



## HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE SIETE CARRERAS DEL ÁREA DE LA SALUD EN PACHUCA, HIDALGO.

CLAUDIA TERESA SOLANO PEREZ<sup>1</sup>, MARICELA GUEVARA CABRERA<sup>1</sup>, JOSE ARIAS RICO<sup>1</sup> y ROSARIO BARRERA GALVEZ<sup>1</sup>

<sup>1</sup> UAEH. claudia\_solano@uaeh.edu.mx

La situación mundial gobernada por la globalización contribuye cotidianamente al aumento del estrés, clasificado genéricamente en estrés académico o estrés laboral. La presente investigación se refiere al estrés académico presente en alumnos de siete carreras de la salud, específicamente quienes estudian en la capital del estado y que vienen de otras regiones de Hidalgo, referidos como estudiantes foráneos. Las actividades que realizan como formas de entretenimiento, suelen ser las que ocupan como habilidades de afrontamiento.

Identificar el nivel de habilidades de afrontamiento al estrés en estudiantes por carrera de la salud en Hidalgo.

Investigación transversal no experimental, selección aleatoria con muestreo polietápico estratificado según carrera; se midieron intervalos de confianza y  $J_i$  cuadrada para la significancia estadística; desde la teoría, los resultados se analizaron a partir de la psicología positiva y de la salud.

De la muestra total, el 73% de los estudiantes respondió que no fuman; el 60% de los encuestados refiere que no bebe y el 98% respondió que no ha usado drogas; así mismo, de los encuestados, el 41% de alumnos muestra habilidades normales de afrontamiento al estrés.

Ser estudiante universitario del área de la salud en Hidalgo y proveniente de otros municipios puede ser uno de los factores que influyen en las habilidades de afrontamiento al estrés. Es importante seguir investigando.

**Palabras clave:** afrontamiento al estrés; estrés académico, universitarios.