

Influencia del estrés académico y la deficiencia de las estrategias de afrontamiento, en la ideación suicida de los estudiantes universitarios del Politécnico Grancolombiano.

Danna Alejandra Roldan Moreno

Juan Carlos González Mosquera

Karen Lorena Pardo Muñoz

Sergio Andrés Gaviria Jaramillo

Yesid Javier Cervantes Arrieta

Facultad de Cultura, Sociedad y Creatividad, Institución Universitaria Politécnico  
Grancolombiano

Programa de Psicología

Docente: Leidy Tatiana Castañeda Quirama

Medellín Antioquia 2023.

### **Resumen**

Alrededor de los contextos educativos existen algunos elementos que impactan la salud mental de los estudiantes, dentro de ellos el estrés en el entorno académico, las estrategias que se emplean para la resolución de problemas y la ideación y comportamiento suicida. El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre la ideación suicida, las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Medellín, bajo un diseño no experimental, descriptivo, transversal y correlacional. Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia con 169 sujetos. Se emplearon como instrumentos de evaluación: PANSI (Inventario de Ideación Suicida Positiva y Negativa), SISCO (Inventario Estrés académico), y el A-CEA (Escala de afrontamiento del estrés académico). Dentro de los resultados obtenidos cabe destacar que el estrés académico incrementa la ideación suicida, además, el afrontamiento centrado en el problema se considera como factor protector del estrés y la ideación suicida. Estos resultados permiten plantear estrategias de prevención y promoción de la salud mental en contextos universitarios.

Palabras Clave: Estrés académico, comportamiento suicida, factores protectores, factores de riesgo.

### **Abstract**

Around educational contexts there are some elements that impact the mental health of students, among them the stress in the academic environment, the strategies used for problem solving and suicidal ideation and behavior. The present study aimed to analyze the relationship between suicidal ideation, coping strategies and academic stress in students of a private university in the city of Medellin, under a non-experimental, descriptive, cross-sectional and correlational design. A non-probabilistic convenience sampling was carried out with 169 subjects. The following assessment instruments were used: PANSI (Positive and Negative Suicidal Ideation Inventory), SISCO (Academic Stress Inventory), and the A-CEA (Academic Stress Coping Scale). Among the results obtained, it should be noted that academic stress increases suicidal ideation, and problem-focused coping is considered a protective factor for stress and suicidal ideation. These results allow us to propose strategies for the prevention and promotion of mental health in university contexts.

**Key words:** Academic stress, suicidal behavior, protective factors, risk factors.

**Tabla de Contenido**

Planteamiento del problema.....	5
Pregunta de Investigación.....	9
Justificación.....	10
Objetivos.....	11
Marco Teórico.....	12
Hipótesis de Investigación.....	20
Metodología.....	22
Resultados.....	25
Discusión.....	33
Conclusiones.....	37
Referencias.....	38

## 1. Planteamiento del problema

### 1.1. Estrés Académico

Castillo & Alvis. (2018) realizaron un estudio descriptivo transversal con una población de referencia de 1109 alumnos matriculados en las carreras de enfermería de las universidades de Cartagena en el 2016, con el fin de evaluar el estrés académico de estudiantes de enfermería de la ciudad de Cartagena, Colombia, para ello se empleó una encuesta sociodemográfica, y para calcular el estrés académico, se utilizó el inventario SISCO. Dentro de las conclusiones se puede destacar que el 90,8% declaró obtener tiempos de nerviosismo o preocupación a lo largo del semestre académico, el 42% alcanzó un nivel de estrés medio, aspecto generado principalmente por el exceso de actividades académicas originadas a partir de la exigencia de tareas de las disciplinas prácticas y teóricas.

Ticona et al. (2010) en la misma dirección ejecutaron una investigación que tuvo como objetivo identificar la relación entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento, para tal cometido se realizó un estudio de tipo transaccional con diseño correlacional. La investigación empleó 234 estudiantes. En la recopilación de datos se emplearon como instrumentos la escala de estrés de Holmes y Rahe, y el cuestionario de estimación de afrontamiento de COPE. Finalmente estableció la presencia directa de una relación entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento.

En el mismo contexto, en referencia a la relación entre estrategias de afrontamiento y estrés académico, Muñoz et al. (2020) realizaron un estudio con la finalidad de valorar el efecto de la musicoterapia en la reducción del estrés académico del alumnado universitario de una Universidad de Chachapoyas – Perú. Se usó el “inventario SISCO de estrés académico”. Dentro de los logros, se puede destacar hay una significativa disminución de niveles de estrés académico gracias a los beneficios de la musicoterapia además se resaltó que los estudiantes presentan tres importantes causas de estrés: recarga académica, poco tiempo para cumplir con las responsabilidades académicas y para finalizar con la etapa de exámenes. Por ello recomiendan examinar la planificación del contenido o malla académica de los cursos, e incorporar por parte de las instituciones educativas consejerías académicas y talleres pedagógicos para que los alumnos afronten el estrés académico de una forma más equilibrada.

Suarez et al. (2021) realizaron un estudio con la finalidad de establecer las variables que subyacen al estrés académico y determinar cómo se relacionan con la motivación estudiantil en la modalidad presencial remota (MPR). Dicho estudio se realizó a 255

estudiantes en medio de la pandemia por covid-19, de una universidad de carácter privado en Bogotá-Colombia, a través del inventario de estrés académico (IEA) de Polo et al. (1996). Dentro de los resultados, la investigación evidencia la obligación de educar al docente en las esferas técnica, social, de gestión y pedagógico-didáctica, con el propósito de generar para los estudiantes un entorno más resistente al estrés causado por la improvisación del docente a la hora de la exposición de las clases y la asignación de tareas.

En este mismo orden, Zárata et al. (2017) investigaron acerca de las medidas preventivas para el estrés académico a través de un estudio aplicado a 65 estudiantes de licenciatura de la Universidad Católica de Culiacán-México, empleando la escala de estresores académicos. A partir de esta observación se determinó que la falta de planificación de las clases es un factor generador de estrés. Si bien existen materias con mayor contenido teórico, la aplicación de estrategias didácticas por parte de los profesores es imprescindible para que exista un vínculo más dinámico con el estudiante y el conocimiento no dependa solo del escenario dónde se adquirió y pueda aplicarse en otros contextos, resaltando que los docentes no deben olvidar el compromiso con el proceso educativo (relación enseñado-aprendido-requerido-aplicado).

## **1.2. Ideación Suicida**

Con base a la Organización Mundial de la Salud (OMS2017) el suicidio se ha categorizado entre las causas principales de muerte en el mundo, ocupando el lugar como la segunda en personas entre los 15 y los 29 años. Este acto es el responsable del fallecimiento de más de 800.000 personas cada año.

Gómez et al. (2021) en un estudio dirigido a 422 estudiantes de psicología de todos los semestres, aplicaron la escala de riesgo suicida Plutchik (ERSP) para analizar el nivel de riesgo suicida y su relación con factores psicológicos y sociodemográficos en estudiantes universitarios, encontrando que la baja autoestima, la desesperanza, la incapacidad para afrontar emociones, la soledad y el aislamiento social, se relacionan significativamente con la ideación y el riesgo suicida. Los promedios con niveles más elevados se obtuvieron en estudiantes que tuviesen ciertas particularidades tales como: tentativas de suicidio previas o en alguna persona de su familia y antecedentes de alguna enfermedad mental.

En el mismo sentido, Astocondor et al. (2019) exponen que en el Perú los estudiantes de la selva presentan ideación suicida, lo cual se evidencia a través de la aplicación de la escala Birlson y de Beck en una muestra de 431 estudiantes de la Universidad Nacional de Ucayali. En esta investigación se evidenció una fuerte relación entre la depresión y la

ideación suicida. Los comportamientos relacionados a niveles de ideación suicida medio-alto fueron: percepción de escasa felicidad en un tiempo posterior, pensaban que no iban a ser tenidos en cuentas por su núcleo primario y percepción que la muerte se presentaba como aliciente.

Dicho lo anterior, se puede entender que la ideación suicida es un elemento esencial de la conducta suicida, que es el detonante de los demás componentes: intentos de suicidio y suicidio consumado. Los estudiantes universitarios pueden tener pensamientos suicidas en un momento particularmente crítico a lo largo de su adolescencia o en el inicio de su adultez en relación con las adversidades experimentadas en su vida académica.

Santos et al. (2017) evaluaron 654 jóvenes con el objetivo de analizar los factores relacionados a la ideación suicida en estudiantes de cursos del área de salud, donde se demuestra que el 14,34% había intentado suicidarse alguna vez en la vida. Se destaca que el 41,07% de los participantes declarados homosexuales manifestaron ideación suicida, frente al 21,99% de los que declararon ser heterosexuales. Las variables sexo, estado civil e ingreso mensual sostuvieron una relación significativa con la ideación suicida. Se señala que el 39.29% de los que declararon tener piel negra tenían ideación suicida.

### **1.3. Estrategias de afrontamiento**

Con respecto a las estrategias de afrontamiento, Peña et al. (2018) pretendían evaluar la frecuencia e intensidad del estrés y las estrategias de afrontamiento que utilizan algunos estudiantes, para lo cual evaluaron 158 estudiantes mexicanos a través del Sisco y el cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE), encontrando que la búsqueda de apoyo social, expresión emocional abierta y religión eran las estrategias de afrontamiento más utilizadas, además se halló que las situaciones académicas que generaban altos niveles de estrés eran: La comprensión de temas de la clase y el límite de tiempo en las entregas.

Así mismo, López et al. (2017) evaluaron 1221 estudiantes puertorriqueños a través del cuestionario de exposición y conocimiento sobre la prevención del Suicidio (SPEAKS), con el cual se quiso valorar las exposiciones, el conocimiento y los recursos que tienen los estudiantes sobre la prevención del suicidio, sus estrategias de afrontamiento, encontrando que el 18.5% del personal en estudio ha observado material expuesto sobre el tema y más de la mitad de estos estudiantes consideran como estrategia de afrontamiento el apoyo social para mejorar su salud mental.

En la misma línea, Salavera & Usán (2017) evaluaron 1.402 estudiantes de secundaria, con el objetivo de describir cómo influyen las estrategias de afrontamiento que

emplean los adolescentes durante actividades estresantes y cómo en ellas se reflejan los niveles de felicidad subjetiva, confirmando una alta correlación entre esta y las estrategias de afrontamiento. Se descubre que la búsqueda de apoyo emocional y social se reflejan en sentido positivo, contrario al distanciamiento del problema.

Del mismo modo, Piergiovanni & Depaula (2018) encaminaron su estudio hacia la relación que hay entre las estrategias de afrontamiento al estrés, utilizadas por los estudiantes frente a la demanda académica. Para ello aplicaron las escalas de autoeficacia general (EAG), versión argentina y el cuestionario de afrontamiento al estrés (CAE) en 126 estudiantes de psicología, encontrando que existe relación importante entre la autosuficiencia y las estrategias utilizadas por los estudiantes, reflejando un alto índice de visión positiva en el avance de su carrera profesional y de sus capacidades durante el desarrollo de las tareas académicas.

Por su parte, Gustems et al. (2020) buscaron explorar la similitud existente entre las estrategias de afrontamiento y los síntomas psicológicos durante actividades académicas según el género, edad y estrategias utilizadas. A través de la aplicación del instrumento de medición CRIA-A se evaluó a 136 estudiantes encontrando con respecto a la edad, que la población estudiantil más joven experimenta un nivel más alto de ansiedad, comparados con sus compañeros mayores, además sus perfiles de afrontamiento están más basados en la evitación. Con relación al género se observó que las mujeres presentan más dificultades somáticas y malestar psicológico que los hombres y referente a las estrategias, la evitación es más representativa en los hombres y la descarga emocional en las mujeres.

Ahora bien, Valencia et al. (2017) quisieron conocer la relación entre la evitación experiencial, las estrategias de afrontamiento y la ansiedad. A través del cuestionario de aceptación y acción II, el Inventario de Afrontamiento COPE y el Inventario breve de Ansiedad (IDARE) evaluaron 284 estudiantes universitarios, encontrando que las personas evitativas al contacto con sus emociones y pensamientos, son críticas de sí mismas y muchas veces no asumen una actitud activa para la solución de sus problemas, siendo las que reportan mayores índices de ansiedad, ya que las medidas de evitación experiencial y de afrontamiento que utilizan son de tipo disposicional entre ellas la religión, el humor, el autoculpa y el uso de sustancias.

En lo relacionado con el manejo del estrés, Franco et al. (2019) analizaron la relación existente entre metas académicas que motivan a los estudiantes y su incidencia diferencial para elegir una estrategia de afrontamiento, evaluando 468 estudiantes universitarios mediante la escala de afrontamiento del estrés y la escala de orientación a Metas, encontrando

que los estudiantes con metas de defensa del yo o evitación, no constituyen ninguna correlación con la búsqueda de apoyo social, sin embargo, sí hubo una relación negativa con planificación y reevaluación positiva, lo que permite inferir que cuanto hay más preocupación en un estudiante por no tener una mala imagen ante los demás, menos utiliza el afrontamiento activo, conductual y cognitivo para hacerle frente sus problemas académicos.

De otro lado, Souto & Franco (2018) analizaron la relación existente en el uso de estrategias de afrontamiento frente al estrés académico y los niveles de sintomatología depresiva en 485 estudiantes de grandes universidades de España. Para ello emplearon las escalas de afrontamiento (A-CEA) y la Sub-escala de Depresión (SCL-90-R), evidenciando que los estudiantes que emplean más estrategias de afrontamiento centradas en el problema presentan menos síntomas depresivos y su utilización constante impide en gran manera que aparezcan síntomas afectivos u otras patologías.

En consonancia con los hallazgos previos, Morales (2020) analizó las estrategias del estrés cotidiano en un grupo de 200 estudiantes de psicología y cómo estas se relacionan con otras variables, el estudio se realizó a través de los siguientes instrumentos: inventario de estrategias de afrontamiento, escala de prosocialidad y test de empatía cognitiva y afectiva, encontrando correlación significativa entre: medidas de tendencia de prosocialidad y empatía con las estrategias del estrés cotidiano; apoyo emocional y empatía con las estrategias de afrontamiento del estrés cotidiano de resolución de problemas, y la medida de tendencia prosocial de complacencia con la dimensión cognitiva de la variable empatía.

Finalmente, dentro de las estrategias de afrontamiento, Morales (2018), calculó las más empleadas en contextos académicos, en un estudio realizado a 169 estudiantes del primer curso de ciencias de la educación, a través de la escala de afrontamiento para adolescentes ACS, encontrando que los estudiantes normalmente utilizan menos la estrategia de acción social e ignorar el problema, y en mayor proporción la de comparación y preocupación para posteriormente concentrarse en el problema.

#### **1.4. Pregunta de Investigación**

¿Existe relación entre el estrés académico, las estrategias de afrontamiento y la ideación suicida en los estudiantes del Politécnico Grancolombiano?

## 2. Justificación

Los resultados encontrados en las investigaciones expuestas previamente evidencian que en Colombia son pocos los hallazgos que dan cuenta de la relación existente entre estrés académico, ideación suicida y estrategias de afrontamiento en población universitaria, a pesar de que esta es considerada como una de las problemáticas psicosociales más importantes en Colombia en población joven adulta.

Ahora, si bien es cierto que la universidad implica retos y dificultades, los deseos de superarse y la idea de una mejor calidad de vida favorece en los jóvenes el deseo de educarse. Sin embargo, el ámbito académico implica diversos cambios como lo son, la transición de la escuela a la Universidad, el acoso escolar, los altos costos que implica, la separación de la familia, del círculo social, y los cambios en el rendimiento debido a nuevos retos académicos; enfrentando a los estudiantes a experimentar mayores niveles de estrés, más aún cuando hay ausencia de factores protectores y estrategias de afrontamientos insuficientes.

Teniendo en cuenta los planteamientos previos, este proyecto investigativo aportará al conocimiento de los factores que vulneran la salud mental de los estudiantes universitarios en Colombia, con el fin de exponer una relación entre el estrés académico, estrategias de afrontamiento e ideación suicida.

Para ello se hace necesario analizar algunos factores sociodemográficos y así permitir una valoración que proporcione un panorama más global referente a la problemática abordada. De que se detecte a tiempo la vulneración en la salud mental de los estudiantes, depende el correcto abordaje de las situaciones de estrés que se generan en el campo universitario. Así mismo, el poseer herramientas y estrategias para afrontar las situaciones que inciden en su bienestar físico y emocional, disminuye la aparición del comportamiento suicida.

Se considera la viabilidad de este proyecto dentro de la institución toda vez que tenemos acceso a la muestra de evaluación y las variables de investigación cuentan con validación psicométrica.

### **3. Objetivos**

#### **3.1. General**

Analizar la relación entre la ideación suicida, las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Medellín.

#### **3.2. Específicos**

- Determinar las características sociodemográficas de la muestra.
- Identificar los niveles de ideación suicida en los estudiantes universitarios
- Establecer la frecuencia en que se emplean estrategias de afrontamiento adaptativas o desadaptativas
- Medir la prevalencia de estrés académico en los estudiantes universitarios.
- Establecer los valores de las correlaciones bivariadas entre las variables de investigación.

## 4. Marco Teórico

### 4.1. Estrés académico

El estrés se define como un fenómeno cambiante que involucra la respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento en un individuo ante estímulos internos y externos de su entorno, los cuales afectan su desarrollo en el ámbito laboral, académico y familiar Alfonso et al. (2015).

Caldera et al. (2017) definen el estrés académico como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos de tipo educativo que influyen en el rendimiento académico y en las habilidades metacognitivas para la resolución de problemas asociados. Es por tal razón que, Muñoz et al. (2020) afirman que el estrés aumenta los problemas de salud y perjudica las relaciones interpersonales, el desenvolvimiento laboral y académico.

El estrés académico es un fenómeno que afecta a la persona en su integralidad: Dimensión social, cultural, física, psicológica y comportamental. Es tan alta la incidencia de tal situación, que se evidencia que, a nivel mundial, un tercio de la población universitaria exterioriza estrés extremo y casi la mitad de ellos advierten dificultades en el desarrollo de las responsabilidades académicas y familiares, generando afectación en su vida personal, además señala que, como factor epidemiológico, el estrés es un asunto de gravedad, ya que el estrés es un generador de diversas patologías.

### 4.2. Estrés académico: Síndromes

García y Mazo, (2011) resaltan que las categorías del estrés académico pueden darse según su origen en estrés académico y estrés laboral, siendo el académico como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual, como consecuencia de estímulos y acontecimientos académicos, esta se ha relacionado usualmente con variables de género, edad, profesión y estrategias de afrontamiento.

El concepto de síndrome de estrés hace alusión al conjunto de signos y síntomas que están involucrados en el estado patológico, y que son asequibles mediante la investigación psicopatológica Rivera & Revuelta (2001). En concordancia con la medición de distintas variables en el inicio del trastorno, los síntomas del estrés se clasifican de la siguiente forma:

**4.2.1. Inespecíficos:** Son menos relevantes con respecto al exceso de mecanismos indispensables que tienen que ver con el equilibrio del ser humano, generando

disminución del sistema de respuesta y aumento en la vulnerabilidad del organismo. Rivera & Revuelta (2001).

**4.2.2. *Semi-específicos*:** se relacionan de forma aguda con circunstancias externas del estrés con otros factores susceptibles a la enfermedad, imprescindibles e individuales, que activa el ciclo patogénico del aspecto clínico.

**4.2.3. *Específicos*:** las variantes extrínsecas de estrés son determinantes en la génesis del desarrollo patológico. Las manifestaciones propias de este grupo son el cuadro clínico de estrés en un tiempo posterior al trauma, el trastorno de estrés agudo y los trastornos adaptativos.

A este último nivel o dimensión, se acostumbra a circunscribirse la apreciación de síntomas de estrés en psiquiatría. Por consiguiente, se definen los síndromes de estrés como un conjunto de síntomas o cuadro clínico que sobrepasan las respuestas internas generando malestar físico o emocional Rivera & Revuelta (2001).

### **4.3. Estrés académico: Estados**

Selye (1946, 1950) identificó tres estados de estrés:

**4.3.1. *El estado de alerta*:** Se presenta en el momento en que el sujeto confronta a una circunstancia agobiante. El sistema nervioso responde y genera activación fisiológicas y psicológicas que predisponen al individuo para encarar la situación.

**4.3.2. *La fase de resistencia*:** Múltiples funciones fisiológicas, psicológicas, cognitivas y afectivas que padecen un reajuste para acoplarse.

**4.3.3 *El estado de extenuación*:** Se acentúa en el cuerpo, se siente el cansancio debido a las modificaciones de los diferentes sistemas.

El estrés académico se presenta cuando un individuo se enfrenta a un escenario curricular que le resulta agobiante, por ejemplo, una prueba escrita u oral. Posteriormente, al realizar una permutación de los estados del estrés al ámbito académico, es viable decir que se manifiestan tales etapas: alarma, resistencia y agotamiento. El primero, como una etapa inicial con respecto a un peligro para el sujeto, genera “las alteraciones bioquímicas que pretenden equilibrar la etapa de estrés desencadenado. El estado de resistencia indica las alteraciones que compensan la exigencia de recursos por parte del sujeto estresado, y el estado de descompensación es el resultado de utilizar las estrategias y recursos (Maturana & Vargas, 2015).

#### 4.4. Estrés académico

En teoría, el estrés se ha clasificado en tres subcategorías:

**4.4.1 Estrés positivo:** Facilita al sujeto activarse, estar en alerta y confrontar lo que ve y evalúa como amenazante.

**4.4.2 El estrés común:** Permite hacerles frente a situaciones que conllevan mantenerse alerta.

**4.4.3 El distrés alude al estrés negativo:** Implica, que cuando la capacidad de un sujeto para desenvolverse ante las amenazas no es suficiente se produce este estrés, lo que para él resulta ser angustiante. (Barraza et al. 2019).

#### 4.5. Análisis sobre el concepto de estrés en el DSM-5

Con respecto al DSM-5, no se encuentra adjetivado el estrés como académico; pero se enfatiza el aspecto multifactorial que lo puede generar, hablando de estrés en términos generales. Al respecto, se hace alusión a lo que se expone en su conceptualización: Las molestias psicológicas a raíz de las vivencias de eventos estresantes o traumáticos suelen ser cambiantes, en las distintas situaciones, los síntomas pueden variar y se dan dentro de un contexto fundado por el miedo y la ansiedad, no obstante se ha demostrado que en algunas personas expuestas a eventos traumáticos o estresantes se expone un fenotipo que evidencia la característica clínica más significativa que tengan, generando en vez de síntomas basados por la ansiedad, el miedo, la anhedonia y disforia, expuestos mediante el enfado, la hostilidad, o disociados, generados por el malestar clínico; por lo expuesto anteriormente los acontecimientos catastróficos o adversos de los trastornos mencionado se reúnen en categoría aparte: Trauma y trastornos relacionados con factores de estrés.

Como se puede evidenciar se enumeraron varios aspectos significativos de la conceptualización anterior:

Es variable de acuerdo el malestar psicológico dependiendo de eventos o experiencias traumáticas que la persona califica como tal, de ahí, que se pueda indicar que el estrés en este caso está siempre relacionado con un evento externo que es valorado por el sujeto.

No se puede generalizar la sintomatología, ya que el contexto determina de algún modo ciertos síntomas, por ejemplo: Circunstancias basadas de manera clara en el miedo y la ansiedad, lo cual da pie para decir que se necesita de manera experimental tener la manifestación y la presencia externa de lo que genera estas emociones.

Indica que hay aspectos intrínsecos (anhedonia, disforia, fenotipo) que pueden determinar una predisposición del individuo ante experiencias que lo llevan a experimentar enfado y hostilidad. En este aspecto no se está induciendo a que haya una ideación imaginaria en sí, o un ensimismamiento, pero permite interpretar que hay una predisposición que incide en la percepción de circunstancias, eventos y experiencias que pueden detonar el fenómeno de estrés.

Dada la complejidad del asunto el DSM-V hace una clasificación sobre la variedad de manifestaciones del malestar clínico como consecuencia de la exposición de acontecimientos adversos o traumáticos, estos cuentan con una categorización en: Trauma y trastornos relacionados con factores de estrés.

Según lo anterior se podría argumentar que el trauma es netamente patológico desde un paradigma biomédico y los factores de estrés relacionados con los trastornos, pueden estar involucrados con esa forma única que caracteriza a una persona.

#### **4.6 Estrés académico: Medidas preventivas**

Con respecto a las medidas preventivas, Zárate et al. (2017) señala las siguientes:

- Practicar actividades deportivas, o recreativas como leer, escribir, bailar, dibujar; entre otras.
- Mantener las redes sociales con el propósito de encontrar ayuda social y familiar.
- Estrechar relaciones con compañeros de colegio o universidad para dialogar sobre experiencias y procurar hallar juntos arreglar las dificultades que en colectivo generan estrés.
- Sostener relaciones de comunicación con profesores, con el fin de permitirse expresar a éstos inquietudes o dificultades en un contexto de respeto y acompañamiento.
- Generar relaciones con individuos que coinciden en intereses comunes a los propios y con gran sentido del humor.
- Si fuese necesario, buscar ayuda de un profesional.

En esta misma línea de pensamiento Castillo et al. (2014) expone el estrés académico como un posible activador de riesgo físico y mental, indicando que se debe implementar en todas las instituciones educativas un programa de intervención fundamentado en estrategias cognitivas y conductuales que faciliten afrontar el deterioro producido por los agentes estresores. Se proponen pautas como participar en actividades de consolidación de las emociones, por medio de estrategias constantes bajo una pedagogía edificante y representativa

para la transformación del estrés negativo (distrés) en positivo (eutrés). De esta manera, los alumnos cuentan con la opción de resolver el afrontamiento del estrés académico originado por la demanda al igual que la carga laboral de las labores cotidianas y las metas personales e interpersonales como objetivo al logro profesional.

#### **4.7. Estrategias de afrontamiento**

##### **4.7.1. Definición**

Acerca del afrontamiento y sus estrategias, muchos autores definieron este concepto partiendo de lo investigado por Folkman & Lazarus (1986), que lo definieron como un conjunto de procesos conductuales y cognitivos utilizados para manejar situaciones estresantes; otros autores se centraron en que estas estrategias parten de evaluaciones cognitivas que el individuo realiza al verse ante una situación problema y de acuerdo a su percepción determina su relevancia y hasta qué punto lo beneficia o es amenazante. Este esfuerzo es realizado para mitigar los niveles estresantes de un evento y cada persona afronta esta circunstancia de manera diferente de acuerdo a su naturaleza o medio en el que se desenvuelve.

Por su parte Cano (2006), señala que el afrontamiento es parte integral de los recursos psicológicos con que cuentan los seres humanos y que intervienen en su bienestar y salud mental. Cada uno utiliza este recurso porque lo aprendió, porque lo domina o durante alguna situación le fluyó de manera natural.

##### **4.7.1.1 Clases de estrategias de afrontamiento**

Con respecto a su identificación Lazarus (2000), estableció dos clases de afrontamiento, el primero que detalla el actuar del individuo durante el problema o dificultad con el fin de resolverlo, el siguiente se centra en las emociones, en cambiar la forma en que la persona ve, interpreta y califica la situación; esto sin que impida que ambas puedan relacionarse mutuamente, mientras la una en una situación trabaja para disminuir el estrés, la otra atenúa las amenazas y así también alivia el estrés producido por la situación, estrategias también conocidas como adaptativas e desadaptativas (Girdano & Everly, 1986)

##### **4.7.1.2. Tipos de afrontamiento**

En relación con los aspectos investigados, sus distintas definiciones y delimitaciones, es importante precisar que la creación de escalas e instrumentos de medición ha permitido etiquetar e identificar las estrategias de afrontamiento más utilizadas. En nuestra región ha sido relevante la Escala Estrategias de Coping – Modificada (EEC-M) de Londoño et al. (2006)

validada para la población colombiana, la cual expresa 14 estrategias de afrontamiento para hacerle frente al estrés:

- **Búsqueda de alternativas:** Análisis de causas de la situación para tomar acciones de solución.
- **Conformismo:** Resignarse y soportar el estrés generado.
- **Control emocional:** Controlar las emociones para tolerar la situación.
- **Evitación emocional:** Dada la carga afectiva de la situación, evitar expresar las emociones.
- **Evitación comportamental:** Realizar actividades que contribuyan a manejar el problema neutralizando malas acciones.
- **Evitación cognitiva:** Neutralizar los pensamientos perturbadores con distracción o negación.
- **Reaccionar de manera agresiva:** Hostilidad y expresiones con ira, como consecuencia de una situación problema, contra objetos o a sí mismo.
- **Expresión emocional abierta:** Para disminuir y mitigar la situación problema expresar las emociones de manera abierta.
- **Reevaluación positiva:** Identificar lo positivo de la situación, para generar pensamientos positivos.
- **Buscar apoyo social:** Encontrar soporte emocional en otras personas para lograr solucionar la situación problema.
- **Buscar apoyo de un profesional:** Encontrar soporte en una persona competente para lograr solucionar la situación problema.
- **Religión:** Depositar las esperanzas en una doctrina de manera afectiva.
- **Refrenar el afrontamiento:** Explorar más la situación para evitar la confrontación.
- **Espera:** Ver pasar el tiempo y confiar en que la situación problema se resolverá sola.

#### 4.7.2. Ideación suicida

Las ideaciones suicidas (IS), a menudo denominadas pensamientos o ideas suicidas, son un término amplio utilizado para describir una serie de contemplaciones, deseos y preocupaciones hacia la muerte y el suicidio Harmer & Saadabadi (2023).

En la investigación sobre suicidio (Suicidology) se plantea el criterio de espectro suicida, que engloba pensamientos persistentes en los que se piensa o planea cometer suicidio, reconociendo los mecanismos imprescindibles para lograrlo. Igualmente expone que

la conducta suicida pasa por estadios de menor a mayor gravedad, iniciando por las ideas, pasando por las tentativas y culminando con la muerte por suicidio (Mingote et al., 2004).

No obstante, un intento de suicidio es definido como alguna acción predeterminada y voluntaria, con desenlace no mortal que causa daño a sí mismo. Por último, O'Carroll et al. (1996) definen al suicidio como la muerte autoinfligida donde hay una pretensión explícita de acabar con la propia vida.

Vázquez et al. (2013) referencia a la ideación suicida como pensamientos acerca de la voluntad de quitarse la vida, con o sin planificación o método específico. El riesgo suicida se examina como una manifestación verbal o no verbal que indica la probabilidad de un comportamiento suicida en un futuro cercano.

La ideación suicida hace referencia a pensamientos presentes en las personas alrededor de la propia muerte. La gravedad de los planes de suicidio y el nivel de intencionalidad que experimentan las personas puede ser diferente. (American Psychiatric Association, 2002).

Por lo tanto, se ha establecido que los adolescentes con bajos niveles de felicidad y perturbación emocional están más expuestos a los pensamientos suicidas. (Wang et al. 2003). Por consiguiente, se plantea la suposición acerca de que la regulación emocional y el nivel de esta o altos síntomas de estrés concurrente en los adolescentes se vincula con la presencia de ideas suicidas.

#### **4.7.2.1. La conducta suicida**

Es un fenómeno con presencia de diversos factores que cuenta con tres fases: En fase inicial, aparece la idea suicida donde la persona piensa en incurrir en el suicidio. En segunda instancia, surge la indecisión o fase de dualidad donde la persona transita de la idea a proyectar la probabilidad de realizar el acto, como remedio a sus dificultades. Esta etapa puede variar en cuanto al tiempo que perdura, y en los sujetos impulsivos, tiende a transitar más rápido o no experimentarla. La última fase es la de decisión, en la que el individuo pasa a la acción de suicidio. (De Jalón & Martin, 2002).

#### **4.7.2.2. Comportamiento suicida**

Las teorías acerca de este tema enuncian que la activación de pensamientos o ideas entrelazados para terminar con su vida, son una cuota del suicidio consumado. Esto conlleva a pensar que el estudio de la conducta suicida hace necesario considerar la ideación suicida (Pérez et al. 2013), pues esta se define como los “deseos y planes para cometer suicidio sin haber realizado un intento de suicidio recientemente”, (Beck et al. 1979). Igualmente,

Goldney et al. (1989) la define como un encadenamiento de procesos cognitivos, proyecto para lograr la muerte, pensamientos fugaces y fantasías autodestructivas que realiza el sujeto sobre sus deseos de no querer vivir.

## 5. Hipótesis de Investigación

### H1

Existe una relación entre la ideación suicida, el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes universitarios.

### H0

No existe una relación entre la ideación suicida, el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes universitarios.

### H1

La ideación suicida se relaciona con el estrés académico.

### H0

La ideación suicida no tiene relación con el estrés académico.

### H1

Existe una relación estadísticamente significativa entre la ideación suicida y las estrategias de afrontamiento.

### H0

No existe una relación estadísticamente significativa entre la ideación suicida y las estrategias de afrontamiento.

### H1

A mayor estrés académico mayor ideación suicida.

### H0

A mayor estrés académico no hay mayor ideación suicida.

### H1

A mayor uso de estrategias centradas en el problema menor ideación suicida.

### H0

A mayor uso de estrategias centradas en el problema mayor ideación suicida.

### H1

Existen diferencias estadísticamente significativas entre los niveles de estrés académico de hombres y mujeres.

**H0**

No existen diferencias estadísticamente significativas entre los niveles de estrés académico de hombres y mujeres.

**H1**

Existen diferencias estadísticamente significativas entre las estrategias de afrontamiento de hombres y mujeres.

**H0**

Existen diferencias estadísticamente significativas entre las estrategias de afrontamiento de hombres y mujeres.

**H1**

Las mujeres tienen mayores niveles de estrés académico en comparación con los hombres.

**H0**

Las mujeres no tienen mayores niveles de estrés académico en comparación con los hombres.

## 6. Metodología

### 6.1. Diseño

El presente estudio se realizará bajo un diseño no experimental, descriptivo, transversal y correlacional.

### 6.2. Muestra

169 estudiantes universitarios del politécnico Grancolombiano, con una edad promedio de 21 años. El 90.5% reportaron ser solteros y el 33,1% pertenecían al estrato socioeconómico 3.

### 6.3. Criterios de Inclusión

- Ser estudiante activo de una carrera presencial del Politécnico Grancolombiano, sede Medellín
- Ser mayor de edad

### 6.4. Criterios de Exclusión

- Declarar en el formulario de recolección de datos sociodemográficos algún antecedente personal de enfermedad mental.
- En todos los casos, los participantes deberán dar su consentimiento informado para participar en el estudio.

**6.5. Variables:** estrés académico, ideación suicida y estrategias de afrontamiento

### 6.6. Recolección de datos

Los participantes fueron contactados por conveniencia. El consentimiento informado y los cuestionarios fueron enviados de manera online y estuvieron disponibles en el mismo enlace web. La firma del consentimiento fue digital, utilizando una casilla de verificación en la que se aceptó participar de la investigación.

### 6.7. Instrumentos

Para el desarrollo de esta encuesta se realizó una división que consta de 3 secciones en donde la primera sección se recolectó información sociodemográfica y datos personales, en la segunda sección se preguntó información sobre posibles conductas de estrés académico, ideación suicida y estrategias de afrontamiento.

#### 6.7.1. *PANSI (Inventario de Ideación Suicida Positiva y Negativa).*

Es un instrumento desarrollado por Osman, Gutiérrez, Kopper, Barrios y Chiros (1998), diseñado para valorar la frecuencia de la ideación suicida en adolescentes mayores de 14 años, y adultos. Está conformado por 14 ítems con respuesta tipo Likert, los cuales divididos de dos dimensiones: La ideación negativa, que consiste en 8 ítems sobre pensamientos o sentimientos asociados con el fracaso, la desesperanza, la baja auto eficacia, la frustración o la tristeza; y la ideación positiva, que consiste en 6 ítems relacionados con factores de protección para prevenir el suicidio, como el sentido de control, la autoconfianza, las expectativas positivas, la alegría y la satisfacción con la vida.

La escala de respuesta contiene niveles entre 0 (nunca) y 4 (siempre). Las preguntas número 2, 6, 8, 12, 13 y 14 corresponden a ideación positiva; mientras que las preguntas número 1, 3, 4, 5, 7, 9, 10 y 11 corresponden a la ideación negativa.

Dicho instrumento cuenta con un valor de confiabilidad entre 0.77 - 0.89. (Villalobos, 2010).

#### ***SISCO (Inventario Estrés académico).***

Herramienta diseñada por el Dr. Arturo Barraza Macías (2007), para medir la frecuencia en la que una serie de situaciones académicas generan estrés y la frecuencia en la que se presentan ciertas reacciones psicológicas, fisiológicas y comportamentales ante esas situaciones. Adicionalmente, valora el tipo de estrategias de afrontamiento utilizadas para responder al estrés. Está distribuida de la siguiente manera: Un primer ítem con respuesta dicotómica (si/no) que determina si el encuestado es candidato o no a contestar las preguntas. Los demás con respuesta tipo Likert numérica (1: nunca; 2: rara vez; 3: algunas veces, 4: casi siempre; 5: siempre): 1 ítem que contiene 5 valores numéricos para determinar el nivel de intensidad del estrés académico. 8 ítems con 5 valores categoriales para identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores. 15 ítems con 5 valores categoriales para reconocer la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor, y 6 ítems con 5 valores categoriales para identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento. (Castillo et al., 2020).

Respecto a su confiabilidad, reporta un alfa de Cronbach de 0.9. en Colombia, fue validado por Malo, Guerty, Cáceres y Peña (2010) en adultos jóvenes estudiantes universitarios quienes mostraron un alfa adecuada para la confiabilidad y valores adecuados para la validez (análisis factorial y grupos contrastados). (Restrepo et al., 2018).

#### **6.7.2. A-CEA.**

Esta escala fue elaborada por Canabach, Valle, Rodriguez, Piñeiro y Freire (2010). Su objetivo es identificar las estrategias de afrontamiento a las que recurren los estudiantes en el contexto universitario para gestionar las demandas y situaciones académicas potencialmente estresantes.

El instrumento cuenta con 23 ítems en una escala tipo Likert con cinco opciones de respuesta (1-nunca, 2-alguna vez, 3-bastantes veces, 4-muchas veces y 5-siempre. Evalúa tres dimensiones: La primera denominada Reevaluación Positiva, con 9 ítems (1, 4, 7, 10, 13, 16, 18, 20 y 22), se refiere a una forma de afrontamiento activo dirigida a crear un nuevo significado de la situación. La segunda dimensión denominada Búsqueda de Apoyo Social cuenta con 7 ítems (2, 5, 8, 11, 14, 17 y 21) y contempla la ayuda para la comprensión de la situación emocional causada por el problema. La tercera dimensión es Planificación y la conforman 7 ítems (3, 6, 9, 12, 15, 19 y 23) referentes a estrategias de afrontamiento dirigidas a modificar o controlar instrumentalmente la situación. La escala presenta un alfa de Cronbach de 0,893. (Cabanach et al., 2010).

### **6.7.3. Conformación de la base de datos**

Terminada la evaluación de los participantes en el estudio, se realizó un control de posibles errores en la introducción de los datos. Los datos fueron sistematizados y analizados utilizando el software Jamovi 2.3.28.0. Se analizaron coeficientes de correlación y alfa de Cronbach. Los resultados se consideraron significativos para valores de  $p < .05$ .

### **6.7.4. Características estadísticas de las medidas**

Para cada medida recogida, se calculó la media, desviación estándar y el rango. A continuación, se examinó si las puntuaciones se ajustan a la distribución normal mediante la prueba de Shapiro Wilk.

## 7. Resultados

Tabla 1. Descripción de las características sociodemográficas de los estudiantes incluidos en el estudio.

	<i>N</i>	<i>%</i>
<b>Programa Académico</b>		
Negocios Internacionales	20	11.8
Derecho	10	5.9
Psicología	29	17.2
Ingeniería en Sistemas	30	17.8
Administración de Empresas	4	2.4
Ingeniería Industrial	6	3.6
Contaduría Pública	2	1.2
Diseño Gráfico	17	10.1
Mercadeo y Publicidad	36	21.3
Seguridad y Salud en el Trabajo	7	4.1
Trabajo Social	8	4.7
<b>Estado Civil</b>		
Soltero	153	90.5
Unión libre	11	6.5
Casado	5	3.0
<b>Estrato socioeconómico</b>		
1	21	12.4
2	53	31.4
3	56	33.1
4	29	17.2
5	9	5.3
6	1	0.6
<b>Ocupación</b>		
Solo estudiante	117	69.2
Estudia y trabaja	52	30.8
	<i>Md</i>	<i>DT</i>
Edad	21	4.18

De acuerdo con los resultados obtenidos en la tabla 1, se evidencia que la carrera con mayor prevalencia en el estudio es mercadeo y publicidad con un 21.3%, adicional el estrato socioeconómico con mayor presencia con un 33.1 % en el estrato 3, la principal ocupación es estudiante que representan un 69.2%, y el estado civil con mayor porcentaje fue soltero con una equivalencia del 90.5%, la edad media es 21 años.

Tabla 2. Antecedentes psicológicos y personales

	<i>N</i>	%
<b>Se encuentran en tratamiento terapéutico</b>		
No	160	94.7
Si	9	5.3
<b>Consumen Sustancias Psicoactivas</b>		
No	151	89.3
Si	18	10,7

Acorde a la tabla 2, encontramos que el 94.7% de la población encuestada manifiesta no estar en proceso terapéutico y el 89.3% expresa que no consume sustancias psicoactivas.

*Tabla 3 Estadística Descriptiva y Evaluación de la Normalidad*

<b>Esquemas</b>	LI	LS	ME	DT	Normalidad (Shapiro)
Reevaluación Positiva	11	45	25.7	7.34	0.956***
Apoyo Social	7	35	18.0	6.37	0.951***
Planificación	8	33	19.0	5.75	0.958***
Ideación Negativa	0	32	3.84	5.83	0.713***
Ideación Positiva	0	24	14.1	5.50	0.966***
Estresores	0	35	12.4	8.43	0.952***
Síntomas	0	31	11.8	8.05	0.961***
Estrategias de Afrontamiento	0	35	16.9	9.33	0.972**
Estrés Total	0	87	41.1	19.8	0.985

Nota. \*\*\* $p < 0.001$ , \*\*  $p < 0.01$ , \*  $p < 0.05$  Coeficiente de correlación por rangos de Shapiro-Wilk.

Los datos contenidos en la tabla 3 corresponden a los valores de normalidad de las siguientes variables: estrés académico, estrategias de afrontamiento e ideación suicida.

## 7.1. Análisis Bivariados

Tabla 4. Relación entre la ideación suicida, el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes universitarios.

		Reevaluación Positiva	Apoyo Social	Planificación	Ideación Negativa	Ideación Positiva	Estresores	Síntomas
Reevaluación Positiva	Rho de Spearman	—						
	valor p	—						
Apoyo Social	Rho de Spearman	0.641 ***	—					
	valor p	< .001	—					
Planificación	Rho de Spearman	0.805 ***	0.603 ***	—				
	valor p	< .001	< .001	—				
Ideación Negativa	Rho de Spearman	-0.180 *	0.162 *	-0.238 **	—			
	valor p	0.019	0.035	0.002	—			
Ideación Positiva	Rho de Spearman	0.705 ***	0.549 ***	0.644 ***	0.176 *	—		
	valor p	< .001	< .001	< .001	0.022	—		
Estresores	Rho de Spearman	-0.031	0.066	-0.056	0.157 *	0.112	—	
	valor p	0.685	0.393	0.472	0.042	0.147	—	
Síntomas	Rho de Spearman	-0.125	0.018	-0.223 **	0.329 ***	0.014	0.559 ***	—
	valor p	0.105	0.812	0.004	< .001	0.860	< .001	—
Estrategias de Afrontamiento	Rho de Spearman	0.446 ***	0.339 ***	0.342 ***	0.040	0.479 ***	0.349 ***	0.260 ***
	valor p	< .001	< .001	< .001	0.608	< .001	< .001	< .001
Estrés Total	Rho de Spearman	0.163 *	0.204 **	0.061	0.174 *	0.291 ***	0.810 ***	0.764 ***
	valor p	0.035	0.008	0.430	0.024	< .001	< .001	< .001

En los resultados obtenidos en la tabla 4 se observa que, a mayor uso de las estrategias centradas en el problema (reevaluación positiva, apoyo social y planificación) menor ideación negativa y mayor ideación positiva. Así mismo a mayor estrés académico mayor riesgo de ideación suicida, marcando una correlación débil (0.174). Ahora a mayor reevaluación positiva menor ideación suicida, con un nivel de correlación muy fuerte (0.705).

Tabla 5. Relación entre la ideación suicida con el estrés académico.

Matriz de Correlaciones

	Ideación Negativa	Ideación Positiva	Estresores	Síntomas	Estrategias de Afrontamiento	Estrés Total
--	----------------------	----------------------	------------	----------	---------------------------------	-----------------

Ideación Negativa	Rho de Spearman	—						
	gl	—						
	valor p	—						
Ideación Positiva	Rho de Spearman	- 0.176 *	—					
	gl	167	—					
	valor p	0.022	—					
Estresores	Rho de Spearman	0.157 *	0.112	—				
	gl	167	167	—				
	valor p	0.042	0.147	—				
Síntomas	Rho de Spearman	0.329 ***	0.014	0.559 ***	—			
	gl	167	167	167	—			
	valor p	<.001	0.860	<.001	—			
Estrategias de Afrontamiento	Rho de Spearman	- 0.040	0.479 ***	0.349 ***	0.260 ***	—		
	gl	167	167	167	167	—		
	valor p	0.608	<.001	<.001	<.001	—		
Estrés Total	Rho de Spearman	0.174 *	0.291 ***	0.810 ***	0.764 ***	0.709 ***	—	
	gl	167	167	167	167	167	—	
	valor p	0.024	<.001	<.001	<.001	<.001	—	

Nota. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

De acuerdo con los resultados de la tabla 5 se observa que el estrés académico tiene incidencia en la ideación suicida, sin embargo, la correlación es débil (0,29).

Tabla 6 Relación ideación suicida y las estrategias de afrontamiento.

		Ideación Negativa	Ideación Positiva	Reevaluación Positiva	Apoyo Social	Planificación
Ideación Negativa	Rho de Spearman	—				
	gl	—				
	valor p	—				
Ideación Positiva	Rho de Spearman	-0.176 *	—			

	gl	167	—				
	valor p	0.022	—				
Reevaluación Positiva	Rho de Spearman	-0.180 *	0.705 ***	—			
	gl	167	167	—			
	valor p	0.019	< .001	—			
Apoyo Social	Rho de Spearman	-0.162 *	0.549 ***	0.641 ***	—		
	gl	167	167	167	—		
	valor p	0.035	< .001	< .001	—		
Planificación	Rho de Spearman	-0.238 **	0.644 ***	0.805 ***	0.603 ***	—	
	gl	167	167	167	167	—	
	valor p	0.002	< .001	< .001	< .001	—	

Nota. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

De acuerdo con los resultados de la tabla 6 se observa que las estrategias de afrontamiento se relacionan de manera significativa con la ideación positiva, con un nivel de correlación muy fuerte.

Tabla 7 Relación entre el aumento de estrés académico con ideación suicida.

		Estresores	Síntomas	Estrategias de Afrontamiento	Estrés Total	Ideación Negativa	Ideación Positiva
Estresores	Rho de Spearman	—					
	gl	—					
	valor p	—					
Síntomas	Rho de Spearman	0.559 ***	—				
	gl	167	—				
	valor p	< .001	—				
Estrategias de Afrontamiento	Rho de Spearman	0.349 ***	0.260 ***	—			
	gl	167	167	—			
	valor p	< .001	< .001	—			

Estrés Total	Rho de Spearman	0.810 ***	0.764 ***	0.709 ***	—	—
	gl	167	167	167	—	—
	valor p	<.001	<.001	<.001	—	—
Ideación Negativa	Rho de Spearman	0.157 *	0.329 ***	-0.040	0.174 *	—
	gl	167	167	167	167	—
	valor p	0.042	<.001	0.608	0.024	—
Ideación Positiva	Rho de Spearman	0.112	0.014	0.479 ***	0.291 ***	0.176 *
	gl	167	167	167	167	167
	valor p	0.147	0.860	<.001	<.001	0.022

Nota. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

De acuerdo con los resultados obtenidos en la tabla 7 se observa que, si aumentan los estresores, aumenta la ideación suicida (0.157), con una relación más fuerte en los síntomas (0.320), del mismo modo cuando aumentan las estrategias para hacerle frente al estrés académico aumenta la ideación positiva (0.479) con una muy fuerte correlación.

Tabla 8 Relación entre el incremento del uso de estrategias centradas en el problema y aumento de la ideación suicida.

		Reevaluación Positiva	Apoyo Social	Planificación	Ideación Negativa	Ideación Positiva
Reevaluación Positiva	Rho de Spearman	—	—	—	—	—
	gl	—	—	—	—	—
	valor p	—	—	—	—	—
Apoyo Social	Rho de Spearman	0.641 ***	—	—	—	—
	gl	167	—	—	—	—
	valor p	<.001	—	—	—	—
Planificación	Rho de Spearman	0.805 ***	0.603 ***	—	—	—
	gl	167	167	—	—	—
	valor p	<.001	<.001	—	—	—
Ideación Negativa	Rho de Spearman	-0.180 *	-0.162 *	-0.238 **	—	—
	gl	167	167	167	—	—

	valor p	0.019	0.035	0.002	—	
Ideación Positiva	Rho de Spearman	0.705 ***	0.549 ***	0.644 ***	-0.176 *	—
	gl	167	167	167	167	—
	valor p	< .001	< .001	< .001	0.022	—

Nota. \* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001

De acuerdo con los resultados obtenidos en la tabla 8, se observa que existe una relación inversamente proporcional, a mayor uso de las estrategias centradas en el problema menor es la ideación suicida, identificándose una correlación fuerte entre estas variables.

Tabla 9 Diferencias significativas de estrés académico entre hombres y mujeres.

	Sexo	Estresores	Síntomas	Estrategias de Afrontamiento	Estrés Total
N	Mujer	83	83	83	83
	Hombre	86	86	86	86
Media	Mujer	13.2	13.6	17.3	44.1
	Hombre	11.6	10.1	16.6	38.3
Desviación estándar	Mujer	8.27	7.39	9.05	19.1
	Hombre	8.56	8.33	9.64	20.1
Mínimo	Mujer	0	0	0	3
	Hombre	0	0	0	0
Máximo	Mujer	35	31	35	87
	Hombre	28	30	35	83
W de Shapiro-Wilk	Mujer	0.961*	0.979	0.966*	0.977
	Hombre	0.912***	0.925***	0.961*	0.980
Valor p de Shapiro-Wilk	Mujer	0.013	0.184	0.026	0.137
	Hombre	< .001	< .001	0.011	0.211

Nota. \*\*\*p<0.001, \*\* p<0.01 , \* p<0.05 Coeficiente de correlación por rangos de Shapiro-Wilk.

En concordancia con los resultados obtenidos en la tabla 9, se observa que no hay diferencias significativas del estrés académico entre hombre y mujeres, puntuando valores similares hombres (0.980) y mujeres (0.977).

Tabla 10 Diferencias significativas de las estrategias de afrontamiento entre hombres y mujeres.

Sexo	Reevaluación Positiva	Apoyo Social	Planificación
------	-----------------------	--------------	---------------

N	Mujer	83	83	83
	Hombre	86	86	86
Media	Mujer	24.4	18.0	18.8
	Hombre	27.0	17.9	19.2
Desviación estándar	Mujer	7.13	6.27	5.79
	Hombre	7.36	6.49	5.74
Mínimo	Mujer	11	7	10
	Hombre	14	7	8
Máximo	Mujer	42	34	33
	Hombre	45	35	32
W de Shapiro-Wilk	Mujer	0.952**	0.936***	0.941***
	Hombre	0.946***	0.958**	0.963*
Valor p de Shapiro-Wilk	Mujer	0.004	< .001	< .001
	Hombre	0.001	0.007	0.016

Nota. \*\*\* $p < 0.001$ , \*\*  $p < 0.01$ , \*  $p < 0.05$  Coeficiente de correlación por rangos de Shapiro-Wilk.

En concordancia con los resultados obtenidos en la tabla 10, se observa que no hay diferencias significativas del uso de las estrategias centradas en el problema entre hombre y mujeres, puntuando valores similares, hombres en reevaluación positiva (0.946) y mujeres (0.952), en apoyo social hombres (0.958) y mujeres (0.936), por último, en planificación los hombres (0.963) y las mujeres (0.941).

*Tabla 11 Las mujeres tienen mayores niveles de estrés académico en comparación con los hombres*

<b>Estrés Total - Nivel de Estrés</b>	<b>Sexo</b>	<b>Frecuencias</b>	<b>% del Total</b>	<b>% Acumulado</b>
Leve	Mujer	26	15.4 %	15.4 %
	Hombre	33	19.5 %	34.9 %
Moderado	Mujer	47	27.8 %	62.7 %
	Hombre	44	26.0 %	88.8 %
Severo	Mujer	10	5.9 %	94.7 %
	Hombre	9	5.3 %	100.0 %

En concordancia con los resultados obtenidos en la tabla 11, se observa que los mayores valores de estrés (26% y 27%), se ubican en una severidad moderada tanto para hombres como mujeres.

## 8. Discusión

Al analizar la relación entre la ideación suicida, las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Medellín, se encontró que el afrontamiento centrado en el problema (revaluación positiva, apoyo social y planificación) es un factor protector contra la ideación suicida.

El estrés en el contexto académico constituye una problemática social y familiar trascendental y que es latente en las instituciones universitarias y claramente podemos evidenciar en los hallazgos encontrados que existe una relación entre la ideación suicida, el estrés académico y las estrategias de afrontamiento empleadas. Lo anterior se traduce en que, la presencia de herramientas para afrontar las situaciones difíciles y demandas que se presentan en el entorno académico influyen en una reducción el nivel de estrés experimentado y del riesgo de ideación y comportamiento suicida.

Ledesma & Borja (2022) también evidenciaron en sus investigaciones que si un estudiante no sabe abordar adecuadamente las situaciones que le generan estrés, es más probable que presente ideas suicidas. Si bien las estrategias adoptadas no garantizan la eliminación del peligro al que se ven enfrentados los sujetos, si constituyen factores protectores contra este. Al respecto Sarubbi De Rearte & Castaldo (2013) afirman que el efecto estresor podría depender más de la situación en sí misma, que de los recursos y capacidades de afrontamiento de los estudiantes.

Con relación a lo anterior, Wang, eta et al. (2020) señalan que generalmente los estudiantes se encuentran con un exceso de carga académica compuesta por tareas, exámenes y actividades escolares con limitación en el tiempo de entrega; así como métodos obsoletos que no les permite a los universitarios el disfrute pleno de su carrera. Todo esto conlleva a la generación de tensión y ansiedad que desencadenan en estrés y posteriormente en el deseo de atentar contra su existencia.

Por lo anterior se concibe que el estrés académico y la falta de estrategias de afrontamiento constituyen un factor de riesgo para que se desarrolle la ideación suicida y luego se genere una exposición ante un suicidio consumado.

La vida universitaria representa un cambio en los hábitos cotidianos, lo cual constituye un factor común en todos los universitarios, dado las exigencias sociales como también las responsabilidades de orden académico, el estrés percibido y la mayor presencia de estresores que generan tensión, lo cual en algunas ocasiones puede con llevar a respuestas con pensamientos de tipo suicida (Virsedá et al. 2011).

Respecto a las diferencias significativas de la variable estrés académico entre hombres y mujeres se pudo evidenciar que no hubo tal significancia puesto que los valores arrojados en esta investigación fueron similares.

Para el caso específico de esta investigación, se encontró (ver tabla 5) que el estrés académico tiene incidencia en la ideación suicida, sin embargo, la correlación es débil, ya que el estrés escolar es el malestar o síntoma que surge propiamente de una actividad educativa, la respuesta fisiológica y psicológica de la persona y la capacidad que tiene para sobreponerse esta, lo que implica considerar que el entorno escolar es un ambiente de mayor exigencia que en diferentes situaciones puede generar decepción, experiencias de inutilidad o inferioridad y sentimiento de desesperanzas por los resultados o el aprendizaje (Barraza 2007); y (Chacón 2012).

Los hallazgos previos coinciden con los resultados de esta investigación, debido a que, se evidenció que a mayor percepción de estresores académicos mayor es la ideación suicida, con una relación más fuerte en los síntomas. A su vez, cuando aumentan las estrategias para hacerle frente al estrés académico disminuye la ideación suicida lo cual es coherente con los planteamientos de Hernández y Poza (1996) y Barraza (2007) quienes hallaron que los exámenes y el exceso de actividades escolares potencializan la dificultad para complementar la vida académica con actividades sociales y familiares.

Al buscar la relación significativa que pudiese existir entre la ideación suicida con las estrategias de afrontamiento en la muestra de estudiantes seleccionada, se pudo encontrar que cuando utilizan la planificación, la reevaluación positiva y buscan el apoyo social como estrategias centradas en el problema, para hacerle frente a sus dificultades académicas y personales, estas se vuelven estrategias esenciales para disminuir el riesgo de ideación suicida. Estos hallazgos son similares a los reportados en el estudio de Aldaz & escobar (2020) quienes mencionan que los estudiantes sin ideación suicida tienen mayor capacidad de afrontamiento al enfrentarse a problemas y adversidades.

Ahora bien, González et al. (2002) observó en su estudio que el suicidio ha tomado en los últimos años cifras epidémicas, no solo siendo relevante el hecho de quitarse la vida intencionalmente, sino también la ideación y el pensamiento constante de acabar con la propia vida. Es importante resaltar que ha sido la población universitaria uno de los grupos sociales más afectados por los pensamientos poco placenteros y frecuentes sobre la muerte (Eguiluz 2003), no obstante, se difiere de lo encontrado en la presente investigación.

En contraste a los estudios que reportan altos niveles de ideación en población universitaria, se evidencia en esta muestra poblacional, que el nivel de ideación con mayor

prevalencia es bajo (83.4%). De estos resultados que al ser la ocupación de los encuestados exclusivamente estudiante (69.2%), esto podría incidir en que tengan menor percepción de estrés, debido a que cuentan con mayor tiempo para dedicarse a sus estudios y socializar en el ambiente educativo, contrario a lo que han encontrado otras investigaciones que señalan que estudiar y trabajar aumenta la preocupación, la ansiedad, el estrés y la sensación de fracaso percibido, siendo factores de riesgo para la ideación y comportamiento suicida.

Cabría mencionar entonces que algunas de las posibles razones que ayuda a los estudiantes universitarios a hacer frente a las dificultades propias de su rol académico e incluso de factores externos, son el apoyo social visto como la capacidad e iniciativa que se tiene para comunicar las dificultades con su entorno o personas cercanas. Así mismo, la planificación permite seguir una serie de pasos a realizar por una persona para dominar la problemática, y por último la reevaluación positiva que es tener la posibilidad de asimilar el evento y aprender de lo vivido, (Crespo y Cruzado 1997). En esta relación de estrategias enfocadas a resolver el problema se observa que los recursos internos que posee una persona para hacerle frente al estrés académico son factores protectores contra la conducta suicida (Villalobos -Galvis, 2009).

Otro factor que permitiría explicar los resultados obtenidos es que los estudiantes incluidos en este estudio niegan en su mayoría presentar alteraciones psicológicas que requieran un tratamiento profesional. Son los antecedentes de enfermedad mental algunos de los factores que incrementan el riesgo de comportamiento suicida (Tabares et al 2019), lo que permite entender porque para esta población los niveles de ideación son mucho menores a los encontrados con poblaciones similares.

Otro aspecto de interés es que la mayor parte de la población encuestada reporta no consumir sustancias psicoactivas, información obtenida a través del III Estudio epidemiológico andino sobre consumo de drogas en la población universitaria de Colombia, 2016- 2017 realizado por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito, sobre este resultado se evidenció que aproximadamente el 40% de los universitarios colombianos ha usado alguna droga al menos una vez en la vida. De igual manera, Quimbayo & Olivella (2013) y Vega & Aramendi (2011) afirman que el mayor consumo de sustancias psicoactivas en estudiantes universitario se encuentra en los estratos 2 y 3, lo cual difiere de los resultados de la presente investigación.

De los resultados obtenidos en este estudio, se constata que uno de los elementos importantes como protección de la salud mental de los estudiantes, es el equilibrio de su entorno, del bienestar emocional, mental y social, que ayudan a un mejor manejo del estrés y

las decisiones respecto a su vida. Gaete (2010) alude como parte fundamental formar personas con autocuidado, responsabilidad social y responsables de sí mismo y de su entorno, además, Betancourth-Zambrano et al (2017) resaltan la importancia de promover la prevención del consumo de SPA en estudiantes, para que exista bienestar psicosocial, haciendo referencia al impacto positivo de los programas que intentan prevenir el consumo de sustancias psicoactivas enfocados a grupos poblaciones específicos.

Es conveniente aclarar que las ideas suicidas tienen la posibilidad de estar sujetas al resultado cognitivo “habitual” asumiéndose que un porcentaje de la población las tiene o ha tenido en algún momento de su vida, sin embargo, es la permanencia, la intensidad o frecuencia, al igual que la generalización de la posibilidad amenazante del avance a una conducta suicida grave, pasando de pensamiento a intento o consumación del suicidio, (González et al. 2000). Es importante evidenciar que la conducta evitativa para no hacer uso de las estrategias de afrontamiento (como evadir el problema) es un elemento que aumenta la probabilidad de desarrollar una inclinación hacia buscar soluciones en la muerte (Cornejo-Ortega, et al 2018).

En los resultados obtenidos en la presente muestra se observa (ver tabla 10), que no existe una diferencia estadísticamente significativa por sexo entre el uso de estrategias de afrontamiento y la relación con ideación suicida, los resultados concuerdan con la literatura reportada por Cañón et al. (2012), Gómez-Romero et al. (2018), Lobo-Rodríguez y Morales (2015) y Villalobos-Galvis (2010) quienes determinan que no existe una relación entre el riesgo de ideación suicida y el sexo, contrario a los resultados reportados por Amézquita et al. (2003), Castaño et al. (2015) y Fuentes-Lerech et al. (2009) quienes afirman que existe mayor riesgo de comportamiento suicida en hombres.

### **8.1. Limitaciones**

Una de las principales limitaciones del estudio es su diseño transversal, dado que impide hacer seguimiento de los hallazgos en diferentes momentos de la carrera que cursa el estudiante, ya que como se ha encontrado previamente, el estrés académico podría ser un factor de riesgo de la ideación suicida en momentos que representen mayor dificultad para el estudiante, adaptación a la vida universitaria en primeros semestres y culminación de la carrera en escenarios de prácticas Pérez et al. (2020).

## 9. Conclusiones

- Existe relación entre la ideación suicida, las estrategias de afrontamiento y el nivel de estrés académico en estudiantes universitarios.
- Los niveles de ideación suicida en la muestra evaluada se ubican entre leves y moderados.
- El mayor porcentaje de la población evaluada reporta emplear estrategias centradas en el problema, tales como: reevaluación positiva, búsqueda de apoyo social y planificación.
- Los niveles de prevalencia de estrés académico con mayor proporción son moderados.

## 10. Referencias.

- Aldaz García, NB, & Escobar Delgado, GR (2020). Resiliencia en adolescentes con ideación suicida. *Revista Científica Sinapsis*, 3 (18), 5. <https://doi.org/10.37117/s.v3i18.386>
- Alfonso Águila, B., Calcines Castillo, M., Monteagudo de la Guardia, R., & Nieves Achon, Z. (2015). Estrés académico. *Edumecentro*, 163–178. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-738437>
- (American Psychiatric Association, 2002).
- de Jalón Aramayo, E. G., & Martín, V. P. (2002). Suidicio y riesgo de suicidio. *Anales del sistema sanitario de Navarra*, 25(3), 87–96. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6857875>
- Amézquita Medina, M. E., González Pérez, R. E., & Zuluaga Mejía, D. (2003). Prevalencia de la depresión, ansiedad y comportamiento suicida en la población estudiantil de pregrado de la Universidad de Caldas, año 2000. *Revista colombiana de psiquiatría*, 32(4), 341–356. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0034-74502003000400003&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0034-74502003000400003&script=sci_arttext)
- Aristizábal Vásquez, C., Cañón Buitrago, S. C., Castaño Castrillón, J. J., Castaño Ramos, L., García Valencia, K. J., Marín Guevara, J. L., ... & Sánchez Valencia, G. L. (2013). Factor de riesgo suicida y factores asociados en instituciones de rehabilitación para adictos a las drogas en la ciudad de Manizales (Colombia), 2012. <https://doi.org/10.30554/archmed.13.1.13.2013>
- Astocondor Altamirano, J. V., Universidad Nacional de Ucayali, Facultad de Medicina. Ucayali, Perú, Ruiz Solsol, L. E., Mejia, C. R., Universidad Nacional de Ucayali, Facultad de Medicina. Ucayali, Perú, & Universidad Continental. Huancayo, Perú. (2019). Influencia de la depresión en la ideación suicida de los estudiantes de la selva peruana. *Horizonte médico*, 19(1), 53–58. <https://doi.org/10.24265/horizmed.2019.v19n1.09>
- Barraza Macías, A., & Barraza Nevárez, S. (2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *CPU-e Revista de Investigación Educativa*, 28, 132–151. <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>
- Barraza L, René, Muñoz N, Nadia, Alfaro G, Marco, Álvarez M, Alvaro, Araya T, Valeria, Villagra C, Johan, & Contreras A, Ana María. (2015). Ansiedad, depresión, estrés y organización de la personalidad en estudiantes novatos de medicina y enfermería. *Revista chilena de neuropsiquiatría*, 53(4), 251-260. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000400005>

- Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1979). Assessment of suicidal intention: The Scale for Suicide Ideation. *Journal of consulting and clinical psychology*, 47(2), 343–352.  
<https://doi.org/10.1037/0022-006x.47.2.343>
- Berrío García, N., & Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65–82. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2145-48922011000200006](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006)
- Betancourth-Zambrano, Sonia, Tacán-Bastidas, Lised, & Cordoba-Paz, Edwin Giovanni. (2017). Consumo de alcohol en estudiantes universitarios colombianos. *Universidad y Salud*, 19 (1), 37-50. <https://doi.org/10.22267/rus.171901.67>
- Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-054/466.pdf>
- Cabanach, Ramón G, Valle, Antonio, Rodríguez, Susana, Piñeiro, Isabel, Freire, & Carlos. (2010). Redalyc.ESCALA DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO (A-CEA).  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=245116411005>
- Chacón, C. Z. L. (2012). Estrés académico en estudiantes de la Facultad de Farmacia y Bioanálisis, Universidad de los Andes, Mérida-Venezuela. Universidad de Alcalá.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=75174>
- Caldera-Montes, J. F., Reynoso-González, O. U., Gómez-Covarrubia, N. J., Mora-García, O., & Anaya-González, B. B. (2017). Modelo explicativo y predictivo de respuestas de estrés académico en bachilleres. *Ansiedad y estrés*, 23(1), 20–26.  
<https://doi.org/10.1016/j.anyes.2017.02.002>
- Cano, E., Quiceno, J., Vinaccia, S., Gaviria, A. M., Tobón, S., & Sandín, B. (2006). Calidad de vida y factores psicológicos asociados en pacientes con diagnóstico de dispepsia funcional. *Universitas Psychologica*, 5(3), 511–520.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64750307>
- Cañón, S. C., Castaño Castrillon, J. J., Atehortúa Rojas, B. E., Botero Mejía, P., García Ruiz, L. K., Rodríguez Vanegas, L. M., Tovar Aguirre, C. A., & Rincón Urrego, E. (2012). Factor de riesgo para suicidio según dos cuestionarios y factores asociados en población estudiantil de la Universidad de Manizales (Colombia), 2011. *psicología desde el caribe*, 29(3), 632–664.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-417X2012000300005&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-417X2012000300005&script=sci_arttext)
- Castaño Castrillón, J. J., Cañón, S. C., Betancur Betancur, M., Castellanos Sánchez, P. L., Guerrero González, J., Gallego Rivas, A., & Llanos Calderón, C. (2015). Factor de riesgo suicida según dos cuestionarios, y factores asociados en estudiantes de la universidad nacional de Colombia sede Manizales. *Diversitas*, 11(2), 193–205. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2015.0002.02>

- Castillo Ávila, I. Y., Barrios Cantillo, A., & Alvis Estrada, L. R. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación En Enfermería Imagen y Desarrollo*, 20(2). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=145256681002>
- Castillo Ávila, I. Y., Torres Llanos, N., Ahumada Gómez, A., Cárdenas Tapias, K., & Licona Castro, S. (2014). Estrés laboral en enfermería y factores asociados. Cartagena (Colombia). *Salud Uninorte*, 30(1), 34–43. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81730850005>
- Castillo-Navarrete, J. L., Guzmán-Castillo, A., Bustos, C., Zavala, W., & Vicente, B. (2020). Propiedades psicométricas del inventario SISCO-II de estrés académico. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 3(56), 101-116. <https://www.redalyc.org/journal/4596/459664450009/459664450009.pdf>
- Cornejo-Ortega, A.-C., Rojas-Omaña, A.-M., Bonilla-Cruz, N.-J., & Rivera-Porras, D. (2018). Estrategias de afrontamiento como elemento terapéutico en la orientación suicida de adolescentes de un colegio de la comuna 7 en Cúcuta. <https://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/2496>
- CRESPO, M.; CRUZADO, J.A. (1997) La evaluación del afrontamiento: adaptación española del cuestionario COPE con una muestra de estudiantes universitarios. *Análisis y Modificación de Conducta*; Vol. 23(92): 798-830 de Rivera y Revuelta, J. L. G. (2001). Nosología psiquiátrica del estrés. *Psiquis*, 22(1), 9–15. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=59141>
- Denis-Rodríguez, E., Barradas Alarcón, M. E., Delgadillo-Castillo, R., Denis-Rodríguez, P. B., & Melo-Santiesteban, G. (2017). Prevalencia de la ideación suicida en estudiantes de Medicina en Latinoamérica: un meta análisis /*RIDE revista iberoamericana para la investigación y el desarrollo educativo*, 8(15), 387–418. <https://doi.org/10.23913/ride.v8i15.304>
- Eguiluz, L. (2003). Ideación suicida. Perspectivas sistémicas. *Revista Argentina*, 15(78), 3-6. Ellis, T. (2006/2008). *Cognición y suicidio. Teoría, investigación y terapia*. México: Manual Moderno S.A.
- Estrés, A., Florencia Piergiovanni, L., Domingo Depaula, P., & Domingo, P. (2018). ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LA AUTOEFICACIA Y LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO. In *Revista Mexicana de Investigación Educativa RMIE* (Vol. 23). estudiantes universitarios. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of*

*Personality and Social Psychology*, 50(5), 992–1003. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.5.992>

- Franco Taboada, V., Gonzalez Cabanach, R., & Souto Gestal, A. (2019). Perfiles motivacionales a metas y manejo de estrategias de afrontamiento de estrés en estudiantes universitarios. *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 7(2), 235. <https://doi.org/10.30552/ejpad.v7i2.124>
- Fuentes Lerech, M. M., González Arias, A. F., Castaño Castrillón, J. J., Hurtado Arias, C. F., Ocampo Campoalegre, P. A., Páez Cala, M. L., Pava Garzón, D. M., & Zuluaga García, L. M. (2009). RIESGO SUICIDA Y FACTORES RELACIONADOS EN ESTUDIANTES DE 6° A 11° GRADO EN COLEGIOS DE LA CIUDAD DE MANIZALES (COLOMBIA). 2007-2008. *Archivos de Medicina (Manizales)*, 9(2), 110–122. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273820455004>
- Gaete Quezada, Ricardo Andrés. (2010). Discursos de responsabilidad social universitaria: El caso de las universidades de la macro zona norte de Chile pertenecientes al Consejo de Rectores. *Perfiles educativos*, 32(128), 27-54. Recuperado en 16 de julio de 2023, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-26982010000200003&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982010000200003&lng=es&tlng=es).
- Girdano, D. y Everly, G.S. (1986). *Controlling stress and tension*. 2ª Edición. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Goldney, R. D., Winefield, A. H., Tiggemann, M., Winefield, H. R., & Smith, S. (1989). Suicidal ideation in a young adult population. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 79(5), 481–489. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1989.tb10291.x>
- Gómez Tabares, A. S., & Montalvo Peralta, Y. B. (2021). Orientación suicida y su relación con factores psicológicos y sociodemográficos en estudiantes universitarios. *Revista colombiana de ciencias sociales*, 12(2), 469. <https://doi.org/10.21501/22161201.3236>
- Gómez-Romero, M. J., Limonero, J. T., Toro Trallero, J., Montes-Hidalgo, J., & Tomás-Sábado, J. (2018). Relación entre inteligencia emocional, afecto negativo y riesgo suicida en jóvenes universitarios. *Ansiedad y estrés*, 24(1), 18–23. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2017.10.007>
- Gonzalez Barrón, R., Montoya Castilla, I., Casullo, M. y Bernabéu Verdú, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Universidad de Valencia. Psicothema*, 14, 363-368. <https://www.psicothema.com/pi?pii=733>
- González-Macip, S. G., Martínez, A. D., León, S. O., Forteza, C. G., & de Jesús González Núñez, J. (2000). Características psicométricas de la Escala de Ideación Suicida de Beck

- (ISB) en estudiantes universitarios de la ciudad de México. *Salud mental (Mexico City, Mexico)*, 23(2), 21–30. [http://revistasaludmental.mx/index.php/salud\\_mental/article/view/808](http://revistasaludmental.mx/index.php/salud_mental/article/view/808)
- Gustems-Carnicer, J., Calderon, C., Calderon-Garrido, D., & Martin-Piñol, C. (2020). Academic progress, coping strategies and psychological distress among teacher education students. *International Journal of Educational Psychology*, 9(3), 290–312. <https://doi.org/10.17583/ijep.2020.4905>
- Harmer, B., Lee, S., Duong, T. V. H., & Saadabadi, A. (2023). Suicidal Ideation. In StatPearls. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK565877/>  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Ledesma Lara, W. E., & Borja Cedeño, E. M. (2022). *Estrés académico e ideación suicida en estudiantes universitarios. Riobamba, 2022* (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Chimborazo). <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/10067>
- Loba R, N. J., Universidad de los Llanos, Morales O, D. F., & Tolima, C. (2015). Perfil de orientación al suicidio en adolescentes escolarizados, Villahermosa - Tolima, 2013. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 34(1), 10. <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.v34n1a12>
- Londoño, N. H., Henao López, G. C., Puerta, I. C., Posada, S., Arango, D., & Aguirre Acevedo, D. C. (2006). Propiedades psicométricas y validación de la escala de estrategias de coping modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. *Universitas Psychologica*, 5(2), 327–349. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64750210>
- López, V. F., Murcia, J. O., Jiménez Chafey, M. I., Vélez, Y. D., Cordero, M. C., & Bernal, G. (2017). Exposición y conocimiento sobre la prevención del suicidio, estigma, estrategias de afrontamiento y recursos en estudiantes de nuevo ingreso de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. *Revista puertorriquena de psicología*, 28(1), 46–61. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5891756>
- Maturana, H. A., & Vargas, S. A. (2015). El estrés escolar. *Revista médica Clínica Las Condes*, 26(1), 34–41. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2015.02.003>
- Mendieta PMD, Cairo PJC, Cairo MJC. Presencia de estrés académico en estudiantes de tercer año de Medicina del Hospital Docente Clínico Quirúrgico 'Aleida Fernández Chardiet' . *Revista de Ciencias Médicas de la Habana*. 2020;27(1):68-77.
- Mingote, J., Jiménez, M., Osorio, R. & Palomo, T. (2004). Suicidio: asistencia clínica. Guía práctica de psiquiatría médica. Díaz de Santos.

- Morales Rodríguez, F. M. (2018). Estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios. *Resta INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 289–294. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2018.n1.v2.1228>
- Morales, F. M. (2020). Estrategias de afrontamiento, empatía y tendencia prosocial en universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 13(2), 187. <https://doi.org/10.30552/ejep.v13i2.360>
- Muñoz, S. T., Salazar, S. L. S., Manchay, R. D., Illescas, M. C., Gutierrez, S. C. H., & Chero, M. J. S. (2020). Musicoterapia en la reducción del estrés académico en estudiantes universitarios. *Medicina naturista*, 14(1), 86–90. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7248981>
- Muñoz, S. T., Salazar, S. L. S., Manchay, R. D., Illescas, M. C., Gutierrez, S. C. H., & Chero, M. J. S. (2020). Musicoterapia en la reducción del estrés académico en estudiantes universitarios. *Medicina naturista*, 14(1), 86–90. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7248981>
- O'Carroll, P. W., Berman, A. L., Maris, R. W., Moscicki, E. K., Tanney, B. L., & Silverman, M. M. (1996). Beyond the Tower of Babel: a nomenclature for suicidology. *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 26(3), 237–252. <https://doi.org/10.1111/j.1943-278x.1996.tb00609.x>
- Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. (2017). *III Estudio epidemiológico andino sobre consumo de drogas en la población universitaria de Colombia, 2016-2017*. [https://www.unodc.org/documents/colombia/2017/Octubre/Informe\\_Universitarios\\_Colombia.pdf](https://www.unodc.org/documents/colombia/2017/Octubre/Informe_Universitarios_Colombia.pdf)
- Organización Mundial de la Salud (OMS2017)
- Peña-Paredes, E., Mendoza, L. I. B., Cabañas, R. P., Avila, L. R., & Sales, K. G. G. (2018). Estrés y estrategias de afrontamiento en Estudiantes de Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. *Nure investigación*, 15(92), 1. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6279759>
- Pérez, A. B. D., Quispe, F. M. P., Aguilar, O. A. G., & Cortez, L. C. C. (2020). Transición secundaria-universidad y la adaptación a la vida universitaria. *Revista de ciencias sociales - Universidad del Zulia. Facultad de Ciencias Económicas y Sociales*, 26(3), 244–258. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7565479>
- Pérez, A. P., Uribe, I., Vianchá, M., Bahamón, M., Verdugo, J. C. & Ochoa, S. (2013). Estilos parentales como predictores de ideación suicida en estudiantes adolescentes. *Psicología desde el Caribe*, 30(3) 551-568 <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6408699>

- Piergiovanni, L. F., & Depaula, P. D. (2018). Estudio descriptivo de la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios argentinos. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 23(77), 413-432.
- Polo, A., Hernández, J. M. & Poza, C. (1996). Evaluación
- Polo, A., López, J. M. H., & Muñoz, C. P. (1996). Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad y estrés*, 2(2), 159–172.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=186664>
- Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires,
- Quimbayo-Díaz, José H., & Olivella-Fernández, Madeleine C.. (2013). Consumo de marihuana en estudiantes de una universidad colombiana. *Revista de Salud Pública* , 15 (1), 32-43. Recuperado el 15 de julio de 2023, de  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-00642013000100004&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642013000100004&lng=en&tlng=es).
- Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., Vallejo, G. C., Quirama, T. C., Sánchez, Y. O., & Cardona, P. D. (2018). Depression and ITS relationship with the consumption of psychoactive substances, academic stress and suicidal ideation in colombian university students. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 18(2), 227–239. <https://doi.org/10.21134/haaj.v18i2.359>
- Richard S. Lazarus, “Estrés y Emoción Manejo e Implicaciones en Nuestra Salud,” *Biblioteca CLEA*, consulta 14 de julio de 2023, <https://clea.edu.mx/biblioteca/items/show/224>.
- Salavera Bordás, C., & Usán Supervía, P. (2017). Repercusión de las estrategias de afrontamiento de estrés en la felicidad de los alumnos de Secundaria. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 20(3), 65. <https://doi.org/10.6018/reifop.20.3.282601>
- Santos, H. G. B. D., Marcon, S. R., Espinosa, M. M., Baptista, M. N., & Paulo, P. M. C. de. (2017). Factors associated with suicidal ideation among university students. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 25, e2878. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.1592.2878>
- Sarubbi De Rearte, E. y Castaldo, RI (2013). Factores causales del estrés en los estudiantes universitarios. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR <https://www.aacademica.org/000-054/466>
- Selye Hans. (1950). *Estrés, tensión, nerviosa, tensión psicológica*. Buenos aires, Argentina: Facultad de psicología.

- Souto-Gestal, A., G. Cabanach, R., & Franco Taboada, V. (2018). Sintomatología depresiva y estrategias de afrontamiento activo en estudiantes de Fisioterapia. *European Journal of Health Research*, 4(3), 149. <https://doi.org/10.30552/ejhr.v4i3.118>
- Suárez, Ó. J., Hurtado-Márquez, A., & Lizarazo-Osorio, J. del C. (2021). Variables que subyacen al estrés académico y motivación estudiantil en la educación superior en medio de la pandemia por covid-19. *Tecné Episteme y Didaxis TED*, 51, 37–56. <https://doi.org/10.17227/ted.num51-12269>
- Tabares, A. S. G., Núñez, C., Caballo Manrique, V. E., Osorio, M. P. A., & Aguirre, A. M. G. (2019). Predictores psicológicos del riesgo suicida en estudiantes universitarios. *Psicología conductual*, 27(3), 391–413. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7203785>
- Ticona Benavente, S. B., Paucar Quispe, G., & Llerena Callata, G. (2010). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería: UNSA Arequipa. 2006. *Enfermería Global*, 19, 0–0. <https://doi.org/10.4321/s1695-61412010000200007>
- Valencia, C. C. D., Paz, P. R., Paredes, J., León, E., Zuñe, M., Falcón, C., Portal, C., Cáceres, R., & Murillo, R. (2017). Evitación experiencial, afrontamiento y ansiedad en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana. *Interacciones*, 3(1), 45–58. <https://doi.org/10.24016/2017.v3n1.46>
- Vega Fuente, A., & Aramendi Jáuregui, P. (2011). La mediación educativa de los programas de cualificación profesional inicial: a propósito de las drogas. *Educación XXI: revista de la Facultad de Educación*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3749105>
- Villalobos-Galvis, F. H. (2010). Validez y fiabilidad del Inventario de Ideación Suicida Positiva y Negativa-PANSI, en estudiantes colombianos. *Universitas Psychologica*, 9(2), 509-520. <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v9n2/v9n2a17.pdf>
- Villalobos-Galvis, Fredy Hernán. (2009). Situación de la conducta suicida en estudiantes de colegios y universidades de San Juan de Pasto, Colombia. *Salud mental*, 32(2), 165-171. Recuperado en 15 de julio de 2023, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252009000200009&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252009000200009&lng=es&tlng=es).
- Villalobos-Galvis, Fredy Hernán. (2010). Validez y confianza del Inventario de Ideación Suicida Positiva y Negativa - PANSI, en estudiantes colombianos. *Universitas Psychologica*, 9 (2), 509-520. Recuperado el 15 de julio de 2023, de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-92672010000200017&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672010000200017&lng=en&tlng=es).

Vírseda Heras, J. A., Amado García, G., Bonilla Muñoz, M. P., & Gurrola Peña, G. M. (2011). Afrontamiento e ideación suicida en adolescentes. *Psicología com*, 15. <https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/afrontamiento-e-ideacion-suicida-en-adolescentes/>

Wang, J., Hughes, J., Murphy, GT, Rigby, JA y Langille, DB (2003). Comportamientos suicidas entre adolescentes en el norte de Nueva Escocia: diferencia de género, factores de riesgo y utilización de servicios de salud. *Revista canadiense de salud pública* , 94 , 207-211. <https://doi.org/10.1007/bf03405068>

Zárate, N., Soto, M., Castro, M., & Quintero, J. (2017). Estrés Académico En Estudiantes Universitarios: Medidas Preventivas. *Alta Tecnología y La Sociedad*, 9(4), 92–98.