



ISSN 2602-8237

Retos de la Ciencia

Enero, 2026
Vol.10, No. 21, 77-90
<https://doi.org/10.53877/rc10.21-611>

Niveles de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería durante sus prácticas preprofesionales

Stress, Anxiety, and Depression Levels in Nursing Students during Their Pre-Professional Clinical Practicum

Keyla Betzabe Guevara Rodríguez

Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.
kguevara8638@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0003-1467-783X>

Sara Verónica Guadalupe Núñez

Universidad Técnica de Ambato, Ecuador
saravguadalupe@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-6555-8959>

¹Autor de correspondencia: kguevara8638@uta.edu.ec

Recibido: 28-08-2025 **Aceptado:** 10-11-2025 **Publicado:** 05-01-2026

Cómo citar: Guevara Rodríguez, K. B. y Guadalupe Núñez, S. V. (2025). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería durante sus prácticas preprofesionales. *Revista Científica Retos de la Ciencia*, 10(21), pp. 77-90. <https://doi.org/10.53877/rc10.21-611>

RESUMEN

El estudio tuvo como objetivo determinar los niveles de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería durante sus prácticas preprofesionales. Se desarrolló una investigación cuantitativa, descriptiva y transversal, aplicada a una muestra de 255 estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato, Ecuador. La información se recolectó mediante la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21), validada internacionalmente, y se procesó con el software IBM SPSS Statistics 26.0. Los resultados evidenciaron que el 43,9% de los participantes presentó ansiedad extremadamente grave, en depresión el 28,2% presentó niveles normales, seguido de un 27,1% en el nivel moderado y el 48,6% niveles normales de estrés. Estos hallazgos indican una elevada prevalencia de afectación emocional en los estudiantes, especialmente en los componentes de ansiedad y depresión. Se concluye que la formación clínica constituye una etapa de alta exigencia emocional, donde las presiones

académicas y el contacto directo con el sufrimiento humano afectaron de manera significativa el bienestar psicológico de los futuros profesionales.

PALABRAS CLAVE: ansiedad, depresión, enfermería, estrés, salud mental.

ABSTRACT

The study aimed to determine the levels of stress, anxiety, and depression among nursing students during their pre-professional clinical practicum. A quantitative, descriptive, and cross-sectional design was conducted with a sample of 255 students from the Technical University of Ambato, Ecuador. Data were collected using the internationally validated Depression, Anxiety, and Stress Scale (DASS-21) and analyzed with IBM SPSS Statistics 26.0 software. The results showed that 43.9% of participants had extremely severe anxiety, 28.2% had normal levels, followed by 27.1% with moderate levels, and 48.6% with normal levels of stress. These findings indicate a high prevalence of emotional distress, particularly in anxiety and depression. It is concluded that clinical training is a highly emotionally demanding stage, where academic pressures and direct contact with human suffering significantly affected the psychological well-being of future professionals.

KEYWORDS: anxiety, depression, nursing, stress, mental health.

INTRODUCCIÓN

Al ingresar a los escenarios hospitalarios, los estudiantes de enfermería enfrentan uno de los mayores retos de su formación: cuidar a personas en situaciones de dolor, sufrimiento o riesgo vital, mientras gestionan la presión académica, la evaluación constante y la exposición a contextos emocionalmente demandantes. Esta experiencia, que constituye la esencia del aprendizaje clínico, puede también convertirse en una fuente significativa de estrés, ansiedad y depresión si los recursos personales y el acompañamiento institucional resultan insuficientes.

La salud mental de los jóvenes universitarios se ha posicionado como un problema prioritario de salud pública. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), uno de cada siete jóvenes de entre 10 y 24 años presenta algún trastorno mental, siendo la ansiedad y la depresión los más frecuentes. En las carreras de ciencias de la salud, este fenómeno se agrava por la exigencia académica y la exposición a entornos clínicos complejos, donde el contacto con la enfermedad y la muerte puede generar una alta carga emocional (Vizcaya-Moreno et al., 2022).

Las prácticas preprofesionales constituyen una fase decisiva en la formación del profesional de enfermería, al demandar la integración entre conocimientos teóricos, habilidades técnicas y actitudes humanas. Sin embargo, múltiples investigaciones

internacionales han mostrado una elevada prevalencia de alteraciones emocionales en esta etapa. En España, Gómez-Palacios et al. (2021) reportaron que el 54 % de los estudiantes de enfermería presentó ansiedad moderada o severa, y el 48 % síntomas depresivos durante sus prácticas clínicas. En América Latina, los niveles de estrés varían entre el 35 % y el 60 %, con mayor intensidad en áreas críticas como emergencias y cuidados intensivos (Flores-Tapia et al., 2021). Estos hallazgos muestran que la exposición a escenarios clínicos de alta complejidad no solo representa un desafío académico, sino una fuente constante de tensión emocional que puede desbordar las capacidades de afrontamiento del estudiante. Además, evidencian una tendencia global en la que los entornos clínicos actúan como amplificadores de la vulnerabilidad psicológica, reforzando la necesidad de investigar cómo estos factores se manifiestan en contextos formativos específicos, como el ecuatoriano, y de qué manera impactan en el proceso de enseñanza-aprendizaje y en la construcción de la identidad profesional.

En el contexto ecuatoriano, la investigación sobre salud mental en estudiantes universitarios sigue siendo limitada. No obstante, Castillo et al. (2021) identificaron que los estudiantes de enfermería experimentan niveles medios y altos de estrés académico durante las prácticas clínicas, influenciados por la carga horaria, la presión evaluativa y la falta de apoyo emocional. La crisis sanitaria derivada del COVID-19 acentuó esta problemática, al incrementar los síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería a nivel global (Badillo-Sánchez et al., 2025). Estos hallazgos permiten evidenciar que, incluso antes de la pandemia, los factores estructurales del sistema educativo ya generaban un impacto considerable en el bienestar emocional de los estudiantes universitarios; sin embargo, el periodo postpandemia actuó como un catalizador que profundizó estas vulnerabilidades. Esto sugiere que el estrés académico en la formación en enfermería no es un fenómeno aislado ni transitorio, sino una condición persistente que se ve amplificada por situaciones de crisis sanitaria y por la limitada disponibilidad de programas institucionales de apoyo psicológico. Además, pone de manifiesto que la combinación entre exigencias académicas intensas y el contexto clínico de alto riesgo convierte a esta población en un grupo especialmente vulnerable, subrayando la necesidad urgente de implementar estrategias preventivas y políticas integrales que aborden la salud mental como un componente esencial del proceso formativo.

Desde el punto de vista teórico, el modelo transaccional del estrés y afrontamiento de Lazarus y Folkman plantea que el estrés académico surge cuando las demandas percibidas superan los recursos personales y contextuales del individuo, generando respuestas emocionales desadaptativas como la ansiedad o la desmotivación (Wu et al., 2025). Asimismo, revisiones recientes destacan la eficacia de las intervenciones basadas en Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) para disminuir los niveles de estrés y los síntomas ansioso-depresivos en poblaciones universitarias (Nakao et al., 2021; Curtiss & Klemanski, 2021).

En este marco, diversos autores coinciden en que el estrés, la ansiedad y la depresión conforman una tríada interrelacionada que afecta de manera significativa el rendimiento académico, la motivación y la calidad del cuidado en formación (Almansoor et al., 2024; García-Velasco et al., 2025). Ante esta realidad, el Ministerio de Salud Pública del Ecuador (MSP, 2022) ha incluido la salud mental en estudiantes universitarios como una prioridad dentro del Plan Nacional de Investigación en Salud 2022–2025, enfatizando la necesidad de

fortalecer programas de prevención e intervención psicológica en estudiantes de ciencias de la salud.

Desde una perspectiva empírica, estudios recientes confirman que la tríada estrés, ansiedad, depresión está interrelacionada en el contexto académico y clínico. El estrés percibido constituye un predictor significativo de ansiedad, mientras que la ansiedad prolongada aumenta el riesgo de desarrollar síntomas depresivos. A su vez, la depresión puede exacerbar la percepción de estrés y disminuir la motivación académica, configurando un ciclo negativo que compromete el rendimiento y el bienestar del estudiante. Esta relación bidireccional entre variables se ha documentado en estudiantes de ciencias de la salud, con prevalencias que superan el 50% para estrés y el 30% para ansiedad y depresión (García et al., 2025). Factores protectores como la resiliencia, el apoyo social y el bienestar psicológico han mostrado efectos moderadores en esta relación. Los estudiantes con mayor resiliencia y redes de apoyo tienden a experimentar menores niveles de estrés y menos síntomas ansioso-depresivos, incluso en contextos de alta exigencia clínica. Estos hallazgos respaldan la necesidad de considerar no solo los factores de riesgo, sino también las variables protectoras al analizar la salud mental en estudiantes de Enfermería.

En consecuencia, la presente investigación tiene como objetivo determinar los niveles de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería durante sus prácticas preprofesionales en una institución pública ecuatoriana. Los resultados permitirán aportar evidencia científica actualizada para el diseño de estrategias de apoyo psicológico y académico que promuevan un entorno educativo saludable, fortalezcan el bienestar emocional de los futuros profesionales y optimicen la calidad del cuidado de enfermería brindado a la comunidad.

En conjunto, esta evidencia permite comprender que la salud mental de los estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas debe interpretarse desde un enfoque multidimensional. Desde la psicología del estrés académico, las prácticas representan escenarios donde confluyen demandas cognitivas, emocionales y procedimentales que ponen a prueba la autoeficacia, la regulación emocional y la capacidad de afrontar situaciones nuevas o inciertas. Estudios recientes confirman que el incremento de estas demandas académicas se asocia directamente con mayores niveles de estrés y ansiedad en estudiantes universitarios, especialmente en ciencias de la salud (Fawaz & Samaha, 2020; Savitsky et al., 2020). Desde la psicología clínica, se reconoce que la exposición reiterada al sufrimiento humano, la presión evaluativa y la carga asistencial incrementa el riesgo de desarrollar síntomas ansioso-depresivos y agotamiento emocional (Galbraith et al., 2021; Labrague, 2021). En el ámbito de la educación en enfermería, se destaca la necesidad de integrar estrategias de apoyo emocional y desarrollo socioemocional, dado que estos componentes influyen directamente en el aprendizaje, la satisfacción académica y la calidad del cuidado brindado durante las prácticas clínicas (Alshahrani et al., 2022; Hamadi et al., 2021).

Asimismo, los modelos contemporáneos del bienestar y la resiliencia subrayan que un afrontamiento efectivo exige no solo disminuir factores de riesgo, sino fortalecer factores protectores, como el apoyo social, la tutoría empática, la regulación emocional y el sentido de propósito profesional. Evidencia reciente muestra que estos factores moderan la relación entre estrés académico y síntomas ansioso-depresivos en estudiantes de enfermería, incluso en entornos clínicos de alta exigencia (Mulyadi et al., 2021; Zhang et al., 2022). Finalmente, el abordaje de la salud mental estudiantil desde una perspectiva institucional y de salud pública

coincide con las recomendaciones actuales de la Organización Mundial de la Salud, que destacan la urgencia de promover entornos educativos emocionalmente seguros y programas de intervención temprana para jóvenes universitarios (OMS, 2022). Esta integración teórica sustenta la pertinencia del presente estudio, proporcionando un marco interpretativo robusto para comprender la complejidad emocional que enfrentan los estudiantes de enfermería durante su formación clínica.

MATERIALES Y MÉTODOS

El presente estudio adoptó un enfoque cuantitativo, sustentado en la medición objetiva de variables psicológicas mediante la aplicación de instrumentos estandarizados y validados. Este enfoque resultó pertinente para responder al objetivo de determinar los niveles de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería durante sus prácticas preprofesionales, dado que permitió describir la magnitud de las variables y analizar sus relaciones en un momento temporal específico.

Se empleó un diseño no experimental, de tipo transversal y descriptivo, el cual posibilitó la observación de las variables en su contexto natural, sin manipulación ni intervención alguna. Este diseño permitió caracterizar los niveles de estrés, ansiedad y depresión en la población de estudio, ofreciendo una visión general del fenómeno en el entorno universitario y clínico.

La investigación se desarrolló en la Universidad Técnica de Ambato, en la Facultad de Ciencias de la Salud, una institución pública con reconocimiento nacional en formación de profesionales en carreras de ciencias de la salud, ubicada en la provincia de Tungurahua, Ecuador, durante el periodo académico agosto 2025-enero 2026. La población estuvo conformada por 255 estudiantes de la carrera de Enfermería, matriculados desde primero hasta séptimo semestre.

La muestra se determinó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, tomando en cuenta a los estudiantes que se encontraban realizando prácticas clínicas en hospitales y centros de salud públicos durante el periodo de estudio. Este tipo de muestreo facilitó el acceso a los participantes y garantizó la pertinencia de la información obtenida para el análisis de las variables psicológicas en contextos reales de práctica profesional.

Se incluyeron en el estudio los estudiantes que cumplían con los siguientes criterios: (a) estar matriculados en la carrera de Enfermería de la Universidad Técnica de Ambato, (b) cursar entre primero y séptimo semestre, (c) encontrarse realizando prácticas preprofesionales durante el periodo de recolección de datos y (d) aceptar participar voluntariamente mediante la firma del consentimiento informado. Se excluyeron los estudiantes ausentes durante la aplicación del instrumento, aquellos que no completaron la encuesta o que estaban matriculados simultáneamente en dos paralelos.

El procedimiento metodológico se desarrolló en varias etapas. En primer lugar, se obtuvo la autorización institucional y la aprobación ética por parte del Comité de Ética en Investigación en Seres Humanos (CEISH) de la Universidad Técnica de Ambato (código 156-CEISH-UTA-2025). Posteriormente, se informó a los estudiantes sobre los objetivos, alcances y beneficios del estudio, garantizando la confidencialidad de los datos y el respeto a su decisión de participación.

La recolección de datos se realizó a través de una encuesta digital, con el objetivo de facilitar el acceso y la participación voluntaria. El cuestionario constó de tres secciones estructuradas: Primera sección: consentimiento informado. En esta parte, se explicó la finalidad del estudio, los derechos de los participantes y la confidencialidad de los datos. Solo los estudiantes que aceptaron voluntariamente participar pudieron continuar con las siguientes secciones. Segunda sección: datos sociodemográficos. Se recolectó información sobre variables personales y académicas, como edad, sexo, semestre que cursa y área de práctica preprofesional. Tercera sección: aplicación del instrumento DASS-21. El instrumento se aplicó de manera presencial en las aulas universitarias, bajo supervisión del investigador principal, en un entorno confidencial y seguro. El tiempo promedio de respuesta osciló entre 10 y 15 minutos.

Para la evaluación de las variables de interés se utilizó la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21), desarrollada por Lovibond y Lovibond (1995) y ampliamente validada a nivel internacional en poblaciones universitarias y clínicas. Este instrumento consta de 21 ítems distribuidos en tres subescalas (depresión, ansiedad y estrés), con respuestas tipo Likert de cuatro puntos, que van desde 0 (“no me aplica en absoluto”) hasta 3 (“me aplica casi siempre o siempre”).

Las puntuaciones se agrupan en categorías de severidad (normal, leve, moderada, severa y extremadamente severa) según los puntos de corte establecidos en la literatura. La validez del instrumento ha sido confirmada por múltiples estudios que verifican su estructura factorial tridimensional y su aplicabilidad en contextos académicos (Henry & Crawford, 2005). La confiabilidad interna, evaluada mediante el coeficiente alfa de Cronbach, ha mostrado valores globales superiores a 0.90 y mayores a 0.80 en cada subescala, lo que evidencia una consistencia interna adecuada.

Los datos recolectados fueron exportados a una base de datos digital y procesados mediante el software IBM SPSS Statistics versión 26.0. Se aplicó estadística descriptiva (frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar) para caracterizar las variables sociodemográficas y psicológicas. Adicionalmente, se utilizaron medidas de tendencia central y dispersión para el análisis de los niveles de estrés, ansiedad y depresión en la muestra total.

Se garantizó la calidad del procesamiento mediante revisión doble de la base de datos y verificación de consistencia de las respuestas. Los resultados se representaron en tablas y gráficos con el propósito de facilitar su interpretación y discusión comparativa.

El estudio se desarrolló bajo los principios éticos de la Declaración de Helsinki (versión 2013) y la normativa vigente del Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Se aseguró el consentimiento informado, la confidencialidad de los datos y el derecho a retirarse del estudio sin repercusiones académicas. Dado que la investigación implicó riesgo mínimo, limitado al posible malestar emocional derivado de la autoevaluación, se brindó información sobre los servicios de apoyo psicológico institucionales disponibles para los participantes que lo requirieran.

RESULTADOS

Tabla 1
Datos Sociodemográficos

Categoría		Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Hombre	57	22,4%
	Mujer	198	77,6%
	Total	255	100%
Edad	17-19 años	19	7,5%
	20-22 años	166	65,1%
	23-25 años	57	22,4%
	26-30 años	10	3,9%
	Mayor a 30 años	3	1,2%
Total		255	100%
Semestre que está cursando	Tercer semestre	37	14,5 %
	Cuarto semestre	67	26,3%
	Quinto semestre	43	16,9%
	Sexto semestre	41	16,1%
	Séptimo semestre	67	26,3%
Total		255	100%
Área de práctica clínica	Clínica	37	14,5%
	Pediatria	67	26,3%
	Gineco- obstetricia	43	16,9 %
	Cirugía, Comunitaria/ Salud pública	41	16,1%
	UCI, Neonatología	67	26,3%
Total		255	100%

Nota: Elaboración propia

Del total de 255 estudiantes encuestados, el 65,1% se encontraba en el rango de edad de 20 a 22 años, seguido del 22,4% entre 23 y 25 años. Predominó el sexo femenino con el 77,6%. En cuanto al nivel académico, el 26,3% cursaba el cuarto y séptimo semestre, respectivamente. Respecto al área de práctica preprofesional, el 26,3% realizaba actividades en UCI-Neonatología, el mismo porcentaje en Pediatría, seguido de Gineco-obstetricia (16,9%). Estos resultados evidencian una población mayoritariamente femenina, joven y con diversidad de escenarios clínicos, condiciones relevantes para el análisis de los niveles de estrés, ansiedad y depresión en el contexto académico.

Tabla 2
Nivel De Depresión

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Normal	72	28,2%
Leve	28	11,0%
Moderado	69	27,1%
Severo	25	9,8%
Extremadamente grave	61	23,9%
Total	255	100%

Nota: Elaboración propia

De acuerdo a los datos presentados en la tabla 2, la población estudiada muestra una distribución variada en los niveles de depresión, con el mayor porcentaje (28.2%) en el nivel "Normal", seguido de un 27.1% en el nivel "Moderado" y un 23.9% en el nivel "Extremadamente grave", lo que indica que una proporción significativa de la muestra presenta niveles altos de depresión.

Tabla 3
Nivel De Ansiedad

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Normal	55	21,6%
Leve	9	3,5%
Moderado	55	21,6%
Severo	24	9,4%
Extremadamente grave	112	43,9%
Total	255	100%

Nota: Elaboración propia

De acuerdo a la información presentada en la Tabla 3 sobre los niveles de ansiedad según la escala DASS-21, la población estudiada muestra una distribución preocupante, con el mayor porcentaje (43.9%) en el nivel "Extremadamente grave", seguido de un 21.6% en el nivel "Normal" y otro 21.6% en el nivel "Moderado", lo que indica que una proporción significativa de la muestra presenta altos niveles de ansiedad que requieren atención especializada, mientras que los niveles "Leve" y "Severo" representan porcentajes menores, evidenciando la necesidad de implementar estrategias de intervención y apoyo psicológico para abordar esta problemática de manera efectiva en esta población.

Tabla 4
Nivel De Estrés

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Normal	124	48,6%
Leve	19	7,5%
Moderado	39	15,3%
Severo	49	19,2%
Extremadamente grave	24	9,4%
Total	255	100%

Nota: Elaboración propia

De acuerdo a los datos presentados en la tabla, se puede observar que la mayor parte de los participantes, 124 de un total de 255 personas (48.6%), presentan un nivel de estrés normal según la escala DASS-21. Sin embargo, una proporción considerable también muestra niveles de estrés más elevados, como leve 7.5%, moderado 15.3%, severo 19.2% e incluso extremadamente grave 9.4%. Estos hallazgos sugieren que, si bien la mayoría de los individuos se encuentran dentro de un rango de estrés normal, un grupo significativo de la población evaluada experimenta niveles de estrés que podrían requerir una atención y manejo más específicos por parte de los profesionales de la salud.

DISCUSIÓN

El presente estudio permitió determinar los niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de enfermería durante sus prácticas preprofesionales, evidenciando que una proporción significativa presenta sintomatología emocional que oscila entre niveles moderados y extremadamente graves, particularmente en las dimensiones de depresión y ansiedad. Estos resultados responden directamente al objetivo general del estudio y confirman la hipótesis de que la práctica clínica representa un escenario de alto impacto psicológico, derivado de la carga académica, la responsabilidad profesional y el contacto directo con el sufrimiento humano.

Diversos estudios señalan que los factores asociados con estos síntomas incluyen la sobrecarga académica, la exposición al sufrimiento de los pacientes, la inseguridad en la ejecución de procedimientos clínicos y la falta de apoyo emocional (Baruah et al., 2022; Albikawi, 2022). En este sentido, la literatura actual coincide en que los períodos de práctica clínica constituyen una de las etapas más críticas para el bienestar psicológico del estudiante, pues se enfrentan simultáneamente a la presión académica y a la responsabilidad del cuidado (Chernomas et al., 2023). Investigaciones recientes confirman que la falta de habilidades de afrontamiento adecuadas y el temor a cometer errores clínicos incrementan significativamente los niveles de estrés percibido (Hwang et al., 2021; Doyle et al., 2023). Estos resultados concuerdan con estudios de corte cualitativo que destacan la ansiedad ante la evaluación práctica y el sentimiento de insuficiencia profesional como desencadenantes emocionales frecuentes en el entorno hospitalario (Araújo et al., 2022).

Desde una perspectiva analítica, los hallazgos reflejan un patrón consistente con investigaciones regionales y globales que han documentado un deterioro progresivo de la salud mental en los estudiantes de enfermería. En Ecuador, Maza Ramón y Carrión Cabrera (2023) reportaron porcentajes similares de depresión (55,2 %) y ansiedad (71,9 %) en estudiantes de enfermería, lo cual coincide con las cifras observadas en este estudio. De manera análoga, Haririan et al. (2022) en Irán y Albikawi (2022) en Arabia Saudita confirmaron que más del 30 % de los estudiantes de enfermería y obstetricia manifestaban sintomatología depresiva y ansiosa, influenciada por factores como el apoyo familiar, el contexto económico y las experiencias clínicas durante la pandemia por COVID-19. Esta convergencia de resultados evidencia que la salud mental de los futuros profesionales de enfermería constituye una preocupación global y persistente en los sistemas educativos sanitarios.

La identificación de niveles normales de estrés en casi la mitad de la muestra, aunque coexistiendo con casos severos y extremadamente severos, sugiere la presencia de mecanismos de afrontamiento adaptativos, como la resiliencia y el apoyo social, que moderan el impacto emocional de las exigencias clínicas (Trunce et al., 2020; Lewis, 2022). Estos hallazgos respaldan los modelos teóricos de afrontamiento del estrés académico, que proponen que la percepción de competencia personal y el sentido de apoyo emocional actúan como factores protectores ante las demandas psicológicas del entorno formativo.

En el caso de la depresión, los resultados coinciden con los descritos por Blanco y Rodríguez (2021) y De Vargas y Vieira (2021), quienes destacan que los estudiantes de enfermería presentan una alta vulnerabilidad emocional asociada al contacto prolongado con

el dolor, la muerte y la enfermedad. Las dificultades económicas, el bajo rendimiento académico y las exigencias institucionales agravan este panorama, configurando un entorno psicosocial que favorece el desarrollo de trastornos afectivos (Gamboa & García, 2020). Por su parte, la ansiedad se manifestó con alta prevalencia, en concordancia con Pesántez y Rosales (2021) y Díaz y Castro (2020), quienes señalan que los estudiantes de ciencias de la salud enfrentan mayores niveles de ansiedad debido a la presión académica, la evaluación constante de su desempeño y la incertidumbre profesional.

Asimismo, se ha identificado que los factores institucionales y las dinámicas de supervisión influyen de forma directa en la respuesta emocional del estudiante durante la práctica clínica. La ausencia de un acompañamiento docente empático, las cargas horarias excesivas y la exposición prolongada a situaciones de sufrimiento contribuyen a la fatiga emocional y al deterioro del bienestar psicológico (Doyle et al., 2023; Hwang et al., 2021). Un estudio reciente publicado en BMC Nursing evidenció que los estudiantes que perciben un entorno de apoyo durante su rotación clínica muestran menores niveles de ansiedad y mayor autoconfianza para el desempeño profesional (Li et al., 2024). Estos hallazgos refuerzan la necesidad de fortalecer programas institucionales de apoyo emocional, tutorías clínicas y estrategias de afrontamiento adaptativo que promuevan la resiliencia y el equilibrio mental durante la formación profesional de enfermería.

Desde el punto de vista teórico, los resultados obtenidos se articulan con el modelo biopsicosocial de la salud mental, el cual considera la interacción entre factores personales, sociales y contextuales en la génesis de los trastornos emocionales. En este sentido, los hallazgos del estudio reafirman que la salud mental de los estudiantes no depende exclusivamente de variables individuales, sino también de las condiciones institucionales y pedagógicas en las que se desarrolla la formación profesional. El estudio logró identificar con claridad que las prácticas preprofesionales constituyen un entorno crítico donde convergen altos niveles de exigencia académica, exposición al sufrimiento humano y carga emocional significativa, elementos que se vinculan directamente con la presencia de síntomas de estrés, ansiedad y depresión. Estos hallazgos aportan evidencia actualizada sobre la magnitud del problema y permiten visibilizar la necesidad de fortalecer estrategias institucionales de apoyo emocional y acompañamiento clínico.

No obstante, quedan pendientes aspectos relevantes por explorar, como la influencia diferenciada de cada área clínica, la carga horaria, la experiencia previa del estudiante y su acceso a redes de apoyo social. Estos factores podrían explicar variaciones en los niveles de malestar emocional y deben ser abordados para obtener una comprensión más integral del fenómeno. Asimismo, se abren nuevas líneas de investigación orientadas a evaluar la eficacia de intervenciones psicológicas breves, programas de autocuidado, entrenamientos en regulación emocional, estrategias de resiliencia y modelos de supervisión clínica humanizada. La integración de estas propuestas permitirá avanzar hacia entornos educativos más saludables, sostenibles y emocionalmente protectores, en consonancia con el enfoque biopsicosocial y con las necesidades formativas del futuro profesional de enfermería.

El aporte original de esta investigación radica en contextualizar los niveles de malestar psicológico en estudiantes de enfermería en un entorno postpandémico, ofreciendo una mirada actualizada sobre los efectos acumulativos de la formación clínica en la salud emocional. Asimismo, se aporta evidencia empírica local que contribuye a la comprensión integral del fenómeno y permite contrastar la realidad ecuatoriana con tendencias

internacionales, fortaleciendo la base comparativa para futuras investigaciones en el ámbito académico de las ciencias de la salud.

En términos aplicados, los resultados del estudio sugieren la necesidad de implementar políticas institucionales orientadas a la promoción de la salud mental estudiantil. Programas de detección temprana, talleres de autocuidado, espacios de acompañamiento emocional y redes de apoyo entre pares deben integrarse de forma estructurada al currículo de enfermería, con el fin de prevenir la cronicidad de los síntomas psicológicos y fomentar la estabilidad emocional de los futuros profesionales. En concordancia, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) advierte que los jóvenes universitarios constituyen un grupo de alto riesgo para el desarrollo de alteraciones emocionales, y que las instituciones educativas deben asumir un papel protagónico en la prevención y atención de la salud mental.

Los hallazgos de esta investigación reafirman la importancia de comprender los estados emocionales de los estudiantes de enfermería como un componente esencial de su formación integral. Este estudio no solo aporta al conocimiento científico sobre la salud mental en estudiantes universitarios, sino que también impulsa la reflexión institucional sobre la responsabilidad ética de cuidar a quienes, en el futuro, tendrán la tarea de cuidar a otros. En consecuencia, el presente trabajo contribuye a la consolidación de una cultura académica más humanizada, reflexiva y comprometida con el bienestar emocional de los futuros profesionales de enfermería.

CONCLUSIÓN

Los resultados de este estudio permitieron evidenciar que los estudiantes de enfermería experimentaron niveles variables de estrés, ansiedad y depresión durante sus prácticas preprofesionales, predominando los valores moderados y altos. Estos hallazgos confirmaron que la formación clínica constituyó una etapa de alta exigencia emocional, donde las presiones académicas y el contacto directo con el sufrimiento humano afectaron de manera significativa el bienestar psicológico de los futuros profesionales.

Desde una perspectiva analítica, se identificó que la ansiedad fue el componente más elevado entre las variables estudiadas, sugiriendo su papel como detonante de otros trastornos emocionales, especialmente la depresión. Esta tendencia estuvo vinculada a factores como la sobrecarga de tareas, el temor al error clínico y la necesidad constante de demostrar competencia profesional, los cuales generaron un entorno de tensión sostenida.

Asimismo, se observó que una parte de los estudiantes presentó niveles normales o leves de afectación emocional, lo que evidenció la influencia de factores protectores como la resiliencia, el apoyo social y la vocación de servicio. Estos elementos actuaron como mecanismos de afrontamiento ante las exigencias del proceso formativo, demostrando que la fortaleza psicológica y las redes de apoyo son componentes esenciales en la preservación de la salud mental estudiantil.

En términos disciplinares, el estudio aportó evidencia empírica que fortaleció la comprensión del impacto emocional de las prácticas clínicas en la educación en enfermería, destacando la necesidad de incorporar la salud mental como un eje transversal en la formación profesional. Las instituciones educativas deben asumir un compromiso activo con la implementación de estrategias de prevención, detección temprana y acompañamiento

psicológico, integrando dichas acciones a la gestión académica y al proceso de enseñanza-aprendizaje.

Finalmente, esta investigación contribuyó a la reflexión crítica sobre el bienestar integral de los estudiantes de enfermería y su relación con la calidad del cuidado que brindarán en el futuro. Se sugiere que futuras investigaciones profundicen en el análisis longitudinal de las variables emocionales, la influencia del entorno institucional y las diferencias entre áreas clínicas, con el fin de diseñar intervenciones formativas que promuevan una salud mental sólida, un desempeño académico equilibrado y una práctica profesional humanizada.

CONFLICTOS DE INTERESES

Las autoras declaran no tener conflictos de intereses.

DECLARACIÓN DEL USO DE IA

Este manuscrito fue revisado exclusivamente en cuanto a redacción, estilo y coherencia mediante el apoyo de una herramienta de inteligencia artificial. No se generó nuevo contenido, ni se modificó la información original, ni se realizaron aportes sustantivos a los resultados, discusiones o conclusiones del estudio. Todas las decisiones relacionadas con el contenido científico, interpretación de datos y redacción final fueron realizadas íntegramente por los autores.

AGRADECIMIENTO

Siendo parte del grupo de investigación Gitesce de la Carrera de Enfermería a mi tutora Psic. Clín. Sara Guadalupe.

REFERENCIAS BILIOGRÁFICAS

- Almansoor, A. S., Masuadi, E., Al-Muallem, A., & Agha, S. (2024). Prevalence of psychological distress among health sciences students: A systematic review and meta-analysis. *Quality and Quantity*, 58(4), 3747–3768. <https://doi.org/10.1007/s11135-024-01829-6>
- Albikawi, Z. F. (2022). Predictors of anxiety, depression, and stress among female university nursing students during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study in Saudi Arabia. *Journal of Personalized Medicine*, 12(11), 1887. <https://doi.org/10.3390/jpm12111887>
- Araújo, A. A. C., de Godoy, S., Arena Ventura, C. A., Silva, I. R., Santos de Almeida, E. W., & Costa Mendes, I. A. (2022). Reflections on nursing students' fear and anxiety arising from clinical practicums. *Investigación y Educación en Enfermería*, 40(e13). <https://revistas.udea.edu.co/index.php/iee/article/view/351828>
- Badillo-Sánchez, N., Gómez-Salgado, J., Allande-Cussó, R., Yildirim, M., López-López, D., Goniewicz, K., et al. (2025). Impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of nursing students: A systematic review and meta-analysis. *Medicine (Baltimore)*, 104(2), e40797. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000040797>

- Blanco, A., & Rodríguez, I. (2021). Depresión, ansiedad y estrés de universitarios en tiempos de COVID-19: Uso de la escala DASS-21. *Espíritu Emprendedor TES*, 5(3), 45–61. <https://doi.org/10.33970/eetes.v5.n3.2021.263>
- Baruah, C., Saikia, H., Gupta, K., & Ohri, P. (2022). Prevalence and correlates of depression, anxiety and stress among nursing students. *Indian Journal of Community Health*, 34(2), 259–264.
- Castillo, J., Romero, M., & Vásquez, C. (2021). Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de enfermería en Ecuador. *Revista Universidad y Salud*, 23(2), 123–132. <https://doi.org/10.22267/rus.212302.232>
- Chernomas, W. M., Shapiro, C. R., Plohman, J. C., & Rabbani, R. (2023). Stress, depression, and anxiety among undergraduate nursing students in the time of a pandemic. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, 20(1). <https://doi.org/10.1515/ijnes-2022-0096>
- Curtiss, J. E., & Klemanski, D. H. (2021). Cognitive-behavioral treatments for anxiety and stress-related disorders. *Focus (American Psychiatric Publishing)*, 19(2), 178–187. <https://doi.org/10.1176/appi.focus.20200045>
- De Vargas, D., & Vieira, P. (2021). Prevalencia de depresión en trabajadores de enfermería de unidades de terapia intensiva. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 29, e3453. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.4847.3453>
- Díaz, L., & Castro, J. (2020). Influencia de la ansiedad en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. Universidad Cooperativa de Colombia. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/34136>
- Doyle, K., Sainsbury, K., & Cleary, S. (2023). Clinical stress and clinical performance in prelicensure nursing students: A systematic review. *Journal of Nursing Education*, 62(1), 36–41. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36652583/>
- Flores-Tapia, D., Delgado-García, G., & Mendoza-Contreras, L. A. (2021). Estrés académico en estudiantes de enfermería durante sus prácticas clínicas. *Revista Cuidarte*, 12(1), e1432. <https://doi.org/10.15649/cuidarte.1432>
- Gamboa, A., & García, L. (2020). La depresión en universitarios. *Revista Sabermás*, (49), 15–20. <https://bit.ly/3HLXcCB>
- García-Velasco, L., Alcoceba-Herrero, I., García, S., López, M., Albertos-Muñoz, I., & Castro, M.-J. (2025). Assessing anxiety and stress levels in undergraduate nursing students during their clinical placements: A quasi-experimental study. *BMC Nursing*, 24(1), 620. <https://doi.org/10.1186/s12912-025-03264-w>
- Gómez-Palacios, M., Torres-Castro, C., & Paredes-Valverde, M. (2021). Prevalencia de ansiedad, depresión y estrés en estudiantes de enfermería. *Ciencia y Enfermería*, 27(1), 1–10. <https://doi.org/10.29393/CE27-1PAJG10001>
- Hwang, E., Kim, M., & Shin, S. (2021). Initial clinical practicum stress among nursing students: A cross-sectional study on coping styles. *Nurse Education Today*, 100, 104846. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34066366/>
- Lewis, K. (2022). Controla el estrés. Office of Disease Prevention and Health Promotion. <https://health.gov/myhealthfinder/topics/health-conditions/mental-health-and-relationships/control-stress>

- Li, F., Zeng, Y., Fu, Y., Wang, Y., Lin, T., Deng, Q., & Li, J. (2024). Stressors and coping styles of nursing students in the middle period of clinical practicum: a qualitative study. *BMC Nursing*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02063-z>
- Mendez, J., & Arévalo, R. (2022). Estrés y ansiedad en estudiantes universitarios de enfermería durante la enseñanza en la pandemia de COVID-19. *Ciencia Latina*, 6(5), 4166–4176. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3386
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador (MSP). (2022). Plan Nacional de Investigación en Salud 2022–2025. Quito: MSP. <https://www.salud.gob.ec/plan-nacional-investigacion-salud>
- Nakao, M., Shirotsuki, K., & Sugaya, N. (2021). Cognitive-behavioral therapy for management of mental health and stress-related disorders: Recent advances in techniques and technologies. *BioPsychoSocial Medicine*, 15(16), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s13030-021-00219-w>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). Adolescent mental health. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Pesáñez, J., & Rosales, M. (2021). Incidencia de ansiedad, depresión y estrés medida con el cuestionario DASS-21 en estudiantes de odontología de la Universidad de Cuenca. Universidad de Cuenca. <https://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/35878>
- Pisco, M. (2021). Estrés, ansiedad y depresión en los estudiantes de enfermería de la Universidad Católica Santiago de Guayaquil en tiempos de confinamiento. Universidad Católica Santiago de Guayaquil. <https://repositorio.ucsg.edu.ec/handle/3317/17553>
- Trunce, S., Villarroel, G., Arntz, J., Muñoz, S., & Werner, K. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en Educación Médica*, 9(36), 8–16. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>
- Vizcaya-Moreno, M. F., Pérez-Cañaveras, R. M., & Jiménez-Ruiz, I. (2022). Ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería: Un estudio multicéntrico. *Enfermería Clínica*, 32(5), 265–272. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2021.09.005>
- Wu, J. R., Chan, F., Iwanaga, K., Myers, O. M., Ermis-Demirtas, H., & Bloom, Z. D. (2025). The transactional theory of stress and coping as a stress management model for students in Hispanic-serving universities. *Journal of American College Health*, 1–8. <https://doi.org/10.1080/07448481.2025.2461598>