018-0227
45. Ji Q, Zhang L, Xu J, Ji P, Song M, Chen Y, et al. Associations of mental well-being with higher education-related stress and orientation of the academic goals among nursing students: A cross-sectional study. 27 de febrero de 2024. doi:<https://doi.org/10.1111/inm.13313>
46. Ejaz H, Sultan B, Pienaar AJ, Froelicher ES. Effectiveness of a resilience-focused educational program for promoting resilience in nursing students: A systematic review and meta-analysis. 2024 Jun 4 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38879909/> doi:10.1016/j.nepr.2024.104014

47. Badillo-Sánchez N, Gómez-Salgado J, Allande-Cussó R, Yildirim M, López-López D, Goniewicz K, et al. Impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of Nursing students: A systematic review and meta-analysis [Internet]. Vol. 104. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39792714/> doi:10.1097/MD.00000000000040797
48. Alwin Issac, Nayak SG, Thanaraj P, George R, Srivastava SP. Nursing students coping strategies to stressors in clinical learning environment: A systematic review and meta-synthesis. 2025 Dec 18 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41468789/> doi:10.1016/j.nedt.2025.106956
49. Gómez-Urquiza JL, Velando-Soriano A, Membrive-Jiménez MJ, Ramírez-Baena L, Aguayo-Estremera R, Ortega-Campos E, et al. Prevalence and levels of burnout in nursing students: A systematic review with meta-analysis. 2023 Aug 24 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37651959/> doi:10.1016/j.nepr.2023.103753
50. Asamblea Nacional del Ecuador. Constitución de la República del Ecuador [Internet]. Disponible en: <https://www.asambleanacional.gob.ec/sites/default/files/constituciondelarepublicadelec uador-incluyereformas-consultapopular7demayo.pdf>
51. Ministerio de Salud Pública del Ecuador. LEY-ORGÁNICA-DE-SALUD. Registro Oficial Suplemento No. 423; 2006.
52. Asamblea Nacional del Ecuador. Ley-Organica-Salud-Mental. Registro Oficial Suplemento No. 471; 2024.
53. Consejo de Educación Superior. Ley Orgánica de Educación Superior. Registro Oficial No. 298; 2010.
54. Ministerio de Salud Pública del Ecuador. ACUERDO N° 00005 - 2022 EXPÍDESE EL REGLAMENTO SUSTITUTIVO DEL REGLAMENTO PARA LA APROBACIÓN Y SEGUIMIENTO DE COMITÉS DE ÉTICA DE INVESTIGACIÓN EN SERES HUMANOS (CEISH) Y COMITÉS DE ÉTICA ASISTENCIALES PARA LA SALUD (CEAS). Registro Oficial, Quinto Suplemento No. 118; 2022.
55. Council for International Organizations of Medical Sciences. International Ethical Guidelines for Health-related Research Involving Humans [Internet]. 4.^a ed. Geneva: Council for International Organizations of Medical Sciences (CIOMS); 2016. Disponible en: <https://cioms.ch/publications/product/international-ethical-guidelines-for-health-related-research-involving-humans/> doi:<https://doi.org/10.56759/rgxl7405>
56. Veiga de Cabo J, Fuente Díez E de la, Zimmermann Verdejo M. Modelos de estudios en investigación aplicada. 2008 [Internet]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2581381>
57. Engelbrecht MC. Construct validity and reliability of the perceived stress scale for nursing students in South Africa [Internet]. Vol. 1. 6 de junio de 2022. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35792608/> doi:10.4102/curationis.v45i1.2276
58. PACHECO CASTILLO J. Estrés académico de los estudiantes de enfermería en una universidad privada de Puerto Rico y su asociación con el rendimiento académico. Málaga: Publicacion y divulgación científica. Universidad de Malaga; 2017. doi:<https://orcid.org/0000-0002-3074-687X>

59. Jennifer Adriana Medina Quinga. Factores estresantes en los estudiantes de enfermería durante las prácticas hospitalarias. *Revista Ecuatoriana De Ciencia, Tecnología E Innovación En Salud Pública*. Vol. 9. 2025. doi:<https://doi.org/10.31790/inspilip.v9i29.769>
60. Rodríguez-Fernández, Alejandra Logo ORCID [1] ; Maury-Sintjago, Eduard Antonio Logo ORCID [1] ; Troncoso-Pantoja, Claudia Logo ORCID [2] ; Morales-Urzúa, Mónica Logo ORCID [3] ; Parra-Flores, Julio. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud de Santiago de Chile. En: *Academic stress and coping strategies in students of health degrees in Santiago de Chile*. 2020.
61. Ko KY, Montayre JR, Chiu PL, Lai TKH, Chan K, Chan HHT. Effects of interventions to reduce clinical placement-related psychological distress among nursing students: A systematic review with meta-analysis. 2025 Dec [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41281387/> doi:10.1016/j.ijnsa.2025.100435
62. Medina Quinga JAM, Suárez Ortiz HS. Factores estresantes en los estudiantes de enfermería durante las prácticas hospitalarias. 2025 [Internet]. Disponible en: <https://www.inspilip.gob.ec/index.php/inspi/article/view/769> doi:<https://doi.org/10.31790/inspilip.v9i29.769>
63. Dong X, Ahmad NB, Tan KA, Lee K, Zulkefli NABM, Guo K, et al. Effectiveness of theory-based health education in reducing stress among nursing students: A systematic review and meta-analysis. 2025 Jun 25 [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40816781/> doi:10.1016/j.apnu.2025.151915
64. Ahmed M WA, Mohammed A BM. Nursing students' stress and coping strategies during clinical training in KSA. 2019 Apr [Internet]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31435401/> doi:10.1016/j.jtumed.2019.02.002
65. Mendez Mamani JC, Arevalo Marcos RA. Estrés y ansiedad en estudiantes universitarios de enfermería durante la enseñanza en la pandemia de COVID-19 [Internet]. Vol. 6. 2022. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/3386> doi:https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3386

Anexos

Ilustración 3 Permisos de la Universidad



Telf.: 3804600
Ext. 1801-1802
www.ucsg.edu.ec
Apartado 09-01-4671
Guayaquil-Ecuador

Guayaquil, 09 de julio del 2026

Srta. Evelin Velesaca Pacha
Srta. Daniela Nally Pilay
Estudiantes de la Carrera de Enfermería
Universidad Católica de Santiago de Guayaquil

De mis consideraciones:

Reciban un cordial saludo de parte de la Dirección de la Carrera de Enfermería, a la vez les comunico, que su tema de trabajo de titulación: "Nivel de Estrés percibido en estudiantes de la Carrera de Enfermería, utilizando el Test PSS 14." ha sido aprobado por la Comisión Académica de la Carrera, su tutora asignada es la Lic. Mariana Riofrio Cruz.

Me despido deseándoles éxito en la realización de su trabajo de titulación.

Atentamente,

LCDA. ANGELA MENDOZA VENCES
DIRECTORA DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

Cc: Archivo



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE ENFERMERÍA

ENCUESTA

Nivel de estrés percibido en los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, año 2026.

Objetivo del instrumento: Evaluar el nivel de estrés percibido en su dimensión positiva y negativa en los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

Instrucciones para el encuestado/a: Esta encuesta es anónima y confidencial. Por favor, lea cada pregunta detenidamente y seleccione con una "X" la casilla que mejor describa la frecuencia con la que ha experimentado cada situación durante los últimos meses. No hay respuestas correctas o incorrectas. Sea lo más sincero/a posible.

1. DATOS GENERALES DEL ESTUDIANTES

Ítem	Opción					
Edad	☐ 18–25 ☐ 26–35 ☐ + 36					
Sexo	☐ Femenino ☐ Masculino ☐ Otro					
Estado civil	☐ Soltero/a ☐ Casado/a ☐ Unión libre ☐ Divorciado/a					
Ciclo	☐ 1ero a 2do ☐ 3ero a 4to ☐ 5to a 7mo					
Ocupación	☐ Estudia ☐ Trabaja y estudia					
	ESTRÉS NEGATIVO					
Dimensión	Ítem	Nunca (0)	Casi nunca (1)	De vez en cuando (2)	A menudo (3)	Con mucha frecuencia (4)

Ítem	Opción					
Sobrecarga (Dimensión Negativa)	1. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia se ha sentido afectado por algo que ocurrió inesperadamente?	☐	☐	☐	☐	☐
	2. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?	☐	☐	☐	☐	☐
	3. ¿En los últimos meses,	☐	☐	☐	☐	☐

Ítem	Opción					
	¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso/a o estresado/a?					
	8. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas sus obligaciones?	☐	☐	☐	☐	☐
	11. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia se ha enfadado o porque las cosas que estaban fuera de	☐	☐	☐	☐	☐

Ítem	Opción					
	su control?					
	12. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia ha pensado en las cosas que aún le quedan por hacer?	☐	☐	☐	☐	☐
	14. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulaban tanto que no podía superarlas?	☐	☐	☐	☐	☐
	ESTRÉS POSITIVO					

Ítem	Opción					
Dimensión	Ítem	Nunca (0)	Casi nunca (1)	De vez en cuan do (2)	A menudo (3)	Con mucha frecuencia (4)
Afrontamie nto / Autoeficaci a (Dimensió n Positiva)	1. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas o irritaciones de la vida?	☐	☐	☐	☐	☐
	2. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia ha sentido que ha afrontado efectivamente los	☐	☐	☐	☐	☐

Ítem	Opción					
	cambios importantes en su vida?					
	3. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia se ha sentido seguro/a de su capacidad para manejar sus problemas personales?	☐	☐	☐	☐	☐
	4. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?	☐	☐	☐	☐	☐

	5. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia ha sentido que ha podido controlar las dificultades de su vida?	☐	☐	☐	☐	☐
	10. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia se ha sentido al control de todo?	☐	☐	☐	☐	☐
	13. ¿En los últimos meses, ¿con qué frecuencia ha podido controlar la forma en que pasa el tiempo?	☐	☐	☐	☐	☐

Tabla 3 FORMATO DEL INSTRUMENTO

INTERPRETACIÓN DEL NIVEL DE ESTRÉS PERCIBIDO

Puntaje total Dimensión Negativa (Sobrecarga / 28 pts.): __ / 28

- **Nivel bajo: 0 – 9 puntos**
- **Nivel moderado: 10 – 18 puntos**
- **Nivel alto: 19 – 28 puntos**



DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Velesaca Pacha, Evelin Valeria**, con C.C: # **0943795575** autor/a del trabajo de titulación: **Nivel de Estrés Percibido en estudiantes de la Carrera de Enfermería utilizando el Test PSS-14** previo a la obtención del título de Licenciada en Enfermería en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, 01 de septiembre de 2026

f. 

Nombre: Velesaca Pacha, Evelin Valeria

C.I: 0943795575



DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Pilay Molina, Daniela Naily**, con C.C: # **0953313103** autor/a del trabajo de titulación: **Nivel de Estrés Percibido en estudiantes de la Carrera de Enfermería utilizando el Test PSS-14** previo a la obtención del título de Licenciada en Enfermería en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, 01 de septiembre de 2026

f. 

Nombre: Pilay Molina, Daniela Naily

C.I: 0953313103



REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN

TEMA Y SUBTEMA:	Nivel de Estrés Percibido en estudiantes de la Carrera de Enfermería utilizando el Test PSS-14		
AUTOR(ES)	Evelin Valeria Velesaca Pacha Daniela Naily Pilay Molina		
REVISOR(ES)/TUTOR(ES)	Lcda. Mariana Estela Riofrio Cruz Esp.		
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
FACULTAD:	Facultad de Ciencias de la Salud.		
CARRERA:	Enfermería		
TÍTULO OBTENIDO:	Licenciadas en Enfermería		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	01 de septiembre del 2026	No. PÁGINAS:	DE 50 páginas
ÁREAS TEMÁTICAS:	Salud Publica		
PALABRAS CLAVES/ KEYWORDS:	Estrés percibido, Estrés académico, Salud mental, Enfermería.		

El estrés percibido constituye uno de los principales problemas que afectan la salud mental de los estudiantes de enfermería debido a las exigencias académicas, la carga teórica y las prácticas clínicas es por ello que realizamos el siguiente **objetivo**: Determinar el nivel de Estrés Percibido en estudiantes de la Carrera de Enfermería utilizando el Test PSS-14". **Metodología**: Estudio descriptivo, observacional y transversal. **La población** conformada por 100 estudiantes de primero a séptimo ciclo **Resultados**: Características sociodemográficas Edad: 87% entre 18 y 25 años, sexo femenino con el 86%; Estado civil soltero/a con el 91%; Ocupación Trabajan y estudian con el 51%; ciclo de 5to a 7mo con el 47%. En la dimensión negativa del estrés negativo se siente nervioso o estresado de vez en cuando con el 77% y el estrés percibido positivo el manejo exitoso de los pequeños problemas o irritaciones de la vida con de vez en cuando el 75% moderado, mientras que en la dimensión positiva el 86% alcanzó el mismo nivel. **Conclusión**: El Estrés Percibido de los estudiantes de la carrera de Enfermería de primero a séptimo ciclo presentaron un nivel moderado de estrés.

ADJUNTO PDF:	☒ SI	☐ NO
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: 0988438800 0959933838	evelin.velesaca@cu.ucsg.edu.ec daniela.pilay@cu.ucsg.edu.ec
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN (COORDINADOR DEL PROCESO UTE)::	Nombre: Lic. Genny Margoth Rivera Salazar, PhD. Teléfono: +593-993095069 E-mail: (geny.rivera@cu.ucsg.edu.ec).	

SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA

Nº. DE REGISTRO (en base a datos):	
Nº. DE CLASIFICACIÓN:	
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):	