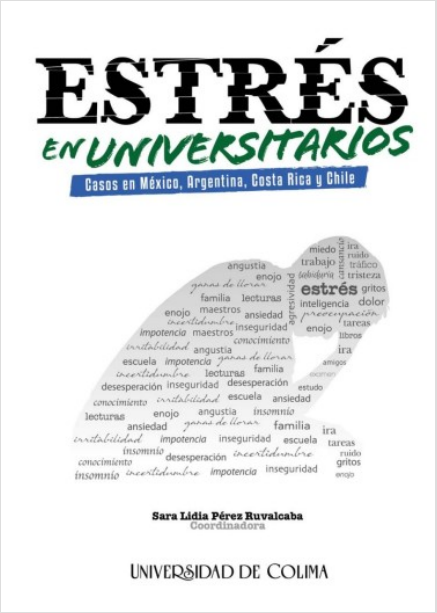
Estrés en universitarios

Casos en México, Argentina, Costa Rica y Chile

Autores

Sara Lidia Pérez Ruvalcaba, Ana Lorena López González, Aarón Ocampo Hernández, Alberto Castro Valles, César Augusto García Avitia, Ciria Margarita Salazar C., Cosme Francisco Maldonado Rivera, Cristina López González, Eudes Jairo Medina Mendoza, Evelyn Irma Rodríguez Morrill, Gerardo Ruvalcaba Palacios, Iván Ulianov Macías Jiménez, José Paulino Dzib Aguilar, Juan José Iglesias Núñez, Lenin Tlamatini Barajas Pineda, María del Rocío Guzmán Benavente, María Elena Vidaña Gaytán, Norma Simo, Oliverio Leonel Linares Olivas, Pamela Zapata Sepúlveda, Pedro Julián Flores Moreno, Rutilio Rodolfo López Barbosa



Sinopsis

Esta obra aborda la problemática del estrés en estudiantes universitarios de México, Argentina, Costa Rica y Chile, desde una perspectiva transaccional. Se exploran las fuentes, síntomas y estrategias de afrontamiento al estrés en el ámbito académico y deportivo, utilizando instrumentos como el cuestionario FUSIES y técnicas de redes semánticas para profundizar en la percepción y experiencia del estrés.Se presentan casos y resultados obtenidos tras la aplicación de estos instrumentos en diferentes universidades latinoamericanas, así como una propuesta de intervención para el manejo del estrés, enfocada en la autorregulación y mejora del rendimiento académico.Además, el libro examina la relación entre estrés y aprendizaje, y la influencia del estrés en deportistas jóvenes durante competencias, mostrando que, a pesar de los retos, los jóvenes cuentan con estrategias capaces de enfrentar situaciones estresantes de manera creativa y adaptativa.

Impreso

Año de publicación: 2020

Presentación: Libro de bolsillo (Libro)

Tamaño: 22.5 x 15 cm

Número absoluto de páginas: 121 Páginas

ISBN13: 9786078814299

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

SP

Sobre el autor

Sara Lidia Pérez Ruvalcaba

Maestra en Psicología General Experimental por la Universidad Nacional Autónoma de México.

E-Book

Año de publicación: 2020

Presentación: PDF (Digital: descarga y online)

Tamaño: 1.83 Megabytes (MB)

Número absoluto de páginas: 121 Páginas

ISBN13: 9786078549627



Palabras clave

Estrés, estudiantes universitarios, afrontamiento, autorregulación, rendimiento académico, cuestionario fusies, redes semánticas, intervención, aprendizaje, deportistas jóvenes

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

Profesora e investigadora de tiempo completo y miembro del Cuerpo Académico UCOL-CA 69 “Bienestar humano socioambiental” de la Facultad de Psicología de la Universidad de Colima. Coordinadora de la Red RVyE3 “Realidad virtual y estrés en el ámbito educativo”. Líneas de investigación: evaluación y manejo del estrés con biofeedback, realidad virtual, uso de las redes semánticas como técnica de evaluación.



Ana Lorena López González



Aarón Ocampo Hernández



Alberto Castro Valles

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

CG

César Augusto García Avitia

Doctor en psicología por la Universidad de Guadalajara. Es profesor de licenciatura y posgrado en la Facultad de Psicología de la Universidad de Colima; miembro del SNII (nivel candidato). Líneas de investigación: competencias y comportamiento ético profesional, actitudes y significados psicosociales, y bienestar y derechos humanos.

CS

Ciria Margarita Salazar C.

Profesora de la Facultad de Ciencias de la Educación en el área de Educación Física y Deporte de la Universidad de Colima, México.

CM

Cosme Francisco Maldonado Rivera

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

CL

Cristina López González

Profesor y miembro del Grupo de Macroeconomía Aplicada, Universidad de Antioquia. Correo electrónico: cristina.lopezg@udea.edu.co

EM

Eudes Jairo Medina Mendoza

Doctor en Ciencias Sociales. Colaborador en la Clínica Universitaria de Atención Psicológica y profesor por horas en la Universidad de Colima en las siguientes facultades: Trabajo Social, Letras y Comunicación, Enfermería y en la Escuela de Mercadotecnia. Líneas de investigación: estudios de género de los hombres y las masculinidades, estrés académico.

ER

Evelyn Irma Rodríguez Morrill

GR

Gerardo Ruvalcaba Palacios

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

IM

Iván Ulianov Macías Jiménez

JD

José Paulino Dzib Aguilar

JI

Juan José Iglesias Núñez

LB

Lenin Tlamatini Barajas Pineda

Es doctor en Investigación de la Educación Física y Deporte. Profesor Investigador de la Universidad de Colima. Líder del Cuerpo Académico Ucol-101-Cultura Física. Miembro de la Red Americana de Investigación en Ciencias del Movimiento Humano (RAICIM) de la Red Iberoamericana de Investigación sobre Sedentarismo y la Actividad Física en el Ámbito Escolar (RISAFAE) y de la Red Global de Educación Física y Deporte.

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

MG

María del Rocío Guzmán Benavente

MV

María Elena Vidaña Gaytán

NS

Norma Simo

OL

Oliverio Leonel Linares Olivas

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

PZ

Pamela Zapata Sepúlveda

PF

Pedro Julián Flores Moreno

Académico de la Universidad de Guadalajara, adscrito a la Facultad de Ciencias de la Educación en la Universidad de Colima. Licenciada en Ciencias del Ejercicio Físico por el Instituto Tecnológico de Sonora. Maestro en metodología del Entrenamiento deportivo, por la Universidad del valle del Fuerte. Doctor en Ciencias Médicas por la Universidad de Colima. Coordinador de Entrenadores Deportivos para las Selecciones Universitarias en la Universidad de Colima. Jefe del Departamento de Alto Rendimiento en el Instituto Colimense del Deporte. Diplomado en la Variabilidad de la Frecuencia Cardiaca por la Universidad Autónoma de Nuevo León.

RL

Rutilio Rodolfo López Barbosa

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen