Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo
ISSN 2007 - 7467

https://doi.org/10.23913/ride.v14i27.1673

Artículos científicos

Estrés pospandemia ante el regreso a clases en estudiantes universitarios

Post-pandemic stress in the face of back-to-school in university students

Estresse pós-pandemia no retorno às aulas em estudantes universitários

Susuky Mar-Aldana
Universidad Juárez del Estado de Durango, México
susuky@ujed.mx
https://orcid.org/0000-0003-1749-664X

Arturo Barraza-Macías
Universidad Pedagógica de Durango, México
praxisredie2@gmail.com
https://orcid.org/0000-0001-6262-0940

Miriam Hazel Rodríguez-López
Universidad Juárez del Estado de Durango
miriamhazel.rodriguez@ujed.mx
https://orcid.org/0000-0002-8609-5068

Leticia Pesqueira-Leal
Universidad Juárez del Estado de Durango, México
leticia.pesqueira@ujed.mx
https://orcid.org/0000-0002-5661-7910

CC BY

Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo
ISSN 2007 - 7467

Resumen

La palabra *estrés* se convirtió en un vocablo usual en la sociedad en la que vivimos; incluso, en los espacios educativos, se le llegó a considerar como una dificultad creciente de atención en la población estudiantil. Por tal motivo, el objetivo de esta investigación fue establecer la prevalencia del estrés pospandemia ante el regreso a clases en estudiantes universitarios y establecer su relación con las variables género, edad, licenciatura y semestre. Para ello, se realizó un estudio cuantitativo, de corte transversal, tipo correlacional y no experimental, con una población de 254 estudiantes de primero a octavo semestre, con edad de 18 a 25 años, de los cuales 82.3 % son mujeres y 17.7 % hombres. A todos se les aplicó el instrumento denominado Inventario del Estrés Pospandemia ante el Regreso a Clases Presenciales (IEP-RCP).

En tal sentido, los alumnos reportaron un nivel moderado de estrés pospandemia (3.19) ante el regreso a clase (*DTE*: .602); asimismo, el análisis de la relación entre la variable género y estrés arrojó los siguientes valores: *t:* -4.353; *gl*: 252; sig: .000. A partir de este resultado, se puede afirmar que la variable *género* si tiene una discrepancia en el nivel con que se presenta el estrés pospandemia ante el regreso a clases; en otras palabras, las mujeres son las que lo presentaron con un mayor nivel. En el análisis de la relación entre la variable edad y estrés se obtuvo un valor $p>$ .05, por lo que se concluye que no existe relación entre ambas variables. El regreso a clases presenciales no fue el final de los problemas de salud mental dentro de la población universitaria, De hecho, la presencia del estrés de pospandemia ante el regreso a clase muestra la necesidad de que las instituciones trabajen en beneficio de la salud mental de sus alumnos.

Palabras clave: espacios educativos, gestión de la educación, población universitaria, salud mental.

Abstract

The meaning of stress became a common word in the society in which we live; As part of the dissemination of its use, it began to be mentioned also in educational spaces and came to be considered as a growing difficulty of attention in the student population. The objective of the research was to establish the prevalence of post-pandemic stress in the face of the return to classes in university students and to establish its relationship with the variables sex, age, degree and semester. A quantitative, cross-sectional, correlational and non-experimental study was conducted, considering a population of 254 students from first to eighth semester, aged 18 to 25 years, of

CC BY

which 82.3% are women and 17.7% men to whom the instrument called Post-Pandemic Stress Inventory before the Return to Face-to-Face Classes (IEP-RCP).

The students reported a moderate level of post-pandemic stress before the return to class of 3.19 (SDE: .602), the analysis of the relationship between the variable sex and stress shows the following values: t: -4.353; GL: 252; sig: .000.; From this result, it can be affirmed that the sex variable does have a discrepancy in the level with which post-pandemic stress is presented before the return to classes, with women presenting it with a higher level. In the analysis of the relationship between the variable age and stress, a value p> .05 was obtained, so it is concluded that there is no relationship between both variables. The return to face-to-face classes was not the end of mental health problems within the university population and the presence of post-pandemic stress before the return to class shows the need for institutions to work for the benefit of the mental health of their students.

Keywords: Educational spaces, education management, university population, mental health.

Resumo

A palavra estresse tornou-se uma palavra comum na sociedade em que vivemos; Nos espaços educacionais, considerou-se inclusive uma dificuldade crescente no atendimento à população estudantil. Por esse motivo, o objetivo desta pesquisa foi estabelecer a prevalência de estresse pós-pandemia no retorno às aulas em estudantes universitários e estabelecer sua relação com as variáveis sexo, idade, curso e semestre. Para isso foi realizado um estudo quantitativo, transversal, correlacional e não experimental, com uma população de 254 estudantes do primeiro ao oitavo semestre, com idades entre 18 e 25 anos, dos quais 82,3% são mulheres e 17,7% homens . A todos eles foi aplicado o instrumento denominado Inventário de Estresse Pós-Pandemia no Retorno às Aulas Presenciais (IEP-RCP).

Nesse sentido, os alunos relataram nível moderado de estresse pós-pandemia (3,19) no retorno às aulas (DTE: 0,602); Da mesma forma, a análise da relação entre a variável sexo e o estresse apresentou os seguintes valores: t: -4,353; gl: 252; sinal: 0,000. A partir deste resultado, pode-se afirmar que a variável gênero apresenta sim uma discrepância no nível em que ocorre o estresse pós-pandemia no retorno à escola; Ou seja, são as mulheres que o apresentam em um nível superior. Na análise da relação entre a variável idade e stress obteve-se um valor de p > 0,05, pelo que se conclui que não existe relação entre ambas as variáveis. O retorno às aulas presenciais não foi o fim dos problemas de saúde mental da população universitária, aliás, a presença do estresse pós-

pandemia no retorno às aulas mostra a necessidade das instituições trabalharem em benefício da saúde mental de seus alunos.

Palavras-chave: espaços educativos, gestão educacional, população universitária, saúde mental.

Fecha Recepción: Enero 2023 **Fecha Aceptación:** Julio 2023

Introducción

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2023), el estrés académico es el conjunto de reacciones fisiológicas que hacen que el organismo pueda estar preparado ante la acción. Es decir, cómo el cuerpo tiende a responder de manera óptima a diversas situaciones que se presentan en el transcurso de la vida (Churampi, 2021), y en el caso de los estudiantes universitarios, es catalogado como un enemigo silencioso (Toribio y Franco, 2016).

El concepto de estrés mencionado por Barraza (2020), desde el enfoque sistémico cognoscitivista, asevera que es un fenómeno esencialmente adaptativo que ha acompañado al ser humano desde sus orígenes, y se evidencia en los siguientes tres momentos:

1. Percepción del peligro o amenaza. Al iniciar este proceso, el ser humano percibe las situaciones que representan un riesgo, una amenaza o un peligro para su integridad personal (estresores: primer componente estructural del estrés).
2. Ante esta situación potencialmente peligrosa, se presentan en el ser humano una serie de reacciones que sirven como alarma del inminente peligro que se cierne sobre él (síntomas: segundo componente estructural del estrés).
3. Una vez identificada la situación potencialmente generadora de peligro y estando el cuerpo preparado para actuar, sobreviene la acción para conservar su integridad personal (estrategias de afrontamiento: tercer componente estructural del estrés).

Silva *et al*. (2020) mencionan que el estrés es una expresión frecuente en la actualidad. Por eso, lo catalogan como un término complejo, interesante y actual del que no existe un consenso en su definición. Aun así, lo conciben como una respuesta negativa que provoca un desequilibrio en los individuos que lo padecen a causa de las diferencias entre la presión y la capacidad para afrontarlo.

Los factores que predisponen a un individuo al estrés pueden estar determinados por la singularidad de cada uno, incluyendo factores basados en la personalidad, la autoestima y la resistencia orgánica. Un factor detonante de estrés puede ser percibido de manera diferente por dos

o más individuos. En consecuencia, las respuestas a los estímulos estresantes son subjetivos y se manifiestan según la capacidad de adaptación de cada sujeto (Domingues *et al*., 2018).

Al respecto, González (2020) explica que el estrés ha sido objeto de amplio estudio tanto en el continente americano como en el resto del mundo. El término *estrés* se ha vuelto popular entre los universitarios, a menudo asociándolo con sentimientos de fatiga e incluso depresión, aunque sin una comprensión clara de su naturaleza sistémica. El estrés está íntimamente relacionado con la comparación entre las circunstancias actuales y un estándar autoimpuesto que el individuo considera apropiado (Pego, 2018).

Ahora bien, debido a la emergencia generada por el covid-19 los niveles de estrés aumentaron de forma significativa tanto en estudiantes universitarios como en la población en general a nivel mundial. Esto se debió a la incertidumbre sobre cuándo y cómo se desarrollaría la pandemia. Hasta el momento, no existen datos concluyentes sobre los efectos socioemocionales de esta enfermedad pandémica en la población y, en particular, en los estudiantes (Conchado, 2019).

En México, a principios de marzo de 2020, se suspendieron las clases presenciales, siguiendo una tendencia similar en muchos países de todo el mundo. Esta situación agravó las brechas educativas, ya que el sistema no estaba preparado para enfrentar una pandemia. Muchas familias carecían de herramientas tecnológicas y acceso a internet, lo que dificultó la continuidad de la formación académica de sus hijos y el desarrollo de sus competencias.

El 8 de abril de 2021, la Secretaría de Educación Pública (SEP) reafirmó que el regreso a clases presenciales sería gradual. En junio de ese mismo año, el gobierno mexicano decidió permitir el regreso a clases presenciales en todos los niveles educativos. Parecía que el estrés generado por la pandemia quedaba atrás y que se estaba volviendo a la normalidad. Sin embargo, esta "nueva normalidad" reveló la presencia de una serie de problemas entre los estudiantes, y uno de los problemas identificados fue el estrés relacionado con el regreso a clases (SEP, 2022).

De acuerdo con Barraza (2020), el distanciamiento físico, las medidas complementarias de higiene, la suspensión de actividades no prioritarias y la proliferación de información generadas por la pandemia del covid-19 crearon un entorno diferente al que los seres humanos estaban acostumbrados. Esa realidad generó nuevas demandas de actuación en las personas, de ahí que a esa situación se le denominara como *estrés de pandemia*.

Dada esta situación y considerando la falta de investigaciones previas sobre el tema, se optó por abordar el estudio del estrés pospandemia relacionado con el regreso a clases en estudiantes universitarios. Sin embargo, este interés no es puramente empírico. El interés teórico en este campo se basa en una premisa conceptual planteada por Barraza (2020), la cual sugiere que el estrés es un

fenómeno adaptativo desencadenado por las demandas del entorno. Se asume que el regreso a clases implica un cambio en el entorno y la creación de nuevas demandas que los individuos pueden percibir como abrumadoras en términos de sus recursos para hacerles frente. Por ende, estas demandas podrían considerarse estresantes.

En consonancia con esta premisa conceptual, se plantea como hipótesis de investigación que el regreso a clases en un periodo de pospandemia genera una serie de demandas específicas que ponen a prueba la capacidad de adaptación del individuo. Estas demandas, una vez evaluadas cognitivamente, pueden convertirse en factores estresantes y, eventualmente, desencadenar el proceso del estrés. Explicado lo anterior, la presente investigación se concretó en dos objetivos:

- Establecer la prevalencia del estrés pospandemia ante el regreso a clases en estudiantes universitarios.
- Determinar la relación entre el estrés pospandemia ante el regreso a clases y las variables género, edad, licenciatura y semestre que cursan los estudiantes.

Materiales y métodos

Diseño de la investigación

Se llevó a cabo un estudio cuantitativo, de corte transversal, tipo correlacional y no experimental.

Población

En la investigación se consideró una población de 254 estudiantes de primero a octavo semestre de la Universidad Juárez del Estado de Durango (UJED). El rango de edad osciló entre 18 y 25 años. La elección fue de carácter no probabilístico y bajo el criterio de accesibilidad. Los criterios de inclusión fueron los siguientes:

1) Ser alumnos de la institución donde se aplicó el cuestionario y,
2) Asistir a clases el día de la aplicación.

La población encuestada fue mayoritariamente femenina (tabla 1).

Tabla 1. Caracterización de la muestra

Género	Hombre	17.7 %
	Mujer	82.3 %
Edad	Mínima	18 años
	Máxima	25 años
	Promedio	20 años
Licenciatura que cursa	Nutrición	36.6 %
	Medicina	9.1 %
	Terapia de la Comunicación Humana	11 %
	Psicología	13 %
	Enfermería	14.2 %
	Química	16.1 %
Semestre que cursa	Primero	20.9 %
	Segundo	24.8 %
	Tercero	11 %
	Cuarto	18.1 %
	Quinto	16.1 %
	Sexto	3.9 %
	Séptimo	2.4 %
	Octavo	2.8 %

Fuente: Elaboración propia

Instrumento y metodologías para recolección de la información

Para el desarrollo de esta investigación se aplicó a cada estudiante una versión inicial del instrumento para identificar el estrés pospandemia ante el regreso a clases. Este instrumento se desarrolló a partir del enfoque sistémico cognoscitivista (Barraza, 2020).

Inicialmente, tomando como base los tres componentes estructurales del estrés, se realizaron diversas preguntas abiertas a un grupo de 59 alumnos sobre los potenciales estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento que identificaban en su regreso a clases. Posteriormente, se hizo un filtro, se eliminaron repeticiones y con base en el fundamento teórico se seleccionaron los ítems más representativos.

Esta primera versión estuvo conformada por 61 ítems, con una confiablidad en el alfa de Cronbach de .90, y distribuidos en cuatro apartados de la siguiente manera:

- Datos sociodemográficos compuestos por cuatro ítems: edad, género, nombre de la licenciatura que cursa y semestre en el que se encuentra inscrito. Esta referencia permitió determinar las características académicas del estudiante.
- 18 ítems que en una escala tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre) para considerar la periodicidad con la que el estudiante se estresa ante diversas situaciones en el regreso a clases de forma presencial.
- 19 ítems en escala tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre) para identificar la frecuencia con la que el estudiante presenta diversas reacciones cuando se encuentra estresado.
- 24 ítems en escala tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre) para identificar la frecuencia con la que el estudiante realiza diversas acciones para mitigar o reducir el estrés.

Esta primera versión fue sometida inicialmente a dos análisis factoriales exploratorios consecutivos utilizando el método de mínimos cuadrados con rotación oblimin directo; en cada análisis se tomaron como base los valores reportados en las comunalidades y el peso factorial mostrado en la matriz factorial para decidir la eliminación de 43 ítems. Por tanto, la segunda versión quedó compuesta por 18 ítems: seis para la dimensión de estresores, seis para la dimensión de síntomas y seis para la dimensión de estrategias de afrontamiento.

El análisis factorial exploratorio de esta segunda versión (*KMO*= .839; prueba de esfericidad de Bartlett: $p < .001$) reportó tres factores que explican el 49 % de la varianza. En la tabla 2 se reportan las comunalidades y en la tabla 3 se reporta la matriz factorial de esta versión.

CC BY

Tabla 2. Comunalidades de los ítems de la versión definitiva del instrumento

	Inicial	Extracción
E9	.409	.411
E11	.410	.371
E13	.514	.457
E14	.541	.548
E15	.494	.455
E18	.357	.325
S1	.411	.413
S12	.436	.450
S14	.524	.539
S15	.555	.623
S16	.591	.674
S19	.577	.603
A6	.428	.418
A7	.420	.420
A14	.354	.364
A19	.654	.630
A20	.657	.682
A23	.413	.447

Nota: E (estresores), S (síntomas) y A (estrategias de afrontamiento); se respeta la numeración original de los ítems.

Fuente: Elaboración propia

CC BY

Tabla 3. Matriz factorial de la versión definitiva del instrumento

	Factor		
	1	2	3
E9			.632
E11			.590
E13			.671
E14			.727
E15			.671
E18			.550
S1	.611		
S12	.669		
S14	.734		
S15	.781		
S16	.811		
S19	.769		
A6		.636	
A7		.647	
A14		.598	
A19		.793	
A20		.822	
A23		.662	

Nota: E (estresores), S (síntomas) y A (estrategias de afrontamiento); se respeta la numeración original de los ítems.

Fuente: Elaboración propia

La segunda versión, denominada Inventario del Estrés Pospandemia ante el Regreso a Clases Presenciales (IEP-RCP), presenta una confiablidad en alfa de Cronbach de .82; el análisis de consistencia interna, realizado a partir del estadístico *r* de Pearson, reporta que todos los ítems correlacionan positivamente (con un nivel de significación de $p<.001$) con el puntaje global alcanzado con cada sujeto de investigación. El coeficiente de correlación más bajo fue de .236 y el más alto de .655.

CC BY

Procedimiento

Primeramente, se efectuó el planteamiento del problema con base en la búsqueda de antecedentes. Con ello, se pudo verificar la insuficiencia de información referente al estrés pospandemia ante el regreso a clases en estudiantes universitarios. Posteriormente, se formularon tres interrogantes para la indagación exploratoria a 59 estudiantes, en las que se les preguntó directamente lo siguiente:

1. Ahora que regresaste a clases, ¿qué situaciones te estresan? (estresores: primer componente estructural del estrés).
2. ¿Qué reacciones o síntomas presentas cuando estás estresado? (síntomas: segundo componente estructural del estrés).
3. ¿Qué acciones realizas para mitigar este estrés? (estrategias de afrontamiento: tercer componente estructural del estrés).

Con las respuestas obtenidas se formuló una primera versión del instrumento constituida por 61 ítems, la cual se aplicó a la población de interés en las instalaciones donde realizan sus estudios y previa autorización de las autoridades de cada unidad académica.

A los estudiantes que participaron en la investigación, por ser personas que cuentan con la mayoría de edad, se les manifestó verbalmente el objetivo de la investigación y se les afirmó la confidencialidad de los resultados solicitando su participación; cabe hacer mención que en la exposición del cuestionario se les hizo saber que su respuesta era voluntaria y estaban en su derecho de responder o no hacerlo.

Las personas responsables de aplicar el instrumento fueron los autores de la investigación, por lo que compartieron la información necesaria para su llenado, aclararon dudas de manera inmediata y, al término, se construyó una base de datos empleando el programa SPSS, versión 25.

Una vez construida la base de datos, se realizaron dos análisis factoriales exploratorios que condujeron a eliminar 43 ítems por presentar problemas en el valor extraído en las comunalidades o por el peso factorial reportado por cada ítem.

Con la segunda versión del instrumento de 18 ítems se analizaron las propiedades psicométricas utilizando las pruebas estadísticas de a) análisis factorial exploratorio con el método de mínimos cuadrados con rotación oblimin directo, b) alfa de Cronbach y, c) *r* de Pearson.

Después de tener la base de datos con los resultados definitivos, se calculó la variable *estrés* y se sometió a una prueba de normalidad a través del estadístico de Kolmogorov Smirnov (*KS*=

.200), lo que llevó a establecer que para los análisis inferenciales era pertinente emplear la estadística paramétrica.

Asimismo, se realizaron cinco análisis estadísticos: en primer lugar, se obtuvieron los datos descriptivos a través de la media aritmética y la desviación típica estándar; en segundo lugar, se analizó la relación entre la variable género y estrés con la prueba estadística *t* de Student; en tercer lugar, se analizó la relación entre la variable edad y estrés con la prueba estadística *r* de Pearson y, en cuarto lugar, se analizaron las relaciones entre las variable *licenciatura*, *semestre que cursa* y *estrés* con la prueba estadística Anova de un factor. En todas estas pruebas se tuvo como regla de decisión $p<.05$.

En el intervalo de la exploración los investigadores responsables cuidaron en todo momento la confidencialidad de participación y su carácter voluntario.

Resultados

Los datos descriptivos en los ítems que conforman el cuestionario utilizado se presentan en la tabla 4, donde se pueden apreciar las situaciones que más estresan a los estudiantes considerados para la presente investigación, las cuales a continuación se mencionan: volver a la rutina de antes, ver mucha gente junta y el que te puedas contagiar. Por su parte, los síntomas que se presentan con mayor frecuencia fueron el cansancio y la desesperación; y las estrategias de afrontamiento que mayormente utilizaron fueron intentar resolver los problemas y tratar de encontrar solución a todo lo que se atraviese. La media general del estrés de pospandemia ante el regreso a clases fue de 3.19 (*DTE*: .602).

Tabla 4. Datos descriptivos

Estresores	Media	DTE
Volver a la rutina de antes	2.88	1.155
Ver mucha gente junta	2.88	1.364
Que algunos compañeros no usan cubrebocas	2.81	1.324
El que te puedas contagiar	2.88	1.244
No acostumbrarte a las clases presenciales	2.56	1.227
La insensibilidad de los maestros con relación a los alumnos que trabajan aparte de estudiar	2.84	1.310
Síntomas	Media	DTE
Ansiedad	3.50	1.222
Problemas de concentración	3.50	1.175
Irritación	3.14	1.334
Cansancio	3.74	1.139
Incertidumbre	3.20	1.268
Desesperación	3.54	1.221
Estrategias de afrontamiento	Media	DTE
Tratar de relajarme	3.08	1.136
Realizar paso a paso mis actividades	3.35	1.088
Intentar resolver los problemas	3.62	.953
Tratar de ver las cosas en el sentido más positivo posible	3.26	1.136
Trata de encontrar solución a todo lo que se me atraviese	3.43	1.100
Pensar que todo estará bien	3.27	1.209

Fuente: Elaboración propia

El análisis de la relación entre las variables *género* y *estrés* reporta los siguientes valores: *t:*-4.353; *gl*: 252; sig: .000; a partir de este resultado, se puede afirmar que la variable *género* sí marca una diferencia en el nivel con que se presenta el estrés pospandemia ante el regreso a clases, pues las mujeres fueron las que lo presentaron con un mayor nivel.

En el análisis de la relación entre las variables *edad* y *estrés* se alcanzó un valor $p > .05$, por lo que se concluye que no existe relación entre ambas variables.

En lo que respecta al análisis de las relaciones entre las variables *licenciatura* y *semestre que cursa* y *estrés*, se obtuvieron valores $p > .05$ por lo que se muestra que no existe relación entre dichas variables.

En el análisis de consistencia interna realizado a partir del estadístico *r* de Pearson, los resultados revelaron que todos los ítems correlacionan positivamente (con un nivel de significación de $p < .001$), con el puntaje global alcanzado con cada sujeto de investigación, siendo el coeficiente de correlación más bajo de .236 y el más alto de .655.

Discusión

Los resultados revelan que la media general del estrés de pospandemia ante el regreso a clases es 3.19, lo cual transformado en porcentaje da un valor de 64 %. Esto puede ser interpretado como un nivel moderado de estrés, a partir del siguiente baremo indicativo basado en el valor teórico de la variable: de 0 % a 33 % nivel leve; de 34 % a 66% nivel moderado, y de 67 % a 100 % nivel profundo de estrés.

Este resultado es preocupante si se considera que Alfonso *et al*. (2015) mencionan que los estudiantes que presentan la situación de estrés presentan una serie de alteraciones en el rendimiento académico. Además, puede fomentar el consumo de sustancias nocivas para la salud, provocar alteraciones en el ciclo del sueño, omisión en las responsabilidades académicas, estar constantemente malhumorado, tener conflictos familiares y un sinfín de situaciones que repercuten de manera negativa en el desarrollo de los futuros profesionistas, así como en el logro de sus aspiraciones personales, familiares y profesionales.

El análisis de la relación entre el estrés de pospandemia ante el regreso a clases y las cuatro variables sociodemográficas de interés mostró que solo la variable *género* influye en el nivel con que se presenta el estrés. Este resultado coincide con lo reportado por Moreno-Treviño *et al*. (2022) y Rodríguez y Sánchez (2022); sin embargo, este dato se debe tomar con cautela, pues se debe considerar la posibilidad de sesgo debido a que la población encuestada fue mayoritariamente femenina.

Un aspecto que se desea resaltar fue la gran disposición de la comunidad universitaria para participar en la presente investigación, lo que demuestra su apoyo e interés en aportar sus respuestas con el propósito de lograr un regreso seguro a clases en modalidad presencial. Asimismo, se consideró el apoyo permanente y constante a través de expertos en el área de salud para atender a los estudiantes que se encuentran en riesgo o que han sufrido crisis pospandemia.

CC BY

Para el correcto análisis e interpretación de los resultados, fue indispensable considerar las diversas vertientes que se presentaron en torno a la investigación, por lo que se resalta que los universitarios que participaron fueron seleccionados aleatoriamente y que por voluntad propia respondieron el instrumento de medición proporcionado tanto en la primera como la segunda versión. Cabe mencionar que el segundo grupo de personas fue más numeroso comparado con el seleccionado en la versión inicial. Además, los estudiantes aportaron sus respuestas en distinto tiempo y se consideraron grupos diferentes e independientes para evitar duplicidad en las respuestas.

Conclusiones

La presente investigación tuvo la intención de resaltar que la salud mental de los jóvenes universitarios se vio afectada por el confinamiento derivado de la pandemia, y que el regreso a clases no fue la solución a esos problemas, sino que se le agregaron otros derivados del cambio de situación.

Ante eso, se planteó como hipótesis que el cambio de entorno iba a generar nuevas exigencias y demandas que podrían dar lugar al estrés, lo cual fue constatado con la presente investigación. En consecuencia, el acervo empírico al respecto se incrementa y consolida la idea del estrés como fenómeno esencialmente adaptativo, pues se estableció la prevalencia del estrés pospandemia ante el regreso a clases en estudiantes universitarios.

Esto se comprobó con el análisis de resultados, pues los alumnos respondieron que se sienten estresados por regresar a clases, con un nivel moderado, pero muy cerca al nivel profundo. Este dato demuestra que se requieren mayores apoyos institucionales hacia los estudiantes para retornar a la nueva normalidad y mantener su salud mental en un funcionamiento óptimo.

Finalmente, se estableció la relación entre la condición antes mencionada y las variables género, edad, licenciatura y semestre que cursaban los estudiantes universitarios al momento de aplicar el instrumento de medición.

CC BY

Futuras líneas de investigación

Se sugiere la aplicación del Inventario del Estrés Pospandemia ante el Regreso a Clases Presenciales (IEP-RCP) a los estudiantes que se encuentran inscritos de tercero a octavo semestre y determinar la variabilidad que tienen los resultados. Con ello, se puede constatar la hipótesis de que la adaptación estudiantil derivada del avance en la carrera suele amortiguar los efectos del estrés.

Asimismo, se recomienda continuar con el apoyo permanente de profesionales en el área de psicología y salud para proponer estrategias de orientación, soporte emocional y brindarlo a toda la población universitaria que permanece afectada por las secuelas de la pandemia.

Agradecimientos

Se agradece a la Universidad Juárez del Estado de Durango, a sus estudiantes y al personal en general por el apoyo, tiempo y disposición para llevar a cabo esta investigación.

Referencias

Alfonso, B., Calcines, M., Monteaguado, R. y Nieves, C. (2015). Estrés académico. *Edumecentro, 7*(2), 163-178. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013&lng=es&tlng=es

Barraza, A. (2020). *El estrés de pandemia (COVID 19) en la población mexicana.* Ediciones Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica S.C. http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Coronavirus.pdf

Churampi, M. (2021). *Factores que predisponen al estrés académico en estudiantes de una universidad pública en el contexto de la pandemia por covid-19* (tesis de pregrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Enfermería. https://hdl.handle.net/20.500.12672/18585

Conchado, J., Álvarez, R., Cordero, G., Gutiérrez, F. y Terán, F. (2019). Estrés académico y resultados docentes en estudiantes de medicina. *Revista Ciencias Médicas*, *23*(2). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942019000200302

Domingues, C., Devos, E. L., De Almeida, L. K., Tomaschewski, J. G., Lerch, V. and Marcelino, A. (2018). Stress triggers in the educational environment from the perspective of nursing students. *Texto & Contexto Enfermagem, 27*(1), e0370014. https://www.scielo.br/j/tce/a/KTNJLpSq7X73DGkf6zzkVpf/?format=pdf&lang=en

Gonzáles, L. (2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por covid-19*. Universidad Autónoma de Chiapas. https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249/782

Moreno-Treviño, J. O., Hernández-Martínez, J. y García-Gallegos. A. (2022). Estrés académico de estudiantes universitarios de Economía: estresores, síntomas y estrategias. *Revista de Educación y Desarrollo, 60,* 19-27. https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/60/60_Moreno.pdf

Organización Mundial de la Salud (OMS) (2023). https://www.who.int/es

Pego, R., Río, C., Fernández, I. y Gutiérrez, E. (2018). Prevalencia de sintomatología de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios del grado en Enfermería en la comunidad autónoma de Galicia. *Ene, Revista de Enfermería*, *12*(2), 225. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2018000200005&lng=es&tlng=es

Rodríguez, E. y Sánchez, M. A. (2022). Estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud en la modalidad de educación a distancia en tiempos de Covid-19. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, *21*(45), 51-69. http://dx.doi.org/10.21703/0718-5162.v21.n45.2022.003

Secretaría de Educación Pública (SEP) (2022). https://www.gob.mx/sep

Silva, M. F., López, J. J. y Columba, M. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia, 28*(79), 75-83. https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/67462875008.pdf

Toribio, C. y Franco, S. (2016). Estrés académico: el enemigo silencioso del estudiante. *Salud y Administración*. *3*(7), 11-18. https://www.unsis.edu.mx/SaludyAdministracion/07/A2_ESTRES.pdf

Rol de Contribución	Autor (es)
Conceptualización	SUSUKY MAR ALDANA
Metodología	SUSUKY MAR ALDANA
Software	ARTURO BARRAZA MACÍAS
Validación	ARTURO BARRAZA MACÍAS
Análisis Formal	ARTURO BARRAZA MACÍAS
Investigación	SUSUKY MAR ALDANA
Recursos	SUSUKY MAR ALDANA (PRINCIPAL) LETICIA PESQUEIRA LEAL (APOYA) MIRIAM HAZEL RODRÍGUEZ LÓPEZ (APOYA)
Curación de datos	SUSUKY MAR ALDANA (IGUAL) ARTUTO BARRAZA MACÍAS (IGUAL)
Escritura - Preparación del borrador original	SUSUKY MAR ALDANA
Escritura - Revisión y edición	SUSUKY MAR ALDANA (PRINCIPAL) ARTURO BARRAZA MACÍAS (APOYO)
Visualización	SUSUKY MAR ALDANA (PRINCIPAL) MIRIAM HAZEL RODRÍGUEZ LÓPEZ (APOYO)
Supervisión	SUSUKY MAR ALDANA
Administración de Proyectos	SUSUKY MAR ALDANA (PRINCIPAL) LETICIA PESQUEIRA LEAL (IGUAL) MIRIAM HAZEL RODRÍGUEZ LÓPEZ (IGUAL)
Adquisición de fondos	SUSUKY MAR ALDANA (IGUAL) ARTURO BARRAZA MACÍAS (IGUAL) LETICIA PESQUEIRA LEAL (IGUAL) MIRIAM HAZEL RODRÍGUEZ LÓPEZ (IGUAL)