



DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3072

El nivel de estrés percibido en comerciantes de la plaza de san francisco de la ciudad de cuenca – Ecuador, año 2022.

Javier Ávila-Larrea

javier.avila@ucuenca.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-4056-4316>

Celso Israel Azanza La Rosa

israel.azanza@ucuenca.edu.ec

Karina Alexandra Brito Britos

alexandra.britob@ucuenca.edu.ec

Maria Isabel Bustamante Verdugo

isabel.bustamante@ucuenca.edu.ec

Karina Elizabeth Tenelema Salazar

karina.tenelemas@ucuenca.edu.ec

Universidad de Cuenca

Cuenca - Ecuador

RESUMEN

La presente investigación tuvo como propósito, la descripción de los niveles de Estrés Percibido en comerciantes de la Plaza de San Francisco de la Ciudad de Cuenca. La misma se desarrolló a través de un enfoque cuantitativo no experimental de corte transversal, con alcance descriptivo. La muestra tomada fue de 51 comerciantes de la Plaza de San Francisco. Como instrumento de recolección de datos se utilizó la Escala de Estrés percibido (EEP) con su correspondiente consentimiento informado. Se evidenció que la muestra presenta, principalmente, niveles moderados de estrés percibido, oscila entre 11 a 16 (41,2%). En cambio, en las habilidades de afrontamiento, estas oscilan entre los 13 a 18 puntos (49,0%), correspondiendo a bajas capacidades para responder a estresores. Se concluye que los niveles de Estrés Percibido fueron moderados, al igual que se evidencia que, el mayor porcentaje de comerciantes no posee concretamente habilidades de afrontamiento útiles para manejar situaciones difíciles y estresantes. Con relación al distrés general, se pudo evidenciar su elevada percepción de estrés ante situaciones difíciles, además de su bajo control sobre las mismas.

Palabras clave: *estrés percibido; distrés general; estrategias de afrontamiento.*

Correspondencia: javier.avila@ucuenca.edu.ec

Artículo recibido: 10 agosto 2022. Aceptado para publicación: 10 septiembre 2022.

Conflictos de Interés: Ninguna que declarar

Todo el contenido de **Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar**, publicados en este sitio están disponibles bajo

Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) 

Como citar: Ávila Larrea, J., Azanza La Rosa, C. I., Brito Britos, K. A., Bustamante Verdugo, M. I., & Tenelema Salazar, K. E. (2022). El nivel de estrés percibido en comerciantes de la plaza de san francisco de la ciudad de cuenca – Ecuador, año 2022. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(5), 235-250. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3072

Perceived stress level in merchants of the San Francisco Plaza in the city of Cuenca - Ecuador, year 2022.

ABSTRACT

The purpose of this research was to describe the levels of perceived stress in merchants of the Plaza San Francisco in the city of Cuenca. It was developed through a non-experimental quantitative approach of transversal cut, with descriptive scope. The sample taken was of 51 merchants of the San Francisco Plaza. The Perceived Stress Scale (PSS) with its corresponding informed consent was used as a data collection instrument. It was evidenced that the sample presents, mainly, moderate levels of perceived stress, ranging from 11 to 16 (41.2%). On the other hand, coping skills ranged from 13 to 18 points (49.0%), corresponding to low capacities to respond to stressors. It is concluded that the levels of Perceived Stress were moderate, and it is also evident that the highest percentage of traders do not possess coping skills useful for managing difficult and stressful situations. In relation to general distress, it was possible to demonstrate their high perception of stress in difficult situations, as well as their low control over them.

Keywords: perceived stress; general distress; coping strategies.

INTRODUCCIÓN

El estrés hace referencia a un estado de incremento o presión que afecta a una persona, usualmente se debe a un exceso de situaciones que superan los recursos de afrontamiento, por otro lado, también puede considerarse una afección a la salud que reviste gran importancia para la calidad de vida de los seres humanos (Bairero Aguilar, 2017). Cabe recalcar que el estrés no siempre es negativo o genera un desequilibrio, en muchas ocasiones es positivo y nace de las actividades estimulantes que ocurren a nuestro alrededor. Por otro lado, el mismo puede proceder de un ataque de ansiedad, una crisis familiar o un problema laboral, el efecto principal del estrés por lo general es la movilización del sistema de lucha, miedo o huida.

El vivir situaciones estresantes se asocia a la reducción de conductas de salud, así como el incremento de conductas que son nocivas para esta, siendo uno de los factores más dañinos el estrés. Selye (1978) da a conocer que el estrés se da cuando existe un desequilibrio en el organismo por la acción de agentes externos e internos, en este caso, con relación a nuestra investigación se daría en los vendedores fijos de la Plaza San Francisco, del mismo modo Gálvez (2005) menciona que el trastorno por estrés agudo, se da entre las primeras 48 horas y cuatro semanas de exposición al evento, con un significativo componente de sintomatología disociativa, lo que da como resultado dificultades del aprendizaje, problemas de memoria anterógrada, inadecuado manejo de la parte emocional, suspicacia, falta de confianza y hostilidad, hasta cambios permanentes de la personalidad; siendo así, que el organismo hace un esfuerzo para restaurar el equilibrio.

Existen diversas formas de abordar el estrés, a nivel fisiológico, conductual, emocional, cognitivo, entre otros. En este estudio nos enfocamos en la percepción del estrés. Con base en esto Barona (1997) explica que el estrés es una relación dinámica y bidireccional entre la persona y el entorno, al existir un estímulo dañino. Siguiendo esta línea, Palomino-Oré y Huarcaya-Victoria (2020) mencionan que los factores psicosociales son situaciones que pueden causar estrés debido a la interpretación cognitiva y al significado que la persona le vaya asignando al evento dado, si excede sus recursos de ajuste y de bienestar. Por otro lado, el modelo del ambiente social planteado por French y Kahn (1962) da a conocer los cuatro elementos fundamentales que son las condiciones físicas

y sociales objetivas de cada persona, percepción subjetiva del contexto, repertorio de respuestas del trabajador y por último las consecuencias en la salud física y mental derivadas del estrés.

Ahora bien, como mencionamos, existen diversas variables del estrés que se pueden evaluar, de esta manera el enfoque cognitivo resalta que el estrés es el resultado de la evaluación cognitiva de aspectos internos y aspectos del ambiente. Por otro lado, los enfoques integrativos consideran que el estrés es el resultado de muchas variables, siendo así el resultado de una relación dinámica entre sujeto y ambiente (Barrio et al., 2006; Naranjo Pereira, 2009). Sin embargo, en este estudio nos basaremos en un modelo específico sobre el estrés percibido, ampliamente aceptado y utilizado, como es el modelo cognitivo transaccional de Lazarus y Folkman (1984). Este se centra en los procesos cognitivos que se desarrollan en torno a un evento o situación estresante para el individuo.

Naranjo Pereira (2009) expresa las diferencias entre los enfoques fisiológicos y bioquímicos con los psicosociales; los primeros se centran en las respuestas orgánicas cuando el individuo se enfrenta a un acontecimiento amenazante, mientras que los segundos se centran en los factores o estímulos externos estresores. Además, varios autores como Santín (2003), mencionan que la persona no tiene un comportamiento pasivo frente al estrés; esta no pasividad ante la experiencia del estrés, según indica el autor, establece que las formas de afrontamiento proporcionan pautas para explicar las diferencias en la adaptación al estrés.

En el estrés percibido, según Lazarus y Folkman (Martínez Martínez, 2020), los individuos están determinados por el extracto social y las experiencias vividas, es decir factores individuales y sociales intervienen en la evaluación sobre situaciones y su significado, influyendo en la construcción de valores, compromisos y creencias. Esta evaluación cognitiva comprende una interpretación del individuo de una situación como amenazante o peligrosa para sí mismo.

En un estudio llevado a cabo por Larzabal-Fernandez y Ramos-Noboa (2019) con 1002 estudiantes de bachillerato, en la provincia de Tungurahua-Ecuador, se realizó un análisis de la consistencia interna y un análisis factorial exploratorio de la Escala de Estrés

percibido (PSS-14). Se concluyó que la herramienta posee buenas herramientas psicométricas y que puede ser aplicado en el contexto ecuatoriano; sin embargo, se presentaron problemas con el ítem 12 en la población de estudio, puesto que se mostraron dificultades para el entendimiento del enunciado. Es por esto que se recomendó no usar este ítem en futuros estudios. Estos resultados obtenidos son consistentes con otro estudio realizado por Benítez et al. (2013) con funcionarios públicos venezolanos, en donde, mediante un análisis factorial confirmatorio, se decidió excluir el ítem 12 de la aplicación de la escala.

Con esos antecedentes, el presente estudio se centra en describir los niveles de estrés percibido de los comerciantes (vendedores fijos) de la Plaza San Francisco de la ciudad de Cuenca, con la finalidad de identificar, mediante una escala, los niveles de estrés como parte de la salud mental de estos individuos. Los objetivos de la presente investigación buscan medir esta variable principal en este universo específico de la población, como es la respuesta psicológica general frente a estresores.

Por consiguiente, el alcance de esta investigación es que sirva de base para la elaboración de futuras investigaciones. Además, nos permitirá conocer cómo influye el estrés en la vida de los comerciantes de la Plaza San Francisco. Cabe señalar que esta Plaza, está ubicada en el Centro Histórico de una ciudad Patrimonio Cultural de la Humanidad como lo es la ciudad de Cuenca-Ecuador, por lo cual se debe tener presente el creciente flujo turístico nacional e internacional que se ha venido presentando en los últimos años. El origen de esta Plaza se establece casi a la par de la Fundación de Cuenca (1557), por ello, luego de varios siglos y sus continuas modificaciones, actualmente se ha configurado una infraestructura para la realización de eventos socioculturales y actividades comerciales (sector textil).

Lo anterior es parte de la justificación de la investigación, debido a que se pretende conocer la respuesta general de los niveles de estrés que pueden presentar los vendedores fijos de la Plaza San Francisco. De esta manera, quienes se beneficiarán con los resultados de la investigación es en primer lugar este grupo poblacional, luego, el público en general, puesto que, de este modo se conseguirá información actualizada, sobre la situación que viven los vendedores fijos de este sector; considerando que, su valor social, es que se espera que los resultados que se obtengan de la presente

investigación, podrán servir como una referencia para otras investigaciones en contextos semejantes en el centro histórico de la ciudad o incluso para futuras investigaciones que pretendan profundizar los resultados en el mismo contexto. Adicionalmente, la toma de decisiones para la ejecución de políticas públicas en este sector comercial, puede servir como referente en situaciones semejantes.

En este sentido el objetivo de la presente investigación es: Indicar los niveles de Estrés Percibido en Comerciantes de la Plaza de San Francisco de la Ciudad de Cuenca, mediante la Escala de Estrés Percibido (Perceived Stress Scale, PSS).

METODOLOGÍA

Esta investigación se desarrolló desde un enfoque metodológico cuantitativo, no experimental y de corte transversal. Esto debido a que la investigación buscó recoger información sobre las variables de estrés percibido. Se pretendió describir el estado de salud mental actual de los vendedores, aplicándose la Escala de Nivel de Estrés Percibido. El alcance de esta investigación es de tipo descriptivo, ya que se pretende medir e indicar de manera independiente los niveles de estrés percibido, y la percepción del estrés y capacidad de afrontamiento.

La población para la investigación son los vendedores fijos de la Plaza San Francisco de la ciudad de Cuenca. Es así que, los participantes fueron escogidos a través de un muestreo por conveniencia, siendo esta una muestra no probabilística, puesto que no se considera que sea estadísticamente representativo y no se pretende generalizar. De esta muestra se tomó a 51 vendedores para aplicar el instrumento de recolección de información.

Se procedió a realizar un cuestionario de preguntas en Formularios de Google que contengan los ítems de la escala ("Escala de Estrés percibido"), para una mayor facilidad a la hora de recoger la información. Posteriormente, se realizó la aplicación de la misma en el transcurso del mes de junio de 2022, en la cual se alcanzó la administración de 51 aplicaciones.

Para realizar el análisis se utilizó el software SPSS, el cual nos permitió obtener los datos y tablas necesarias para el posterior análisis de información. Además, para la aplicación de la escala, se realizó un consentimiento informado en donde se detalla los aspectos relacionados con la confidencialidad, es así que la información personal recolectada se

mantendrá en estricto anonimato y respeto y, además, esos datos serán empleados únicamente en esta investigación.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se empleó la versión en castellano de la EEP-10 adaptada por Remor (2006) en un estudio de validación con adultos en España. Como se mencionó anteriormente, esta escala mide la percepción de estrés psicológico, es decir, el grado en que las situaciones de la vida cotidiana se perciben como estresantes y las habilidades para afrontarlas.

Esta escala incluye una serie de consultas directas para explorar el nivel de estrés experimentado en el último mes, además ofrece cinco opciones de respuesta: nunca, casi nunca, a veces, muchas veces, y, siempre.

Estos ítems se pueden contestar de cero a cuatro. Sin embargo, los ítems 4, 5, 7 y 8 se invierten para obtener el puntaje total. De esta manera, para la interpretación de los resultados hemos tomado de referencia a Remor (2006) y a Campo-Arias et al. (2014), quienes mencionan que, a una mayor puntuación, mayor será el estrés percibido.

En la **Tabla 1** se puede evidenciar las respuestas válidas, las puntuaciones medias y la desviación típica de las respuestas dadas a cada uno de los ítems planteados. Es así que, los ítems con menor puntuación son los ítems 6 y 9, respectivamente: “En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?” (M=1,67; DT=1,089) y “En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?” (M=1,82; DT=0,817). Por otro lado, los ítems con mayor puntuación son los ítems 12 y 3, respectivamente: “En el último mes, ¿con qué frecuencia ha pensado sobre las cosas que le quedan por hacer?” (M=2,76; DT=1,124) y “En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?” (M=2,53; DT=1,065).

Además, podemos señalar que los estadísticos generales de la escala nos presentan un nivel medio de Estrés Percibido de 29,63 puntos, con una puntuación mínima de 12, una puntuación máxima de 50 y una desviación típica de 8,63.

Tabla 1

Respuestas a los Ítems

	Válidos	Perdidos	Media	Desv. Típ.
1. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?	51	0	2,25	1,129
2. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?	51	0	2,12	1,070
3. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?	51	0	2,53	1,065
4. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?	51	0	1,98	1,068
5. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que ha afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en su vida?	51	0	1,86	1,020
6. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?	51	0	1,67	1,089
7. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?	51	0	2,12	,864
8. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?	51	0	1,92	1,111

9. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?	51	0	1,82	,817
10. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?	51	0	2,25	,956
11. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?	51	0	2,12	1,089
12. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha pensado sobre las cosas que le quedan por hacer?	51	0	2,76	1,124
13. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar la forma de pasar el tiempo?	51	0	2,14	1,069
14. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	51	0	2,22	1,331

Los resultados obtenidos al aplicar la Escala de Estrés Percibido en Vendedores Fijos de la Plaza San Francisco de la Ciudad de Cuenca son variados. Como se indica en la **Tabla 2**, 10 vendedores obtuvieron puntuaciones totales de 12 a 22 (19,6%), correspondiendo a un nivel de estrés percibido bajo o nulo; 26 vendedores obtuvieron puntuaciones totales de 23 a 33 (51,0%), indicando un nivel moderado de estrés percibido.

En cambio, 13 vendedores obtuvieron puntuaciones totales de 34 a 44 (25,5%), correspondiente a un nivel de estrés percibido alto sin llegar a ser significativo; y tan solo 2 vendedores obtuvieron puntuaciones totales de 45 a 55 (3,9%), lo que significa un nivel de estrés percibido considerablemente alto. Con base en estos resultados se puede evidenciar que la muestra presenta, principalmente, niveles moderados de estrés percibido, sin ser mayormente significativos

Tabla 2

Estrés Percibido por los vendedores fijos

Puntuaciones	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
12-22	10	19,6	19,6
23-33	26	51,0	70,6
34-44	13	25,5	96,1
45-55	2	3,9	100,0
Total	51	100,0	

Nota: Elaboración propia.

Para medir el Distrés General o Percepción de Estrés de los Vendedores Fijos de la Plaza de San Francisco de la Ciudad de Cuenca, se usó los ítems del 1 al 7; donde, como se observa en la **Tabla 3**, se indica que 11 vendedores fijos tienen puntuaciones entre 5 a 10 (21,6%), lo cual es un nivel de percepción del estrés bajo a nulo.

En cambio, 21 vendedores obtuvieron entre 11 a 16 (41,2%), lo cual lleva a un nivel moderado de la interpretación cognitiva del estrés; asimismo, 18 vendedores tuvieron un puntaje entre 17 a 22 (35,3%), esto lleva a una percepción mayor del estrés sin llegar a ser significativa; y por último, solo 1 vendedor obtuvo un puntaje entre 23 a 28 puntos (2%), lo que significa una interpretación cognitiva significativa del estrés.

Por consiguiente, la muestra de la presente investigación obtuvo un predominio de puntajes entre 11 a 16 (41,2%), y le siguen puntajes de 17 a 22 (35,3%); esto equivale a que la percepción del estrés respecto a la muestra no es una interpretación cognitiva significativa que puede exceder los recursos de ajuste y de bienestar del sujeto (Palomino-Oré & Huarcaya-Victoria, 2020). De esta manera, se menciona que el nivel de Distrés de los Vendedores Fijos de la Plaza San Francisco oscila entre 11 a 22 puntos, sin ser mayoritariamente significativo.

Tabla 3

Distrés General o Percepción del Estrés

Puntuaciones	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
5-10	11	21,6	21,6
11-16	21	41,2	62,7
17-22	18	35,3	98,0
23-28	1	2,0	100,0
Total	51	100,0	

Para señalar los niveles de Capacidad o Habilidad de Afrontamiento de los Vendedores Fijos de la Plaza San Francisco de la Ciudad de Cuenca se usó los ítems del 8 al 14, y como se observa en la **Tabla 4**, se obtuvo que 15 vendedores fijos de la plaza de San Francisco alcanzaron puntuaciones entre 7 a 12 puntos (29,4%) correspondiendo esto a un nivel de capacidad o habilidad de afrontamiento bajo o nulo.

En cambio, 25 vendedores obtuvieron puntajes entre 13 a 18 (49,0%), por consiguiente tiene un nivel moderado de la capacidad y habilidad de afrontamiento; así mismo 9 vendedores tienen puntuaciones entre 19 a 24 (17,6%), siendo así que poseen una mayor capacidad o habilidad de afrontamiento frente a las situaciones estresantes; y finalmente se obtuvo que solo 2 vendedores fijos obtuvieron puntajes entre 25 a 30 (3,9%) por lo cual se puede decir que tienen una capacidad o habilidad de afrontamiento significativa frente al estrés que pueden sentir en situaciones cotidianas de su vida.

Por lo tanto, con base en los datos obtenidos mencionados anteriormente, se puede decir que, en la investigación se obtuvo un predominio de puntajes entre 13 a 18 (49,0%) como también se observa que le sigue los puntajes entre 7 a 12 (29,4%), por consiguiente, la capacidad o habilidad de afrontamiento de la muestra no es mayoritariamente significativa, es decir, existe un nivel bajo y moderado para poder sobrellevar las situaciones difíciles que se les presente a mencionados sujetos de investigación, sin llegar a ser considerablemente significativa. Por esta razón, el nivel de capacidad o habilidades

de afrontamiento oscilan entre los 7 a 18 puntos, correspondiendo, que no poseen las herramientas óptimas para responder a estresores

Tabla 4

Capacidad o Habilidad de Afrontamiento

Puntuaciones	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
7-dic	15	29,4	29,4
13-18	25	49	78,4
19-24	9	17,6	96,1
25-30	2	3,9	100
Total	51	100	

CONCLUSIONES

El estrés se ha convertido en un tema de gran importancia en la actualidad, especialmente por la estrecha relación que mantiene con la salud mental. Sin embargo, esta reacción fisiológica de nuestro organismo frente a situaciones difíciles no afecta solamente a nuestro bienestar psicológico, sino que influye de gran manera en nuestro entorno, relaciones sociales, desempeño, motivación y en el funcionamiento de nuestro organismo en su totalidad.

Existe una variedad de factores que pueden desencadenar el estrés, y es así mismo, que existen diversas formas de hacerle frente. Cada persona tiene sus propias estrategias para sobrellevar estos momentos de dificultad y diversas variables pueden tener lugar para convertir un problema en una situación pasajera o en algo permanente. Hoy en día el estrés se puede afrontar con distintos métodos que se han desarrollado para ayudar a las personas que lo experimentan. Las llamadas “estrategias de afrontamiento” son métodos factibles que nos llevan a hacerle frente al estrés y a poder manejar las crisis que puedan desencadenar problemas que usualmente provienen de la cotidianidad. Sin embargo, la carencia de educación y el desconocimiento sobre el tema se ha convertido en una traba para mejorar el estilo de vida.

Por otro lado, el estrés no siempre debe ser considerado negativo, algunas formas de estrés a corto plazo pueden ser beneficiosas, puesto que pueden aumentar los niveles de

energía y concentración, lo que ayuda a elevar, sin lugar a duda, nuestra productividad. Sin embargo, cuando el estrés se vuelve un problema permanente se convierte en un factor perjudicial para la salud tanto física como mental de las personas. Este puede influir en el desarrollo de actividades diarias, metas, desempeño laboral y académico, etc.

Con base en lo expuesto, los niveles de Estrés Percibido en Vendedores Fijos de la Plaza San Francisco de la Ciudad de Cuenca fueron moderados sin llegar a ser significativos; igualmente, se evidencia que, el mayor porcentaje de vendedores fijos de la Plaza de San Francisco no posee concretamente habilidades de afrontamiento útiles para manejar situaciones difíciles, ya que los mismos no tienen conocimientos de la existencia de un sistema que les ayude a lidiar y sobrellevar condiciones estresantes. Un porcentaje intermedio posee mínima información de cómo podrían actuar y resolver una situación compleja; finalmente un pequeño porcentaje de vendedores posee información, y actúa de una manera sana y adecuada con la ayuda de estrategias de afrontamiento frente a situaciones de estrés. Con relación al distrés general, se pudo evidenciar su elevada percepción de estrés ante situaciones difíciles sin llegar a ser significativas, además de su bajo control sobre las mismas.

Para finalizar, el estrés es un problema creciente en nuestra sociedad y de especial preocupación, ya que aun en la modernidad no es de conocimiento general las consecuencias negativas que puede acarrear el no poseer opciones de afrontamiento adecuadas que resguarden la salud y sirvan como herramientas para salir adelante.

LISTA DE REFERENCIAS

- Bairero Aguilar, M. (2017). El estrés y su influencia en la calidad de vida. *Multimed. Revista Médica. Granma*, 21(6), 971–982.
- Barona, E. (1997). Salud, estrés y factores psicológicos. In *Campo Abierto. Revista de Educación* (Vol. 13, Issue 1, pp. 51–69).
- Barrio, J. A., García, M. R., Ruiz, I., & Arce, A. (2006). El Estrés como respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 37–48. <https://doi.org/0214-9877>
- Benítez, A., D'Anello, S., & Noel, G. (2013). Validación de la escala de estrés percibido (EEP-13) en una muestra de funcionarios públicos venezolanos. *Anales de La Universidad Metropolitana*, 13(1), 117–133.

- Campo-Arias, A., Oviedo, H. C., & Herazo, E. (2014). Escala de Estrés Percibido-10 : desempeño psicométrico en estudiantes de medicina de Bucaramanga , Colombia. *Revista de La Facultad de Medicina*, 62(3), 407–413. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v62n3.43735>
- French, J. R., & Kahn, R. L. (1962). A Programmatic Approach to Studying the Industrial Environment and Mental Health. *Journal of Social Issues*, 18, 1–47.
- Gálvez, J. F. (2005). Trastornos por estrés y sus repercusiones neuropsicoendocrinológicas. *Rev. Colomb. Psiquiatr*, 34(1), 77–100.
- Larzabal-Fernandez, A., & Ramos-Noboa, M. I. (2019). Propiedades psicométricas de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) en estudiantes de bachillerato de la provincia de Tungurahua (Ecuador). *Ajayu Órgano de Difusión Científica Del Departamento de Psicología UC BSP*, 17(2), 269–282. https://www.researchgate.net/publication/269107473_What_is_governance/link/548173090cf22525dcb61443/download%0Ahttp://www.econ.upf.edu/~reynal/Civwars_12December2010.pdf%0A
- <https://think-asia.org/handle/11540/8282%0A>
- <https://www.jstor.org/stable/41857625>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer.
- Martínez Martínez, L. (2020). Riesgos psicosociales y estrés laboral en tiempos de COVID-19: instrumentos para su evaluación. *Revista de Comunicación y Salud*, 10(2), 301–321. [https://doi.org/10.35669/rcys.2020.10\(2\).301-321](https://doi.org/10.35669/rcys.2020.10(2).301-321)
- Naranjo Pereira, M. L. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171. <https://doi.org/10.15517/revedu.v33i2.511>
- Palomino-Oré, C., & Huarcaya-Victoria, J. (2020). Stress disorders caused by quarantine during the COVID-19 pandemic. *Horiz Med*, 20(4).
- Remor, E. (2006). Psychometric properties of a European Spanish version of the perceived stress scale (PSS). *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 86–93. <https://doi.org/10.1017/s1138741600006004>
- Santín, B. (2003). El estrés : un análisis basado en el papel de los factores sociales. *Revista*

Internacional de Psicología Clínica y de La Salud, 3(1), 141–157.

Selye, H. (1978). *The Stress of Life* (Second edi). McGraw-Hill.