



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
ESTOMATOLOGÍA

FACTORES ASOCIADOS AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE
ODONTOLOGÍA

ASSOCIATED FACTORS TO STRESS IN DENTAL STUDENTS

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR POR EL TÍTULO
PROFESIONAL DE CIRUJANO DENTISTA

AUTORES

PAOLO STEFFANO JUAREZ CAMPANA
GIULLIANA CLEYDE JARAMILLO PALOMINO
RODRIGO SANTOS CHAUCA

ASESOR

DANIEL KEVIN PEREZ ALVAREZ

LIMA - PERÚ

2024

ASESOR DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Mg. Daniel Kevin Perez Alvarez

Departamento Académico de Odontología Social

ORCID: 0009-0003-73638558

Fecha de aprobación: 25 de mayo del 2024

Calificación: APROBADO

DEDICATORIA

A Dios y a nuestros padres por ser nuestro apoyo y motivación incondicional
guiándonos al éxito profesional.

AGRADECIMIENTOS

A nuestro asesor Kevin Perez Alvarez, por su constante apoyo, sus palabras sabias
y sus conocimientos rigurosos y precisos durante la elaboración de este proyecto.

A nuestros padres por habernos forjado como las personas que somos en la
actualidad; muchos de nuestros logros se los debemos a ellos entre los que incluye
este que nos motivaron constantemente para alcanzar nuestros anhelos.

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

RESULTADO DEL INFORME DE SIMILITUD

FACTORES ASOCIADOS AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA

ORIGINALITY REPORT

25% SIMILARITY INDEX	21% INTERNET SOURCES	9% PUBLICATIONS	13% STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	---------------------------	------------------------------

PRIMARY SOURCES

1	hdl.handle.net Internet Source	3%
2	www.researchgate.net Internet Source	2%
3	Submitted to Universidad Cooperativa de Colombia Student Paper	2%
4	revistas.cientifica.edu.pe Internet Source	2%
5	Submitted to UNIV DE LAS AMERICAS Student Paper	2%
6	www.scielo.br Internet Source	2%
7	medes.com Internet Source	1%
8	Sebastian Leonangeli, Yanina Michelini, Gabriela Rivarola Montejano. "Depresión, Ansiedad y Estrés en Estudiantes	1%

TABLA DE CONTENIDOS

	Pág.
Resumen	
Abstract	
I. Introducción	1
II. Objetivos	3
III. Procesos de búsqueda de información	4
IV. Análisis de evidencia	7
V. Conclusiones	17
VI. Referencias bibliográficas	19
Anexos	23

RESUMEN

Introducción: El estrés en los estudiantes de odontología generalmente se da por las actividades académicas, presión económica, etc el mismo que influye en su estado anímico repercutiendo negativamente en su desempeño y salud. **Objetivo:** Determinar los factores asociados al estrés en estudiantes de la carrera de odontología. **Procesos de búsqueda de información:** La búsqueda en la plataforma PubMed mediante términos MeSH arrojó 239 resultados que, aplicando los criterios de inclusión empleamos el filtro de estudios transversales, publicaciones en los últimos cinco años, idioma inglés donde se hallaron 42 artículos. **Análisis de evidencia:** Los 42 artículos fueron hallados de manera sistematizada (Romania, España, Reino Unido, Argentina, Reino Unido, China, Australia, Perú, Siria, Brasil, Jordania). Sus años de publicación varían desde el 2019 hasta el 2024, cuyos objetivos eran investigar los factores de estrés que padecen los estudiantes de Odontología en sus años académicos. **Conclusiones:** La revisión de la literatura concluye que los factores asociados al estrés en estudiantes de odontología son el trabajo académico por la exigencia que la universidad demanda, la dificultad para encontrar casos clínicos a medida que van aumentando de ciclo aumentan la complejidad de los casos, la falta de equipamiento clínico puesto que los materiales o instrumentales dentales no son tan económicos, la responsabilidad de hacer bien los tratamientos clínicos puesto que los estudiantes deben completar su récord clínico de una forma correcta y en un tiempo establecido y factores personales, alojamiento; sumado a toda lo que demanda estar estudiando odontología en la universidad.

Palabras claves: Estudiantes, dental, estrés, psicológico.

ABSTRACT

Introduction: Stress in dental students generally occurs because of academic activities, economic pressure, etc. This influences their mood, negatively impacting their performance and health.. **Objective:** Determine the associated factor to stress in dental students. **Information search processes:** The search on the PubMed platform using MeSH terms yielded 239 results, applying the inclusion criteria; We used the filter of cross-sectional studies, publications in the last five years, English language where 42 articles were found. **Evidence Analysis:** The 42 articles were found in a systematic way (Romania, Spain, United Kingdom, Argentina, United Kingdom, China, Australia, Peru, Syria, Brazil, Jordan). Its publication years vary from 2019 to 2024, whose objectives were to investigate the stress factors suffered by Dentistry students in their academic years. **Conclusions:** The review of the literature concludes that the factors associated with stress in dental students are the academic work due to the demands that the university demands, the difficulty in finding clinical cases as the cycle increases, the complexity of the cases increases, the lack of clinical equipment since dental materials or instruments are not so economical, the responsibility of doing clinical treatments well since students must complete their clinical record correctly and within an established time and personal factors, accommodation; added to everything that it demands to be studying dentistry at university.

Key words: Students, Dental, Stress, Psychological

I. INTRODUCCIÓN

En los últimos años a raíz de la pandemia mundial por la covid 19 y el interés sobre la salud mental, se ha notado que el estrés es un tema importante que se debe tomar en cuenta, puesto que puede repercutir en el día a día tanto social, psicológica y físicamente en una persona (1). La OMS lo define como una respuesta de preocupación o tensión generado por alguna circunstancia difícil, y todas las personas podemos tenerlo en algún momento; no obstante, no todos reaccionan de la misma manera (2); en este estado, se puede ocasionar una respuesta gastrointestinal, déficit inmunológico, reacciones alérgicas en el cuero cabelludo, piel, ansiedad, depresión, inseguridad, insomnio, déficit de atención, inseguridad, entre otros, afectando el día a día, complicando y repercutiendo negativamente en nuestro desempeño y salud (3-5).

En la vida del estudiante existen factores estresantes únicos, como la responsabilidad frente a las finanzas propias, el estudio, la socialización y la soledad, los cuales pueden contribuir al inicio y el consumo problemático de diversas sustancias, como el alcohol, drogas y, a su vez, los síntomas depresivos, que se refieren a sentimientos de tristeza, poco interés o placer en hacer cosas (9). Es probable que las actividades que se realizan como los trabajos, exámenes y horas extendidas de clases conlleven a una preocupación y estrés al estudiante, el mismo que influirá en su estado anímico. Se puede manifestar de forma particular que el estrés como consecuencia principal es el déficit académico que afecta significativamente (6-8).

Los estudiantes de odontología experimentan niveles muy elevados de estrés (14). Es posible que esto sea debido a la presión por probar un desempeño académico sobresaliente, demostrando habilidades clínicas precisas a lo largo de sus estudios., además de el miedo al fracaso, estudiar para los exámenes, la carga de trabajo, la falta de tiempo libre y muchos otros factores que pueden generar una sobrecarga adicional, como por ejemplo cuestiones financieras y problemas personales (11,14,15). A medida que pasan los años de educación en la carrera, el nivel de estrés se incrementa, dado que los estudiantes en sus años clínicos están más sometidos a convivir con dicha emoción que aquellos estudiantes en sus años preclínicos (14).

Por lo expuesto anteriormente, podemos dar a notar que el estrés no es algo que se debe tomar ligeramente, sobre todo en los estudiantes de odontología. Se dio origen a la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son los factores asociados al estrés en estudiantes de odontología?

II. OBJETIVO

Determinar los factores asociados al estrés en estudiantes de la carrera de odontología.

III. PROCESOS DE BÚSQUEDA DE INFORMACIÓN

Tipo de estudio

El reciente estudio de investigación es una revisión de literatura

Estrategia de búsqueda

La temática de la revisión se centra en estudios transversales, destacando su naturaleza como investigaciones observacionales que describen al estrés y sus factores desencadenantes en estudiantes. La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo en la base de datos de acceso público de PubMed, seleccionando publicaciones de los últimos cinco años.

Se emplearon los siguientes términos MeSH: Stress, dental students, students mental health para la búsqueda bibliográfica.

Criterios de selección

Criterios de inclusión: Artículos originales de tipo transversal publicadas en los últimos cinco años en revistas científicas que detallan los factores de estrés a los que se enfrentan los estudiantes de odontología.

Criterios de exclusión: Los artículos que no se hayan publicado en los últimos cinco años, las revistas científicas que no se hayan podido acceder en su totalidad, o revistas científicas con información escasa para el estudio.

Pregunta de la revisión sistemática

Para esta revisión sistemática, se utilizará la siguiente pregunta PEO (adaptada de la pregunta PICO debido al tipo de estudio):

P	Población Estudiantes de odontología
E	Exposición Estrés
O	Resultado Factores de estrés

Procedimiento de búsqueda

Se seleccionaron los términos MeSH y se llevó a cabo una búsqueda en PubMed con ellos, considerando los siguientes criterios de inclusión: artículos de tipo transversal publicados en los últimos 5 años, en inglés, que detallaran los factores de estrés que afectan a los estudiantes de odontología. (Anexo 1).

La búsqueda en la plataforma PubMed mediante términos MeSH arrojó 239 resultados que, aplicando los criterios de inclusión empleamos el filtro de estudios transversales, publicaciones en los últimos cinco años, idioma inglés donde se

hallaron 42 artículos de forma sistemática, los cuales fueron revisados e incluidos los pertinentes.

Proceso de análisis

El estudio es una revisión de literatura con el objetivo de determinar los factores de estrés a los que afectan los estudiantes de odontología durante sus 5 años de carrera universitaria, por lo tanto, no se utilizara ningún análisis estadístico debido a que los artículos encontrados tienen un análisis descriptivo (Anexo 2).

IV. ANÁLISIS DE EVIDENCIA

Evidencia

Córdova A, Caballero-García A, Drobic F, Roche E, Noriega DC (España; 2023), plantearon como objetivo analizar la influencia del estrés y las emociones, en el proceso de aprendizaje de los alumnos universitarios. Según la información presentada el impacto del estrés en el proceso de aprendizaje parece ser muy controvertido, ya que perjudica o mejora las funciones de la memoria, es decir, el estrés podría considerarse un componente positivo cuando se está bajo control y un aspecto negativo cuando no. En conclusión la modulación de las emociones en situación de estrés podría promover un aprendizaje eficaz mediante la contracción de la concentración y la resolución de problemas.

Balmus IM, Robea M, Ciobica A, Timofte D (Romania, 2019), plantearon como objetivo comparar las diferentes escalas de estrés junto con la variación de hábitos gastrointestinales propuestos en una pequeña cohorte de alumnos universitarios en los períodos de adquisición y evaluación académica. Los resultados evidenciaron un aumento del estrés percibido en los alumnos universitarios durante situaciones estresantes, en relación con los intervalos de menor exigencia. Asimismo, más del 40% de los participantes manifestaron que la variación de los hábitos gastrointestinales surgieron durante los intervalos estresantes. Observaron una relación significativa entre los niveles de estrés percibidos y los cambios de hábitos gastrointestinales. Esta investigación de encuesta de pequeño tamaño evidencio que

la aparición de circunstancias estresantes en adultos jóvenes obtuvo puntuaciones de estrés percibido más altas y síntomas gastrointestinales funcionales recurrentes, en relación con los períodos de menor estrés.

Gardani M, Bradford DR, Russell K, Allan S, Beattie L, Ellis JG, Akram U (Reino Unido, 2022), plantearon como objetivo de este metaanálisis la falta de sueño, los síntomas de insomnio y el estrés en estudiantes universitarios. La calidad del sueño, el insomnio y el estrés son fenómenos interrelacionados que afectan a los estudiantes universitarios y tienen consecuencias negativas para su rendimiento académico y su salud mental. Las asociaciones agrupadas en esta revisión muestran tamaños de efecto moderados y comparables tanto para la calidad del sueño como para el estrés, así como para el insomnio y el estrés en estudiantes universitarios.

Aloufi MA, Jarden RJ, Gerdtz MF, Kapp S (Australia, 2021), tuvieron como objetivo la revisión de identificar intervenciones dirigidas al estrés, la ansiedad o el estado de ánimo bajo en estudiantes de enfermería durante su carrera de pregrado. La mayoría de los estudios (18 de 22) informaron una reducción estadísticamente significativa en el estrés, la ansiedad o la depresión experimentados por los alumnos de enfermería que participaron en intervenciones guiadas a estos síntomas. Las intervenciones que esperaban mejorar las habilidades de gestión de afrontamiento, como las intervenciones con base en la atención plena, resultaron ser las más reportadas. Se encontró que la calidad de los estudios que evidenciaron estas intervenciones era cambiante y, en general, las muestras eran reducidas con un seguimiento menguado. Los estudios de intervenciones de atención plena

comprendieron los tamaños de muestra mayores, mostraron los niveles mayor altos de evidencia y trascendieron el estrés, la ansiedad y el estado de ánimo deprimido.

Espinoza Vilela FV, Cárdenas Flores CI (Perú, 2021), plantearon como objetivo determinar la relación del estrés y depresión en el ámbito académico social durante el 2020 en los estudiantes de Odontología de la Universidad Científica del Sur. Como resultado se mostró que el estudio estadístico utilizó el sistema SPSS (statistical Package for Social Sciences) para determinar las variables estrés académico y depresión en estudiantes de odontología de 6to a 10mo ciclo de la Universidad Científica del Sur. Existe relación entre el estrés académico y la depresión en los estudiantes del 6to al 10mo ciclo de Odontología de la Universidad Científica del Sur. Se llegó a la conclusión que no hay relación entre la depresión y el estrés con la edad y el año de estudio de cada estudiante.

Batista de Freitas PH, Meireles AL, Da Silva Ribeiro IK, Silva Abreu MN, De Paula W, Silva Cardoso C (Brasil, 2023), plantearon determinar la relación entre calidad de vida y presencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios del área de la salud. En los resultados se observó una unión negativa entre depresión y condiciones de vida, en cambio los síntomas de ansiedad se obtuvo una unión negativa en el dominio ambiental y los síntomas de estrés una unión negativa en el dominio psicológico. Se concluyó que los síntomas se asocian inversamente con la calidad de vida en todos los dominios, con una disminución en las puntuaciones y un incremento de impacto en el dominio psicológico; teniendo

en consideración que estas condiciones pueden contribuir a una disminución del rendimiento académico.

Rodriguez I, Fonseca GM, Aramburú G (Argentina, 2020), tuvieron como objetivo evaluar el estrés académico autopercebido en alumnos ingresantes a la carrera de odontología, se realizó un estudio detallado obteniendo una muestra de 291 estudiantes. El estudio se realizó empleando baremos específicos, y para la asociación entre variables se utilizaron las pruebas de Pearson y Anova. Se concluyó que las características halladas fueron las evaluaciones y la sobrecarga de tareas como estrés, y la fatiga crónica, la ansiedad, la somnolencia, y el aumento o reducción de consumo de alimentos como síntomas.

Leonangeli S, Michelini Y, Rivarola Montejano G (Argentina, 2022), plantearon como objetivo de estudio relacionar los síntomas de ansiedad, depresión y estrés y los motivos por el cual el consumo de alcohol entre los estudiantes universitarios argentinos antes y durante los primeros 3 meses del ASPO (Aislamiento Social, Preventivo y Obligatorio). Se obtuvo como resultado que el consumo de alcohol y los motivos sociales bajaron en los estudiantes durante el ASPO. Haciendo la comparación antes del ASPO, las asociaciones del malestar psicológico y el consumo de alcohol fue más sólida en el grupo durante el ASPO. Se mostró una constancia sobre el consumo durante el ASPO. Se concluyó de carácter obligatorio dar más atención a la salud mental de los estudiantes universitarios que sufrieron cambios en su día a día como respuesta de las restricciones que se dieron a raíz de la pandemia.

Ramón Arbués E, Martínez Abadía B, Granada López JM, Serrano EE, Pellicer García B, Juárez Vela R, Guerrero Portillo S, Saéz Guinoa M (España, 2019), plantearon como objetivo examinar la calidad de la dieta en una población universitaria y de calcular su asociación con la ansiedad, depresión, estrés e insomnio. Como resultado dio que la ingesta no saludable se relaciona con la ansiedad, depresión y estrés; dado que la ingesta excesiva de dulces y el mínimo consumo de lácteos se relacionan a la prevalencia de alteraciones psicológicas y del sueño. Se concluyó que los patrones de ingesta no saludables son típicos entre los universitarios y se relacionan con la ansiedad, estrés y depresión.

Alamouh RA, Al-sawaeir S, Baker D, Aljamani SA, Alomouh SA, AL-Omiri MK (Jordania, 2024), abordaron como meta calcular el grado de estrés, el efecto de los elementos generadores de tensión y las diferencias entre estudiantes en prácticas clínicas de cuarto y quinto año de pregrado en la Universidad de Jordania. Como resultado se encontró que los de quinto año experimentaron más estrés en comparación con los estudiantes de los años menores. Además, se descubrió una correlación entre los niveles de estrés y el rendimiento académico. Concluyeron que los niveles de estrés en estudiantes de cursos clínicos fueron influenciados por su rendimiento académico, género, nivel de año y la naturaleza del tratamiento donde cumplir con los requisitos del curso fue un factor estresante común.

Shehada MR, Alfakhry G, Jamous I, Aljoujou AA, Hak MA (Siria, 2022), plantearon como objetivo de estudio investigar los niveles y fuentes de estrés ,entre estudiantes universitarios de odontología de la Universidad de Damasco, Siria. Esto

dio como resultado una puntuación media de estrés de 2,64 donde se identificaron varios factores contribuyentes al estrés, como factores clínicos, trabajo académico, entorno educativo, factores personales y alojamiento. Los estresores más altos fueron la falta de equipamiento odontológico y la dificultad para encontrar casos clínicos, con puntuaciones medias de 4,1 y 3,9 respectivamente. Se concluyó que los factores clínicos, académicos y educativos producían un nivel de estrés moderado. Se destacaron estresores como la dificultad para encontrar casos clínicos y la falta de equipo dental, los cuales tuvieron un impacto mayor que los factores académicos como exámenes, calificaciones y carga de trabajo.

Collin V, O'Selmo E, Whitehead P (Reino Unido, 2020), plantearon como objetivo examinar el estrés, la angustia psicológica y el agotamiento en estudiantes de odontología en el Reino Unido. Se encontró agotamiento y malestar psicológico, que generalmente aumentaron a medida que avanzaba el curso. El 35% de los estudiantes fueron identificados como perfeccionistas desadaptativos y se demostró que exhibían mayores niveles de estrés, agotamiento y angustia psicológica, y un mayor uso de estrategias de afrontamiento ineficaces. Se concluyó que el manejo del estrés debe enseñarse como parte del plan de estudios de educación dental y debe incluir información sobre estrategias de afrontamiento, así como el perfeccionismo desadaptativo y cómo abordarlo.

Lin X, Zhang C, Yang S, Hsu M, Cheng H, Chen J, Yu H (China, 2020), plantearon como objetivo de estudio investigar la cantidad y las fuentes de estrés en estudiantes universitarios de odontología en Fujian, China, y los factores asociados

con el estrés. No se observaron diferencias significativas en las puntuaciones totales del Cuestionario de Estrés en el Entorno Dental (DES) y la Escala de Estrés Percibido (PSS) entre estudiantes de diferentes niveles y géneros. Sin embargo, se encontró una correlación negativa entre las puntuaciones de DES y PSS con el promedio de calificaciones (GPA), mientras que el género se correlacionó positivamente con el GPA (todos con $P < 0.05$). Además, las alumnas obtuvieron significativamente GPA más altos que los estudiantes varones. Se concluyó que los estudiantes experimentan niveles moderados de estrés. Si bien la cantidad de estrés no difirió según el año de estudio, las fuentes de estrés sí difirieron. Las puntuaciones de estrés y el sexo se correlacionaron negativamente con el rendimiento académico.

Hellyer P (Reino Unido, 2019), planteó como objetivo investigar sobre el estrés percibido, los factores estresantes, los intereses personales y cuanto puede beneficiar las actividades extracurriculares a los estudiantes de odontología. Como resultado el 20% indicó que el estrés había afectado el rendimiento académico y el 50% indicó dificultades para dormir. El 75% refirió fatiga y la mitad pérdida de motivación. El 33% informó dificultades financieras, y cuatro de ellos trabajaban más de 17 horas semanales para pagar las facturas básicas. Se concluyó que las actividades extracurriculares como el deporte, la música y la danza se asociaron positivamente con un buen equilibrio entre el trabajo y la vida personal.

Análisis

El estrés es catalogado como un proceso negativo de aprendizaje cuando se torna de forma crónica y esta puede conllevar a generar ansiedad y frustración entre los estudiantes, la calidad e intensidad como resultado de las emociones resultantes del estrés también puede actuar en el proceso de aprendizaje (1). Cuando ésta da un exceso de tensión, provoca ciertas alteraciones y enfermedades que se dan en nuestro cuerpo o en la parte psicológica, siendo una de las principales alteraciones que se da en el camino del aprendizaje, dando como resultado que afecte a la población académica (2).

Revisando los diferentes artículos con los cuales estamos trabajando en este proyecto, pudimos identificar diferentes factores que desencadenan estrés en los estudiante de odontología; factores como el trabajo académico que es el cumplimiento de los tratamientos odontológicos donde el estrés va incrementando al pasar de los años (12, 3), la dificultad para encontrar casos clínicos en los factores que a veces ya se escapan de las manos de los estudiantes y les produce ansiedad e impotencia (12), factores personales y alojamiento el cual entra también el factor económico donde muchos estudiantes no disponen de una solvencia monetaria adecuada e involuntariamente se obligan a tener una ingesta de alimentos no saludables donde se relaciona con la ansiedad, depresión y estrés (10,12), y por último la responsabilidad de hacer bien los tratamiento clínicos (13).

La carrera de odontología siempre se caracterizó por ser muy exigente en el ámbito teórico-práctico, por esa razón es que están más expuestos a pasar por los problemas de estrés, depresión y ansiedad (6). Stormon N, Ford P, Kisely S, Bartle E y Eley D. describieron en su estudio la asociación entre el estrés, depresión y ansiedad, indicando que dichos estudiantes tienen el nivel más alto entre toda población, lo que conlleva a que están más propensos a sufrir una angustia psicológica llevando asimismo a una probable crisis en el entorno académico (16). Los signos de estrés, ansiedad y depresión obtuvieron un resultado desfavorable entre los estudiantes, especialmente presentaron síntomas de depresión, disminución en el ámbito académico, problemas psicológicos y la socialización (7). Por otro lado, Van der Wall S, Mabaso WS, Davids EL y De Vries PJ, reportaron diagnósticos de estrés, ansiedad y depresión, llegando al punto que algunos tomaban medicamentos (17).

Entrar a la universidad para el alumno es una experiencia nueva y estresante por la exigencia en todos sus ámbitos; sin embargo, para el estudiante de estomatología puede ser más estresante porque no llega a depender netamente de sus aptitudes académicas, sino de la dependencia de terceros y un récord clínico (6). Stormon N , Ford P, Quisely S, Bartle E y Eley D, reportaron la relación de dichos estudiantes que pueden sufrir una presión psicológica incontrolable. En ciertas ocasiones el estudiante no sabe cómo sobrellevar esta situación y por su falta de experiencia y apoyo pueden presentar síntomas de depresión, en el ámbito académico y físico. (7,16). Asimismo, Van der Wall S, Maboso WS, Davids EL y De Vries PJ, exponen que la ignorancia del alumno lo llevará a tener estos signos y síntomas hasta automedicarse (17).

Las limitaciones principales de este estudio vienen a ser la falta de datos actualizados, si bien el estrés está siendo considerado de importancia hoy en día, no hay muchos estudios que relacionen el mismo con estudiantes universitarios en odontología. Asimismo, hay muy poca evidencia relacionado a este artículo en el país, los artículos relacionados son pocos y de diversos países.

Este estudio viene a tener una importante contribución para los futuros estudiantes de odontología puesto que da a conocer las posibles situaciones que podrían afrontar a lo largo de su carrera universitaria; a los padres de familia por lo que se podrán plantear y preveer la inversión que tuvieran que hacer para apoyar a sus hijos; a los maestros y autoridades que podrán identificar y apoyar a los estudiantes en el ámbito académico.

V. CONCLUSIONES

Se concluye de la revisión de la literatura que los factores asociados al estrés en estudiantes de odontología son:

- En primer lugar, trabajo académico por la exigencia que la universidad demanda, tanto por exámenes, trabajos individuales, trabajos grupales o prácticas de laboratorio.
- En segundo lugar, la dificultad para encontrar casos clínicos a medida que van aumentando de ciclo aumentan la complejidad de los casos a presentar; muchas veces estos casos no son fáciles de conseguir por distintos motivos tanto clínicos o disponibilidad del paciente.
- En tercer lugar, la falta de equipamiento clínico puesto que los materiales o instrumentales dentales no son tan económicos, asimismo, se necesitan más de un juego de instrumental por la cantidad de pacientes que tenga que atender.
- En cuarto lugar, la responsabilidad de hacer bien los tratamientos clínicos puesto que los estudiantes deben completar su récord clínico de una forma correcta y en un tiempo establecido

- En quinto lugar, factores personales, alojamiento; sumado a toda lo que demanda estar estudiando odontología en la universidad, pueden haber estudiantes que por estar en cierta universidad, no llegar tarde o no salir tarde de clases, algunos estudiantes se mudan cerca de la universidad o cambian de ciudad con tal de evitar todos estos problema

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Córdova A, Caballero-García A, Drobnic F, Roche E, Noriega DC. Influence of Stress and Emotions in the Learning Process: The Example of COVID-19 on University Students: A Narrative Review. *Healthcare (Basel)*. 2023 Jun 17;11(12):1787. doi: 10.3390/healthcare11121787. PMID: 37372905; PMCID: PMC10298416
2. Estrés [Internet]. Who.int. [citado 25 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
3. Balmus IM, Robea M, Ciobica A, Timofte D. PERCEIVED STRESS AND GASTROINTESTINAL HABITS IN COLLEGE STUDENTS. *Acta Endocrinol (Buchar)*. 2019 Apr-Jun;15(2):274-275. doi: 10.4183/aeb.2019.274. PMID: 31508190; PMCID: PMC6711640.
4. Gardani M, Bradford DRR, Russell K, Allan S, Beattie L, Ellis JG, Akram U. A systematic review and meta-analysis of poor sleep, insomnia symptoms and stress in undergraduate students. *Sleep Med Rev*. 2022 Feb;61:101565. doi: 10.1016/j.smrv.2021.101565. Epub 2021 Nov 2. PMID: 34922108.
5. Aloufi MA, Jarden RJ, Gerdtz MF, Kapp S. Reducing stress, anxiety and depression in undergraduate nursing students: Systematic review. *Nurse Educ Today*. 2021 Jul;102:104877. doi: 10.1016/j.nedt.2021.104877. Epub 2021 Mar 18. PMID: 33905898.
6. Espinoza Vilela FV, Cárdenas Flores CM. Estrés y depresión en el entorno académico-social durante el 2020 en estudiantes de odontología [Stress and

- depression in the social and academic setting of dentistry students in 2020].
Rev Cient Odontol (Lima). 2021 Dec 9;9(4):e080. Spanish. doi:
10.21142/2523-2754-0904-2021-080. PMID: 38463719; PMCID:
PMC10919798.
7. Freitas PHB, Meireles AL, Ribeiro IKDS, Abreu MNS, Paula W, Cardoso CS. Symptoms of depression, anxiety and stress in health students and impact on quality of life. Rev Lat Am Enfermagem. 2023 Apr 17;31:e3884. doi: 10.1590/1518-8345.6315.3884. PMID: 37075384; PMCID: PMC10208634.
 8. Alzahem AM, Van der Molen HT, De Boer BJ. Effect of year of study on stress levels in male undergraduate dental students. Adv Med Educ Pract. 2013 Oct 18;4:217-22. doi: 10.2147/AMEP.S46214. PMID: 24159265; PMCID: PMC3805183.
 9. Leonangeli S, Michelini Y, Montejano GR. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios antes y durante los primeros tres meses de cuarentena por COVID-19 [Depression, anxiety and stress in college students before and during the first three months of COVID-19 lockdown]. Rev Colomb Psiquiatr. 2022 May 27. Spanish. doi: 10.1016/j.rcp.2022.04.008. Epub ahead of print. PMID: 35663410; PMCID: PMC9135671.
 10. Ramón-Arbués E, Martínez Abadía B, Granada López JM, Echániz Serrano E, Pellicer García B, Juárez Vela R, Guerrero Portillo S, Saéz Guinoa M. Conducta alimentaria y su relación con el estrés, la ansiedad, la depresión y el insomnio en estudiantes universitarios [Eating behavior and relationships

- with stress, anxiety, depression and insomnia in university students.]. *Nutr Hosp*. 2019 Dec 26;36(6):1339-1345. Spanish. doi: 10.20960/nh.02641. PMID: 31657605.
11. Alamoush RA, Al-Sawaeir S, Baker DA, Aljamani SA, Alomoush SA, Al-Omiri MK. Stress experienced by dental students performing clinical training in different dental disciplines: a cross-sectional study. *J Occup Health*. 2024 Jan 4;66(1):uia006. doi: 10.1093/joccuh/uiae006. PMID: 38348494; PMCID: PMC10899752.
 12. Shehada MR, Alfakhry G, Jamous I, Aljoujou AA, Abdul Hak M. Major Stress Sources Amongst Dental Students at Damascus University, Syria. *Int Dent J*. 2023 Apr;73(2):205-211. doi: 10.1016/j.identj.2022.03.005. Epub 2022 Apr 20. PMID: 35461649; PMCID: PMC10023539.
 13. Collin, V., O'Selmo, E., & Whitehead, P. (2020). Stress, psychological distress, burnout and perfectionism in UK dental students. *British Dental Journal*, 229(9), 605–614. doi:10.1038/s41415-020-2281-4
 14. Lin XJ, Zhang CY, Yang S, Hsu ML, Cheng H, Chen J, Yu H. Stress and its association with academic performance among dental undergraduate students in Fujian, China: a cross-sectional online questionnaire survey. *BMC Med Educ*. 2020 Jun 3;20(1):181. doi: 10.1186/s12909-020-02095-4. PMID: 32493378; PMCID: PMC7271445.
 15. Hellyer, P. Dental student stressors. *Br Dent J* 226, 857 (2019). <https://doi.org/10.1038/s41415-019-0455-8>
 16. Stormon N, Ford PJ, Kisely S, Bartle E, Eley DS. Depression, anxiety and stress in a cohort of Australian dentistry students. *Eur J Dent Educ*. 2019

Nov;23(4):507-514. doi: 10.1111/eje.12459. Epub 2019 Aug 20. PMID:
31373762.

17. Van der Walt S, Mabaso WS, Davids EL, De Vries PJ. The burden of depression and anxiety among medical students in South Africa: A cross-sectional survey at the University of Cape Town. *S Afr Med J*. 2019 Dec 12;110(1):69-76. doi: 10.7196/SAMJ.2019.v110i1.14151. PMID: 31865946.

ANEXOS

Anexo 1: Estrategias de búsqueda electrónica

Base de datos	Estrategia de búsqueda
PubMed	("Students, Dental"[Mesh]) AND "Stress, Psychological"[Mesh]

Anexo 2. Cuadro resumen de artículos

N°	Año	Autores	País	Objetivos	Resultados	Conclusión
1	2019	I.M. Balmus, M. Robea, A. Ciobica, D. Timofte	Romania	El objetivo es comparar los niveles de estrés percibidos con los cambios de hábitos gastrointestinales declarados en una pequeña cohorte de estudiantes universitarios durante los períodos de adquisición y evaluación académica.	Los resultados mostraron un aumento del estrés percibido en los estudiantes universitarios durante condiciones estresantes, en comparación con períodos menos exigentes. Asimismo, más del 40% de los participantes declararon que los cambios de hábitos gastrointestinales ocurrieron durante períodos estresantes. Observamos correlaciones significativas entre los niveles de estrés percibidos y los cambios de hábitos gastrointestinales.	Este estudio de encuesta de pequeño tamaño mostró que la aparición del evento estresante en adultos jóvenes registró puntuaciones de estrés percibido más altas y síntomas gastrointestinales funcionales frecuentes, en comparación con los períodos de menor estrés.
2	2019	E. Ramón Arbués, B. Martínez Abadía, J.M. Granada López, E.E. Serrano, B. Pellicer García, R. Juárez Vela, S. Guerrero Portillo, M. Saéz Guinoa	España	El objetivo es examinar la calidad de la dieta en una población universitaria y de calcular su sociedad con la ansiedad, depresión, estrés e insomnio.	Los resultados mostraron que la puntuación media del IAS fue de $68,57 \pm 12,17$. La prevalencia de la alimentación no saludable fue del 82,3%, mayor en las mujeres (84,8% vs. 76,4%). La ingesta no saludable se relaciona con la ansiedad, depresión y estrés; dado que la ingesta excesiva de dulces y el mínimo consumo de lácteos se relacionan a la prevalencia de alteraciones psicológicas y del sueño.	Los patrones de ingesta no saludables son típicos entre los universitarios y se relacionan con la ansiedad, estrés y depresión. Las charlas que se realizan para disminuir la ingesta de alimentos no saludables en estudiantes universitarios puede dar como resultado una mejora de la salud psicológica.

3	2019	P. Hellyer	Reino Unido	El objetivo es investigar sobre el estrés percibido, los factores estresantes, los intereses personales y cuanto puede beneficiar las actividades extracurriculares a los estudiantes de odontología.	Los resultados de las respuestas es que el 20% indicó que el estrés había afectado el rendimiento académico y el 50% indicó dificultades para dormir. El 75% refirió fatiga y la mitad pérdida de motivación. El 33% informó dificultades financieras, y cuatro de ellos trabajaban más de 17 horas semanales para pagar las facturas básicas.	Las actividades extracurriculares como el deporte, la música y la danza se asociaron positivamente con un buen equilibrio entre el trabajo y la vida personal.
4	2020	I. Rodriguez, G.M. Fonseca, G. Aramburú	Argentina	El objetivo de este estudio es evaluar el estrés académico autopercebido en alumnos ingresantes a la Carrera de Odontología de la Universidad Nacional de Córdoba (Córdoba, Argentina).	En los resultados se hizo un estudio detallado, obteniendo una muestra de 291 estudiantes. La información se obtuvo del cuestionario autoadministrado Inventario Sisco del Estrés Académico (Barraza Macías, 2007a,b). El estudio se realizó empleando baremos específicos, y para la asociación entre variables se utilizaron las pruebas de Pearson y Anova. El 98,3 % obtuvo estrés académico, con un 88,81 % de los participantes inclinándose por las categorías de intensidad más altas de estrés.	Se estableció el estrés académico autopercebido en un 98,3 % de los estudiantes, donde el 88,81 % se inclinó por las categorías de intensidad más altas de estrés. Las características halladas fueron las evaluaciones y la sobrecarga de tareas como estresores, y la fatiga crónica, la ansiedad, la somnolencia, y el aumento o reducción de consumo de alimentos como síntomas.

5	2020	V. Collin, E. O'Selmo, P. Whitehead	Reino Unido	El objetivo es examinar el estrés, la angustia psicológica y el agotamiento en estudiantes de odontología en el Reino Unido.	En los resultados se encontró agotamiento y malestar psicológico, que generalmente aumentaron a medida que avanzaba el curso. El treinta y cinco por ciento de los estudiantes fueron identificados como perfeccionistas desadaptativos y se demostró que exhibían mayores niveles de estrés, agotamiento y angustia psicológica, y un mayor uso de estrategias de afrontamiento ineficaces.	El manejo del estrés debe enseñarse como parte del plan de estudios de educación dental y debe incluir información sobre estrategias de afrontamiento, así como el perfeccionismo desadaptativo y cómo abordarlo.
6	2020	X. Lin, C. Zhang, S. Yang, M. Hsu, H. Cheng, J. Chen, H. Yu	China	El objetivo de este estudio es investigar la cantidad y las fuentes de estrés en estudiantes universitarios de odontología en Fujian, China, y los factores asociados con el estrés.	En los resultados no hubo diferencias significativas en las puntuaciones totales de DES y PSS entre estudiantes de diferentes grados y sexos. Se mostró que las puntuaciones DES y PSS se correlacionaron negativamente con el GPA, mientras que el sexo se correlacionó positivamente con el GPA (todos $P < 0,05$). Las alumnas obtuvieron GPA significativamente más altos que los estudiantes varones.	Los estudiantes de odontología en Fujian, China, experimentaron niveles moderados de estrés. Si bien la cantidad de estrés no difirió según el año de estudio, las fuentes de estrés sí difirieron. Las puntuaciones de estrés y el sexo se correlacionaron negativamente con el rendimiento académico.

7	2021	M.A. Aloufi, R.J. Jarden, M.F. Gerdtz, S. Kapp	Australia	El objetivo de la revisión es identificar intervenciones dirigidas al estrés, la ansiedad o el estado de ánimo deprimido en estudiantes de enfermería durante su carrera de pregrado.	En los resultados se obtuvo que en la mayoría de los estudios (18 de 22) informaron una reducción estadísticamente significativa en el estrés, la ansiedad o la depresión experimentados por los estudiantes de enfermería que participaron en intervenciones dirigidas a estos síntomas. Las intervenciones que buscaban mejorar las habilidades de gestión de afrontamiento, como las intervenciones basadas en la atención plena, fueron las más reportadas.	Se encontró que la calidad de los estudios que informaron estas intervenciones era variable y, en general, las muestras eran pequeñas con un seguimiento limitado. Los estudios de intervenciones de atención plena comprendieron los tamaños de muestra más grandes, mostraron los niveles más altos de evidencia y trascendieron el estrés, la ansiedad y el estado de ánimo deprimido.
8	2021	F.V. Espinoza Vilela, C.I Cárdenas Flores	Perú	El objetivo es determinar la relación del estrés y depresión en el ámbito académico social durante el 2020 en los estudiantes de Odontología de la Universidad Científica del Sur.	En los resultados se mostró que el estudio estadístico utilizó el sistema SPSS (Inc Armonk NY, EE. UU.) para determinar las variables estrés académico y depresión en estudiantes de odontología de 6to a 10mo ciclo de la Universidad Científica del Sur. Se obtuvo una muestra de 108 alumnos, se dividió en 3 grupos etarios: 19-22 años, 23-25 años y 26 años a más. El estudio obtuvo como principal determinante la cantidad de alumnos participantes; al no llegar a la muestra esperada, se insertó a estudiantes del VI cuatrimestre. La muestra se dividió en intervalos por conveniencia en	Existe relación entre el estrés académico y la depresión en los estudiantes del 6to al 10mo ciclo de Odontología de la Universidad Científica del Sur. Se llegó a la conclusión que no hay relación entre la depresión y el estrés con la edad y el año de estudio de cada estudiante.

					la sección edad para que no altere el porcentaje de afectados y no existan sesgos en la medición y los resultados.	
9	2022	M. Gardani, D.R. Bradford , K. Russell, S. Allan, L. Beattie, J.G. Ellis, U. Akram	UK	El objetivo de este estudio es una revisión sistemática y metanálisis de la falta de sueño, los síntomas de insomnio y el estrés en estudiantes universitarios.	En los resultados se mostró que la calidad del sueño, el insomnio y el estrés son fenómenos interrelacionados que afectan a los estudiantes universitarios y tienen consecuencias negativas para su rendimiento académico y su salud mental.	Las asociaciones agrupadas en esta revisión muestran tamaños de efecto moderados y comparables tanto para la calidad del sueño como para el estrés, así como para el insomnio y el estrés en estudiantes universitarios.

10	2022	S. Leonangeli, Y. Michelini, G. Rivarola Montejano	Argentina	El objetivo del estudio es relacionar los síntomas de ansiedad, depresión y estrés y los motivos por el cual el consumo de alcohol entre los estudiantes universitarios argentinos antes y durante los primeros 3 meses del ASPO.	En los resultados se obtuvo que el consumo de alcohol y los motivos sociales bajaron en los estudiantes durante el ASPO. Haciendo la comparación antes del ASPO, las asociaciones del malestar psicológico y el consumo de alcohol fue más sólida en el grupo durante el ASPO. Se mostró una constancia de consumo de alcohol durante el ASPO.	Es de carácter obligatorio prestar más atención a la salud mental de los estudiantes universitarios que sufrieron cambios en su día a día como respuesta de las restricciones que se dieron a raíz de la pandemia.
11	2022	M.R Shehada, G. Alfakhry, I. Jamous, A.A. Aljoujou, M. Abdul_hak	Siria	El objetivo de este estudio es investigar los niveles y fuentes de estrés entre estudiantes universitarios de odontología de la Universidad de Damasco, Siria.	En los resultados se obtuvo que la puntuación media de estrés percibido fue de 2,64. Se identificaron varios factores contribuyentes al estrés, como factores clínicos, trabajo académico, entorno educativo, factores personales y alojamiento. Los estresores más altos fueron la falta de equipamiento odontológico y la dificultad para encontrar casos clínicos, con puntuaciones medias de 4,1 y 3,9 respectivamente.	El estudio encontró niveles moderados de estrés entre los estudiantes, principalmente relacionados con factores clínicos, académicos y educativos. Se destacaron estresores como la dificultad para encontrar casos clínicos y la falta de equipo dental, los cuales tuvieron un impacto mayor que los factores académicos como exámenes, calificaciones y carga de trabajo.

12	2023	A. Córdova, A. Caballero-García, F. Drobnic , E. Roche, D.C. Noriega	Spain	El objetivo de esta revisión narrativa es analizar la influencia del estrés y las emociones (ambos componentes interconectados) en el proceso de aprendizaje de los estudiantes universitarios.	Los resultados mostraron que según la información presentada en esta revisión, el impacto del estrés en el proceso de aprendizaje parece ser controvertido, ya que perjudica o mejora las funciones de la memoria. La explicación propuesta para esta discrepancia es que el estrés podría considerarse un componente positivo cuando está bajo control y un aspecto negativo cuando el control no es posible	La modulación de las emociones en situaciones de estrés podría promover un aprendizaje eficaz mediante la concentración de la atención o la resolución de problemas.
13	2023	P.H. Batista de Freitas, A.L. Meireles, I.K. da Silva Ribeiro, M.N. Silva Abreu, W. de Paula, C. Silva Cardoso	Brasil	El objetivo es determinar la relación que hay entre calidad de vida y presencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios del área de la salud.	En los resultados se observó una unión negativa entre síntomas de depresión y la calidad de vida, en cambio los síntomas de ansiedad se obtuvo una unión negativa en el dominio ambiental y los síntomas de estrés una unión negativa en el dominio psicológico. No hubo una favorable asociación con la calidad de vida, es decir, cuanto más grande era la gravedad de los síntomas, disminuían las puntuaciones medias en todos los ámbitos.	Se encontró síntomas de depresión, ansiedad y estrés. Los síntomas se asocian inversamente con la calidad de vida en todos los dominios, con una disminución en las puntuaciones y un incremento de impacto en el dominio psicológico. Teniendo en consideración que estas condiciones pueden contribuir a una disminución del rendimiento académico y de la interacción social, además de una disminución significativa de la salud mental y del riesgo de suicidio.

14	2024	R. A. Alamoush, S. Al-sawaeir, D.A. Baker, S.A. Aljamani, S.A. Alomoush, M.K. AL-Omiri	Jordania	El objetivo es evaluar el nivel de estrés, el impacto de los factores de estrés y las discrepancias entre estudiantes clínicos de cuarto y quinto año de pregrado en la Universidad de Jordania.	En los resultados se encontró que los de quinto año experimentaron más estrés. Además, se descubrió una correlación entre los niveles de estrés y el rendimiento académico. Estos hallazgos resaltan la importancia de apoyar a los estudiantes en su formación clínica y académica.	Los niveles de estrés en estudiantes de cursos clínicos fueron influenciados por su rendimiento académico, género, nivel de año y la naturaleza del tratamiento. Cumplir con los requisitos del curso fue un factor estresante común. Se sugiere investigar cómo cada factor afecta el estrés y cómo manejarlo.
----	------	----------------------------------------------------------------------------------------	----------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------