

# Estrés percibido durante la pandemia del COVID-19 en estudiantes universitarios de Popayán (Colombia)

## *Stress perceived during the COVID-19 pandemic in university students of Popayán (Colombia)*

Nancy Janneth Molano Tobar, Raquel Amalia Vélez Tobar  
y Efraín Alirio Rojas Galvis

Universidad del Cauca<sup>1</sup>

Autor para correspondencia: Nancy Janneth Molano Tobar, [najamoto@unicauca.edu.co](mailto:najamoto@unicauca.edu.co).

### RESUMEN

*Objetivo.* Identificar el nivel de estrés percibido durante la pandemia del COVID-19 en Universitarios de Popayán-Colombia. *Método.* Estudio descriptivo correlacional con una muestra probabilística de 295 estudiantes de una universidad pública, a quienes se aplicó la Escala de Estrés Percibido (EEP) a través de un formulario electrónico, utilizando métodos descriptivos de tendencia central y de dispersión y correlación de Pearson, calculados mediante el software SPSS, v. 24.0. *Resultados.* Se logró determinar que la población universitaria en el último mes exhibía un considerable nivel de estrés debido al proceso de aislamiento por la pandemia de COVID-19. De igual manera, se encontró un significativo nivel de estrés ante la preocupación de no superar las dificultades. *Discusión y conclusiones.* Los participantes manifestaron un componente que afecta su salud mental ante la situación, el cual está mediado por las condiciones socioeconómicas y las expectativas de futuro en el ámbito académico y social, mayor en los varones que en las mujeres. Lo anterior sugiere la necesidad de tomar medidas de prevención y promoción relacionadas con la salud mental.

**Palabras clave:** Estrés; Estudiantes universitarios; Salud mental; Afrontamiento; Pandemia de COVID-19.

### ABSTRACT

*Objective.* Identify the stress level perceived during the COVID-19 pandemic in University students of Popayán-Colombia. *Material and methods.* Descriptive correlational study with a probabilistic sample of 295 students from a public university, to whom the Perceived Stress Scale (PSS) was applied after the assent and signing of the informed consent through an electronic form, using descriptive methods of central tendency and dispersion, and a Pearson correlation ( $p < 0.05$ ) with the SPSS, v. 24.0, software. *Results.* It was possible to determine that the university population presented a level of stress in the last month due to the isolation process that is developing worldwide. *In the same way,* a high significance ( $p = 0.000$ ) was found between the sense of nervousness with the concern about not overcoming difficulties. *Discussion and conclusions.* University students manifested a component that affected their mental health, mediated by socioeconomic conditions and expectations of the future in the academic and social fields, having a more significant effect on men.

<sup>1</sup> Calle 5, Núm. 4-70, Popayán, Colombia, tel. (57)6028209800, correos electrónicos: [raquelvelez@unicauca.edu.co](mailto:raquelvelez@unicauca.edu.co) y [earojas@unicauca.edu.co](mailto:earojas@unicauca.edu.co).



*These results stress the need to suggest prevention and promotion measures related to mental health.*

**Key words:** Stress; University students; Mental health; Coping; COVID-19 pandemic.

Recibido: 17/11/2021

Aceptado: 19/08/2022

La preocupación actual por la salud como algo más que la ausencia de enfermedad, en estos momentos, se encuentra en el centro de los debates sobre prevención en materia de salud pública; de hecho, los recientes sucesos relacionados con la pandemia de COVID-19 han llevado a que los países tengan una mayor conciencia de los procesos de salud que de las acciones militares o políticas (Ho, Chee y Ho, 2020).

Los últimos reportes y avances han generado campañas para la protección de las personas en todo el mundo que toman como base diferentes estrategias, como el aislamiento y el autocuidado (Niño y Abaunza, 2015). Otros esfuerzos en países como China han propiciado un detallado plan de intervención psicológica que cubre principalmente las siguientes tres áreas: creación de equipos médicos de intervención psicológica que ofrecen cursos en línea para guiar al personal médico a tratar problemas de la índole; equipos con línea directa de asistencia psicológica que proporcionan orientación y supervisión para resolver problemas psicológicos, e intervenciones psicológicas grupales que suministran diversas actividades para liberar el estrés (Chen *et al.*, 2020). Lastimosamente, en países en desarrollo como Colombia tales avances apenas alcanzan al personal médico y se olvidan las necesidades de salud mental del resto de la población.

Por lo anterior, es importante entender que la salud mental es fundamental para la salud pública, y hay muchas razones para que sea así: los trastornos mentales son frecuentes, pues afectan a dos de cada cinco personas adultas en dicho país (Posada, 2013); ningún nivel socioeconómico o área geográfica es inmune a ellos; son costosos econó-

mica y emocionalmente para la persona, la familia y la sociedad, y la coexistencia de enfermedades físicas y trastornos mentales es igualmente frecuente (Ministerio de la Protección Social y Fundación FES Social, 2005). La promoción de la salud se superpone en estos dominios, y los beneficios de la prevención son comunes a todos; de ahí la importancia de precisar cómo ha influido esta pandemia en el estado emocional y el estrés de los estudiantes universitarios, entre muchos otros grupos.

La salud mental representa un punto de vital importancia, y más aún teniendo en cuenta que, según los datos de la Encuesta Nacional de Salud Mental (Gómez, Escudero, Matallana, González y Rodríguez, 2015), 40.1 % de la población colombiana de entre 18 y 65 años ha sufrido, está sufriendo o sufrirá alguna vez en la vida un trastorno psiquiátrico diagnosticado; de estos, 16 % en el último año y 7.4 %, en el último mes. Los trastornos de ansiedad encabezan la lista (19.5 %), y luego les siguen los relacionados al estado de ánimo (13.3 %), los del control de impulsos (9.3 %) y los concernientes al consumo de sustancias psicoactivas (9.4 %) (Ministerio de la Protección Social y Fundación FES Social, 2005).

Al comparar la prevalencia de los trastornos mentales en Colombia con la obtenida en otros países asociados a la salud mental, a través de catorce estudios homólogos, Colombia ocupa los cinco primeros puestos en algunas enfermedades mentales, el segundo puesto en el trastorno por control de impulsos, el cuarto en los relacionados con el consumo de sustancias psicoactivas y en los trastornos de separación en la infancia, el de déficit de atención, el de conducta, el negativo desafiante, el de separación del adulto y la bulimia nerviosa, y el quinto lugar en los trastornos del estado de ánimo (Ministerio de la Protección Social y Fundación FES Social, 2005).

En investigaciones de años anteriores, poco más de 50% de los estudiantes informaba que la ansiedad era la principal razón para buscar atención, dato alarmante que se refleja en que solo una pequeña parte de los estudiantes que se suicidan establecen contacto con los centros de asesoramiento de sus instituciones (Son, Hegde, Smith, Wang y Sasangohar, 2020).

El estado emocional percibido se define como la capacidad personal para identificar las condiciones somáticas o fisiológicas y las sensaciones asociadas a las emociones (ira y hostilidad, culpa, vergüenza, dolor, tristeza, alegría, esperanza, amor, etc.) que se producen en respuesta a una situación concreta constituida por estímulos externos relevantes para la supervivencia, ya por el procesamiento de estímulos simbólicos, ya por la activación de memorias afectivas o emocionales (Lema *et al.*, 2010).

El estado emocional suele considerarse como uno de los elementos importantes en el afrontamiento de situaciones difíciles, y puede tener consecuencias directas en la salud (Feng *et al.*, 2019). Por ejemplo, un elevado nivel de estrés afecta el sistema inmunológico y, al igual que la ansiedad, puede llevar a asumir otros comportamientos de riesgo para la salud, como fumar, beber alcohol de manera excesiva, consumir drogas o alterar los hábitos alimentarios (Lema *et al.*, 2010; Zamarripa *et al.*, 2016).

En los últimos años, las investigaciones en salud mental se han centrado cada vez más en los estudiantes universitarios, dado que las características de esa etapa, junto con los desafíos que afrontan en la universidad, como el manejo de la autonomía, las responsabilidades académicas o las expectativas personales y familiares, pueden propiciar la aparición de trastornos mentales en los jóvenes (Barrera, Neira, Raipán, Riquelme y Escobar, 2019).

En Colombia, tales trastornos afectan especialmente a niños, adolescentes y adultos jóvenes de entre 9 y 23 años (Arrivillaga, Cortés, Goicochea y Lozano, 2004; Jiménez, Martínez y Sánchez, 2012), lo que empeora en gran medida el pronóstico, la productividad académica y económica de la población y, al final de cuentas, el capital global, que incluye los factores personales, simbólicos, culturales y relacionales.

La pandemia de COVID-19 ha puesto en riesgo la salud mental de la población en general. Brooks *et al.* (2020) indican que la prevalencia de epidemias acentúa o crea nuevos factores estresantes, como el miedo y la preocupación por uno mismo o por los seres queridos; limitaciones del movi-

miento físico y de las actividades sociales debidas al aislamiento, y cambios repentinos y radicales de los estilos de vida. Por ello, la importancia de evidenciar los procesos que atraviesan los estudiantes universitarios para así poder generar estrategias que mitiguen las futuras complicaciones de la salud.

Sin duda alguna, es de sorprender la escasa atención prestada en el entorno académico a la investigación del estado emocional de los estudiantes en los ámbitos regional y local; por ello, es necesario generar un rastreo inicial de la salud mental de la referida población, ya que es cierto que la situación actual de Colombia debida a la pandemia ha acarreado cambios radicales en las relaciones interpersonales, lo que ha generado adaptaciones que traen consigo eventos estresantes que podrían desencadenar sensaciones de no poder dar más de sí mismo (agotamiento) y responder con una actitud negativa de autocrítica, desvalorización y pérdida de interés, dificultando así procesos cognitivos de gran importancia, como la atención y la concentración, o favoreciendo el abandono de conductas adaptativas, como las dedicadas al estudio y la asistencia a clases (Molano, Vélez y Rojas, 2019).

Por consiguiente, el presente estudio con enfoque cuantitativo de tipo correlacional y corte transversal buscó identificar el nivel de estrés percibido durante la pandemia COVID-19 en los estudiantes de pregrado de una universidad pública colombiana, debido a que los jóvenes afrontan nuevas responsabilidades en el proceso académico caracterizado por la pandemia de COVID-19.

## MÉTODO

### Participantes

El universo de trabajo estuvo conformado por los estudiantes matriculados oficialmente en los distintos programas de pregrado de una institución de educación superior pública (IES) de la ciudad de Popayán, Colombia.

Dicha institución cuenta con una población de 1,250 estudiantes de distintos cursos ofrecidos en el Programa de Actividad Física Formativa, de

los cuales se seleccionó una muestra de 295, escogidos de forma probabilística, con un margen de error de 5% y un nivel de confianza de 95%. Se efectuó un muestreo estratificado por facultades, correspondiendo 33 alumnos a cada una de las nueve facultades de la IES.

Los criterios de inclusión fueron, a saber: tener entre 15 y 25 años de edad, estar matriculado en alguno de los cursos que ofrece el citado programa, así como leer, aceptar y firmar el formato de consentimiento informado; además, en el caso de ser menor de edad, contar con el asentimiento de su tutor legal.

### Instrumentos

*Escala de Estrés percibido (PSS)*  
(Cohen, Kamarck y Mermelstein, 1983).

La recolección de la información se realizó en el segundo periodo escolar de 2020 mediante el envío de la versión euroespañola de la Escala de Estrés percibido (EEP) (Remor, 2006), a través de los correos electrónicos institucionales.

Validada al español por Remor y Carrobbles (2001), tiene un coeficiente alfa de Cronbach de 0.89, que indica una alta confiabilidad.

Un instrumento de autoinforme, evalúa el nivel de estrés percibido durante el último mes y consta de catorce ítems que se agrupan en dos factores de siete ítems cada uno. El primer factor, denominado “Expresión de estrés”, califica la percepción de pérdida de control en el manejo del estrés, mientras que el segundo, “Control del estrés”, hace referencia a la percepción de satisfacción o éxito en el manejo de dicha condición.

La escala utiliza la opción de respuesta cerrada en una escala Likert de cinco puntos (de 0 = “Nunca”, a 4 = “Muy a menudo”). La puntuación total de la EEP se obtiene invirtiendo las puntuaciones de los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13 de la siguiente manera: 0 = 4, 1 = 3, 2 = 2, 3 = 1 y 4 = 0) y sumando a continuación las puntuaciones de los catorce ítems. Una puntuación alta indica un mayor nivel de estrés percibido.

Los ítems de la escala son fácilmente comprensibles y las alternativas de respuesta son fáciles de marcarse sin dificultad.

### Análisis de datos

Los datos fueron analizados con el programa Statistical Product and Service Solutions (SPSS), versión 24.0. Se aplicaron los estadísticos de tipo descriptivo simple y bivariado, como frecuencias relativa y absoluta. Además, se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, la cual indicó que la muestra tenía una distribución normal.

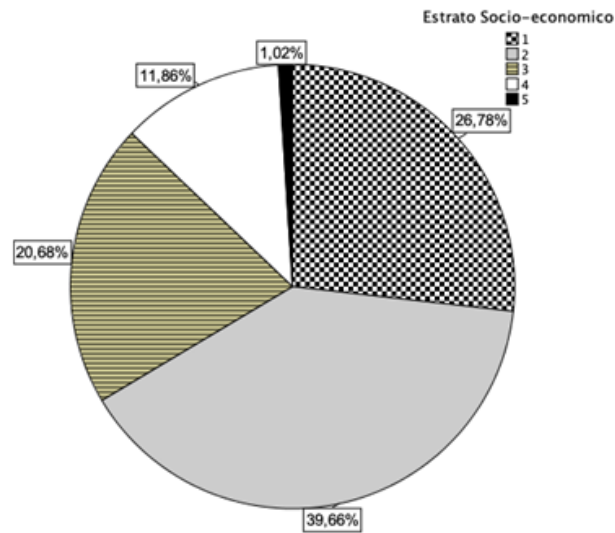
Para determinar la correlación entre variables, se empleó el índice de correlación de Pearson, con una significancia de  $p \leq 0.05$  y la prueba de Mann-Whitney para identificar diferencias significativas entre hombres y mujeres, acorde a los requerimientos que plantea la medición de la variable analizada.

### Procedimiento

En cuanto a los aspectos éticos y legales, se presentó el proyecto al Comité de Ética de la institución, el cual los avaló al catalogarlo como carente de riesgo al apegarse las disposiciones de la Resolución 8430 del Ministerio de Salud para Colombia y la Declaración de Helsinki para el trabajo con seres humanos. Adicionalmente a ello, una vez explicados los objetivos del estudio se solicitó a los participantes la firma de los formatos de consentimiento y asentimiento informados de manera electrónica. Atendiendo la Ley 1581 de Protección de Datos de Colombia (Congreso de la República de Colombia, 2012), se garantizó el respeto y la confidencialidad de los participantes y de la información proporcionada.

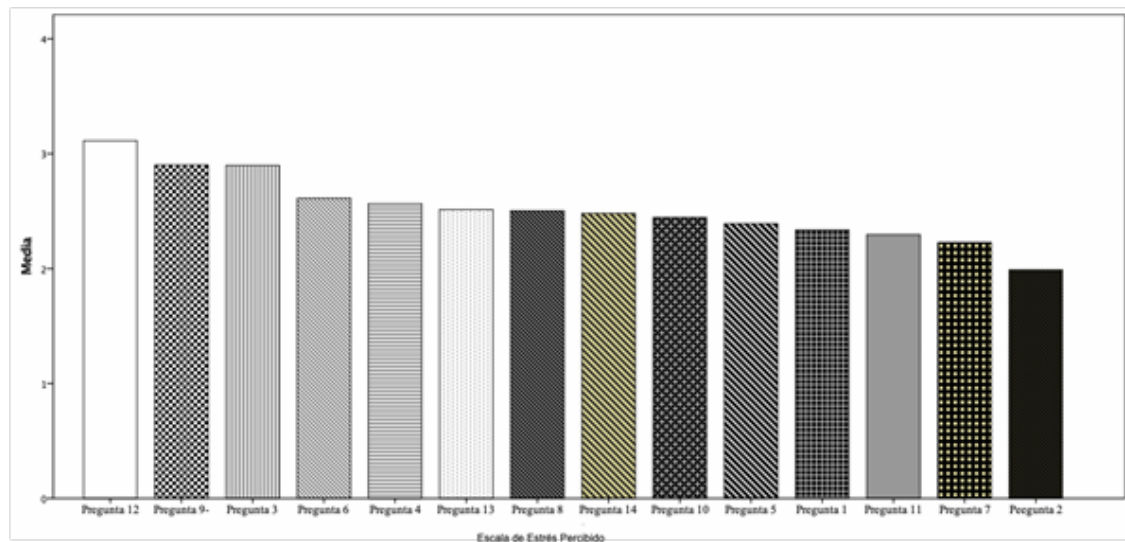
### RESULTADOS

Se encontró que 138 participantes eran del sexo masculino (46.8%) y 157 del femenino (53.2%), con una media de edad de 20.53 y desviación típica de 1.66 años. El estado civil manifestado correspondió a 85.8% de solteros ( $n = 253$ ) y 7.1% mantenía una relación de unión libre ( $n = 21$ ). Respecto al estrato socioeconómico, los resultados se muestran en la Gráfica 1, indicando que su nivel de acceso a los servicios públicos variaba entre escaso y básico.

**Gráfica 1.** Distribución del estrato socioeconómico.

Con relación a la EEP, se encontró que la puntuación media para la muestra completa (hombres y mujeres combinados) fue 35.12 (D.E.= 5.59), oscilando entre 21 y 52. El ítem con mayor puntuación correspondió a la pregunta “¿Con qué frecuencia ha pensado sobre las cosas que le faltan por hacer?”, en la que 44.4% respondió “A menudo”, seguido de la puntuación “Muy a menudo”, con

33.9%. La otra pregunta a la cual los participantes contestaron en un mayor porcentaje fue “¿Con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?”, respondiendo “A menudo”, con 50.8% seguido de “De vez en cuando”, con 24.7%. En la Gráfica 2 se aprecia la escala de respuestas de la muestra con relación a las preguntas.

**Gráfica 2.** Valoración de la Escala de Estrés Percibido en la población.

Los resultados que se presentan en la Tabla 1 permiten establecer las diferencias entre los grupos y muestran significancias entre “El último mes” con la respuesta “De vez en cuando”; en efecto, 31.2% manifestó incapacidad para controlar las cosas

importantes en su vida, y de la misma manera se aprecia que 39.7% había afrontado de una manera efectiva los cambios importantes ocurridos en su vida.

**Tabla 1.** Descripción del nivel de estrés percibido de acuerdo al sexo.

Ítems	Fem.	Masc.	<i>p</i>
1. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?	2.32	2.36	0.548
2. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?	2.00	1.98	0.053
3. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?	2.86	2.94	0.156
4. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?	2.52	2.62	0.509
5. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que ha afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en su vida?	2.31	2.49	0.083
6. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?	2.56	2.67	0.973
7. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas van bien?	2.15	2.30	0.943
8. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar las cosas que tenía que hacer?	2.45	2.57	0.128
9. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?	2.89	2.91	0.637
10. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?	2.45	2.43	0.444
11. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?	2.30	2.29	0.366
12. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha pensado sobre las cosas que le quedan por hacer?	3.07	3.16	0.106
13. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar la forma de pasar el tiempo?	2.45	2.59	0.146
14. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	2.53	2.43	0.631

El análisis de la correlación, hecho mediante el coeficiente de Pearson ( $p \leq 0.05$ ), se aprecia en la

Tabla 2, y muestra correlaciones altas y moderadas para las variables.

**Tabla 2.** Correlación de variables.

Variables	Significancia	Pearson	Clasificación
¿Con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado? vs. ¿Con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	0.000	0.619	Alta
¿Con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar las cosas que tenía que hacer? vs. ¿Con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	0.000	0.587	Moderada
¿Con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida? vs. ¿Con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	0.000	0.505	Moderada
¿Con qué frecuencia ha sentido que las cosas van bien? vs. ¿Con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	0.000	-0.505	Moderada

## DISCUSIÓN

En el presente estudio, la edad promedio de los estudiantes universitarios concuerda con la de otras investigaciones (Tuta, Lee y Martínez, 2015), los cuales indican que la edad aproximada a la que se accede a los estudios universitarios es entre 15 y

24 años, lo que de acuerdo a Daeun *et al.* (2018), es el periodo de mayor reactividad emocional y plasticidad neuronal, pero a la vez, según los indicadores de Colombia, es cuando se toman importantes decisiones sobre el matrimonio y la crianza de hijos (Varela, Tenorio, Henao, Salcedo y Urrego, 2016); asimismo, en este rango de edad son

frecuentes los comportamientos impulsivos y de riesgo, que incluyen la experimentación con drogas, el sexo sin protección y la conducción imprudente de vehículos (Steinberg, 2007).

Se evidenció que la población colombiana ha acatado el confinamiento en casa debido a la pandemia de COVID-19, establecido por el decreto presidencial 417 del 17 de marzo de 2020; también se establecieron medidas alternativas por parte del gobierno, como el cierre de escuelas y universidades, al igual que los cines, teatros y museos. Al igual que en otros países, se suspendieron asimismo los servicios religiosos, los encuentros deportivos de aficionados y profesionales, y todos los eventos que atrajesen grandes multitudes (Casanova *et al.*, 2019), lo que ha acarreado angustia e incertidumbre en la muestra aquí analizada.

Se lograron establecer las diferencias entre el estrés percibido y el sexo, las cuales indican que los varones obtuvieron puntuaciones de estrés percibido más elevadas que las mujeres, resultado que concuerda con los de otros estudios (Steinberg, 2007), que señalan que los hombres y las mujeres ponen en práctica diferentes herramientas para afrontar las situaciones angustiantes. Lo anterior difiere de los resultados de Campo, Oviedo y Herazo (2015), quienes encontraron que las mujeres muestran mayores índices de estrés que los varones, hallazgos que Molero, Pérez, Oropesa Simón y Linares (2019) explican afirmando que las mujeres, en virtud de las situaciones sociales y familiares que viven, tienden a desarrollar una mayor inteligencia emocional, lo que les hace posible poner en práctica una considerable variedad de habilidades y competencias no cognitivas que influyen en su capacidad para tener éxito ante las demandas y presiones cotidianas; además, el hecho de asumir la crianza de los hijos casi por entero aumenta en cierta manera su capacidad para afrontar las situaciones estresantes.

En el presente estudio no se encontró una relación entre la edad de los participantes y el nivel de afrontamiento del estrés, lo que difiere de resultados como los de Blankstetn y Flett (1992), que a la vez indican que la percepción de estrés tiende a disminuir con la edad y el nivel de estudios, ya que estas características permiten en el individuo tener una mejor base y mayor conciencia

sobre el desarrollo de los eventos y de las acciones necesarias para encarar la angustia y las situaciones que generan estrés.

Frente la existencia de esta pandemia, se evidencia la inquietud palpable de los estudiantes universitarios por su futuro. De acuerdo a los estudios de Eisenberg, Downs, Golberstein y Zivin (2009), los jóvenes continuamente reflejan preocupaciones de índole académica, social y financiera, y teniendo en cuenta que los participantes de esta investigación se sitúan en los estratos económicos 1 y 2, tal situación se complica aún más, toda vez que muchos de ellos deben realizar trabajos para solventar sus estudios y manutención, a diferencia de los estudiantes de niveles socioeconómicos superiores y se corrobora con lo encontrado en otros estudios (Bastias y Stieповch, 2014) en los que se infiere que la situación socioeconómica es un limitante para que muchos estudiantes desarrollen sus actividades académicas de una mejor manera.

Se advierte que los participantes advertían un considerable nivel de estrés, lo cual se relaciona con las dificultades que se acumulan tanto que no pueden superarlas, lo que concuerda con los planteamientos de Salvarani *et al.*, (2020), quienes señalan que el incremento de las actividades extraescolares fomenta en los niños y adolescentes mayores niveles de estrés, lo que se asocia a que muchos de ellos no saben todavía priorizar las actividades académicas por sobre las sociales (Jamieson y Mendes, 2016). Ante ello, Ali *et al.* (2019) aducen que los jóvenes atraviesan un periodo de vulnerabilidad única asociada al estrés personal, y basado en una probabilidad casi infinita de afrontar desafíos personales y ambientales que exceden los recursos personales de que disponen para afrontarlas.

El EEP mide no solo las respuestas negativas a los estresores, sino también la percepción del grado de capacidad que se tiene para afrontarlos. Por lo tanto, percibirse a uno mismo como un ser angustiado puede implicar tanto una experiencia o reacción afectiva negativa como una percepción de la capacidad propia para lidiar efectivamente con eventos o cambios, lo que hará posible planear más investigaciones en torno a la situación planteada por la pandemia de COVID-19.

## CONCLUSIONES

Los resultados muestran que los estudiantes han sufrido un significativo nivel de estrés durante la pandemia de COVID-19 y que son los varones quienes han experimentado más manifestaciones. Fue posible apreciar que el confinamiento fomenta

desajustes que influyen en lo social como en lo académico debido a las expectativas que los jóvenes tienen sobre su futuro.

Esta investigación es un paso para predecir síntomas de depresión y la necesidad de plantear acciones de prevención y de apoyo psicológico desde el hogar y en las instituciones educativas.

## AGRADECIMIENTOS

Los autores agradecen a todos los estudiantes que participaron e hicieron valiosos aportes a este estudio; de la misma manera, a la Vicerrectoría de Investigaciones de la Universidad del Cauca por el apoyo concedido mediante las convocatorias internas para desarrollos investigativos.

*Citación:* Molano T., N.J., Vélez T., R.A. y Rojas G., E.A. (2022). Estrés percibido durante la pandemia del COVID-19 en estudiantes universitarios de Popayán (Colombia). *Psicología y Salud*, Número Especial, 82-90. <https://doi.org/10.25009/pys.v32i3.2793>.

## REFERENCIAS

- Ali, N.M., Nowshad, N.A., Mansoor, K.M., Ibnouf, R.A., Albehiery, R.M., Carrick, F.R. y Abdulrahman, M. (2019). Perceived academic and psychological stress among adolescents in United Arab Emirates: Role of gender, age, depression, and high expectation of parents. *Psychiatria Danubina*, 31, s331-s337.
- Arrivillaga Q., M., Cortés G., C., Goicochea J., V.L. y Lozano O., T.M. (2004). Caracterización de la depresión en jóvenes universitarios. *Universitas Psychologica*, 3(1), 17-26.
- \*Barrera H., A., Neira C., M., Raipán G., P., Riquelme L., P. y Escobar, B. (2019). Perceived social support and socio-demographic factors in relation to symptoms of anxiety, depression and stress in Chilean university students. *Archivos de Alergia e Inmunología Clínica*, 24(2), 105-115. Doi: 10.5944/rppc.23676.
- Bastias A., E. y Stiepovch B., J. (2014). Una revisión de los estilos de vida de estudiantes universitarios iberoamericanos. *Ciencia y Enfermería*, 20(2), 93-101. Doi: 10.4067/s0717-95532014000200010.
- Blankstetn, K.R. y Flett, G.L. (1992). Specificity in the assessment of daily hassles: Hassles, locus of control, and adjustment in college students. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 24(3), 382-398. Doi: 10.1037/h0078738.
- Brooks, S.K., Webster, R.K., Smith, L.E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N. y Rubin, G.J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*, 395(10227), 912. Doi: 10.1016/s0140-6736(20)30460-8.
- Campo A., A., Oviedo, H.C. y Herazo, E. (2015). Escala de Estrés Percibido-10: Desempeño psicométrico en estudiantes de medicina de Bucaramanga, Colombia. *Revista de la Facultad de Medicina*, 62(3), 407-413. Doi: 10.15446/revfacmed.v62n3.43735.
- Casanova, M., Pagani B., E., Silva, M., Patriarca, C., Veneroni, L., Clerici, C.A., Spreafico, F., Luksch, R., Terenziani, M., Meazza, C., Podda, M., Biassoni, V., Schiavello, E., Chiaravalli, S., Puma, N., Bergamaschi, L., Gattuso, G., Sironi, G., Massimino, M. y Ferrari, A. (2019). How young patients with cancer perceive the Covid-19 (coronavirus) epidemic in Milan, Italy: is there room for other fears? *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689-1699. Doi: 10.1017/CBO9781107415324.004.
- Chen, Q., Liang, M., Li, Y., Guo, J., Fei, D., Wang, L., He, L., Sheng, C., Cai, Y., Li, X., Wang, J. y Zhang, Z. (2020). Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), e15-e16. Doi: 10.1016/s2215-0366(20)30078-X LK.
- Cohen, S., Kamarck, T. y Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-396.
- Congreso de la República de Colombia (2012). Ley estatutaria 1581 por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales. *Diario Oficial* No. 48.587 de 18 de octubre de 2012.



- Daeun, P., Yu, A., Metz, S.E., Tsukayama, E., Crum, A.J. y Duckworth, A.L. (2018). Beliefs about stress attenuate the relation among adverse life events, perceived distress, and self-control. *Child Development Basics*, 89(6), 2059-2069. Doi: 10.1016/j.physbeh.2017.03.040.
- Eisenberg, D., Downs, M.F., Golberstein, E. y Zivin, K. (2009). Stigma and help seeking for mental health among college students. *Medical Care Research and Review*, 66(5), 522-541. Doi: 10.1177/1077558709335173.
- \*Feng, W., Leesa, L., Mingming, X., Leah, L. Jingjing, L. y Xudong, Z. (2019). Mental health among left-behind children in rural China in relation to parent-child communication. *International Journal of Environmental Research of Public Health*, 16(10), 1855. Doi: 10.3390/ijerph16101855.
- Gómez R., C., Escudero S., C., Matallana E., D., Gonzalez B., L. y Rodriguez R., V. (2015). *Encuesta Nacional de Salud Mental*. Bogotá: Fundación Cultural Javeriana de Artes Gráficas.
- Ho, C.S., Chee, C.Y. y Ho, R.C. (2020). Mental health strategies to combat the psychological impact of COVID-19 beyond paranoia and panic. *Annals of the Academy of Medicine, Singapore*, 49(1), 1-3.
- Jamieson, J.P. y Mendes, W.B. (2016). Social stress facilitates risk in youths. *Journal of Experimental Psychology*, 145(4), 467-485. Doi: 10.1037/xge0000147.
- Jiménez T., M., Martínez M., P. y Sánchez A., I. (2012). Relationship between perceived stress and negative mood: differences according to of coping style. *Anales de Psicología*, 28(1), 28-36.
- Lema S., L.F., Salazar T., I.C., Varela A., M.T., Tamayo C., J.A., Rubio S., A. y Botero P., A. (2010). Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios: satisfacción con el estilo de vida. *Pensamiento Psicológico*, 5(12). Doi: 10.11144/106.
- \*Ministerio de la Protección Social y Fundación FES Social (2005). *Estudio Nacional de Salud Mental Colombia 2003*. Bogotá: CYC Gráficas, Ltda.
- Molano, N.J., Vélez T., R.A. y Rojas G., E.A. (2019). Actividad física y su relación con la carga académica de estudiantes universitarios. *Hacia la Promoción de la Salud*, 24(1), 112-120. Doi: 10.17151/hpsal.2019.24.1.10.
- Molero J., M.M., Pérez F., M.C., Oropesa R., N.F., Simón M., M.M. y Linares J., J.G. (2019). Self-efficacy and emotional intelligence as predictors of perceived stress in nursing professionals. *Medicina (Lithuania)*, 55(6), 1-14. Doi: 10.3390/medicina55060237.
- Niño R., D.C. y Abaunza L., N. (2015). Relación entre dependencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica Psyconex*, 7(10), 1-27. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/23127>.
- Posada, J. (2013). La salud mental en Colombia. *Biomédica*, 33(4), 497-498.
- Remor, E. (2006). Psychometric properties of a European Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS). *Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 86-93. Doi: 10.1017/s1138741600006004.
- Remor E., A. y Carrobes J., A. (2001). Versión española de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14): Estudio psicométrico en una muestra VIH+. *Ansiedad y Estrés*, 7, 195-201.
- Salvarani, V., Ardenghi, S., Rampoldi, G., Bani, M., Cannata, P., Ausili, D., DiMauro, S. y Strepparava, M.G. (2020). Predictors of psychological distress amongst nursing students: A multicenter cross-sectional study. *Nurse Education in Practice*, 65(7), 1713-1718. Doi: 10.1002/art.37949.Rheumatoid.
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X. y Sasangohar, F. (2020). Effects of COVID-19 on college students' mental health in the United States: Interview survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9). Doi: 10.2196/21279.
- Steinberg, L. (2007). Risk taking in adolescence: New perspectives from brain and behavioral science. *Current Directions in Psychological Science*, 16(2), 55-59. Doi: 10.1111/j.1467-8721.2007.00475.x.
- Tuta G., H., Lee O., B.I. y Martínez T., J. (2015). Prevalencia y factores de asociados de sobrepeso y obesidad, en estudiantes universitarios de 18 a 25 años en Pamplona norte de Santander durante el primer periodo del 2013. *CES Salud Pública*, 6(1), 21-26. Doi: 10.21615/2931.
- Varela A., M.T., Tenorio B., Á.X., Henao G., C.A., Salcedo R., S. y Urrego R., A.M. (2016). Rol de las prácticas parentales en la promoción de actividad física en la primera infancia en la ciudad de Cali. *Hacia la Promoción de la Salud*, 21(2), 27-40. Doi: 10.17151/hpsal.2016.21.2.3.
- Zamarripa, J., Castillo, I., Tomás, I., Tristán, J. y Álvarez, O. (2016). El papel del profesor en la motivación y la salud mental de los estudiantes de educación física. *Salud Mental*, 39(4), 221-227. Doi: 10.17711/sm.0185-3325.2016.026.