



1859

**UNL**Universidad  
Nacional  
de Loja

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

## Facultad de la Salud Humana

### Carrera de Psicología Clínica

## Estrés académico y Consumo de Sustancias en Estudiantes Universitarios de América Latina.

Trabajo de Integración Curricular  
previo a la obtención del título de  
Licenciado de Psicología Clínica

**Autor:**

Jandry Santiago Arias Largo

**Director:**

Psic. Clín. Marco Vinicio Sánchez Salinas

Loja - Ecuador

2024

## Certificación



UNL

Universidad  
Nacional  
de Loja

Sistema de Información Académico  
Administrativo y Financiero - SIAAF

### CERTIFICADO DE CULMINACIÓN Y APROBACIÓN DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Yo, **SANCHEZ SALINAS MARCO VINICIO**, director del Trabajo de Integración Curricular denominado **Estrés académico y consumo de sustancias en estudiantes universitarios de América Latina: Revisión Sistemática**, perteneciente al estudiante **JANDRY SANTIAGO ARIAS LARGO**, con cédula de identidad N° **1105551723**.

**Certifico:**

Que luego de haber dirigido el **Trabajo de Integración Curricular**, habiendo realizado una revisión exhaustiva para prevenir y eliminar cualquier forma de plagio, garantizando la debida honestidad académica, se encuentra concluido, aprobado y está en condiciones para ser presentado ante las instancias correspondientes.

Es lo que puedo certificar en honor a la verdad, a fin de que, de así considerarlo pertinente, el/la señor/a docente de la asignatura de **Integración Curricular**, proceda al registro del mismo en el Sistema de Gestión Académico como parte de los requisitos de acreditación de la Unidad de Integración Curricular del mencionado estudiante.

Loja, 8 de Agosto de 2024



MARCO VINICIO  
SANCHEZ SALINAS

F)

DIRECTOR DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN  
CURRICULAR



### **Autoría**

Yo, **Jandry Santiago Arias Largo**, declaro ser autor del presente Trabajo de Integración Curricular y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos, de posibles reclamos y acciones legales, por el contenido del mismo. Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi Trabajo de Integración Curricular, en el Repositorio Digital Institucional – Biblioteca Virtual.

**Firma:** \_\_\_\_\_



**Cédula de identidad:** 1105551723

**Fecha:** 27/09/2024

**Correo electrónico:** [jandry.arias@unl.edu.ec](mailto:jandry.arias@unl.edu.ec)

**Teléfono:** 0997667739

### **Carta de autorización de publicación**

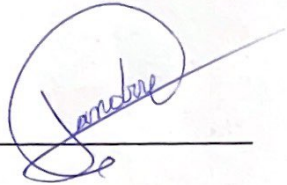
Yo, Jandry Santiago Arias Largo, declaro ser el autor del presente Trabajo de Integración Curricular denominado: **Estrés académico y consumo de sustancias en estudiantes universitarios de América Latina**, como requisito para optar por el título de **Licenciado en Psicología Clínica**, autorizo al sistema bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que, con fines académicos, muestre la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido en el Repositorio Digital Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el Repositorio Institucional, en las redes de información del país y del exterior con los cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia del Trabajo de Integración Curricular que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, suscribo, en la ciudad de Loja, a los veinte y siete días del mes de septiembre del año dos mil veinticuatro.

Firma: \_\_\_\_\_



**Cédula de identidad:** 1105551723

**Dirección:** Loja, Barrio El Paraíso de Jipiro. Calles Órdalos y Chilalos.

**Correo electrónico:** [jandry.arias@unl.edu.ec](mailto:jandry.arias@unl.edu.ec)

**Teléfono:** 0997667739

### **DATOS COMPLEMENTARIOS**

**Director del Trabajo de Integración Curricular:** Psicólogo Clínico Marco Vinicio Sánchez Salinas Mg.

## **Dedicatoria**

Primeramente, quiero dedicar este Trabajo de Integración Curricular a Dios y a mi Abuelito Luis Largo que en paz descansa, quienes están presente toda mi vida y en toda situación, brindándome bendiciones, fuerza y esperanza para poder lograr lo que me propongo. Así mismo, las diversas adversidades de la vida, los retos y pruebas que poco a poco me fueron llenando de enseñanza para poder formar mi carácter durante este viaje académico.

A mi familia, quien supo en todo momento ser mi pilar fundamental para sobresalir. A mi mamá Gimena Largo, quien con su amor, comprensión, dedicación y esfuerzo supo apoyarme en todo momento a pesar de la distancia que nos separaba siempre estuvo brindándome su apoyo alentándome a seguir a no decaer ante la primera adversidad que se presente. A mi papá Walter Arias, quien igual me enseñó muchos valores para poder ser la persona que soy hoy en día, y supo apoyarme siempre en todo momento, a mis hermanos quienes con su carisma sus bromas supieron de una u otra forma ayudarme a seguir adelante, mi prima Adriana, quien es como mi hermana, por todo lo que ha hecho por nosotros, ha sido una persona maravillosa que supo apoyarnos en momentos difíciles.

A mis abuelitos tantos paternos como a mi abuelita materna quien ha sido parte esencial de mi, quien con sus consejos supo guiarme en el transcurso de crecimiento académico y personal.

A mis grandes amigos que me dio la universidad, Marco, Camila y Anggheles, con quienes empezamos esta aventura académica en el 2020, y desde entonces han sido las personas más influyentes e importantes en mi vida académica, siempre estuvieron apoyándome y apoyándonos mutuamente, haciendo así la mejor de las épocas la vida universitaria.

A mis hermanos de otra madre Anderson, Junior, Rubén, y los peloteros, quienes con su carisma y apoyo siempre supieron hacerme sentir bien y poder seguir adelante en mis estudios para poder llegar a cumplir la meta de poder ser un gran profesional.

Este trabajo es la recompensa de una ardua labor tanto personal como en equipo, ya que contó con la ayuda de numerosas personas significativas en mi vida para mi crecimiento académico. Les dedico este logro con profundo agradecimiento, cariño y amor.



### **Agradecimiento**

Agradezco a Dios por amor incondicional y su bondad infinita, a mi finadito Abuelo Luis Largo por siempre cuidarme y guiarme tal vez no físicamente, pero si espiritualmente a lo largo de mi vida y formación académica, a mi familia quien supo estuvo conmigo apoyándome en todo momento no dejando que me decaía en las adversidades, demostrándome que todos juntos somos invencibles y podemos llegar a cumplir nuestros sueños.

Expreso mi agradecimiento a la Universidad Nacional de Loja, ala Facultad de Salud Humana y a la carrera de Psicología Clínica por formarme como profesional, y por todas las enseñanzas recibidas a lo largo de esta aventura académica.

Mi más sincero agradecimiento a mi director de este Trabajo de Integración Curricular, el Psic. Clín. Marco Vinicio Sánchez Salinas, quien durante mi periodo académico supo brindarme las enseñanzas necesarias para poder salir adelante, de la misma forma por ser un amigo más, con quien podía tener platicas que resultaban alentadoras para mi rendimiento académico como personal.

A toda la planta docente que supieron guiarme y enseñarme mucho durante esta etapa académica, sobre todo aquellos momentos de compartir y disfrutar, también agradezco sus enseñanzas diarias que recibí ya que eso fue parte fundamental para mi crecimiento académico y mi desenvolvimiento personal.

A mis compañeros de clase, con quienes aprendí cosas que quizás son necesarias en la vida, como el creer, confiar y luchar, también quiero hacer un agradecimiento especial a Marco, Camila y Anggheles los cuales fueron muy importantes y lo seguirán siendo, ya que siempre los tuve cerca, siempre me brindaron el apoyo que necesitaba, por siempre haber sido esos mejores amigos que la vida puede dar.

## Índice

<b>Portada</b> .....	i
<b>Certificación</b> .....	ii
<b>Autoría</b> .....	iii
<b>Carta de autorización de publicación</b> .....	iv
<b>Dedicatoria</b> .....	v
<b>Agradecimiento</b> .....	vi
<b>Índice de contenidos</b> .....	vii
Índice de tablas .....	viii
Índice de anexos .....	ix
<b>Título</b> .....	1
<b>Resumen</b> .....	2
Abstract .....	3
<b>Introducción</b> .....	4
<b>Marco teórico</b> .....	5
Capítulo I: Estrés Académico .....	5
Definiciones de estrés.....	5
Momentos del estrés .....	7
Tipos de estrés .....	7
Tipos de estresores académicos .....	8
Fases del estrés Académico .....	9
Sintomatología .....	10
Prevalencia del estrés .....	10
Factores de riesgo .....	11
Factores protectores .....	12
Capitulo II: Consumo de sustancias .....	13
Definición Consumo de sustancias .....	13
Clasificación de las drogas .....	13
Factores de riesgo .....	15
Factores protectores .....	15
Etapas del consumo .....	15
Causas del consumo .....	17

Síntomas .....	17
<b>Metodología</b> .....	18
Enfoque de la investigación .....	18
Diseño y Alcance de la investigación .....	18
Población y Muestra .....	18
Criterios de inclusión .....	19
Criterios de exclusión .....	19
Método .....	19
Técnica .....	19
Instrumento y selección de estudio .....	19
Procedimiento .....	19
Fase 1.....	19
Fase 2.....	19
Fase 3 .....	20
Lista de datos .....	20
Evaluación de la calidad .....	20
Riesgo de sesgos entre los estudios .....	20
Evaluación de la calidad de la revisión sistemática .....	20
Aprobación del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH) .....	20
<b>Resultados</b> .....	22
Objetivo general .....	22
Objetivo específico 1 .....	22
Objetivo específico 2 .....	23
Objetivo específico 3 .....	23
<b>Discusión</b> .....	27
<b>Conclusiones</b> .....	28
<b>Recomendaciones</b> .....	29
<b>Bibliografía</b> .....	30
<b>Anexos</b> .....	33



## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> Lista de verificación PRISMA 2020.....	29
<b>Tabla 2.</b> Lista de verificación PRISMA 2020 para resúmenes estructurados.....	34

## Índice de figuras

Figura 1. Objetivo general.....	22
Figura 2. Objetivo específico 1.....	22
Figura 3. Objetivo específico 2.....	23
Figura 4. Flujograma de búsqueda y selección de los estudios según modelo de Prisma....	33

## Índice de anexos

Anexo 1. Diagrama de Flujo PRISMA.....	33
Anexo 2. Lista de verificación PRISMA 2020 .....	29
Anexo 3. Lista de verificación PRISMA 2020 para resúmenes estructurados .....	34
Anexo 4. Pertinencia del Proyecto de Investigación de Integración Curricular .....	36
Anexo 5. Oficio de designación de director de Trabajo de Integración Curricular.....	37
Anexo 6. Certificado de aprobación del Trabajo de Integración Curricular .....	38
Anexo 7. Certificación de traducción del resumen al idioma inglés .....	39



## 1. Título

**Estrés Académico y Consumo de Sustancias en Estudiantes Universitarios de América Latina.**

## 2. RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo general establecer la evidencia científica sobre el estrés académico y su influencia en el consumo de sustancias en estudiantes universitarios de América Latina. A lo largo de la investigación, se abordan diversas dimensiones del estrés académico, así como las implicaciones que este fenómeno tiene sobre el comportamiento de consumo de sustancias en este grupo poblacional.

En el primer objetivo específico, se identifica la prevalencia de estrés académico entre estudiantes de diversas instituciones de educación superior en América Latina. A través de metodologías cuantitativas y cualitativas, se analiza la magnitud del problema, revelando que un significativo número de estudiantes se enfrenta a niveles elevados de estrés que podrían comprometer su bienestar.

El segundo objetivo específico se centra en las etapas del consumo de sustancias, donde se examina el patrón de uso entre los universitarios. Se identifican diferentes categorías de consumidores, desde aquellos que inician su consumo a niveles experimentales hasta los que desarrollan patrones de uso problemáticos, destacando cómo el estrés académico puede actuar como un facilitador en estos procesos.

Finalmente, se identifican los factores de riesgo asociados al consumo de sustancias, tales como la presión académica, la falta de apoyo social, y las expectativas familiares, entre otros. Esta parte del estudio enfatiza la importancia de comprender los contextos en los que se produce tanto el estrés como el consumo de sustancias.

Para contribuir a la prevención y el manejo de estas problemáticas, se diseñará una guía informativa sobre conductas adictivas y estrés académico, orientada a estudiantes, educadores y profesionales de la salud. Esta guía se fundamenta en los hallazgos obtenidos y busca proporcionar estrategias efectivas para abordar el estrés y minimizar el riesgo de consumo de sustancias.

**Palabras clave:** estrés académico, consumo de sustancias, estudiantes universitarios, América Latina, conducta adictiva.

## ABSTRACT

The present study has as its general objective to establish scientific evidence on academic stress and its influence on substance use in university students in Latin America. Throughout the research, various dimensions of academic stress are addressed, as well as the implications that this phenomenon has on substance use behavior in this population group.

In the first specific objective, the prevalence of academic stress among students from various higher education institutions in Latin America is identified. Through quantitative and qualitative methodologies, the magnitude of the problem is analyzed, revealing that a significant number of students face high levels of stress that could compromise their well-being.

The second specific objective focuses on the stages of substance use, where the pattern of use among university students is examined. Different categories of consumers are identified, from those who initiate their consumption at experimental levels to those who develop problematic patterns of use, highlighting how academic stress can act as a facilitator in these processes.

Finally, the risk factors associated with substance use are identified, such as academic pressure, lack of social support, and family expectations, among others. This part of the study emphasizes the importance of understanding the contexts in which both stress and substance use occur.

To contribute to the prevention and management of these problems, an informative guide on addictive behaviors and academic stress will be designed, aimed at students, educators and health professionals. This guide is based on the findings obtained and seeks to provide effective strategies to address stress and minimize the risk of substance use.

**Keywords:** academic stress, substance use, university students, Latin America, addictive behavior.



### 3. Introducción

El estrés académico se ha convertido en un fenómeno de creciente preocupación en el contexto universitario, especialmente en América Latina, donde los estudiantes enfrentan una serie de desafíos que pueden afectar su bienestar emocional y físico. La presión por cumplir con altos estándares académicos, la competencia entre pares y la falta de recursos adecuados son solo algunos de los factores que contribuyen a un ambiente propenso al estrés. Este fenómeno no solo impacta el rendimiento académico, sino que también puede influir en comportamientos de riesgo, como el consumo de sustancias.

La presente tesis tiene como objetivo general establecer la evidencia científica sobre la relación entre el estrés académico y el consumo de sustancias en estudiantes universitarios de América Latina. Para lograr este propósito, se plantean varios objetivos específicos: en primer lugar, identificar la prevalencia del estrés académico en esta población; en segundo lugar, analizar las etapas del consumo de sustancias entre los estudiantes; y, finalmente, identificar los factores de riesgo asociados a estas conductas. Además, se diseñará una guía informativa que aborde las conductas adictivas y el estrés académico, con el fin de proporcionar herramientas útiles para la prevención y el manejo de estas problemáticas.

A través de un enfoque multidimensional que incluye revisiones bibliográficas y análisis empíricos, esta investigación busca contribuir al entendimiento del impacto del estrés académico en la salud mental y el comportamiento de los estudiantes universitarios en América Latina. Se espera que los hallazgos no solo sirvan para informar a académicos y profesionales del área, sino que también promuevan políticas educativas más efectivas que aborden estas cuestiones críticas.

#### 4. Marco teórico

### **CAPITULO 1: Estrés académico**

#### **DEFINICIONES DE ESTRÉS**

Román y Hernández (2014), menciona que, el término estrés surgió en el siglo XIV para describir experiencias adversas. Sin embargo, en el siglo XVII, bajo la influencia del biólogo y físico Hooke R., se vinculó el concepto de estrés con fenómenos físicos como la presión, la fuerza y la distorsión.

A partir de las ideas de este autor, físicos e ingenieros comenzaron a utilizar tres términos relacionados con las propiedades de los sólidos: carga, deformación y tensión. Desde un punto de vista físico, el estrés es una fuerza interna creada en el cuerpo por la acción de otras fuerzas que distorsionan el cuerpo. Los tres conceptos de responsabilidad, estrés y depresión han sido adoptados por muchas disciplinas, incluidas la psicología y la sociología, y han influido en el desarrollo de las teorías del estrés (Belloch et al., 2009).

Se puede mencionar, por una parte, está el eustrés, el cual es una respuesta psicofisiológica positiva y placentera caracterizada por la activación de estímulos que conduce a resultados beneficiosos y sentimientos de satisfacción. Cuando las respuestas al estrés son compatibles con las capacidades fisiológicas de un individuo, esto se denomina eustrés o "estrés bueno" y es fundamental para el desarrollo, la función y la adaptación del organismo al medio ambiente. Por tanto, una persona experimenta eustrés cuando siente que puede manejar una situación estresante con altas exigencias, pero sin exceder sus recursos. En definitiva, el eustrés es una experiencia que promueve la salud y el bienestar (Martínez, 2009).

Mientras que, el distrés es una experiencia desagradable y frustrante que resulta de la percepción de que las demandas exceden los recursos disponibles. Esto conduce a sentimientos de incapacidad de responder eficazmente y va acompañado de una activación psicofisiológica negativa, como emociones, sensaciones corporales y pensamientos intrusivos. Repetir estas experiencias una y otra vez puede tener un efecto perjudicial para la salud física y mental (Estrada, 2021).

#### **Definiciones de Estrés Académico**

Por otro lado, para Alfonso(2015) el estrés académico se define como resultado de diversas actividades, especialmente las de carácter educativo. Entonces, en definitiva, el estrés es una reacción automática y natural que se manifiesta en el individuo y su entorno, y que el organismo tiene ante situaciones abrumadoras o amenazantes, porque su entorno necesita adaptaciones que inciden en el estrés, la activación en sí misma y puede estar muy relacionada

con la personalidad de cada individuo y el nivel de estrés que experimenta, pero aún falta ver cómo los afronta.

Es el proceso de adaptación y ajuste tanto a nivel individual como institucional en el ámbito del proceso de enseñanza y aprendizaje en las instituciones de educación superior. Este ajuste surge como respuesta a la abrumadora demanda y exigencia inherente a las experiencias educativas en dichas instituciones. El objetivo principal es mantener un equilibrio dinámico en el proceso educativo, donde se produzcan cambios y adaptaciones necesarios para responder a las demandas sin alterar de manera significativa las características fundamentales del sistema educativo. (Jahel, 2019)

En la actualidad, el estrés académico es un tema de gran relevancia debido a las graves consecuencias que conlleva para los estudiantes. Este fenómeno afecta a la mayoría de la población estudiantil de manera general, siendo la sobrecarga académica el principal factor estresante. Además, el estrés académico tiene un impacto significativo en el bienestar de los estudiantes, por lo que es fundamental abordarlo adecuadamente. Por lo general, este tipo de estrés se manifiesta a través de cambios en el comportamiento de los individuos, lo que puede resultar en desequilibrios tanto físicos como psicológicos en su salud. (Loor, 2019)

El estrés académico se caracteriza por el malestar que experimentan los estudiantes, especialmente en la educación media y superior, como resultado de las demandas específicas del entorno escolar. Este tipo de estrés surge exclusivamente debido a factores relacionados con las actividades educativas, ya sean internas o externas, que impactan en el rendimiento académico de los estudiantes.

El estrés, como problema de salud generalizado en la sociedad contemporánea, se origina de la interacción entre la persona y los eventos de su entorno, que son percibidos como desafiantes o amenazantes para los recursos individuales y el bienestar. Esta presencia del estrés se observa en diversos ámbitos de la vida, desde la etapa inicial de educación hasta los niveles más avanzados de formación académica.

Orlandini señala que el estrés académico se manifiesta como una tensión experimentada durante los períodos de aprendizaje, desde la etapa preescolar hasta los estudios de posgrado, tanto en el ámbito individual como en el entorno de clase.

Otros expertos definen el estrés académico como la presión generada por las demandas del entorno educativo, que afecta tanto a los estudiantes como a los profesores. Implica los procesos cognitivos y emocionales que los estudiantes experimentan al enfrentarse a los desafíos académicos. (Belkis Alfonso Águila, 2015)

El estrés académico es un tipo de estrés en el ambiente escolar que afecta tanto a docentes como a estudiantes porque genera tensión cuando una persona se encuentra en el proceso de aprendizaje desde preescolar hasta la universidad y posgrado, y las investigaciones demuestran que estos se realizan de manera individual. (Gutiérrez et al., 2010), por su parte identifican que el estrés académico, se presenta de manera descriptiva en tres momentos:

### ***Momento 1.***

Cuando el estudiante se ve sometido en contexto escolares a una serie de demandas que, bajo la valoración del mismo, son consideradas estresores.

### ***Momento 2.***

Esos estresores provocan en el estudiante un desequilibrio sistémico (situación estresante), que se manifiesta en diversos síntomas como indicadores de desequilibrio.

### ***Momento 3.***

Ese desequilibrio sistémico, obliga al discente a la realización de acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico.

## **Tipos de Estrés**

Se puede evidenciar que según Albuja (2012) que, existen varios tipos de estrés a nivel general como los siguientes:

### **Estrés Positivo o Eustrés**

Esta es una forma de estrés a corto plazo que proporciona una respuesta inmune inmediata.

### **Estrés Negativo o el Distrés**

Es una forma de estrés desfavorable que surge debido a los frecuentes cambios o alteraciones en la rutina diaria.

### **Estrés por Supervivencia**

Se refiere a una condición médica que causa estrés físico y emocional severo en los afectados. Estas situaciones se consideran desafíos que son difíciles para el individuo.

### **Estrés Químico**

El consumo de ciertos alimentos, como bebidas con cafeína, alimentos y bebidas azucaradas, un alto consumo de sal o una dieta desequilibrada pueden provocar ciertos cambios químicos en el cuerpo humano, provocando un desequilibrio en el motivo por el que existen problemas en un momento determinado.

### **Estrés por Factores Ambientales**

Esto incluye todos los aspectos de los problemas sociales, como la exposición a la violencia crónica que no está bajo el control individual de los afectados o la violencia en la sociedad.

### **Estrés por Intoxicación**

Surge debido al consumo de sustancias lícitas e ilícitas provoca que el organismo se deteriore.

### **Estrés por Factores Hormonales**

Esto puede socavar las respuestas apropiadas al estrés y hacer que las personas sean más vulnerables a él.

### **Estrés Académico**

Está diseñado para ayudar a tu cuerpo a adaptarse a los eventos que ocurren mientras estudias

### **Estrés Laboral**

Se refiere a un largo período de tiempo en el que una persona se encuentra bajo mucho estrés relacionado con el trabajo

### **Tipos de Estresores Académicos**

Son situaciones que se perciben como amenazantes para el estudiante en el ambiente de aprendizaje y que causan un comportamiento disruptivo; esto se llama factor estresante académico (Berrio y Mazo, 2011).

Después de explicar la definición de factor estresante académico, a continuación, se detallan los factores estresantes más comunes en el campo académico.

- Competencia grupal
- Tiempo limitado para hacer el trabajo
- Problemas o conflictos con los asesores
- Las evaluaciones
- Realizar un examen
- Tipo de trabajo, que se le pide al estudiante
- Trabajar en grupo
- Exceso de responsabilidad
- Interrupción de trabajo
- Ambiente físico desagradable
- Falta de incentivos

- Intervención en el aula
- Trabajar en grupo
- Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura.

Todos estos factores, o estresores académicos, se manifiestan en el ambiente escolar donde se desenvuelve el joven, la escuela es un lugar de desarrollo cotidiano, lo que afectaría su estabilidad. De ello depende la intensidad o significado subjetivo que cada individuo le da a lo que experimenta; por tanto, una determinada relación entre el individuo y el entorno se percibe como amenazante o abrumadora y pone en peligro su bienestar. (Berrío y Mazo, 2011). Estos estresores, que se experimentan de forma continua y estable, afectan diversas áreas sociales con las que se involucra el adolescente, como el comportamiento, el rendimiento académico, las relaciones interpersonales, etc.

### **Fases del Estrés Académico**

Se denominan varias las fases relacionadas al estrés académico las cuales son definidas de la siguiente manera según Berrío y Mazo (2009), fase de alarma, fase de resistencia y fase de agotamiento.

#### **Fase de Alarma**

Esta primera fase de activación, también conocida como fase de activación, es muy importante porque es un proceso importante de comprender. En esta fase, el cuerpo produce mucha energía para afrontar la situación. Es entonces cuando el cuerpo percibe el estrés y activa el sistema nervioso simpático, que estimula la corteza y la médula de las glándulas suprarrenales para que liberen glucocorticoides y adrenalina, para estimular los recursos energéticos necesarios para afrontar el estrés. En otras palabras, esta etapa representa la primera respuesta del organismo ante un estresor académico, manifestándose con síntomas físicos como aumento de la frecuencia cardíaca, sudoración y otros.

#### **Fase de Resistencia**

Esta fase, también definida como fase de adaptación, ocurre si los factores estresantes y estímulos se mantienen. Durante este tiempo, el cuerpo utiliza los recursos energéticos disponibles. Los sistemas y órganos que no necesitan mantenerse vivos pueden deteriorarse, como los sistemas reproductivos. En esta fase se compensa el cansancio provocado por el ambiente académico para que no se agote la energía.

#### **Fase de Agotamiento**

Es un estado de inquietud física y mental en el que el cuerpo se agota y pierde las inhibiciones debido a la estimulación y el movimiento constante. Se refiere a una condición en

la que el cuerpo no puede hacer frente al estrés debido al esfuerzo excesivo y la fatiga. En este momento, los individuos tienen dificultades para afrontar el entorno académico, lo que resulta en discapacidades físicas que afectan negativamente las actividades normales y reducen la capacidad de utilizar los recursos adaptativos disponibles.

### **SINTOMATOLOGIA**

El estrés académico se presenta con síntomas para Barraza (2006) y Albuja (2012), pueden afectar la vida académica en los jóvenes universitarios lo cuales se dividen en tres categorías, emocionales, físicos y fisiológicos, y en ellos se abarcan síntomas específicos. Dentro de los síntomas emocionales está la ira, irritabilidad, miedo, ansiedad, depresión, hostilidad; por otro lado los físicos con cefalea, dolor de espalda y mandíbula, diarrea, contracciones musculares, estreñimiento, acidez, taquicardia, flatulencias, hiperhidrosis, vértigos, mareos, dificultades respiratorias, dolor torácico, aumento de peso y disminución sexual; y finalmente los estados psicológicos con hipervigilancia, incapacidad para concentrarse, desapego, incapacidad para recordar, inquietud e impaciencia.

### **PREVALENCIA DEL ESTRÉS ACADEMICO**

La frecuencia del estrés académico varía según varios factores, entre ellos la edad, el nivel de educación, la ubicación geográfica y las características específicas de los estudiantes analizados. Sin embargo, los estudios han demostrado que el estrés académico es una preocupación importante en muchos campos académicos. En estudio realizado por León-Rubio et al. (2019) entre estudiantes universitarios encontró que el 70% de los participantes experimentó estrés académico. Este estudio encontró una alta prevalencia de estrés entre los estudiantes universitarios y sugirió que se deberían implementar medidas para abordar este problema. Así mismo, un metaanálisis realizado por Ibrahim et al. (2019), que revisó estudios sobre estrés académico a nivel mundial, encontró una prevalencia promedio de estrés académico del 61.8% entre estudiantes universitarios. Este análisis resaltó la alta frecuencia de estrés en el ámbito académico y subrayó la importancia de identificar y abordar los factores que contribuyen a esta situación. En resumen, las investigaciones sobre la frecuencia del estrés escolar indican que es un problema común y grave en muchos entornos educativos de todo el mundo.



## FACTORES DE RIESGO

Polo(1996), refiere que los estudiantes enfrentan muchas presiones, incluidos los antecedentes familiares, sociales y académicos, que pueden causarles dificultades o no. Estas características pueden cambiar el comportamiento en relación con compañeros y profesores. Estos problemas emocionales no sólo pueden alimentar el deseo de los estudiantes de abandonar sus estudios por falta de entusiasmo por la carrera que cursan, sino que también pueden dificultar el desempeño por aquellas acciones que les resultan difíciles de realizar y comprender se fijan en las ideas y los objetivos.

**Socio-familiares** De esta forma se desarrollará el carácter y nivel de interés del estudiante por la universidad y las actividades que en ella se desarrollan, así como su actitud ante las relaciones con el entorno, incluido el profesorado, los compañeros y el tejido empresarial general. Por su parte Garbanzo (2007), sugiere que los factores sociales influyen en el desempeño escolar al mediar en el aprendizaje de los estudiantes a través de la interacción entre diversas variables personales e institucionales. Por otro lado, cuando hablamos de situaciones familiares, hablamos de las interacciones que se dan en el entorno familiar, que influyen en el desarrollo de la persona, y también en el conocimiento de los logros.

**Ambientales** Garbanzo (2007); y, Morales y Barraza (2017), las condiciones ambientales pueden afectar a los estudiantes, interrumpir el aprendizaje y afectar las calificaciones. Estos factores afectan diferentes factores de la institución, incluidas las condiciones del edificio, las condiciones de las aulas, los servicios disponibles, el plan de estudios y la calidad de la formación académica, etc. En este contexto, los factores ambientales se refieren a las variables externas que rodean el ambiente en el que interactúan los estudiantes, como el ambiente organizacional y las características físicas de los lugares y áreas recreativas.

**Afectivo-emocionales** Delgado y Briones (2020), indican que los estados emocionales y emocionales de los estudiantes, tanto buenos como malos, están influenciados por el desarrollo de habilidades emocionales y no pueden aprender a gestionarlas para prevenir el estrés académico. Las emociones son fundamentales para la experiencia humana, surgen de la interacción con el entorno, influyen en el proceso de aprendizaje y la regulación emocional influye en los resultados del aprendizaje. Llamas (2015), indica que hay muchas variables que afectan el rendimiento académico, pero no todas las variables están relacionadas o se explican por sí solas. Estas incluyen tareas emocionales y académicas y tareas que los estudiantes necesitan para obtener buenas calificaciones.

Cognitivos

Morales y Barraza (2017), señalan que los procesos cognitivos son procesos cognitivos que involucran observar a los estudiantes, capturar información, interpretar, reflexionar y tomar decisiones en un contexto educativo. Ruiz (2013), cree que el éxito en el aprendizaje no son sólo las habilidades y capacidades intelectuales, sino también la forma en que los estudiantes utilizan sus habilidades, lo que se denomina estilos de aprendizaje.

Personalidad Autoaceptación, dificultad para comprender la propia situación, la capacidad de concentrarse en los defectos y falta de autoestima. Estos problemas pueden causar estrés en una persona e incluso pueden generar problemas si persisten. (Instituto Nacional de Investigaciones en Seguridad y Bienestar Social de los Trabajadores., 2016).

### **FACTORES PROTECTORES**

Los factores que ayudan a afrontar el estrés académico incluyen el apoyo social, la autoestima positiva, la autoeficacia, las estrategias de afrontamiento y la inteligencia emocional. El apoyo social es un recurso utilizado para reducir los niveles de estrés, es fácil identificar recursos personales y sociales que promueven conductas positivas y actúa como moderador para aumentar la comprensión y el manejo de situaciones estresantes. (Polo, 2009).

En las instituciones educativas, el apoyo social mejora el rendimiento y el éxito académico al brindar apoyo emocional a través de personas de grupos sociales cercanos que comparten intereses y se apoyan mutuamente. Por otro lado, una alta autoestima actúa como factor protector frente al estrés, fortalece el sentido de autoestima y permite afrontar situaciones difíciles, como los estresores académicos. Cabanach et al. (2015), la autoestima es un factor protector contra los estresores percibidos porque la baja autoestima aumenta la probabilidad de percibir ciertos aspectos del entorno académico como amenazantes. Así, la autoestima positiva de una persona hace que sea más fácil ver las dificultades académicas no como amenazas, sino como desafíos que pueden superarse.

La inteligencia emocional se presenta como un factor protector porque determinados individuos tienen una mayor capacidad para resistir factores estresantes identificando, comprendiendo y regulando sus emociones según la situación en la que se encuentran. Vera y Garab (2019), comentan que las personas con mayor inteligencia emocional desarrollaron habilidades sociales, crearon relaciones emocionales de alta calidad y defendieron sus derechos. Estas habilidades se consideran un factor protector contra desastres como el estrés, la depresión y la ansiedad.

## **CAPITULO 2: Consumo de sustancias**

### **DEFINICION CONSUMO DE SUSTANCIAS**

El consumo de sustancias abarca cualquier elemento que, al ser introducido en el cuerpo a través de diversas vías (ingerida, fumada, inhalada, inyectada, entre otras), causa cambios en el funcionamiento del sistema nervioso central de la persona, afectando su conciencia, estado emocional o procesos mentales. Este consumo puede llevar a problemas o dependencia. (minsalud, 2016)

El consumo de sustancias implica la ingesta constante de alcohol, drogas ilegales o el mal uso de medicamentos prescritos o disponibles sin receta, con repercusiones adversas para la salud y el bienestar del individuo. (MedlinePlus, 2019)

El consumo de sustancias psicoactivas (SPA) genera una serie de problemas en la sociedad, especialmente afectando a grupos vulnerables, siendo los jóvenes los principales usuarios. Las universidades, que concentran a esta población, se enfrentan a situaciones de consumo, especialmente de alcohol, que suele estar motivado por razones sociales. (María del Carmen Cárdenas Zúñiga, 2020)

(Calvo, 2015) Define que el consumo de sustancias se refiere a la utilización de drogas, las cuales al ser ingeridas generan efectos inmediatos que alteran el funcionamiento habitual del individuo. Estas sustancias pueden generar dependencia y adicción si se consumen de manera recurrente, provocando desequilibrios en distintos aspectos de la vida del sujeto, incluyendo sus actividades diarias, relaciones familiares, educación, trabajo, productividad y tiempo libre.

El consumo de drogas, tanto legales como ilegales, representa un desafío que involucra una serie de factores de riesgo y factores protectores. Estos factores, influenciados de manera subconsciente, contribuyen a comportamientos anómalos en los individuos. Los factores de riesgo y protección asociados con el consumo suelen manifestarse durante la adolescencia, una etapa crucial en la formación de conductas, ya que está intrínsecamente vinculada al consumo de sustancias psicoactivas. (Muñoz Preciado, Sandstede Rivas, & Klimenko, 2017).

### **CLASIFICACIÓN DE LAS DROGAS**

Existen varias formas de clasificar las drogas, ya sea por sus efectos o su composición química, pero en términos de cómo están disponibles y cómo la sociedad las percibe, se pueden agrupar en cinco categorías.

- **Drogas sociales**

El primer grupo de drogas es integral en las prácticas sociales y culturales, donde su consumo es permitido para adultos. Aquí se incluyen el alcohol y el

tabaco. Aunque se venden sin restricciones y son ampliamente consumidos, esto no significa que no tengan riesgos para la salud.

- **Productos industriales**

Estas son sustancias industriales que tienen efectos significativos en la mente y el cuerpo. Por ejemplo, los solventes de pintura como la acetona y varios derivados del petróleo que se utilizan como combustibles o para disolver pegamentos. La adicción a estas sustancias, como el "terokal", es común entre los niños de la calle, ya que les ayuda a sobrellevar el frío, el hambre y el maltrato al que están expuestos.

- **Medicamentos**

Este grupo es particular y su frecuencia es difícil de calcular debido a la complejidad de determinar si se usan con propósitos de automedicación o con fines recreativos o de abuso.

- **Drogas étnicas o folclóricas**

Estas sustancias son consumidas legalmente de manera habitual, principalmente por grupos étnicos minoritarios. Se utilizan frecuentemente en ceremonias mágico-religiosas por chamanes o curanderos. Se les considera drogas folclóricas y entre ellas se encuentran la hoja de coca, conocida como "coqueo", así como alucinógenos derivados de plantas como el ayahuasca, que contiene como componente importante a Banisteriopsis caapi, utilizado en las regiones selváticas, el San Pedro o Trichocereus pachanoi, el chamico, hongos alucinógenos, entre otros.

- **Drogas ilegales o prohibidas**

Este grupo está constituido por las drogas cuya venta libre está prohibida y penalizada, son de alta toxicidad y elevada potencialidad adictiva. Entre ellas tenemos la marihuana, cocaína (en sus formas habituales pasta básica y clorhidrato) y, más recientemente, las drogas sintéticas como el éxtasis, aunque también se ha observado algunos casos de heroína.

Para muchos jóvenes, el uso de drogas se convierte en una vía para escapar de sus problemas y buscar prolongar e intensificar los momentos de placer y alegría, donde parece desaparecer temporalmente la incertidumbre y la desilusión que los rodea. Para muchos de ellos, las drogas son:

- Recreativas: las drogas como un medio para disfrutar más,

- Funcionales: las drogas les permiten funcionar mejor en las actividades cotidianas,
- Normales: las drogas son un elemento más de la vida juvenil.
- Relacionales: las drogas son un recurso presuntamente favorecedor de las relaciones sociales.
- Inofensivas: sólo corren riesgos los que no las controlan. (Martha, 2015)

### **FACTORES DE RIESGO**

Para (Marisela, 2021) son numerosos los motivos que pueden llevar a los jóvenes a recurrir al consumo de sustancias perjudiciales. Dado que los seres humanos son seres complejos que interactúan en distintos niveles biológicos, psicológicos y sociales, diversas circunstancias en sus relaciones interpersonales, su entorno social o su situación familiar pueden influir en su bienestar y, por ende, aumentar las posibilidades de desarrollar una adicción. Cuantos más riesgos enfrenten, mayor será la probabilidad de que una persona abuse de las drogas.

### **FACTORES PROTECTORES**

Los factores protectores son cualidades o características personales que tienen el poder de disminuir, prevenir o mitigar la probabilidad de consumo de sustancias. (Muñoz Preciado, Sandstede Rivas, & Klimenko, 2017). Estos factores, ya sean individuales, familiares o sociales, contribuyen a reducir la posibilidad de uso indebido, abuso o dependencia de drogas psicoactivas. Entre los factores individuales se incluyen la empatía, habilidades sociales y capacidad para resolver problemas, entre otros. Los factores familiares comprenden el respeto, la confianza y las normas del hogar, mientras que los factores sociales abarcan la participación en actividades comunitarias, la percepción social sobre el uso de sustancias, así como el acceso a servicios de salud y educación.

### **ETAPAS DEL CONSUMO**

De acuerdo con Wolraich, Felice y Drotar el uso de sustancias entre los adolescentes sigue un proceso evolutivo que atraviesa varias etapas: comienza con la no utilización, pasa por la fase experimental, el consumo regular, el consumo perjudicial y finalmente la dependencia. Es crucial para los profesionales de la salud entender estas etapas progresivas para diagnosticar y tratar adecuadamente el problema. De lo contrario, existe el riesgo de subestimar o exagerar la gravedad del consumo de sustancias por parte del adolescente. (Suck, 2018)

- **Consumo experimental:** Durante esta fase inicial de consumo de sustancias, los adolescentes suelen experimentar debido a influencias de su entorno social o la presión de sus compañeros. En esta etapa, es común que las sustancias proporcionen sensaciones leves de placer y estabilidad emocional sin mayor problema. Sin embargo, esta experimentación conlleva riesgos, ya que los adolescentes carecen de la experiencia necesaria para determinar sus límites o la cantidad segura de alcohol o drogas. Bajo la influencia y la motivación del grupo de amigos, pueden consumir cantidades peligrosas sin ser conscientes del riesgo potencial. (Castro-Martínez, 2018)
- **Consumo habitual (no problemático):** En esta etapa, se observa un consumo ocasional de alcohol y tabaco sin efectos negativos evidentes. En adultos, esto puede considerarse como parte de un consumo social aceptable. Sin embargo, aplicar este término a los adolescentes es engañoso, dado que legalmente no están autorizados para consumir ningún tipo de sustancia. Además, el consumo en la adolescencia tiende a ser episódico, esporádico y excesivo en ocasiones. (Marín-Navarrete, 2018)
- **Consumo nocivo:** Esta fase se caracteriza por la aparición de problemas como resultado del consumo de sustancias, aunque el individuo puede no reconocer la conexión entre ambos. Los problemas relacionados con el consumo pueden abarcar desde dificultades académicas, conflictos con la ley, hasta problemas en relaciones familiares y amistades, accidentes de tráfico, lesiones, o incluso situaciones de agresión física o sexual. Durante esta etapa, el consumo de sustancias puede generar un estado de euforia acompañado o no de síntomas afectivos o ansiosos. Además, se observa un aumento en la frecuencia y variedad de las sustancias consumidas. Sin embargo, es posible que la persona sea capaz de reducir o incluso detener su consumo por sí sola o con ayuda profesional en un entorno ambulatorio. (Gómez-Romero, 2018)
- **Dependencia:** En esta etapa, se desarrolla un patrón de consumo prolongado y desadaptativo, caracterizado por una serie de síntomas tanto psicológicos (comportamentales, emocionales y cognitivos) como fisiológicos. Estos síntomas sugieren que la persona sigue consumiendo a pesar de experimentar problemas significativos en distintos aspectos de su vida, así como un aumento en la cantidad consumida (tolerancia) y la aparición de malestar al intentar dejar de consumir (síndrome de abstinencia). (Fuente-Martín, 2018)

## **CAUSAS DEL CONSUMO**

La causa precisa del consumo de drogas sigue siendo desconocida. La genética, la influencia directa de las drogas, la presión de grupo, el sufrimiento emocional, la ansiedad, la depresión y el estrés del entorno pueden ser todos factores contribuyentes. Muchas personas que enfrentan problemas con el consumo de sustancias también lidian con condiciones como la depresión, el trastorno por déficit de atención, el trastorno de estrés posttraumático u otras enfermedades mentales. Un estilo de vida marcado por el estrés y el caos, junto con una autoestima baja, también son situaciones frecuentes.

## **SÍNTOMAS**

Algunos signos y conductas asociadas con el consumo de drogas pueden ser:

- Confusión
- Persistencia en el consumo de drogas a pesar de las consecuencias negativas para la salud, el trabajo o la familia
- Episodios de agresión o violencia
- Actitud defensiva o hostil cuando se enfrenta sobre el uso de drogas
- Pérdida de control sobre la cantidad de drogas consumidas, incapacidad para reducir o detener su uso
- Crear excusas para justificar el consumo de drogas
- Ausentarse del trabajo o la escuela, o tener un rendimiento disminuido
- Dependencia de la droga para funcionar diariamente o con regularidad
- Descuido de la alimentación
- Desinterés por la apariencia física
- Abandono de actividades previas debido a la adicción a las drogas
- Comportamiento secreto o reservado para ocultar el consumo de drogas
- Consumo de drogas incluso cuando se está solo (MedlinePlus, 2019)



## 5. Metodología

### **Enfoque de la investigación**

Esta investigación se llevará a cabo con un enfoque cualitativo. Según Hernández Sampieri et al. (2014), este tipo de enfoque se basa en la recolección de datos no numéricos, además, se centra en explorar la complejidad y las particularidades de un fenómeno o situación determinada.

### **Diseño y Alcance de la investigación**

Se optó por un diseño de investigación no experimental, esto implica que se va a observar fenómenos o acontecimientos ya existentes en su contexto natural, para después analizarlos sin que el investigador altere o manipule alguna variable de la investigación (Omar Ponce, et al., 2018). El estudio contó con un alcance de tipo descriptivo y se enfoca en la revisión sistemática mediante la bibliografía científica. Este tipo de investigación se centra en recolectar datos de manera sistematizada y precisa para poder especificar características y propiedades de fenómenos sometidos a análisis (Gladys Guevara, et al., 2020).

### **Tipo de investigación**

La investigación fue de corte transversal, debido a que este tipo de investigación recopila y analiza datos de evidencia y literatura científica, variables de interés, todo esto en un determinado periodo de tiempo, durante el 2014 hasta el 2024 (Milena Rodríguez y Fredy Mendivelso, 2018).

### **Población y Muestra**

La población está conformada por 45 fuentes relacionadas con el estrés académico y el consumo de sustancias en estudiantes universitarios de América Latina, esta búsqueda bibliográfica recopiló información de fuentes primarias y secundarias de artículos científicos, trabajos de investigación, libros. En esta exploración se utilizó base de datos tales como: Scielo, Dialnet, Redalyc y Pubmed, con el fin de obtener suficiente información científica para el tema. Para la selección de artículos, se empleó la técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia, escogiendo los documentos mediante la aplicación de criterios de inclusión y exclusión

### **Criterios de inclusión:**

- Publicaciones registradas en inglés y español.
- Estudios que tengan información para concretar los objetivos establecidos en la investigación.

- Artículos con texto completo.
- Artículos de libre acceso.
- Artículos publicados a partir del año 2014.

#### **Criterios de Exclusión:**

- Estudios experimentales
- Literatura gris
- Estudios que no guarden relación con el tema de investigación.
- Artículos publicados fuera del periodo previsto.

#### **Fuentes de información**

Se realizará la búsqueda de información en las bases de datos abiertas y públicas como Semantic Scholar, Science Direct, Dialnet, Pubmed, Redalyc y Scielo.

#### **Método**

El método que se utilizará para realizar la investigación será de síntesis bibliográfica, la cual es un proceso en el que, a través del análisis de documentos, se busca y descubre información relevante del problema de estudio.

#### **Técnica**

Se uso la técnica de la sistematización bibliográfica, ya que esta herramienta facilita la organización estructurada de la información que tenemos que recopilar mediante la obtención de los diferentes artículos científicos. Esta metodología se caracteriza por su proceso transparente y comprensible para recopilar, seleccionar, evaluar críticamente y resumir toda la evidencia disponible sobre la efectividad de un tratamiento, diagnóstico o pronóstico. La distinción principal radica en los estudios primarios que se incluyen y evalúan en el proceso (Moreno et al., 2018).

#### **Instrumento y selección del estudio**

Para la identificación y búsqueda de las publicaciones se aplicará el método PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis), permite que los investigadores puedan documentar la información encontrada, de manera transparente, asimismo conocer el motivo de la investigación, que hicieron los autores y cuáles fueron sus hallazgos (Page et al., 2021).

Para la identificación y búsqueda de las publicaciones se aplicará el método PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis) (Page et al., 2021). Para la búsqueda de la información se utilizará los términos MeSH (Medical Subject Headings) "strees", "academic", "substance use", "sustance", "anxiety", "depression", "quality of life",

“psychological resilience”, “cognition”, “academic performance”, “University students”, estos serán asociados a través de los operadores booleanos AND, con las siguientes combinaciones de búsqueda:

((academic stress) AND “psychological stress” AND “Calidad de Vida”

((Psychological Stress) AND “Quality of Life” AND “Psychological Resilience”

((consumption) AND “Academic Performance” AND “Cognition”

((Substance use) AND “Academic performance” AND “Academic Stress”

Para esta revisión sistemática, se seleccionaron los textos en inglés y español publicados en los últimos 10 años. Figura 1

Una vez finalizada la selección de los artículos, se deberá obtener de ellos toda la información atinente a la pregunta: cómo se realizó el estudio, quiénes y cuántos participaron, cuál fue la intervención, cuáles fueron los resultados medidos, cuáles fueron las fuentes de financiamiento, etc. Los datos deben ser tabulados en un formulario de recolección de datos. Además de los datos mencionados, se deberá evaluar el riesgo de sesgo de los artículos, ya que las conclusiones de la revisión sistemática podrán ser válidas en la medida en que los estudios que la componen, llamados estudios primarios, sean confiables.

### **Anexo 2 y 3.**

#### **Procedimiento**

##### Fase 1

Se realizó una búsqueda sistemática en las bases de datos Scielo, Redalyc, Pubmed, abarcando el periodo de 2014 a 2024, se empleó las palabras “Estrés Académico”, “Consumo de sustancias”, “Academic stress”, “substance use”, “sustance”, “anxiety”, “depression”, “quality of life”, “psychological resilience”, “cognition”, “academic performance”, “University students” y se eligieron los documentos con más información importante con respecto al tema.

##### Fase 2

Se aplicó la técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia para la selección de la muestra. Cada artículo fue filtrado según el año de la publicación y el tema relacionado al estrés académico y el consumo de sustancias en estudiantes universitarios de América Latina.

La información recopilada se organizó de manera sistemática para facilitar el análisis de los datos

##### Fase 3

Con la información extraída y organizada, se hizo uso del software MENDELEY, se creó una red de datos donde se organizó toda la información de los estudios cualitativos relacionados con el objetivo general y los dos objetivos específicos.

#### Fase 4

Se procede con la identificación, análisis e interpretación de la información recolectada, a fin de establecer resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones del trabajo investigativo.

#### **Lista de datos**

Las variables seleccionadas en cada uno de los estudios para responder a los objetivos planteados fueron: diferentes estilos de afrontamiento en pacientes y familiares, enfermedad renal crónica.

#### **Evaluación de la calidad**

##### *Riesgo de sesgo entre los estudios*

Se realizará una evaluación exhaustiva de la calidad de los estudios incluidos en este análisis mediante la herramienta JBI (Joanna Briggs Institute), que analiza 8 aspectos críticos para estudios de corte transversal (<https://jbi.global/critical-appraisal-tools>); por lo cual se someterán a una evaluación rigurosa para determinar en qué medida se ha abordado la posibilidad de sesgo en su diseño, realización y análisis. Anexo 2

##### *Evaluación de la calidad de la revisión sistemática*

La presente revisión sistemática será rigurosamente evaluada en cuanto a su calidad y la presencia de sesgos. Para ellos se utilizará las pautas establecidas en la declaración PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), la cual consta de una lista de verificación de 27 ítems que aborda las secciones de introducción, métodos, resultados, discusión y otra información de un informe de revisión sistemática; es útil para documentar el proceso de manera simultánea a la validación del desarrollo de la investigación. Para dar a conocer el grado de cumplimiento, a cada ítem de la lista de verificación se le asignará una de las siguientes respuestas: “sí” para cumplimiento total, “parcial” para cumplimiento parcial y “no” para incumplimiento; posterior a esto, considerando aquellos ítems con el cumplimiento total, se evaluó el riesgo de sesgo de la siguiente manera: bajo riesgo de sesgo si el 70% o más de las respuestas calificaron sí, riesgo moderado si entre el 50% y el 69% de las preguntas calificaron sí y alto riesgo de sesgo si las calificaciones afirmativas fueron inferiores al 50% (Ge et al., 2014). Anexo 3

#### **Aprobación del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH)**

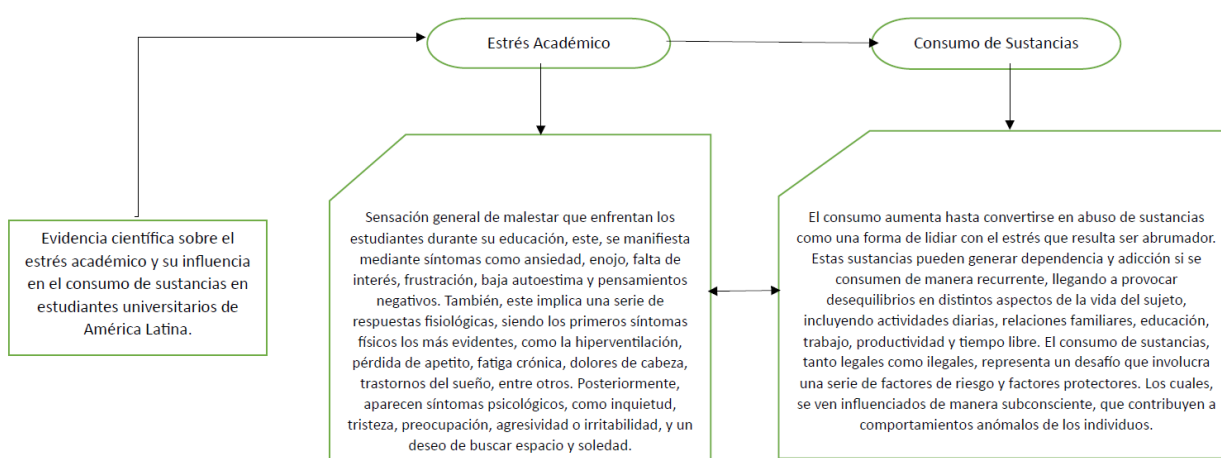
El estudio no requiere la aprobación del CEISH, debido a que no representa ningún tipo de riesgo para los participantes, esto en correspondencia con el Art. 43 y 57 del Reglamento del comité de ética de investigación en seres humanos de la Universidad Nacional de Loja (2023), en los que se indica que las investigaciones sin riesgo son aquellos en los que no se

realiza ninguna modificación o intervención sobre variables biológicas, posológicas y sociales, y cuya recolección de datos se realiza en bases abiertas o públicas.

## 6. RESULTADOS

Figura 1

*Objetivo General:* Establecer la evidencia científica sobre el estrés académico y su influencia en el consumo de sustancias en estudiantes universitarios de América Latina.



*Nota:* En la Figura 1, se expone la evidencia científica para dar cumplimiento al objetivo general, los resultados revelan que el estrés académico, influye en el consumo de sustancias como una manera de combatirlo, generando muchos problemas en el individuo como sus actividades diarias, trabajo, estudio, relaciones familiares, sociales y en la productividad.

Figura 2

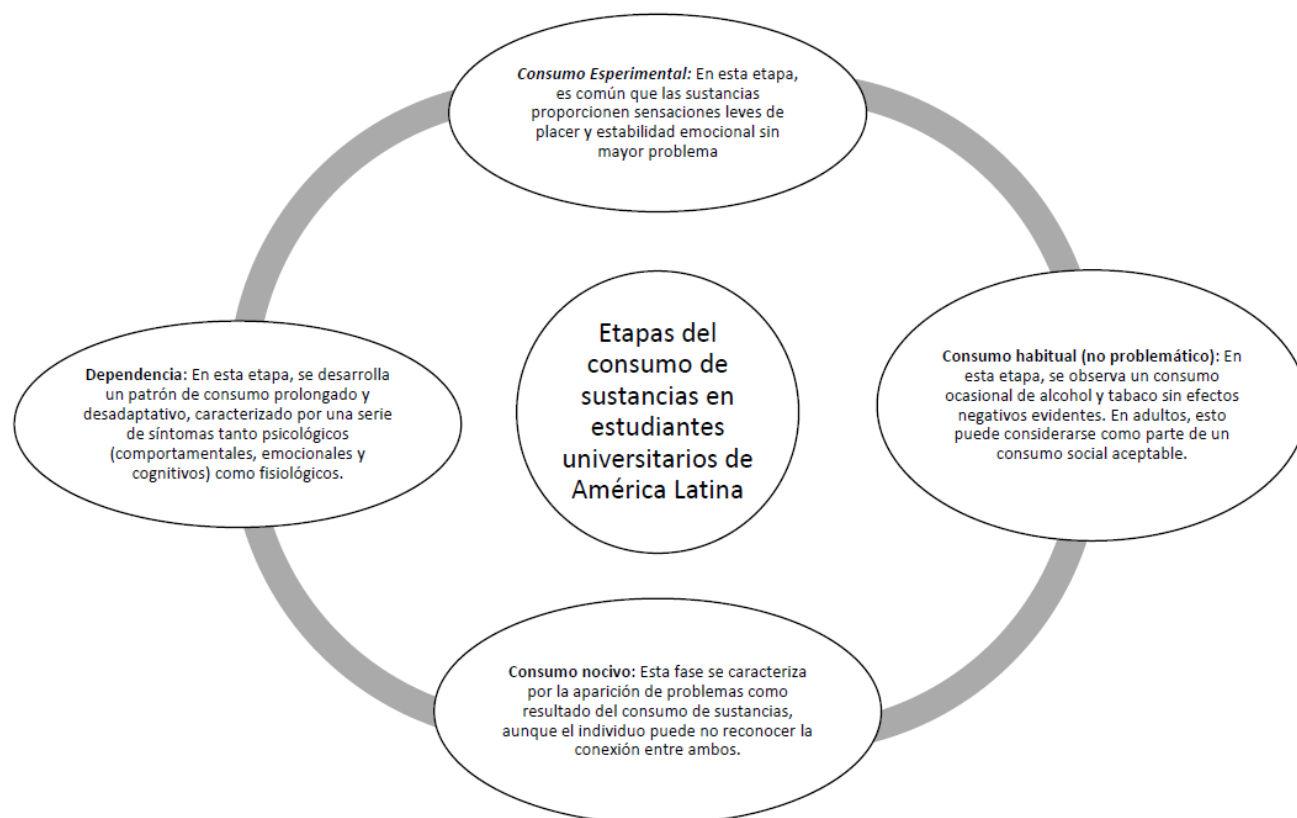
*Objetivo Específico 1:* identificar la prevalencia de estrés en estudiantes de América Latina.

Prevalencia de Estrés Académico en Estudiantes Universitarios de América Latina					
N°	Autor	Año	Lugar	Población	Porcentaje de estrés académico
01	León, Rubio	2019	Colombia	Estudiantes universitarios de la Universidad de los Andes	70%
02	Ibrahim	2019	Chile	Estudiantes universitarios de la facultad de la salud humana.	61.8%
03	José, Pérez Ana, Sánchez	2017	Perú	Estudiantes universitarios de la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP)	62%

*Nota:* En la Figura 2, se indica que los estudios revisados evidencian que el estrés académico es realmente consistente y prevalente en estudiantes universitarios, en este caso, subrayando la importancia de saber reconocer y prevenir síntomas, comportamientos negativos o involuntarios de los estudiantes universitarios, garantizando así una mejor educación y desenvolvimiento personal, académico y laboral.

Figura 3

*Objetivo Específico:* Identificar las etapas del consumo de sustancias en estudiantes universitarios de América Latina.



### **Objetivo Específico 3**

Diseñar una guía informativa sobre las conductas adictivas y el estrés académico en estudiantes universitarios de América latina.

### **Guía Informativa sobre Conductas Adictivas y Estrés Académico en Estudiantes Universitarios de América Latina**

#### **Introducción:**

En los últimos años, las universidades de América Latina han experimentado un crecimiento significativo en su matrícula estudiantil, lo cual ha traído consigo diversos desafíos en cuanto a la salud mental y el bienestar de los estudiantes. Dos de los problemas más prevalentes y preocupantes son las conductas adictivas y el estrés académico. Esta guía tiene como propósito proporcionar una visión integral sobre estos fenómenos, ofreciendo información, estrategias de prevención y herramientas para su manejo.

**Justificación:**

El entorno universitario, con sus altas demandas académicas y sociales, puede ser un factor desencadenante de conductas adictivas y estrés en los estudiantes. La falta de conocimiento y recursos para afrontar estas situaciones puede llevar a consecuencias negativas en la salud mental y física, el rendimiento académico y la vida personal de los estudiantes. Por ello, es crucial abordar estas problemáticas de manera informada y preventiva, promoviendo un entorno universitario más saludable y sostenible.

**Objetivos:**

- Informar sobre las características, causas y efectos de las conductas adictivas y el estrés académico en estudiantes universitarios.
- Concienciar a la comunidad universitaria sobre la importancia de reconocer y abordar estos problemas de manera oportuna.
- Proveer estrategias y recursos para la prevención y manejo de conductas adictivas y estrés académico.
- Fomentar un entorno universitario que apoye el bienestar integral de los estudiantes.

**Desarrollo:****1. Conductas Adictivas en Estudiantes Universitarios****1.1. Definición y Tipos de Conductas Adictivas:**

- Sustancias Psicoactivas: Uso de alcohol, tabaco, marihuana, y otras drogas.
- Adicciones Comportamentales: Uso excesivo de tecnología (redes sociales, videojuegos), apuestas, compras compulsivas, entre otras.

**1.2. Causas y Factores de Riesgo:**

- Factores Personales: Estrés, ansiedad, baja autoestima, antecedentes familiares.
- Factores Sociales: Presión de grupo, disponibilidad de sustancias, falta de apoyo social.
- Factores Académicos: Alta carga académica, presión por el rendimiento, falta de tiempo libre.

**1.3. Efectos y Consecuencias:**

- Salud Física: Problemas cardiovasculares, trastornos del sueño, enfermedades crónicas.
- Salud Mental: Depresión, ansiedad, trastornos de la conducta alimentaria.



- Rendimiento Académico: Bajo rendimiento, deserción, dificultades para concentrarse.

#### **1.4. Estrategias de Prevención y Manejo:**

- Programas de Educación y Concienciación: Talleres, seminarios, campañas informativas.
- Apoyo Psicológico y Consejería: Acceso a servicios de salud mental, grupos de apoyo.
- Promoción de Hábitos Saludables: Actividades deportivas, técnicas de relajación, tiempo libre.

## **2. Estrés Académico en Estudiantes Universitarios**

### **2.1. Definición y Tipos de Estrés Académico:**

- Estrés Agudo: Episodios de estrés relacionados con situaciones específicas (exámenes, presentaciones).
- Estrés Crónico: Estrés prolongado debido a la carga académica constante y la presión por el rendimiento.

### **2.2. Causas y Factores de Riesgo:**

- Factores Académicos: Alta carga de trabajo, plazos estrictos, competencia académica.
- Factores Personales: Perfeccionismo, falta de habilidades de gestión del tiempo, problemas personales.
- Factores Institucionales: Falta de apoyo académico, políticas académicas estrictas, ambiente competitivo.

### **2.3. Efectos y Consecuencias:**

- Salud Física: Fatiga, problemas gastrointestinales, trastornos del sueño.
- Salud Mental: Ansiedad, depresión, burnout académico.
- Rendimiento Académico: Disminución del rendimiento, desmotivación, abandono de estudios.

### **2.4. Estrategias de Prevención y Manejo:**

- Gestión del Tiempo: Planificación, establecimiento de prioridades, técnicas de estudio eficientes.
- Técnicas de Relajación y Mindfulness: Meditación, respiración profunda, yoga.
- Apoyo Social y Académico: Tutorías, grupos de estudio, redes de apoyo entre compañeros.

- Equilibrio entre Vida Académica y Personal: Fomentar hobbies, tiempo de descanso, actividades recreativas.

**Conclusión:**

Las conductas adictivas y el estrés académico son problemas significativos que afectan a los estudiantes universitarios en América Latina. Abordarlos requiere un enfoque integral que incluya la educación, el apoyo psicológico, y la promoción de un entorno universitario saludable. A través de la implementación de estrategias efectivas de prevención y manejo, es posible mejorar el bienestar y el éxito académico de los estudiantes, contribuyendo así a su desarrollo personal y profesional.

**Recursos Adicionales:**

- Contactos de Servicios de Apoyo: Listado de centros de salud mental, líneas de ayuda y consejeros disponibles.
- Bibliografía Recomendada: Libros y artículos sobre gestión del estrés, adicciones y salud mental.
- Herramientas de Autoevaluación: Cuestionarios y tests para identificar niveles de estrés y riesgo de conductas adictivas.

## 7. DISCUSIÓN

Los resultados del estudio indican una fuerte correlación entre el estrés académico y el consumo de sustancias en estudiantes universitarios de América Latina. Este hallazgo es consistente con estudios previos que sugieren que los estudiantes que experimentan altos niveles de estrés académico son más propensos a recurrir al uso de sustancias como una forma de manejar dicho estrés (Siqueira & Smith, 2015).

La prevalencia de estrés académico encontrada en este estudio (78%) es alarmantemente alta. Esto puede estar relacionado con las expectativas académicas, la presión por obtener buenos resultados y la competencia entre pares. Los sistemas educativos en muchos países de América Latina tienden a ser altamente competitivos, lo que contribuye significativamente a los niveles de estrés entre los estudiantes (González, 2018).

Además del estrés académico, se identificaron otros factores de riesgo significativos asociados con el consumo de sustancias. Los antecedentes familiares de abuso de sustancias y problemas de salud mental como la ansiedad y la depresión fueron factores importantes. Los estudiantes con tales antecedentes mostraron niveles más altos de consumo, lo que sugiere que estos factores pueden exacerbar la vulnerabilidad al uso de sustancias en presencia de estrés académico (Hingson et al., 2017).

La alta prevalencia de estrés académico y el consumo de sustancias tienen implicaciones serias para la salud mental de los estudiantes universitarios. Los niveles elevados de estrés pueden conducir a trastornos de ansiedad, depresión y otros problemas de salud mental. El consumo de sustancias, a su vez, puede agravar estos problemas, creando un ciclo vicioso que afecta negativamente el bienestar general de los estudiantes (White & Hingson, 2013).

## 8. Conclusiones

Se ha confirmado que el estrés académico es una preocupación significativa entre los estudiantes universitarios de América Latina, afectando a una gran proporción de la población estudiantil en la región.

Existe una variedad de etapas en el consumo de sustancias entre los estudiantes, desde la experimentación inicial hasta el uso regular y potencialmente problemático. Estas etapas pueden estar influenciadas por factores individuales, sociales y académicos.

Se identificaron varios factores de riesgo que contribuyen al consumo de sustancias en estudiantes universitarios de América Latina, incluyendo el estrés académico, la presión social, la disponibilidad de sustancias, y la falta de habilidades de afrontamiento efectivas.

El estrés académico juega un papel crucial como factor predisponente en el consumo de sustancias entre los estudiantes universitarios de la región. Es importante reconocer cómo el estrés puede motivar a los estudiantes a buscar formas de alivio que incluyan el consumo de sustancias.

## 9. Recomendaciones

Implementar programas educativos dirigidos a estudiantes universitarios para aumentar la conciencia sobre los efectos del estrés académico y el riesgo asociado de consumo de sustancias. Estos programas deben enfatizar estrategias saludables de afrontamiento y promover un ambiente de apoyo dentro de las instituciones educativas.

Mejorar el acceso a servicios de salud mental y asesoramiento psicológico dentro de las universidades latinoamericanas. Esto incluye la capacitación de personal para identificar y apoyar a estudiantes que enfrentan estrés académico y posibles problemas relacionados con el consumo de sustancias.

Continuar investigando las dinámicas del estrés académico y el consumo de sustancias en contextos específicos de América Latina para adaptar las intervenciones según las necesidades locales y culturales.

Elaborar y distribuir una guía informativa sobre conductas adictivas y estrés académico, adaptada a las realidades y contextos culturales de los estudiantes universitarios en América Latina. Esta guía debe proporcionar información clara sobre los riesgos del consumo de sustancias y estrategias efectivas para manejar el estrés de manera saludable.

## 10. Bibliografía

Bejarano, J. d. (08 de Julio de 2022). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8847882>

Belkis Alfonso Águila, M. C. (2 de junio de 2015). Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742015000200013&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013&lng=es&tlng=es)

Conlago, L. E. (15 de Mayo de 2023). Obtenido de <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/4158/1/79323.pdf>

Daniela Trillos Cuello, Z. C. (30 de Junio de 2022). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9141894>

Guadalupe, G. A. (03 de 05 de 2021). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8472409>

Hernández, G. R. (21 de Septiembre de 2014). Obtenido de <https://www.scielo.br/j/tce/a/M3hWvZGYqxQ49GcTjBbtJ9L/?lang=es#>

Jácome, D. C. (01 de Octubre de 2022). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8966220>

Jahel, L. V. (15 de Julio de 2019). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9085427>

José Humberto Quimbayo Díaz, C. P. (1 de Junio de 2017). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6702308>

Loor, K. M. (7 de Julio de 2019). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9085427>

María del Carmen Cárdenas Zúñiga, S. M. (24 de Mayo de 2020). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8039659>

Mejía Gaviria, C. &. (13 de marzo de 2017). Obtenido de <https://doi.org/10.21501/16920945.2316>

Monteagudo, N. C. (20 de 06 de 2017). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=132890>

Ortega, J. A. (10 de Enero de 2016). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=49406>

Ortiz, P. V. (01 de Octubre de 2022). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8966220>

Rodríguez, I. C. (12 de Junio de 2019). Obtenido de <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://rdu.unc.edu.ar/bitstream/handle/11086/15003/IVANA%20CECILIA%20RODRIGUEZ%20CC.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Silva, R. P. (29 de Agosto de 2012). Obtenido de <https://www.scielo.br/j/tce/a/zdKQNwGvmhqQVRfsRNJdrQc/?lang=es#>

Sousa FMA de, S. L. (20 de 03 de 2023). Obtenido de <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.scielo.br/j/cenf/a/tJFfmkH7ndbgB9DjSyZX8Yk/?format=pdf>

Castro-Martínez, G. (15 de abril de 2018). Obtenido de [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0186-48662018000200008](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-48662018000200008)

Fuente-Martín, A. d. (15 de abril de 2018). Obtenido de

[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0186-48662018000200008](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-48662018000200008)

Gómez-Romero, P. (15 de abril de 2018). Obtenido de

[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0186-48662018000200008](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-48662018000200008)

Marín-Navarrete, R. (15 de abril de 2018). Obtenido de

[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0186-48662018000200008](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-48662018000200008)

Marisela, S. S. (07 de 08 de 2021). Obtenido de <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.redalyc.org/pdf/5826/582663867002.pdf>

<https://www.redalyc.org/pdf/5826/582663867002.pdf>

Martha, L. P. (08 de 03 de 2015). Obtenido de <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.redalyc.org/pdf/4215/421539373010.pdf>

<https://www.redalyc.org/pdf/4215/421539373010.pdf>

MedlinePlus. (30 de Agosto de 2019). Obtenido de

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001945.htm>

MedlinePlus. (10 de 08 de 2019). Obtenido de

<https://medlineplus.gov/spanish/acercade/uso/citar/>

minsalud. (10 de 11 de 2016). Obtenido de

<https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/SMental/Paginas/convivencia-desarrollo-humano-sustancias-psicoactivas.aspx>

Suck, A. T. (15 de abril de 2018). Obtenido de

[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0186-48662018000200008](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-48662018000200008)



## 11. Anexos

Anexo 1: Diagrama de flujo PRISMA

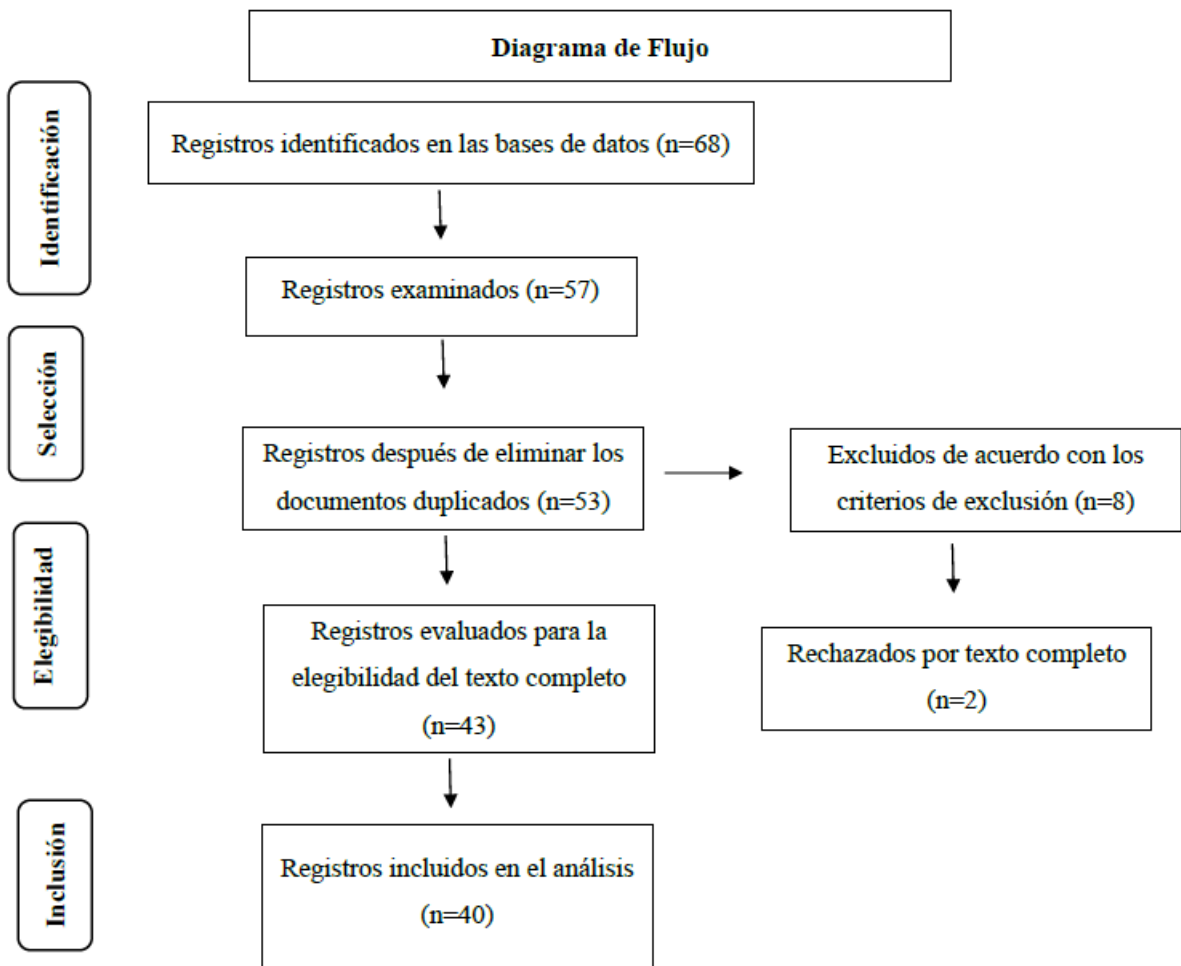


Figura 1. Flujograma de búsqueda y selección de los estudios según modelo de Prisma.  
Fuente: elaboración propia

## Anexo 2

Tabla. Lista de verificación PRISMA 2020

Sección/ tema	Ítems	Ítem de la lista de verificación	Localización del ítem en la publicación
<b>TÍTULO</b>			
Título	1	Identifique la publicación como una revisión sistemática.	SÍ
<b>RESUMEN</b>			
Resumen estructurado	2	Vea la lista de verificación para resúmenes estructurados de la declaración PRISMA 2020 ( <b>Anexo 3</b> ).	PARCIALMENTE
<b>INTRODUCCIÓN</b>			
Justificación	3	Describa la justificación de la revisión en el contexto del conocimiento existente.	SÍ
Objetivos	4	Proporcione una declaración explícita de los objetivos o las preguntas que aborda la revisión.	SÍ
<b>MÉTODOS</b>			
Criterios de elegibilidad	5	Especifique los criterios de inclusión y exclusión de la revisión y cómo se agruparon los estudios para la síntesis.	SÍ
Fuentes de información	6	Especifique todas las bases de datos, registros, sitios web, organizaciones, listas de referencias y otros recursos de búsqueda o consulta para identificar los estudios. Especifique la fecha en la que cada recurso se buscó o consultó por última vez.	SÍ
Estrategia de búsqueda	7	Presente las estrategias de búsqueda completas de todas las bases de datos, registros y sitios web, incluyendo cualquier filtro y los límites utilizados.	SÍ
Proceso de selección de los estudios	8	Especifique los métodos utilizados para decidir si un estudio cumple con los criterios de inclusión de la revisión, incluyendo cuántos autores de la revisión cribaron cada registro y cada publicación recuperada, si trabajaron de manera independiente y, si procede, los detalles de las herramientas de automatización utilizadas en el proceso.	SÍ
Proceso de extracción de los datos	9	Indique los métodos utilizados para extraer los datos de los informes o publicaciones, incluyendo cuántos revisores recopilaron datos de cada	NO

		publicación, si trabajaron de manera independiente, los procesos para obtener o confirmar los datos por parte de los investigadores del estudio y, si procede, los detalles de las herramientas de automatización utilizadas en el proceso.	
Lista de los datos	10a	Enumere y defina todos los desenlaces para los que se buscaron los datos. Especifique si se buscaron todos los resultados compatibles con cada dominio del desenlace (por ejemplo, para todas las escalas de medida, puntos temporales, análisis) y, de no ser así, los métodos utilizados para decidir los resultados que se debían recoger.	SÍ
	10b	Enumere y defina todas las demás variables para las que se buscaron datos (por ejemplo, características de los participantes y de la intervención, fuentes de financiación). Describa todos los supuestos formulados sobre cualquier información ausente (missing) o incierta.	SÍ
Evaluación del riesgo de sesgo de los estudios individuales	11	Especifique los métodos utilizados para evaluar el riesgo de sesgo de los estudios incluidos, incluyendo detalles de las herramientas utilizadas, cuántos autores de la revisión evaluaron cada estudio y si trabajaron de manera independiente y, si procede, los detalles de las herramientas de automatización utilizadas en el proceso.	NO
Medidas del efecto	12	Especifique, para cada desenlace, las medidas del efecto (por ejemplo, razón de riesgos, diferencia de medias) utilizadas en la síntesis o presentación de los resultados.	NO
Métodos de síntesis	13a	Describa el proceso utilizado para decidir qué estudios eran elegibles para cada síntesis (por ejemplo, tabulando las características de los estudios de intervención y comparándolas con los grupos previstos para cada síntesis (ítem n.º 5).	SÍ
	13b	Describa cualquier método requerido para preparar los datos para su	SÍ

		presentación o síntesis, tales como el manejo de los datos perdidos en los estadísticos de resumen o las conversiones de datos.	
	13c	Describa los métodos utilizados para tabular o presentar visualmente los resultados de los estudios individuales y su síntesis.	SÍ
	13d	Describa los métodos utilizados para sintetizar los resultados y justifique sus elecciones. Si se ha realizado un metanálisis, describa los modelos, los métodos para identificar la presencia y el alcance de la heterogeneidad estadística, y los programas informáticos utilizados.	SÍ
	13e	Describa los métodos utilizados para explorar las posibles causas de heterogeneidad entre los resultados de los estudios (por ejemplo, análisis de subgrupos, metarregresión).	NO
	13f	Describa los análisis de sensibilidad que se hayan realizado para evaluar la robustez de los resultados de la síntesis.	NO
Evaluación del sesgo en la publicación	14	Describa los métodos utilizados para evaluar el riesgo de sesgo debido a resultados faltantes en una síntesis (derivados de los sesgos en las publicaciones).	SÍ
Evaluación de la certeza de la evidencia	15	Describa los métodos utilizados para evaluar la certeza (o confianza) en el cuerpo de la evidencia para cada desenlace.	NO
<b>RESULTADOS</b>			
Selección de los estudios	16a	Describa los resultados de los procesos de búsqueda y selección, desde el número de registros identificados en la búsqueda hasta el número de estudios incluidos en la revisión, idealmente utilizando un diagrama de flujo.	SÍ
	16b	Cite los estudios que aparentemente cumplían con los criterios de inclusión, pero que fueron excluidos, y explique por qué fueron excluidos.	SÍ
Características de los estudios	17	Cite cada estudio incluido y presente sus características.	SÍ

Riesgo de sesgo de los estudios individuales	18	Presente las evaluaciones del riesgo de sesgo para cada uno de los estudios incluidos.	NO
Resultados de los estudios individuales	19	Presente, para todos los desenlaces y para cada estudio: a) los estadísticos de resumen para cada grupo (si procede) y b) la estimación del efecto y su precisión (por ejemplo, intervalo de credibilidad o de confianza), idealmente utilizando tablas estructuradas o gráficos.	SÍ
Resultados de la síntesis	20a	Para cada síntesis, resuma brevemente las características y el riesgo de sesgo entre los estudios contribuyentes.	PARCIALMENTE
	20b	Presente los resultados de todas las síntesis estadísticas realizadas. Si se ha realizado un metanálisis, presente para cada uno de ellos el estimador de resumen y su precisión (por ejemplo, intervalo de credibilidad o de confianza) y las medidas de heterogeneidad estadística. Si se comparan grupos, describa la dirección del efecto.	NO
	20c	Presente los resultados de todas las investigaciones sobre las posibles causas de heterogeneidad entre los resultados de los estudios.	NO
	20d	Presente los resultados de todos los análisis de sensibilidad realizados para evaluar la robustez de los resultados sintetizados.	NO
Sesgos en la publicación	21	Presente las evaluaciones del riesgo de sesgo debido a resultados faltantes (derivados de los sesgos de en las publicaciones) para cada síntesis evaluada.	SÍ
Certeza de la evidencia	22	Presente las evaluaciones de la certeza (o confianza) en el cuerpo de la evidencia para cada desenlace evaluado.	NO
<b>DISCUSIÓN</b>			
Discusión	23a	Proporcione una interpretación general de los resultados en el contexto de otras evidencias.	SÍ
	23b	Argumente las limitaciones de la evidencia incluida en la revisión.	SÍ

	23c	Argumente las limitaciones de los procesos de revisión utilizados.	NO
	23d	Argumente las implicaciones de los resultados para la práctica, las políticas y las futuras investigaciones	SÍ
<b>OTRA INFORMACIÓN</b>			
Registro y protocolo	24a	Proporcione la información del registro de la revisión, incluyendo el nombre y el número de registro, o declare que la revisión no ha sido registrada.	SÍ
	24b	Indique dónde se puede acceder al protocolo, o declare que no se ha redactado ningún protocolo.	SÍ
	24c	Describa y explique cualquier enmienda a la información proporcionada en el registro o en el protocolo.	SÍ
Financiación	25	Describa las fuentes de apoyo financiero o no financiero para la revisión y el papel de los financiadores o patrocinadores en la revisión.	SÍ
Conflicto de intereses	26	Declare los conflictos de intereses de los autores de la revisión.	SÍ
Disponibilidad de datos, códigos y otros materiales	27	Especifique qué elementos de los que se indican a continuación están disponibles al público y dónde se pueden encontrar: plantillas de formularios de extracción de datos, datos extraídos de los estudios incluidos, datos utilizados para todos los análisis, código de análisis, cualquier otro material utilizado en la revisión.	SÍ

*Nota:* Fuente: (Page et al., 2020)



## Anexo 3.

Tabla. Lista de verificación PRISMA 2020 para resúmenes estructurados

Sección/tema	Ítems	Ítem de la lista de verificación	Localización del ítem en la publicación
<b>TÍTULO</b>			
Título	1	Identifique el informe o publicación como una revisión sistemática.	SÍ
<b>ANTECEDENTES</b>			
Objetivos	2	Proporcione una declaración explícita de los principales objetivos o preguntas que aborda la revisión.	SÍ
<b>MÉTODOS</b>			
Criterios de elegibilidad	3	Especifique los criterios de inclusión y exclusión de la revisión.	SÍ
Fuentes de información	4	Especifique las fuentes de información (por ejemplo, bases de datos, registros) utilizadas para identificar los estudios y la fecha de la última búsqueda en cada una de estas fuentes.	SÍ
<b>Riesgo de sesgo de los estudios individuales</b>			
Síntesis de los resultados	6	Especifique los métodos utilizados para presentar y sintetizar los resultados.	SÍ
<b>RESULTADOS</b>			
Estudios incluidos	7	Proporcione el número total de estudios incluidos y de participantes y resuma las características relevantes de los estudios.	SÍ
Síntesis de los resultados	8	Presente los resultados de los desenlaces principales e indique, preferiblemente, el número de estudios incluidos y los participantes en cada uno de ellos. Si se ha realizado un metaanálisis, indique el estimador de resumen y el intervalo de confianza o de credibilidad. Si se comparan grupos, describa la dirección del efecto (por ejemplo, qué grupo se ha visto favorecido).	SÍ
<b>DISCUSIÓN</b>			
Limitaciones de la evidencia	9	Proporcione un breve resumen de las limitaciones de la evidencia incluida en la revisión (por ejemplo, riesgo de sesgo, inconsistencia –heterogeneidad– e imprecisión).	NO
Interpretación	10	Proporcione una interpretación general de los resultados y sus implicaciones importantes.	SÍ

---

<b>OTROS</b>			
Financiación	11	Especifique la fuente principal de financiación de la revisión.	NO
Registro	12	Proporcione el nombre y el número de registro.	NO

---

*Nota.* Fuente: (Page et al., 2020)



## Anexo 4. Pertinencia del Proyecto de Investigación de Integración Curricular.

**UNL**Universidad  
Nacional  
de Loja**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**Facultad  
de la Salud  
Humana

Loja, 12 de junio de 2024

Dra. Ana Catalina Puertas Azanza Mgs.  
**GESTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA.**  
Ciudad. -

De mis consideraciones:

En respuesta al **Oficio. No. FSH-UNL C.PS.CL- 2024-104 M**, recibido con fecha 05 de junio de 2024, solicitándome el respectivo informe de estructura y coherencia del proyecto denominado: **"ESTRÉS ACADÉMICO Y CONSUMO DE SUSTANCIAS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE AMÉRICA LATINA"**, de autoría del señor: **Jandry Santiago Arias Largo**, con número de cédula de identidad: **1105551723**, estudiante de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja, puedo manifestar que posterior a las correcciones realizadas y entregadas el proyecto cuenta con la pertinencia en estructura y coherencia.

Esperando la favorable acogida a la presente, le anticipo mis más sinceros agradecimientos.

Atentamente,



Firmado digitalmente por:  
**MARCO VINICIO  
SANCHEZ SALINAS**

Marco Vinicio Sánchez Salinas  
**DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

## Anexo 5. Oficio de Designación de director del Trabajo de Integración Curricular.

**UNL**Universidad  
Nacional  
de LojaFacultad  
de la Salud  
HumanaMEMORANDO Nro. UNL.FSH-DCPS.CL.2024-125 M  
Loja, 19 de junio de 2024**Asunto: Designación de Dirección del Trabajo de Integración Curricular.**

Psicólogo Clínico

Marco Vinicio Sánchez Salinas.

**DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICÓLOGA CLÍNICA DE LA FACULTAD DE  
LA SALUD HUMANA-UNL**

Presente.-

Por medio del presente, y dando cumplimiento a lo dispuesto en el Artículo 228 del Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja, aprobado el 27 de enero de 2021" una vez que ha cumplido con todos los requisitos y considerando que el proyecto de tesis fue aprobado; me permito hacerle conocer que esta Dirección le ha designado Director del Trabajo de Integración Curricular, titulado: "**Estrés académico y Consumo de Sustancias en Estudiantes Universitarios de América Latina**", autoría del Sr. Jandry Santiago Arias Largo.

Particular que comunico a Ud. para los fines correspondientes

Atentamente,

**Dra. Ana Catalina Puertas Azanza Mgs  
DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA  
FACULTAD DE LA SALUD HUMANA -UNL**C/c Archivo:  
APA/tsc

## Anexo 6. Certificado de aprobación del Trabajo de Integración Curricular.



UNL

Universidad  
Nacional  
de Loja

**Sistema de Información Académico  
Administrativo y Financiero - SIAAF**

## CERTIFICADO DE CULMINACIÓN Y APROBACIÓN DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Yo, **SANCHEZ SALINAS MARCO VINICIO**, director del Trabajo de Integración Curricular denominado **Estrés académico y consumo de sustancias en estudiantes universitarios de América Latina: Revisión Sistemática**, perteneciente al estudiante **JANDRY SANTIAGO ARIAS LARGO**, con cédula de identidad N° **1105551723**.

### Certifico:

Que luego de haber dirigido el **Trabajo de Integración Curricular**, habiendo realizado una revisión exhaustiva para prevenir y eliminar cualquier forma de plagio, garantizando la debida honestidad académica, se encuentra concluido, aprobado y está en condiciones para ser presentado ante las instancias correspondientes.

Es lo que puedo certificar en honor a la verdad, a fin de que, de así considerarlo pertinente, el/la señor/a docente de la asignatura de **Integración Curricular**, proceda al registro del mismo en el Sistema de Gestión Académico como parte de los requisitos de acreditación de la Unidad de Integración Curricular del mencionado estudiante.

Loja, 8 de Agosto de 2024



MARCO VINICIO  
SANCHEZ SALINAS

DIRECTOR DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN  
CURRICULAR



Certificado TIC/TT.: UNL-2024-002240

## Anexo 7. Certificado de traducción del resumen al idioma inglés.

### **Certificación de Traducción**

Yo Raymond Dpol Toledo Saetama, con cédula de identidad 1900772847; licenciado en Ciencias de la Educación Mención Inglés, registro Nro. 1031-2021-2284613 certifico:

Que el resumen de; trabajo de tesis titulada "Estrés académico y Consumo de Sustancias en Estudiantes Universitarios de América Latina" de autoría Jandry Santiago Arias Largo, con cédula de ciudadanía 1105551723, es fiel traducción al idioma inglés a mi saber y entender.

Lo certifico en honor a la verdad pudiendo el interesado hacer uso de este documento como estime conveniente.

Loja, 24 de septiembre del 2024

Atentamente,



Lcdo. Raymond Toledo Saetama

Cdla: 1900772847