



Artículo original/Original article/Artigo original

Infodemia y estrés percibido en estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19

Infodemic and perceived stress in university students during the COVID-19 pandemic

Infodemia e percepção de estresse em estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19

Evelyn Vizcacho-Jiménez ¹
Ruth Miriam Achata-Tacora ¹
Sheila Meza-Rios ¹
Nickol Laura Guevara-Luque ¹
Nirmal Hriday Mamani-Linares ¹
Naomi Sumy Cáceres-Machaca ¹
Silvia Cristina Quispe-Prieto ¹

<https://orcid.org/0000-0003-3156-7424>
<https://orcid.org/0000-0001-9116-9044>
<https://orcid.org/0000-0002-1811-6277>
<https://orcid.org/0000-0001-8307-4344>
<https://orcid.org/0009-0006-4811-0382>
<https://orcid.org/0009-0007-7622-3461>
<https://orcid.org/0000-0002-1134-3557>

Resumen

Objetivo: Determinar la relación entre el estrés percibido y la exposición a información sobre COVID-19 en universitarios de la Facultad de Ciencias de la Salud en una universidad pública del Perú. **Material y métodos:** Estudio descriptivo, transversal, correlacional con enfoque cuantitativo, con una población de 148 universitarios. Se utilizaron dos cuestionarios, la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) de 14 ítems, con una escala Likert de 0 a 5, y otro instrumento que midió la exposición a la información sobre COVID-19, un cuestionario estructurado de 5 ítems con respuesta de alternativa múltiple. **Resultados:** Se halló que el 81,1% de universitarios presentan un nivel regular de estrés percibido; el 87,2% presenta las redes sociales como medio de información de mayor acceso, prevaleciendo Facebook con el 79,7%; el 51,4% acceden una vez al día, y el tiempo promedio de acceso es media hora a una hora diaria con 84%; la consideran poco creíble el 49,3%. Se halló relación estadística significativa con un nivel de confianza del 95%, entre las variables estrés percibido en los estudiantes y promedio de tiempo de exposición a información sobre COVID-19. **Conclusión:** El estrés percibido se manifestó en los estudiantes universitarios quienes accedieron a la sobreadundancia de información sobre el COVID-19 en su mayoría a través de la red social del Facebook.

Palabras clave: estrés, infodemia, redes sociales, medios de comunicación, COVID-19

¹ Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann. Facultad de Ciencias de la Salud. Escuela Profesional de Enfermería. Tacna, Perú



Abstract

Objective: To determine the relationship between perceived stress and exposure to information about COVID-19 in university students from the Faculty of Health Sciences at a public university in Peru. **Material and methods:** Descriptive, cross-sectional, correlational study with a quantitative approach with a population of 148 university students. Two questionnaires were used, the Perceived Stress Scale (PSS-14) of 14 items with a Likert scale from 0 to 5 and another instrument that measured exposure to information about COVID-19, a structured questionnaire of 5 items with multiple choice response. **Results:** It was found that 81.1% of university students present a regular level of perceived stress; 87.2% present social networks as the most accessed means of information, with Facebook prevailing with 79.7%; 51.4% access it once a day, and the average time of access is half an hour to an hour daily with 84%; 49.3% consider it not very credible. A significant statistical relationship was found with a confidence level of 95%, between the variables perceived stress in students and average exposure time to information on COVID-19. **Conclusion:** Perceived stress was manifested in university students who accessed the overabundance of information about COVID-19 mostly through the Facebook social network.

Keywords: stress, infodemic, social networks, media, COVID-19

Resumo

Objetivo: Determinar a relação entre o estresse percebido e a exposição a informações sobre a COVID-19 em estudantes universitários da Faculdade de Ciências da Saúde de uma universidade pública do Peru. **Material e métodos:** Estudo descritivo, transversal e correlacional com abordagem quantitativa em uma população de 148 estudantes universitários. Foram utilizados dois questionários, a Escala de Estresse Percebido (PSS-14) de 14 itens com uma escala Likert de 0 a 5 e outro instrumento que mediu a exposição a informações sobre a COVID-19, um questionário estruturado de 5 itens com resposta de múltipla escolha. **Resultados:** Verificou-se que 81,1% dos estudantes universitários apresentam um nível regular de estresse percebido; 87,2% apresentam as redes sociais como o meio de informação mais acessado, com o Facebook prevalecendo com 79,7%; 51,4% acessam uma vez por dia, e o tempo médio de acesso é de meia hora a uma hora por dia, com 84%; 49,3% consideram-no pouco confiável. Foi encontrada uma relação estatística significativa com um nível de confiança de 95% entre as variáveis estresse percebido nos alunos e o tempo médio de exposição a informações sobre a COVID-19. **Conclusão:** O estresse percebido foi manifestado em estudantes universitários que acessaram a superabundância de informações sobre a COVID-19 principalmente por meio da rede social Facebook.

Palavras-chave: estresse, infodemia, redes sociais, mídia, COVID-19

Introducción

La alteración en la vida social de las personas en el contexto de la pandemia por el confinamiento e incertidumbre ante la enfermedad de COVID-19 dieron lugar al temor y, en ciertos casos, al pánico colectivo, afectando la salud emocional de las personas, ya que desde antes de la pandemia era considerado un problema importante en la agenda de la salud mental.¹ Los jóvenes universitarios han enfrentado diversos desafíos durante la pandemia, como el temor al contagio, la adaptación a nuevas modalidades de vida y de aprendizaje. Estas situaciones han generado estrés y afectado su percepción de control, impactando su vida diaria.²

La percepción del estudiante universitario sobre su capacidad para enfrentar exitosamente las exigencias académicas los hace

susceptibles a generar pensamientos y emociones negativas, ansiedad y desconcentración, que tienen implicancia en su salud física como excesivo sueño, dolor de cabeza, entre otros.³

Estudios realizados en Europa precisan que cuando se inició la alarma de la pandemia, los niveles de estrés, ansiedad y depresión fueron bajos en general; sin embargo, el grupo de jóvenes y con enfermedades crónicas fueron quienes, de toda la población, reportan sintomatología más alta.⁴

Múltiples investigaciones reportan cómo la población universitaria en diversas partes del mundo se vio afectada, tal es el caso de los estudiantes universitarios chinos en un estudio se reporta 53,8% de impacto psicológico moderado a severo.⁵

En América Latina se visibiliza el efecto de la pandemia en la salud mental en investigaciones que reportan hallazgos



de sentimientos de miedo, incertidumbre y angustia, como la típica sensación de disrupción en la cotidianidad y la ausencia de previsibilidad; asimismo, esta alta prevalencia de estrés es identificada en los estudiantes del área de la salud, siendo el género femenino el que indica mayor estrés.³ En esta misma línea se encuentra un estudio a nivel nacional que midió la autopercepción del estrés académico en estudiantes universitarios hallando en niveles de estrés en el 50% de su población estudiada.⁶

En el contexto actual pospandemia, la COVID-19 sigue representando un desafío significativo para la salud mental, que en sus fases más agudas, los estudios de investigación, presentaron ciertas controversias como la inseguridad en la eficacia del tratamiento y recuperación, protección de la salud y correctas disposiciones preventivas ante el COVID-19; asimismo, se agrega otro factor que sigue presente, que es la abundante información que existe en los diferentes medios de comunicación, es por eso que los investigadores científicos: Elea Giménez y Antonio Lafuente afirman que, “existe sobreabundancia de pre publicaciones y publicaciones y la necesidad de contar de manera inmediata con evidencias y resultados de investigación fiables”.⁷

Generalmente, la población accede a diferentes medios de comunicación como la prensa escrita, radio, televisión y redes sociales, convirtiéndose en la principal fuente de información para los ciudadanos, jugando un papel importante para enviar mensajes de salud pública y elevar el interés sobre estos a la comunidad. Durante el periodo de la pandemia se agregó el problema de la infodemia y la sobreabundancia de información. Exponencialmente, se presenta en un periodo corto, sobresale y se amplifica mediante las redes sociales, donde se sube información sea o no fidedigna, influyendo en el pensar y actuar de la población sobre todo porque no pasa por análisis sobre la veracidad, calidad y exceso de la información expuesta.⁸

Se ha reportado que algunos medios tuvieron efectos negativos en la salud de la población comenzando por el estrés que siente la población en relación al confinamiento por la emergencia sanitaria, evidenciándose niveles muy altos debido a la preocupación que genera el contagio masivo, pérdida de empleo, capacidad económica y deudas.⁹

Mejía¹⁰ describe que, la percepción de exageración y generación de miedo fueron en mayor medida provocados por las redes sociales y la televisión. En ese sentido, es importante evaluar la información que se difunde por los medios de comunicación.

Los estudiantes universitarios inmersos en la pandemia enfrentaron situaciones estresantes con actividades personales, laborales y universitarias, retos frente al cierre de la universidad y la modalidad virtual que generaron una serie de exigencias de adaptación y los hizo más vulnerables.¹¹

Investigaciones recientes han reportado las consecuencias

e impactos psicosociales en la persona a nivel individual, comunitario e internacional en el periodo de brotes de infección.¹² Sin embargo, por la afectación fisiopatológica de la enfermedad el sistema sanitario está enfocado eminentemente a la recuperación de la salud física, dejando de lado la salud emocional de la población.

Se entiende por el estrés “como el conjunto de reacciones fisiológicas que forman al organismo para la acción, en términos generales referido a un sistema de alerta biológico primordial para la supervivencia” frente a un factor estresante, lo que puede dar lugar a presentar un grupo de síntomas como una frecuencia cardíaca aumentada, hipertensión arterial, taquipnea, cefalea, insomnio, etc.¹³

El estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés percibido y la exposición a información sobre COVID-19 en estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias de la Salud en una universidad pública.¹⁴

Material y métodos

Estudio cuantitativo, tipo descriptivo, correlacional de corte transversal. La población estuvo constituida por 148 estudiantes universitarios del primer año de las carreras de Ciencias de la Salud: Enfermería, Obstetricia, Medicina, Odontología, Farmacia y Bioquímica de una universidad pública, se consideró toda la población y se tomó como criterio de inclusión estar matriculado en el segundo semestre 2020 al momento de la aplicación del instrumento.

Se utilizó la técnica de encuesta y se aplicaron 2 instrumentos: uno fue la escala de Estrés Percibido (PSS-14) de Cohen, Kamarck y Mermelstein (Perceived Stress Scale, PSS)¹⁵ tipo autoinforme y evaluó el estrés de la persona durante las últimas 4 semanas; asimismo, consta de 14 ítems que evalúan el grado en que las personas perciben la vida como impredecible, incontrolable o sobrecargada; con formato de respuesta en escala de 0 a 5, su validez con la prueba V de Ayken obtuvo un valor significativo de 0,94 y el otro cuestionario mide exposición a información con 5 ítems, preguntas con respuestas de alternativa múltiple y su validez con la prueba de V de Ayken obtuvo un valor significativo de 0,95. Ambos instrumentos se sometieron al coeficiente de alfa de Cronbach y obtuvieron una alta confiabilidad de 0,8, respectivamente.

La recolección de información se realizó en los meses de enero a marzo de 2021, mediante la aplicación en línea a través de los instrumentos en formato digital Google Forms, se coordinó con los directores y docentes de las diferentes carreras profesionales quienes permitieron ingresar a la sala Meet, donde luego de explicar el objetivo de la investigación e información sobre el consentimiento informado a través del link compartido procedieron a aceptar su participación y registrar sus respuestas durante 10 minutos.



Para el procesamiento y análisis de datos, se elaboró una base de datos en el programa estadístico IBM SPSS V. 25.0. Para los análisis se utilizaron dos tipos de estadística: descriptiva, con tablas de frecuencia absolutas y relativas, e inferencial, para el contraste de hipótesis, contando con un margen de error del 5% y 95% de confianza, para asociar las variables correspondientes se aplicó la prueba estadística Chi-cuadrado.

Se consideró el principio de autonomía, se da a conocer el objetivo del estudio y el carácter voluntario de participación, para lo cual se les solicitó el consentimiento informado.

Además, se aseguró el anonimato de la información brindada por el principio de confidencialidad.

Resultados

La población de estudio estuvo conformada por 148 estudiantes del primer año de estudios de las carreras de Ciencias de la salud, los que en su mayoría tienen menos de 20 años, un mínimo porcentaje son mayores de 23 años (tabla 1).

Tabla 1

Distribución de la población según Estrés percibido

Nivel de estrés percibido	N	%
Regular	120	81,1
Alto	28	18,9
Total	148	100

El 81,1% equivalente a 120 estudiantes presentan una regular percepción del estrés, seguido de un 18,9% equivalente a 28

estudiantes que presentaron una alta percepción del estrés (tabla 2).

Tabla 2

Distribución de la población según Exposición a información sobre COVID-19

Medios de comunicación que accede para información de COVID - 19	N	%
Prensa escrita	5	3,4
Radio	6	4,1
Televisión	8	5,4
Redes sociales	129	87,2
Total	148	100
Redes sociales de mayor acceso	N°	%
1 vez	76	51,4
2 veces	48	32,4
3 veces	15	10,1
4 veces a más	9	6,1
Total	148	100
Promedio de tiempo de exposición	N°	%
Hasta media hora	75	50,7
1 hora	50	33,8
2 horas	20	13,5
3 horas a más	3	2
Total	148	100
Credibilidad de información	N°	%
Muy creíble	2	2,4
creíble	72	48,6
poco creíble	73	49,3
nada creíble	1	0,7
Total	148	100



El medio de comunicación más utilizado para informarse de la COVID-19, son las redes sociales con el 87,2%, la red social de mayor acceso es el Facebook con el 79,7%, el promedio

de tiempo de exposición se encuentra entre media hora a una hora con el 84,5%, consideran la información poco creíble el 49,3% y creíble 48,6% (tabla 3).

Tabla 3

Relación entre el nivel del estrés percibido y exposición a medios de comunicación en estudiantes universitarios

Exposición de información	Nivel de stress percibido						Prueba Chi-Cuadrado
	Regular		Alto		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Medios de comunicación de mayor acceso							
Prensa escrita	3	2	2	1,4	5	3,4	X ² =0,63 p>0,05
Radio	5	3,4	1	0,7	6	4,1	
Televisión	7	4,7	1	0,7	8	5,4	
Redes sociales	105	70,9	24	16,2	129	87,2	
Total	120	81,1	28	18,9	148	100	
Redes que brindan mayor información sobre COVID-19							
WhatsApp	3	0,70	3	2	4		X ² =0,78 p>0,05
Facebook	23	15,50	95	64,20	118	2,70 7,70	
Instagram	0	0	6	4,10	6	4,10 8,80	
Twitter	2	1,40	11	7,40	13	4,70	
TikTok	1	0,70	6	4,10	7		
Total	27	18,20	121	81,80	148	100	
Frecuencia de acceso a información de COVID-19 al día							
1 vez							X ² =0,41 p>0,05
2 veces							
3 veces							
4 veces a más							
Total	120	81,1	28	18,9	148	100	
Promedio de tiempo de exposición a información a COVID-19							
Hasta media hora							X ² =0,027 p<0,05
1 hora							
2 horas							
3 horas a más							
Total	120	81,1	28	18,9	148	100	
Credibilidad sobre información sobre COVID-19							
Muy creíble	1	0,7	1	0,7	2	1,4	X ² =0,46 p>0,05
Creíble	61	41,2	11	7,4	72	48,6	
poco creíble	57	38,5	16	10,8	73	49,3	
nada creíble	1	0,7	0	0	1	0,7	
Total	120	81,1	28	18,9	148	100	

El 64,2% de los estudiantes presentan un alto nivel de estrés percibido y acceden en su mayoría a Facebook, no se encuentra relación estadística; el 43,9% presentan un nivel regular de estrés percibido y acceden una vez al día a información COVID-19, no se halló relación estadística (p>0,05); el 71%

presentan un nivel regular de estrés percibido y acceden a un promedio de media a una hora de exposición a información sobre COVID-19, se halló relación estadística (p>0,05) entre ambas variables; el 41,2% presentan regular percepción de estrés y consideran que esta información es “creíble”.



Discusión

De acuerdo a la definición de salud de la OMS, la salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad.¹⁶ Los problemas de salud mental se incrementaron a raíz de la pandemia por COVID-19, creando así un precedente en pleno siglo XXI, afectando a la sociedad en su totalidad y no solo a un grupo etario limitado o aislado.

Los estudiantes del estudio en su mayoría presentaron un nivel regular de estrés percibido (81,1%); mientras que, un menor grupo presentó una alta percepción al estrés (18,9%). Estos hallazgos coinciden con el estudio de Caldera, Pulido y Martínez¹⁷, quienes encontraron niveles de estrés de mediana percepción en el 80,4% y un 19,1% presentó una alta percepción de estrés. Asimismo, en otro estudio, Ascue y Navarro⁶ hallaron un mayor porcentaje de estudiantes de universidades públicas de Apurímac que presentaron una mediana percepción del estrés en la pandemia. A diferencia de estos estudios se halló evidencia científica de estudiantes que presentaron en su mayoría alto nivel de estrés percibido.

Durante la vida académica los estudiantes están expuestos a los efectos propios de la sintomatología del estrés, como resultado de la incapacidad para hacer frente a las demandas del entorno; sin embargo, lo que es considerado un factor estresante para unos no lo es para otros, por lo cual el nivel de percepción será distinto según el estudiante y sus propias experiencias.¹⁸ Es preciso señalar que existen investigaciones desarrolladas en contexto de normalidad donde los factores de estrés se centran en el estudio, la familia y las relaciones sociales; sin embargo, la pandemia de COVID-19 representó un factor preponderante de fuente de altos niveles de estrés, ya sea por constante incertidumbre, desesperanza en la época de pandemia, adicionado a los cambios en el modelo de enseñanza aprendizaje que se tuvo que enfrentar en la población universitaria que reportan estrés moderado a grave.^{19,20}

De acuerdo con los resultados sobre la exposición a información sobre COVID-19 (tabla 2), se obtuvo que el medio de comunicación a los que acceden mayormente los universitarios son las redes sociales (87,2%), siendo la red social de mayor acceso Facebook (79,7%), seguido con menores porcentajes la televisión, radio y, finalmente, prensa escrita. Se coincide con los resultados del estudio de Barquín²¹, en Málaga, donde se demostró que los medios de comunicación preferidos de los estudiantes universitarios y que utilizan para estar informados es el internet (71,09%), seguido de la televisión (23,44%) y, en último lugar, los periódicos (3,13%).

En tal sentido, al analizar los resultados expuestos, las redes sociales han sido importantes para la interacción social y la comunicación, representaron el medio de mayor acceso para la transmisión de información sobre la COVID-19. En tanto,

es uno de los medios de comunicación que ha tenido un mayor crecimiento en los últimos años debido a que esta red se utiliza para múltiples actividades resultando más invasiva.²²

En el contexto de la pandemia, la facilidad de acceso y la abundancia de información sobre salud y la infodemia, han representado un problema debido a que la información disponible en línea no pasa por ningún proceso de control de calidad; asimismo, comúnmente incluyen rumores y estigmas, resaltando las noticias falsas y alarmistas, a lo que se exponen más del 50% de estudiantes que acceden por lo menos una vez al día, con un promedio de tiempo entre media a una hora diaria (84,5%), con una poca credibilidad de casi el 50% de los estudiantes.

Nuestro estudio reporta un tiempo significativo de exposición diaria, lo que podría comportarse como un factor de riesgo. Existen estudios que lo tipifican así, como lo precisa Jiaqi Xiong²³, en su estudio de la condición de factor de riesgo asociado al estrés, que concluye que la exposición más frecuente a las redes sociales sobre COVID-19 se comporta como factor de riesgo muy elevado con un 80% de asociación.

En la tabla 3, se presenta la relación entre el nivel de estrés y la exposición a medios de comunicación, entre los hallazgos se encuentra un nivel regular de estrés percibido y acceso en su mayoría a redes sociales (70,9%); asimismo, presentan nivel alto de estrés percibido y acceso a Facebook (64,2%), en ambos casos no se encontró relación estadística.

Estos resultados concuerdan con Mejia, Rodriguez, Garay, *et al.*²⁴, en su estudio titulado “Percepción de miedo o exageración que transmiten los medios de comunicación en la población peruana durante la pandemia de la COVID-19”. En su estudio concluyen que la percepción de exageración y generación de miedo en la población fueron en mayor medida provocados por la televisión y las redes sociales. Contrariamente a los resultados expuestos, Navarro²⁵ concluye que el uso de redes sociales específicamente Facebook se relaciona positivamente con el estrés percibido por los jóvenes estudiantes.

Los hallazgos de nuestro estudio concuerdan con evidencias científicas donde existe mayor exposición de tiempo en Facebook y mayor estrés percibido, como el hallado en un estudio de Estados Unidos. Inclusive, antes de la pandemia específica que, las redes sociales incrementan el estrés percibido, ya que aumenta la conciencia de los eventos angustiosos.²⁶

Otro de los resultados hallados indica que, existe un nivel regular de estrés percibido y el acceso a información es de una vez al día (43,9%), de igual manera, presentan un nivel regular de estrés y el tiempo de exposición a información es de hasta media hora (44,6%); asimismo, la información se considera poco creíble (49,3%). Solo se halló relación significativa entre nivel regular de estrés percibido y el promedio de tiempo de exposición a información a COVID-19 ($p < 0,05$).



Diversos estudios concuerdan que a mayor número de horas de uso de Facebook, mayor es el estrés percibido en los jóvenes, como también la inconsistencia entre las políticas tomadas y las evidencias científicas estuvo significativamente asociada hacia un alto estrés percibido.²⁵ Nan Zhao y Guangyu Zhou²⁷ en su estudio refieren que la exposición excesiva a desastres o información contundente del COVID-19 en las redes sociales puede desencadenar un efecto negativo indirecto sobre los estudiantes, que a su vez puede contribuir a problemas de salud mental.

Asimismo, Balluerka, Gomez, Arantxa, *et al.*²⁸ señala prevalencia del estrés agudo, debido al miedo al contagio, o incluso síntomas del trastorno obsesivo-compulsivo, podrían ponerse de manifiesto en personas que han recibido un exceso de información sobre la COVID-19 o información no adecuada a su edad y que son de poca credibilidad.

Durante la pandemia, las redes sociales se convirtieron en una importante fuente de información sobre la situación mundial; sin embargo, esta fue abrumadora aunado a la incertidumbre que provocaron las medidas de restricción social, incrementando el estrés en los universitarios, es probable que la exposición continua a noticias trágicas con respecto al COVID-19 aumente las posibilidades de padecer depresión.

La limitación detectada es poder acreditar la veracidad de la información, pues las redes sociales proporcionan un espacio público en el que los usuarios son capaces de emitir y compartir información sin filtrar a diferencia de los medios tradicionales que garantizan su credibilidad. Este tipo de situaciones pueden llegar a exacerbar en gran medida la percepción de estrés en los estudiantes expuestos a esta infodemia.

Se concluye que durante la pandemia de COVID-19, los estudiantes universitarios experimentaron un nivel moderado de estrés debido a su exposición diaria, aproximadamente una hora, a una gran cantidad de información sobre el COVID-19. Aunque estamos en la etapa pospandemia, el COVID-19 y sus variantes continúan presentando desafíos significativos para la salud. Por lo tanto, es crucial promover la alfabetización en salud para ayudar a las personas a distinguir entre información confiable y desinformación. Esto puede mitigar el impacto negativo de la infodemia en la salud mental y fomentar un mayor bienestar y autocuidado entre los estudiantes universitarios.

Referencias

1. OPS/OMS. Salud Mental y COVID-19 [Internet] [citado el 6 de diciembre de 2023]. <https://www.paho.org/es/salud-mental-covid-19>
2. Gervacio H, Castillo B. Impactos socioemocionales, estrategias y retos docentes en el nivel medio superior durante el confinamiento por COVID-19. RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo [Internet]. 2022 [citado el 25 de noviembre de 2023]; 12(24). http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74672022000100010&lng=es&nrm=iso&tlng=es
3. González L. Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por COVID-19. ESPACIO I+D, INNOVACIÓN MÁS DESARROLLO [Internet]. 2020 [citado el 21 de noviembre de 2023]; 9(25):158-79.: <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/articulo/view/249/782>
4. Ozamiz N, Dosil M, Picaza M, Idoiaga N. Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España [Internet]. Vol. 36, Cadernos de Saúde Pública. 2020 [citado el 25 de noviembre de 2023]. <https://www.scielo.br/j/csp/a/bnNQf4rdcMNpPjgfnpWPQzr/?lang=es>
5. Lozano-Vargas A. Impact of the Coronavirus epidemic (COVID-19) on the mental health of health workers and general population in China. Rev Neuropsiquiatr. 2020; 83(1):51-6.
6. Nelida R, Loa E. Estrés académico en los estudiantes de las universidades públicas de la Región. Apurímac en tiempos de pandemia Covid-19. Ciencia Latina [Internet]. 2021 [citado el 25 de noviembre de 2023]; 5(1):365-76. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/articulo/view/238/317>
7. Plataforma Temática Interdisciplinaria Salud Global. Una visión global de la pandemia Covid 19: que sabemos y qué estamos investigando desde el CSIC.
8. Organización Panamericana de la Salud. Entender la infodemia y la desinformación en la lucha contra la COVID-19. Organización Panamericana de la Salud. 2020; 395:4.
9. Cigna Health. Los efectos del estrés y su impacto en tu salud [Internet]. [citado el 11 de diciembre de 2023]. <https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/effects-of-stress-and-their-impact-on-your-health>
10. Mejía C, Rodríguez F, Garay L, Enríquez M de G, Moreno A, Huaytán K, et al. Percepción de miedo o exageración que transmiten los medios de comunicación en la población peruana durante la pandemia de la covid-19. Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas [Internet]. 2020 [citado el 30 de noviembre de 2023]; 39(2):e698. <https://cris.continental.edu.pe/es/publications/>



- [percepci%C3%B3n-de-miedo-o-exageraci%C3%B3n-que-transmiten-los-medios-de-co](#)
11. Cabezas J. Análisis de estrategias de afrontamiento debido al estrés en docentes de la Facultad Ciencias Psicológica Modalidad Virtual [Internet]. Universidad de Guayaquil -Facultad de Ciencias Psicológicas; 2021 [citado el 26 de noviembre de 2023]. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/56419>
 12. Churampi M. Factores que predisponen al estrés académico en estudiantes de una universidad pública en el contexto de la pandemia por COVID-19 Lima, 2021 [Internet]. 2022 [citado el 6 de diciembre de 2023]. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/item/6bc14247-dab9-439c-9f6c-41d475bbaacc>
 13. Martínez A. Síndrome de Burnout en profesionales de enfermería del Servicio de Urgencias Generales del área IV del Principado de Asturias. [Internet]. 2012 [citado el 6 de diciembre de 2023]. https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/4093/TFM_Ana%20Mart%C3%ADnez%20Delgado.pdf?sequence=6
 14. Estrada E, Mamani M, Gallegos N, Mamani H, Zuloaga M. Academic stress in Peruvian. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica. 2021; 40(1):88-93.
 15. Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R. Perceived Stress Scale, PSS.
 16. OMS. Salud mental: fortalecer nuestra respuesta [Internet]. [citado el 11 de diciembre de 2023]. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
 17. Caldera J, Pulido B, Martínez G. Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. Revista de Educación y Desarrollo [Internet]. 2007 [citado el 25 de noviembre de 2023]; https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf
 18. Estrada EG, Roque MM, Ramos NAG, Uchasara HJM. En Educación: D, Zuloaga Araoz MC, et al. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. AVFT - Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica [Internet]. 2021 [citado el 6 de diciembre de 2023]; 40(1). http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22351
 19. Barraza Macías A, Barraza Nevárez S. Procastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. CPU-e, Revista de Investigación Educativa [Internet]. 2019 [citado el 16 de marzo de 2023]; (28):132-51. Doi: <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>
 20. Ernesto J, Guevara C, Patricio J, Reinoso C, Antonio L, Parra O, et al. Instituto Superior Tecnológico Carlos Cisneros, Riobamba-Ecuador 2 Instituto Superior Tecnológico Juan de Velasco, Riobamba-Ecuador. [citado el 16 de marzo de 2023]; www.revistahorizontes.org
 21. Barquín-Ruiz FJ. La valoración y uso de los Medios de Comunicación por estudiantes universitarios. 2019 [citado el 26 de noviembre de 2023]; <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/17933>
 22. El papel de las redes sociales durante la pandemia [Internet]. [citado el 16 de marzo de 2023]. <https://www.excelsior.com.mx/nacional/papel-redes-sociales-durante-pandemia/1514687>
 23. Xiong J, Lipsitz O, Nasri F, Lui LMW, Gill H, Phan L, et al. Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. J Affect Disord. 2020 Dec 1; 277:55-64.
 24. Percepción de miedo o exageración que transmiten los medios de comunicación en la población peruana durante la pandemia de la COVID-19 [Internet]. [citado el 12 de diciembre de 2023]. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002020000200001&lng=es.%20%20Epub%2001-Jun-2020.
 25. Oliva EIPN, Gherardi-Donato EC da S, Bermúdez JÁ, Facundo FRG. Uso de Facebook, estrés percibido y consumo de alcohol en jóvenes universitarios. Cien Saude Colet [Internet]. 2018 [citado el 12 de diciembre de 2023]; 23(11):3675-81. <https://www.scielo.br/j/csc/a/Xmjw7FnyxnhmVyPywtpRq3R/?lang=es>
 26. Islam MS, Sarkar T, Khan SH, Kamal AHM, Murshid Hasan SM, Kabir A, et al. COVID-19-Related Infodemic and Its Impact on Public Health: A Global Social Media Analysis. Am J Trop Med Hyg [Internet]. 2020 [citado el 12 de diciembre de 2023]; 103(4):1621-9. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32783794/>
 27. Stöckli R, Berger T, Heim E. Digitale psychologische Unterstützung für Geflüchtete. PSYCHIATRIE + NEUROLOGIE [Internet]. 2022 [citado el 12 de diciembre de 2023]; www.hallo-aargau.ch
 28. Hidalgo MD, Balluerka N, Gorostiaga A, Espada



JP, Santed MÁ, Padilla JL, et al. The Psychological Consequences of COVID-19 and Lockdown in the Spanish Population: An Exploratory Sequential Design. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2020 [citado el 12 de diciembre de 2023]; 17(22):1-17. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33227938/>

Correspondencia:

squispep@unjbg.edu.pe

Fecha de recepción: 22/03/2024

Fecha de aceptación: 02/05/2024