Perspectivas en Ciencias Médicas y Biológicas

ARTÍCULO ORIGINAL

Resiliencia y estrés académico durante las prácticas clínicas en estudiantes de enfermería

Resilience and academic stress during clinical practice among nursing students

Jennifer Cecilia Barrón Martínez, Diana Abigail Bernal Sipán

Escuela Profesional de Enfermería, Facultad de Medicina Humana, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Perú.

Autora de correspondencia: Jennifer Cecilia Barrón Martínez.

Título corto: Resiliencia y estrés académico en enfermería

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico durante las prácticas clínicas en estudiantes de Enfermería de una universidad pública.

Métodos: Estudio cuantitativo, correlacional y transversal en 154 estudiantes de tercer a octavo ciclo seleccionados mediante muestreo probabilístico estratificado. Se aplicó una versión de 10 ítems de la escala Connor-Davidson para resiliencia y el Inventario SISCO SV-21 para estrés académico. Se estimaron frecuencias, porcentajes y coeficientes de correlación rho de Spearman; se consideró $p<0,05$.

Resultados: El 40,3% presentó estrés académico alto, 35,1% medio y 24,7% bajo. La resiliencia fue alta en 51,9%, media en 30,5% y baja en 17,5%. Se observó una correlación positiva moderada entre resiliencia y estrés académico (rho=0,592; $p<0,001$). Las dimensiones de resiliencia también se asociaron positivamente con el estrés: adaptabilidad (rho=0,329), control bajo presión (rho=0,422) y persistencia/tenacidad (rho=0,551), todas con $p<0,001$.

Conclusión: La resiliencia y el estrés académico mostraron una asociación positiva en esta muestra. La coexistencia de niveles elevados de ambos constructos sugiere que la resiliencia puede movilizarse ante contextos de mayor exigencia; por el diseño transversal, los resultados no permiten establecer causalidad ni atribuir un efecto protector directo.

Palabras clave: resiliencia; estrés académico; estudiantes de enfermería; práctica clínica; educación en enfermería.

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between resilience and academic stress during clinical practice among nursing students at a public university.

Methods: A quantitative, correlational, cross-sectional study was conducted in 154 nursing students from the third to eighth academic cycles selected through stratified probability sampling. A 10-item Connor-Davidson resilience measure and the SISCO SV-21 Academic Stress Inventory were administered. Frequencies, percentages, and Spearman rho correlation coefficients were estimated; $p<0.05$ was considered statistically significant.

Results: High academic stress was observed in 40.3% of participants, moderate stress in 35.1%, and low stress in 24.7%. Resilience was high in 51.9%, moderate in 30.5%, and low in 17.5%. Resilience correlated positively and moderately with academic stress (rho=0.592; $p<0.001$). Positive associations were also found for adaptability (rho=0.329), control under pressure (rho=0.422), and persistence/tenacity (rho=0.551), all $p<0.001$.

Conclusion: Resilience and academic stress were positively associated in this sample. Their coexistence at higher levels may reflect activation of resilient resources under greater demands; the cross-sectional design does not allow causal inference or confirmation of a direct protective effect.

Keywords: resilience; academic stress; nursing students; clinical practice; nursing education.

INTRODUCCIÓN

La formación universitaria en Enfermería combina exigencias académicas con experiencias clínicas que exponen al estudiante a escenarios asistenciales reales, responsabilidad progresiva, contacto con el sufrimiento y necesidad de tomar decisiones bajo supervisión. Estas demandas pueden incrementar el estrés percibido y afectar el bienestar psicológico, la concentración y el aprendizaje durante las prácticas clínicas.[1-3]

El estrés académico se entiende como una respuesta que surge cuando las demandas educativas son valoradas como superiores a los recursos disponibles para afrontarlas. En estudiantes de Enfermería, la práctica clínica constituye un contexto especialmente relevante por la interacción simultánea de estresores académicos, interpersonales y asistenciales.[2,4]

La resiliencia describe la capacidad de mantener o recuperar un funcionamiento adaptativo frente a la adversidad y el estrés. La escala Connor-Davidson se desarrolló para cuantificar este constructo y ha sido ampliamente utilizada en contextos clínicos y educativos.[5,6]

La evidencia sobre la relación entre resiliencia y estrés en estudiantes universitarios no es uniforme. En estudiantes de Obstetricia de Lima se ha descrito una asociación inversa moderada, mientras que estudios en estudiantes de Enfermería de Brasil y universitarios mexicanos han encontrado relaciones débiles, variables o no significativas.[7-9]

En el contexto de las prácticas clínicas, esta relación puede ser dinámica: una mayor exposición a situaciones estresantes podría coexistir con el desarrollo o movilización de recursos resilientes. Por ello, la dirección de una correlación transversal debe interpretarse con cautela y sin asumir una relación causal.[1,3,7]

El objetivo del presente estudio fue determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico durante las prácticas clínicas en estudiantes de Enfermería de una universidad pública, así como examinar las asociaciones con las dimensiones de adaptabilidad, control bajo presión y persistencia/tenacidad.

MÉTODOS

Diseño y participantes

Se realizó un estudio cuantitativo, no experimental, correlacional y de corte transversal. El marco muestral utilizado para la estratificación estuvo conformado por 256 estudiantes de Enfermería de tercer a octavo ciclo que realizaban prácticas clínicas preprofesionales durante el semestre 2025-I. Mediante muestreo probabilístico aleatorio estratificado se seleccionaron 154 participantes, distribuidos proporcionalmente entre los ciclos académicos.

Se incluyeron estudiantes matriculados en la carrera de Enfermería, entre el tercer y el octavo ciclo, que se encontraban realizando prácticas clínicas y aceptaron participar voluntariamente. Se excluyeron estudiantes que no cumplían estas condiciones o que decidieron no participar.

Variables e instrumentos

La resiliencia se evaluó mediante una versión de 10 ítems basada en la Connor-Davidson Resilience Scale. En la investigación se organizaron los ítems en tres dimensiones: adaptabilidad (3 ítems), control bajo presión (4 ítems) y persistencia/tenacidad (3 ítems), con respuestas tipo Likert de 1 a 5. En la muestra del estudio, la consistencia interna global fue alfa de Cronbach=0,821.[5,6]

El estrés académico se evaluó con el Inventario SISCO SV-21. El instrumento comprende un ítem filtro, un ítem de intensidad y 21 ítems distribuidos en estresores académicos, reacciones ante el estrés y estrategias de afrontamiento, con opciones de respuesta de 1 (nunca) a 5 (siempre). El SISCO SV-21 dispone de evidencias psicométricas en universitarios peruanos y, en la muestra analizada, presentó alfa de Cronbach=0,830.[10]

Procedimiento y análisis estadístico

Los cuestionarios se aplicaron mediante formularios electrónicos coordinados con los delegados de los ciclos académicos. La información fue procesada en Microsoft Excel 2021 y SPSS. Se describieron las variables categóricas mediante frecuencias y porcentajes. Tras evaluar la distribución de los puntajes, se empleó el coeficiente rho de Spearman para estimar la asociación entre estrés académico, resiliencia total y sus dimensiones. Los valores de $p<0,05$ se consideraron estadísticamente significativos.

Consideraciones éticas

El estudio contó con autorización de la Dirección de la Escuela Profesional de Enfermería. La participación fue voluntaria y se obtuvo consentimiento informado antes de la aplicación de los cuestionarios. A los participantes se les informó el propósito del estudio, el carácter confidencial de la información y el uso agregado de los resultados. La recolección se realizó de forma anónima y sin incluir identificadores personales.

RESULTADOS

Se analizaron 154 estudiantes de Enfermería; 132 (85,7%) fueron mujeres y 22 (14,3%) varones. El estrés académico fue alto en 62 estudiantes (40,3%), medio en 54 (35,1%) y bajo en 38 (24,7%). La resiliencia fue alta en 80 participantes (51,9%), media en 47 (30,5%) y baja en 27 (17,5%).

Tabla 1. Características de los participantes

Característica	n	%
Sexo: femenino	132	85,7
Sexo: masculino	22	14,3
III ciclo	25	16,2
IV ciclo	15	9,7
V ciclo	25	16,2
VI ciclo	43	27,9
VII ciclo	36	23,4
VIII ciclo	10	6,5

La mayor representación correspondió al VI ciclo (27,9%), seguido del VII ciclo (23,4%). La distribución por ciclo reflejó la asignación proporcional del muestreo estratificado.

Tabla 2. Distribución conjunta de estrés académico y resiliencia

Nivel de estrés académico	Resiliencia baja n (%)	Resiliencia media n (%)	Resiliencia alta n (%)	Total n (%)
Bajo	26 (16,9)	12 (7,8)	0 (0,0)	38 (24,7)
Medio	1 (0,6)	19 (12,3)	34 (22,1)	54 (35,1)
Alto	0 (0,0)	16 (10,4)	46 (29,9)	62 (40,3)
Total	27 (17,5)	47 (30,5)	80 (51,9)	154 (100,0)

La distribución conjunta mostró que 46 estudiantes (29,9%) presentaron simultáneamente estrés académico alto y resiliencia alta. En contraste, 26 (16,9%) se ubicaron en las categorías de estrés bajo y resiliencia baja. Este patrón descriptivo fue consistente con una asociación positiva entre ambos puntajes.

Tabla 3. Correlación entre resiliencia y estrés académico

Variable o dimensión	rho de Spearman	p	Magnitud
Resiliencia total	0,592	<0,001	Moderada
Adaptabilidad	0,329	<0,001	Baja
Control bajo presión	0,422	<0,001	Moderada
Persistencia y tenacidad	0,551	<0,001	Moderada

La resiliencia total presentó una correlación positiva moderada con el estrés académico (rho=0,592; p<0,001). Las tres dimensiones mostraron asociaciones positivas significativas: la mayor correspondió a persistencia/tenacidad (rho=0,551), seguida de control bajo presión (rho=0,422) y adaptabilidad (rho=0,329). En términos estrictamente correlacionales, puntajes mayores de resiliencia coexistieron con puntajes mayores de estrés académico en la muestra estudiada.

DISCUSIÓN

El principal hallazgo fue una asociación positiva moderada entre resiliencia y estrés académico. Además, más de la mitad de los participantes presentó resiliencia alta y cuatro de cada diez mostraron estrés académico alto. Estos resultados indican que, en la población estudiada, los recursos resilientes y la exposición subjetiva al estrés no se comportaron como extremos opuestos, sino que coexistieron en una proporción importante de estudiantes.

La dirección positiva observada contrasta con investigaciones peruanas que han descrito correlaciones inversas entre resiliencia y estrés percibido. García-Rojas y colaboradores encontraron una relación indirecta moderada en estudiantes de Obstetricia, mientras que otros estudios universitarios han reportado asociaciones débiles o no significativas.[7-9]

Esta discrepancia puede responder a diferencias en los instrumentos, la etapa formativa y el contexto de exposición. Las prácticas clínicas someten al estudiante a demandas que pueden incrementar el estrés y, al mismo tiempo, estimular procesos de adaptación, persistencia y autorregulación. Por ello, una correlación positiva transversal también puede interpretarse como coexistencia o movilización de recursos frente a una mayor carga de demandas, y no como evidencia de que la resiliencia incremente el estrés.[1-3]

La dimensión con mayor correlación fue persistencia/tenacidad. Este resultado es compatible con la idea de que sostener el esfuerzo y continuar actuando ante dificultades adquiere especial relevancia cuando el estudiante enfrenta escenarios clínicos exigentes. El control bajo presión también mostró una asociación moderada, coherente con la necesidad de regular emociones y mantener la atención durante actividades asistenciales. La adaptabilidad presentó una asociación de menor magnitud, lo que sugiere que el ajuste a situaciones nuevas es solo uno de varios componentes implicados en la respuesta al estrés.[5,6]

Los niveles de estrés encontrados son clínicamente y educativamente relevantes. Estudios en estudiantes de Enfermería que realizan prácticas clínicas han descrito estrés asociado a la percepción de falta de competencia, incertidumbre, relación con pacientes y exigencias propias del escenario asistencial. También se ha observado que la ansiedad y las estrategias de afrontamiento se relacionan con el estrés durante la formación clínica.[1,2,4]

Desde una perspectiva institucional, los resultados respaldan la conveniencia de integrar acciones de preparación para la práctica clínica, tutoría, acompañamiento docente y entrenamiento en estrategias de afrontamiento. Sin embargo, la asociación observada no demuestra que aumentar la resiliencia por sí solo reduzca el estrés; cualquier intervención debería evaluar de forma independiente la carga académica, los estresores clínicos, el apoyo disponible y los recursos personales.

El estudio presenta limitaciones. Su diseño transversal impide establecer temporalidad y causalidad. Los datos proceden de autoinformes y pueden estar sujetos a sesgos de recuerdo o deseabilidad social. La muestra corresponde a una sola escuela de Enfermería, lo que limita la generalización. Asimismo, la versión de 10 ítems de resiliencia fue organizada en tres dimensiones para esta investigación, por lo que la comparación con estudios que utilizan otras estructuras o escalas debe realizarse con cautela. Finalmente, no se dispuso de modelos multivariables que permitieran controlar potenciales factores de confusión como ciclo académico, edad, carga laboral o características específicas del campo clínico.

Entre las fortalezas se encuentran el muestreo estratificado, la evaluación simultánea de resiliencia y estrés académico y la disponibilidad de estimaciones por dimensiones. Futuros estudios deberían utilizar diseños longitudinales para distinguir si los recursos resilientes preceden a una reducción del estrés o si se desarrollan como respuesta a exposiciones académicas más intensas, además de incorporar variables del entorno clínico y análisis ajustados.

En síntesis, la resiliencia se asoció positivamente con el estrés académico durante las prácticas clínicas, con mayor magnitud para persistencia/tenacidad y control bajo presión. La coexistencia de niveles altos de ambos constructos sugiere una relación compleja entre demanda y adaptación. Estos hallazgos apoyan el acompañamiento integral de los estudiantes, pero deben interpretarse sin atribuir efectos causales o protectores que el diseño no permite demostrar.

REFERENCIAS

1. Onieva-Zafra MD, Fernández-Muñoz JJ, Fernández-Martínez E, García-Sánchez FJ, Abreu-Sánchez A, Parra-Fernández ML. Anxiety, perceived stress and coping strategies in nursing students: a cross-sectional, correlational, descriptive study. BMC Med Educ. 2020;20:370. doi:10.1186/s12909-020-02294-z.
2. Ruidiaz-Domez KS, Peinado-Valencia LP, Osorio-Contreras LV. Estrés en estudiantes de enfermería que realizan prácticas clínicas en una institución universitaria de Cartagena-Colombia, 2019. Arch Med (Manizales). 2020;20(2):437-448. doi:10.30554/archmed.20.2.3674.
3. Flaubert JL, Le Menestrel S, Williams DR, Wakefield MK, editors. The Future of Nursing 2020-2030: Charting a Path to Achieve Health Equity. Washington (DC): National Academies Press; 2021.
4. López V F, López M MJ. Situaciones generadoras de estrés en los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. Cienc Enferm. 2011;17(2):47-54.
5. Connor KM, Davidson JRT. Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Depress Anxiety. 2003;18(2):76-82. doi:10.1002/da.10113.
6. Campbell-Sills L, Stein MB. Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): validation of a 10-item measure of resilience. J Trauma Stress. 2007;20(6):1019-1028. doi:10.1002/jts.20271.
7. García-Rojas K, Salazar-Salvatierra E, Barja-Ore J. Resiliencia y estrés percibido en estudiantes de Obstetricia de una universidad pública de Lima, Perú. FEM. 2021;24(2):95-99. doi:10.33588/fem.242.1117.
8. Souza FO, Silva RM, Costa ALS, Mussi FC, Santos CCT, Santos OP. Estresse e resiliência em discentes de enfermagem de duas universidades públicas paulistas. Rev Enferm UFSM. 2020;10:e2. doi:10.5902/2179769234162.
9. Rodríguez Terán R, Cotonieto Martínez E. Estrés académico y resiliencia en estudiantes mexicanos de nuevo ingreso de una universidad privada. Educ Salud Bol Cient Inst Cienc Salud Univ Auton Estado Hidalgo. 2022;10(20):153-159. doi:10.29057/icsa.v10i20.7164.
10. Olivas-Ugarte LO, Morales-Hernández SF, Solano-Jáuregui MK. Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. Propós Represent. 2021;9(2):e647. doi:10.20511/pyr2021.v9n2.647.
11. Zárate-Depraect NE, Soto-Decuir MG, Martínez-Aguirre EG, Castro-Castro ML, García-Jau RA, López-Leyva NM. Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. FEM. 2018;21(3):153-157. doi:10.33588/fem.213.948.
12. Sarduy M, Sarduy A, Fernández Y. Capacidad de resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes de Enfermería durante la COVID-19. QhaliKay. 2021;7(1):18-25.
13. Alméstar LM, Oliva LA. Estrés y resiliencia en estudiantes de una universidad de Chiclayo - 2020 [tesis de licenciatura]. Chiclayo: Universidad Señor de Sipán; 2020.
14. Jaramillo M. Estrés académico y resiliencia en internos de enfermería de una universidad privada, Lima 2023 [tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Norbert Wiener; 2023.
15. Medina W, León B. Relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Cusco, 2023 [tesis de licenciatura]. Cusco: Universidad Continental; 2023.
16. Migo Y, Ñique A. Estrés y rendimiento académico en cursos de especialidad en estudiantes de Enfermería del tercer y cuarto ciclo en una universidad pública, 2023 [tesis de licenciatura]. Huacho: Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión; 2023.
17. Barrón Martínez JC, Bernal Sipán DA. Resiliencia y estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas en una universidad pública - Huacho 2025 [tesis de licenciatura]. Huacho: Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión; 2026.

DECLARACIONES

Consideraciones éticas: El estudio contó con autorización de la Dirección de la Escuela Profesional de Enfermería. La participación fue voluntaria y se obtuvo consentimiento informado de los participantes. Se garantizó confidencialidad, anonimato y uso agregado de la información.

Financiamiento: Autofinanciado por las autoras.

Conflictos de interés: No se reportaron conflictos de interés relacionados con la investigación.

Procedencia: Artículo derivado de la tesis de pregrado de Jennifer Cecilia Barrón Martínez y Diana Abigail Bernal Sipán, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, 2026.

Disponibilidad de datos: Los resultados analizados proceden de la investigación original y se encuentran documentados en la tesis depositada en el Repositorio Institucional de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.