

ARTÍCULO ORIGINAL

**Estrés académico y estrategias de afrontamiento en  
estudiantes de carreras de salud de Santiago de Chile**  
Academic stress and coping strategies in students of health  
degrees in Santiago de Chile

Alejandra Rodríguez-Fernández<sup>1\*</sup> <https://orcid.org/0000-0002-3982-3165>

Eduard Maury-Sintjago<sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0002-9482-8268>

Claudia Troncoso-Pantoja<sup>2</sup> <https://orcid.org/0000-0002-8433-5750>

Mónica Morales-Urzúa<sup>3</sup> <https://orcid.org/0000-0002-8685-3623>

Julio Parra-Flores<sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0002-4835-9747>

<sup>1</sup> Universidad del Bío-Bío. Chile.

<sup>2</sup> Universidad Católica de la Santísima Concepción. Concepción. Chile.

<sup>3</sup> Universidad San Sebastián. Concepción. Chile.

\* Autor para la correspondencia. Correo electrónico: [alrodriguez@ubiobio.cl](mailto:alrodriguez@ubiobio.cl)

---

**RESUMEN**

**Fundamento:** el stress académico en los estudiantes universitarios puede desencadenar manifestaciones en el orden físico, psicológico y social.

**Objetivo:** determinar el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud en Santiago de Chile.

**Métodos:** se realizó un estudio transversal-analítico en una institución de educación superior privada de Santiago de Chile durante el año 2019. Se emplearon los instrumentos de Estrés Académico modificado y la Escala de Afrontamiento del Estrés Académico a la muestra de estudiantes. Se utilizó estadística descriptiva e inferencial, utilizando ANOVA (*one-way*), test de posthoc de Tukey y Chi<sup>2</sup>. La significancia se estableció en  $\alpha < 0,05$  y los análisis se realizaron con el software STATA 15.0.

**Resultados:** más del 70 % de la muestra se encontraba en un nivel socioeconómico medio-bajo. La situación generadora de estrés predominante estuvo referida a la sobrecarga de trabajo, la cual fue diferente entre los estudiantes de Enfermería ( $4,1 \pm 0,7$ ) en comparación con los de las otras carreras ( $p=0,032$ ). Ellos presentaron principalmente reacciones físicas ante las situaciones del estrés académico ( $p=0,024$ ) mientras que los de Terapia Ocupacional tuvieron mayormente reacciones psicológicas ( $p=0,21$ ). Estos últimos refirieron la reevaluación positiva como estrategia de afrontamiento, mientras que el resto de las carreras prefieren la búsqueda de apoyo ( $p=0,032$ ).

**Conclusiones:** se determinó el estrés académico y sus estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud en Santiago de Chile, quienes identificaron la sobrecarga de trabajo como su génesis sin presentar diferencias entre programas de estudio, pero sí en su afrontamiento.

**DeSC:** estrés fisiológico; estrés psicológico; estrategias; estudiantes; educación médica.

---

## ABSTRACT

**Background:** academic stress in university students can trigger manifestations in the physical, psychological and social order.

**Objective:** to determine academic stress and coping strategies in students of health degrees in Santiago de Chile.

**Methods:** a cross-sectional-analytical study was carried out in a private higher education institution in Santiago de Chile during 2019. The modified Academic Stress instruments and

the Academic Stress Coping Scale were applied to the sample of students. Descriptive and inferential statistics were used, using ANOVA (one-way), Tukey's posthoc test and Chi2. Significance was established at  $\alpha < 0.05$  and analyzes were performed with the STATA 15.0 software.

**Resultados:** más del 70 % de la muestra se encontraba en un nivel socioeconómico medio-bajo. La situación generadora de estrés predominante estuvo referida a la sobrecarga de trabajo, la cual fue diferente entre los estudiantes de Enfermería ( $4,1 \pm 0,7$ ) en comparación con los de las otras carreras ( $p=0,032$ ). Ellos presentaron principalmente reacciones físicas ante las situaciones del estrés académico ( $p=0,024$ ) mientras que los estudiantes Terapia Ocupacional tuvieron principalmente reacciones psicológicas ( $p=0,21$ ). Estos últimos refirieron la reevaluación positiva como estrategia de afrontamiento, mientras que el resto de las carreras prefieren la búsqueda de apoyo ( $p=0.032$ ).

**Conclusiones:** se determinó el estrés académico y sus estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud en Santiago de Chile, quienes identificaron la sobrecarga de trabajo como su génesis sin presentar diferencias entre programas de estudio, pero sí en su enfrentamiento.

**MeSH:** stress, physiological; stress, psychological; strategies; students; education, medical.

---

Recibido: 17/04/2020

Aprobado: 16/09/2020

## INTRODUCCIÓN

El perfil epidemiológico tanto de los países desarrollados como en vías de desarrollo pone las enfermedades cardiometabólicas como la principal causa de morbimortalidad. No obstante, desde hace un par de años los problemas de salud mental han aumentado considerablemente. La última Encuesta Nacional de Salud (2016-2017), indicó que más del

17 % de la población chilena ha padecido síntomas depresivos recientemente, lo que también parece ser una tendencia a nivel mundial.<sup>(1)</sup> Sin dudas, una de las principales causas de la depresión es el estrés, sobre todo el social más que el fisiológico. Este se ha convertido en un verdadero problema de salud pública: afecta de manera transversal todos los grupos etarios, incluso acorta la esperanza de vida.

Los universitarios se ven continuamente enfrentados a situaciones estresantes relativas con actividades académicas, personales y/o laborales que les demandan gran cantidad de recursos físicos y psicológicos.<sup>(2)</sup> Destacan en el período inicial de la universidad la condición de desarraigo familiar y amical que constituye un proceso de adaptación importante en la vida del estudiante. La independencia y nuevas responsabilidades adquiridas en esta etapa, las presiones por estudiar y cumplir con los requerimientos de la vida universitaria provocan una serie de cambios en los jóvenes, que muchas veces no son las adecuadas ya que tienden a caer en la autocompasión;<sup>(3)</sup> sin embargo, se ha reportado que con una intervención adecuada puede aumentar la responsabilidad de sí mismo, tener un régimen de estudios enfocado en desarrollar habilidades y competencias para el desempeño profesional basadas en la formación cognoscitiva, procedimental y actitudinal; a pesar de ello, estos cambios provocan situaciones de estrés, irritabilidad y ansiedad, los que constituyen potenciales riesgos para el desarrollo de enfermedades de salud mental y física.<sup>(4)</sup>

Específicamente los estudiantes que cursan carreras de salud tienen fuentes adicionales de estrés propias de la disciplina y que guardan relación con la carga de trabajo durante el programa, debido a las prácticas clínicas, talleres, y situaciones de estrés preclínico y clínico que tienen que ver con el desarrollo de habilidades necesarias para proporcionar servicios a otros.<sup>(5)</sup>

De esta forma, el estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se da en el ambiente académico. Al ser un problema de interacción entre el individuo y su medio ambiente, se convierte en un aspecto prioritario a

considerar en el proceso de adaptación al contexto universitario, al igual que la forma de manejarlo para minimizar sus efectos en el corto y largo plazo.

Es sabido que si no hay un abordaje oportuno del estrés académico, este puede transformarse en una condición patológica; y por tanto, crónica con resultados negativos para la salud del individuo. Las consecuencias van desde la dimensión física hasta la psicológica con repercusiones en situaciones de deserción, falta de concentración, fatiga intelectual, inapetencia a las tareas habituales, descuido, fatiga sexual, tristeza, descenso del rendimiento intelectual o físico, nerviosismo, modificación de la frecuencia cardiaca, tensión arterial, metabolismo y disminución de la actividad física.<sup>(6)</sup>

Existen recursos que permiten minimizar las consecuencias antes descritas. Las estrategias de afrontamiento del estrés son herramientas efectivas para modificar el agente estresor y facilitar el control emocional mediante la regulación de emociones que provocan las situaciones estresantes.<sup>(7)</sup>

El abordaje del estrés académico y las estrategias de afrontamiento en universitarios a nivel local es escaso, especialmente en estudiantes de carreras de la salud. De esta forma, la investigación al respecto es relevante para minimizar los riesgos en la etapa adulta y promover el autocuidado de la salud psicológica y física en la educación superior. El objetivo de este estudio es: determinar el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud en Santiago de Chile.

## MÉTODOS

Se trata de un estudio de tipo cuantitativo de corte transversal analítico realizado en una institución de educación superior privada en Santiago de Chile, durante 2019. La muestra fue de tipo probabilística estratificada según carrera y estuvo compuesta por 236 mujeres y 162 hombres que cursaban segundo y tercer años en las carreras de Nutrición, Kinesiología, Enfermería y Terapia Ocupacional que estuvieron de acuerdo en participar en el estudio

mediante la firma de consentimiento informado. Se resguardaron los principios éticos y se mantuvo el anonimato de las personas e institución participantes. El proyecto fue revisado y aprobado por el Comité de Bioética y Bioseguridad de la Universidad del Bío-Bío.

Se emplearon métodos teóricos: análisis-síntesis e inductivo-deductivo y empíricos: encuestas mediante cuestionarios, inventarios y escalas.

#### Recolección de la información

Se obtuvieron características generales de los sujetos de estudio que incluyeron variables sociodemográficas de sexo, edad, nivel socioeconómico (NSE) y variables académicas; notas de enseñanza media (NEM), puntaje de la prueba de selección universitaria (PSU) y notas de enseñanza universitaria (NEU), las cuales fueron obtenidas mediante el programa informático para la gestión curricular de la institución.

El estrés académico se obtuvo a través del Inventario de Estrés Académico modificado (IEA).<sup>(8)</sup> El IEA está compuesto por un total de 20 reactivos evaluados en una escala Likert de 1 a 5, donde 1 significa poco y 5 mucho, agrupados en 4 áreas: 1) reacciones físicas (pesadillas, fatiga, cefalea); 2) reacciones psicológicas (inquietud, concentración, irritabilidad); 3) reacciones comportamentales (aislamiento, abulia, hiperfagia) y 4) otras reacciones. Es una prueba que se aplica de forma individual, y un mayor puntaje de este instrumento se interpreta como indicativo de mayor estrés académico.

Para evaluar las estrategias de afrontamiento del estrés académico se utilizó la Escala de Afrontamiento del Estrés Académico (A-CEA), considerado como adecuado para su aplicación en el ámbito universitario. El cuestionario constó de un cuadernillo con preguntas y una hoja de respuestas que se responde por separado. Cada una de sus alternativas se expresa a través de una escala tipo Likert, con seis posibilidades de 0 a 5, que el sujeto elige para dar a conocer su percepción acerca de lo que se le pregunta. La escala definitiva de afrontamiento del estrés estuvo constituida por 23 ítems que permiten diferenciar entre el apoyo social (7 ítems), la reevaluación cognitiva (9 ítems) y la planificación (7 ítems).<sup>(9)</sup>

#### Análisis de la información

Los datos se analizaron con estadística descriptiva e inferencial. Las variables cualitativas se describieron con frecuencia absoluta y porcentajes. Las variables cuantitativas con medidas de tendencia central y dispersión. La distribución normal se verificó con el test de Shapiro Wilk. Para comparar se aplicaron las pruebas T-Student para muestras independientes, ANOVA de un factor (*oneway*), test *a posteriori* Tukey, y prueba de Chi-cuadrado. En todos los casos se consideró un nivel de significancia  $\alpha < 0,05$  y los análisis se realizaron con el software STATA 15.0.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La edad promedio de los estudiantes fue  $21,4 \pm 1,0$  años, sin ser distinta entre hombre y mujeres ( $p > 0,05$ ). La información académica referida a las NEM fue similar según sexo ( $5,4 \pm 1,0$  de un máximo de 7.0, al igual que los resultados de la prueba de selección universitaria (PSU) con puntaje alrededor de los 450 puntos ( $p > 0,05$ ) de un máximo de 850. Sí hubo diferencias entre hombres y mujeres respecto a NEU donde ellas alcanzan valores más altos que los hombres con 5,2 y 4,8, respectivamente ( $p < 0,05$ ), como se aprecia en la Tabla 1.

En Chile existen tres tipos de establecimientos educativos según el tipo de financiamiento, aquellos con fondos públicos (municipal y particular subvencionado) y los privados. Debido al nivel socioeconómico de los participantes  $> 70\%$  (C2-C3 y D), es probable que procedan de colegios municipales o particular subvencionados, y en ese sentido el promedio de puntuación de la PSU tanto en hombres como en mujeres fue de  $(454,0 \pm 122,0)$  y  $(465,5 \pm 128,0)$  respectivamente.

Conocer el nivel socioeconómico de los estudiantes universitarios es de particular importancia cuando se quiere investigar sobre estrés académico debido a su interrelación

existente en condiciones de desigualdad y segregación económica, datos que se ofrecen en la Tabla 1.

**Tabla 1.** Características generales de los participantes. 2019

<b>Características sociodemográficas</b>	<b>Femenino (n=236)</b>	<b>Masculino (n=162)</b>	<b>p</b>
Edad (años)*†			
Edad	21,2 ± 1,1	21,5 ± 0,9	0,951
Información académica*†			
NEM	5,4 ± 1,2	5,4 ± 0,9	0,986
PSU	465,5 ± 128,0	454,0 ± 122,0	0,654
NEU	5,2 ± 0,95	4,8 ± 1,1	0,032
Nivel socioeconómico***††			
ABC1	29 (12,3)	15 (9,3)	0,687
C2-C3	109 (46,2)	78 (48,1)	
D	68 (28,8)	48 (29,6)	
E	30 (12,7)	21 (13,0)	

Fuente: programa informático.

Leyenda:

\*Datos expresados en promedio ± desviación estándar).

\*\*Datos expresados en frecuencia absoluta (porcentajes)

†Prueba t-test

††Prueba Chi<sup>2</sup>

Nivel de significancia p<0,05

Abreviaciones: NEM (notas enseñanza media), PSU (prueba de selección universitaria), NEU (notas de enseñanza universitaria).

El 94 % de los estudiantes refirió haber tenido momentos de preocupación o nerviosismo en el transcurso del año académico. A pesar de los grandes avances en materia de prácticas pedagógicas y a la incorporación cada vez más frecuente de tecnologías de información comunicación y tecnologías del aprendizaje y el conocimiento, el estrés académico sigue siendo un problema que los afecta ya que no solo involucra el contexto académico sino el extracadémico que envuelve al sujeto.

Respecto a las situaciones generadoras de estrés percibidas por los estudiantes, la Tabla 2 muestra que la dimensión *competencia con los compañeros* no es estadísticamente distinta por carrera ( $p>0,05$ ), igual que las dimensiones referidas a *tiempo limitado*, *personalidad del profesor*, *evaluaciones* y *otros*. La única dimensión que presentó diferencias fue *la sobrecarga de trabajos*, donde los estudiantes de Enfermería alcanzaron el mayor puntaje con  $4,1\pm 0,7$  puntos, en comparación con los estudiantes de las otras carreras ( $p=0,032$ ). Estos resultados son muy similares a lo mostrado por Castillo et al.<sup>(10)</sup> (2018) en su estudio con estudiantes chilenos donde también informan que *la sobrecarga académica* ( $4,6\pm 0,1$ ) es la principal fuente de estrés académico.

**Tabla 2.** Situaciones generadoras de estrés en estudiantes según carrera. 2019

Situaciones generadoras	Terapia Ocupacional	Kinesiología	Enfermería	Nutrición	p
Competencia con los compañeros	4,1 ± 0,7	4,3 ± 0,8	4,7 ± 0,8	4,3 ± 0,9	0,786
Sobrecarga de trabajos	3,8 ± 0,8 <sup>a</sup>	3,3 ± 0,6 <sup>a</sup>	4,1 ± 0,7 <sup>b</sup>	3,5 ± 1,0 <sup>a</sup>	0,032
Tiempo limitado	4,3 ± 0,6	4,2 ± 0,8	4,8 ± 1,0	4,3 ± 1,1	0,628
Personalidad del profesor	3,6 ± 1,1	3,8 ± 0,7	4,1 ± 0,8	3,8 ± 0,9	0,087
Evaluaciones	3,2 ± 0,9	3,0 ± 1,1	3,8 ± 1,2	3,3 ± 0,8	0,586
Otros	2,9 ± 0,7	3,0 ± 1,1	3,5 ± 0,9	3,3 ± 0,7	0,214

Fuente: cuestionario.

Leyenda:

Datos expresados en promedio ± desviación estándar

Prueba ANOVA (*one way*)

Test post-hoc Tukey

<sup>a,b</sup> Letras distintas en la misma fila indican diferencias entre grupos

Nivel de significancia  $p < 0,05$

Los resultados respecto a las reacciones de los estudiantes ante situaciones de estrés, observables en la Tabla 3, muestran que las reacciones físicas presentan diferencias significativas ( $p=0,024$ ), siendo la carrera de Enfermería la que alcanza puntaje más alto ( $4,8 \pm 0,8$ ) y el más bajo Terapia Ocupacional ( $4,1 \pm 0,9$ ). En relación a las reacciones psicológicas hubo diferencias ( $p=0,021$ ), los de terapia ocupacional refieren mayores puntajes ( $4,6 \pm 1,2$ ) y los de Nutrición los más bajos ( $4,0 \pm 0,8$ ). Las reacciones

comportamentales no fueron diferentes estadísticamente ( $p=0,067$ ). Resultados similares han sido reportados por Blanco et al.<sup>(11)</sup> (2012), donde también se informó que tanto la *sobrecarga de trabajo* como *las reacciones físicas* al estrés son las más comunes (48,2 %). Si se analiza que la principal causa de estrés que tienen los estudiantes de Enfermería es la *sobrecarga de trabajo* es lógico pensar que sus principales reacciones sean *físicas*, tales como *fatiga*, *abulia* y *desgano*. Estos resultados también coinciden con lo encontrado por De Witt et al.<sup>(12)</sup> (2019), cuyo estudio en 101 estudiantes de Terapia Ocupacional también muestra que estos tienen algunas reacciones del ámbito psicológico como problemas de autocuidado y socialización.

**Tabla 3.** Reacciones ante situaciones de estrés académico, según carrera. 2019

Reacciones	Terapia Ocupacional	Kinesiología	Enfermería	Nutrición	p
Físicas	4,1 ± 0,9 <sup>a</sup>	4,5 ± 1,2 <sup>a</sup>	4,8 ± 0,8 <sup>b</sup>	4,3 ± 1,0 <sup>a</sup>	0,024
Psicológicas	4,6 ± 1,2 <sup>a</sup>	4,2 ± 1,5 <sup>b</sup>	4,1 ± 0,9 <sup>b</sup>	4,0 ± 0,8 <sup>b</sup>	0,021
Comportamentales	4,3 ± 1,1	4,1 ± 0,8	3,9 ± 1,3	3,6 ± 0,8	0,067
Otros	4,2 ± 0,8 <sup>a</sup>	3,3 ± 1,0 <sup>b</sup>	3,3 ± 1,1 <sup>b</sup>	3,0 ± 1,2 <sup>b</sup>	0,032

Fuente: cuestionario

Legenda:

Datos expresados en promedio ± desviación estándar)

Prueba ANOVA (one way)

Test post-hoc Tukey

<sup>a,b</sup> Letras distintas en la misma fila indican diferencias entre grupos

Nivel de significancia  $p < 0,05$

El uso de estrategias de afrontamiento adecuadas puede minimizar los riesgos y subsanar el estado de estrés en la que un estudiante se encuentre. En este sentido, y considerando que

cada individuo reacciona de manera diferente frente a un evento estresor, es necesario identificar estrategias adecuadas para revertir la condición estresante y sus síntomas.

En relación con las estrategias de afrontamiento, se aprecia en la Tabla 4 que la referida a *revaluación positiva* es diferente y mayor porcentualmente en Terapia Ocupacional con 53,1 % respecto a las demás carreras que no alcanzan el 15 % ( $p < 0,01$ ). Esto coincide con las *reacciones psicológicas* antes el estrés académico y lo indicado por Clarke et al.<sup>(13)</sup> (2019), en su estudio con alumnos sudafricanos.

La estrategia referida a *la búsqueda de apoyo* es estadísticamente distinta ( $p = 0,03$ ), siendo la carrera de Nutrición la que alcanza el mayor porcentaje con 80,9 %, Enfermería 79,2 %, Kinesiología 73,8 % y Terapia Ocupacional solo 32,1 %. Respecto a la estrategia de *planificación* los mayores puntajes los refieren las carreras de Terapia Ocupacional y Kinesiología con 14,9 % y 16,4 % respectivamente, mientras que Enfermería y Nutrición no alcanzan el 10,0 % para este ítem ( $p = 0,025$ ). Mahfouz et al.<sup>(14)</sup> (2016), en su estudio con 51 estudiantes de Enfermería del Cairo (Egipto) también muestran que las principales estrategias de afrontamiento son: aumentar el sentido del humor, hacer actividades recreativas y la búsqueda de apoyo. La literatura coincide que en diferentes estudiantes de ciencias de la salud la búsqueda de apoyo, los consejeros de carreras y programas de mentores son utilizados como principales estrategias de afrontamiento.<sup>(15)</sup>

**Tabla 4.** Estrategias de afrontamiento de estrés académico según carrera. 2019

<b>Estrategias de afrontamiento</b>	<b>Terapia Ocupacional</b>	<b>Kinesiología</b>	<b>Enfermería</b>	<b>Nutrición</b>	<b>p</b>
Revaluación positiva	53,1 (15)	9,8 (6)	11,1 (17)	10,6 (5)	<0,01
Búsqueda de apoyo	32,1 (9)	73,8 (45)	79,2 (12)	80,9 (38)	0,032
Planificación	14,9 (4)	16,4 (10)	9,7 (15)	8,5 (4)	0,025

Fuente: cuestionario.

Leyenda:

Datos expresados en porcentajes (frecuencia)

Prueba Chi<sup>2</sup>

Nivel de significancia  $p < 0,05$

La etapa de formación universitaria es relevante en lo que se refiere a la formación de hábitos de vida. Un adecuado control del estrés académico entrega herramientas que permiten formar hábitos saludables que repercutirán en un bienestar integral de los estudiantes universitarios y que favorecerán su calidad de salud desde un paradigma biopsicosocial durante el curso de la vida.

## CONCLUSIONES

Se determinó el estrés académico y sus estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud en Santiago de Chile. La sobrecarga de trabajo fue identificada en la génesis del estrés sin presentar diferencias entre programas de estudio, pero sí en su enfrentamiento, diferenciando a las carreras del área de la salud en la búsqueda de un acompañamiento más personalizado. Las reacciones físicas frente al estrés se presentaron

mayormente en estudiantes de Enfermería, mientras que las psicológicas en estudiantes de Terapia Ocupacional.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Liu Q, He H, Yang J, Feng X, Zhao F, Lyu J. Changes in the global burden of depression from 1990 to 2017: findings from the Global Burden of Disease study. *J Psychiatr Res* [Internet]. 2019 [citado 12/02/2020];126:[aprox. 6 p.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31439359/>
2. Barker E, Howard A, Villemare-Krajden R, Galambos N. The rise and fall of depressive symptoms and academic stress in two samples of University Students. *J Youth Adolescence* [Internet]. 2018 [citado 12/02/2020];47(6):[aprox. 15 p.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29470761/>
3. Gunnell K, Mosewich A, McEwen C, Eklund R, Crocker R. Don't be so hard on yourself! Changes in self-compassion during the first year of university are associated with changes in well-being. *Personality Individual Differences* [Internet]. 2017 [citado 25/02/2020];107(1):[aprox. 6 p.]. Disponible en: <https://dspace.stir.ac.uk/handle/1893/24577>
4. Dallas A, Hatakka M. A Positive Intervention: Personal Responsibility Among First-Year, L2 University Students. In: Gabryś-Barker D, Gałajda D. (eds) *Positive Psychology Perspectives on Foreign Language Learning and Teaching. Second Language Learning and Teaching*. Switzerland: Springer; 2016.
5. Daya Z, Heath J. Mindfulness interventions in medical education: a systematic review of their impact on medical student stress, depression, fatigue and burnout. *Med Teacher* [Internet]. 2018 [citado 15/02/2020];40(2):[aprox. 8 p.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29113526/>
6. Schweden LK, Wolfradt U, Jahnke S, Hoyer J. Despersonalization under academic stress: frequency, predictors and consequences. *Psychopathology* [Internet]. 2018 [citado 15/02/2020];51(4):[aprox. 10 p.]. Disponible en:

[https://www.researchgate.net/publication/326001472\\_Depersonalization\\_Under\\_Academic\\_Stress\\_Frequency\\_Predictors\\_and\\_Consequences](https://www.researchgate.net/publication/326001472_Depersonalization_Under_Academic_Stress_Frequency_Predictors_and_Consequences)

7. Meneghel I, Martínez I, Salanova M, De Witte H. Promoting academic satisfaction and performance: building academic resilience through coping strategies. *Psychology in the Schools* [Internet]. 2019 [citado 25/02/2020];56(6): [aprox. 16 p.]. Disponible en:

<https://publications.coventry.ac.uk/index.php/pblh/article/view/508>

8. Hernández JM, Polo A, Pozo C. *Inventario de Estrés Académico*. Madrid: Servicio de Psicología Aplicada U.A.M; 1996.

9. Cabanach R, Valle A, Rodríguez S, Piñeiro I, Freire C. Escala de afrontamiento de estrés académico (A-CEA). *Rev Ibero Psico Salud* [internet]. 2010 [citado 25/02/2020];1(1): [aprox. 14 p.]. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=245116411005>

10. Castillo I, Barrios A, Alvis L. Estrés académico em estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo* [Internet]. 2018 [citado 25/02/2020];20(2): [aprox. 16 p.] Disponible en:

[https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2\(2018-II\)/145256](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2(2018-II)/145256)

11. Blanco G, Angulo Y, Contreras J, Pacheco Y, Vargas V. Estrés y desempeño ocupacional en estudiantes de terapia ocupacional. *Rev Chil Ter Ocup*. 2012;12(1):1-16.

12. De Witt P, Monareng L, Abraham A, Koor S, Saber R. Resilience in occupational therapy students. *S Afr J Occup Ther* [Internet]. 2019 [citado 25/02/2020];49(2): [aprox. 9 p.]. Disponible en:

<https://pdfs.semanticscholar.org/89dd/76fa3b538274e95159609fd7aef6006ba59d.pdf>

13. Clarke C, De-Visser R, Sadlo G. From Trepidation to Transformation: Strategies Used by Occupational Therapy Students on Role-Emerging Placements. *International J of Practice-Based Learning in Health and Social Care* [Internet]. 2019 [citado 25/02/2020];7(1): [aprox. 14 p.]. Disponible en:

<https://publications.coventry.ac.uk/index.php/pblh/article/view/508/736>

14. Mahfouz R, Alshali H. Perceived stress and coping strategies among newly nurse students in clinical practice. *J of Education and Practice*. 2016;23(7):118-128.

15. Labrague L, McEnroe-Petitte D, Gloe D, Thomas L, Papathanasiou I, Tsaras K. A literatur review on stress and coping strategies in nursing student. J Mental Health [Internet]. 2017 [citado 25/02/2020]; 26(5): [aprox. 9 p.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27960598/>

### **Declaración de intereses**

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

### **Contribución de autores**

Alejandra Rodríguez-Fernández: idea original, redacción del manuscrito, análisis de información, revisión final.

Eduard Maury-Sintjago: idea original, redacción del manuscrito, revisión final.

Claudia Troncoso-Pantoja: recolección de datos y análisis de información, revisión final.

Mónica Morales-Urzúa: recolección de datos y análisis de información, revisión final.

Julio Parra-Flores: redacción del manuscrito y revisión final.

### **Fuentes de financiamiento**

Los autores agradecen a la Universidad del Bío-Bío, por lo fondos adjudicados en los proyectos DIUBB 194220 4/lenDu y FDD 12265.

Este artículo está publicado bajo la licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)