

Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios, Chachapoyas, Perú, 2019

Academic stress level in university students, Chachapoyas, Peru, 2019

Yoselin Fiorella Vigo Llanos¹, Julio Mariano Chávez Milla²

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación fue determinar los niveles de estrés académico en estudiantes universitarios. La muestra estuvo constituido por 92 estudiantes de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, se aplicó una encuesta para medir el nivel de estrés académico, en las dimensiones estrategias de afrontamiento, síntomas y estresores. Los resultados mostraron que el 44.56%, tiene estrategias de afrontamiento de estrés medianamente bajo y el 4.34% medianamente alto. También se observó que el 36.95%, presenta síntomas de estrés medianamente bajo y el 1.08% presenta alta sintomatología de estrés. Además el 35.86%, presenta dimensiones de estresores medianamente bajo y el 2.17% presenta altos índices de estresores. Concluyendo que el estrés académico en la dimensión afrontamiento y síntomas tiene un nivel medianamente bajo y en la dimensión estresores tiene un nivel medio.

Palabras clave: Estrés académico, síntomas, rendimiento académico.

ABSTRACT

The objective of the present investigation was to determine the levels of academic stress in university students. The sample consisted of 92 students from the Professional School of Stomatology of the National University Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, a survey was applied to measure the level of academic stress, in the dimensions of coping strategies, symptoms and stressors. The results showed that 44.56% have moderately low stress coping strategies and 4.34% moderately high. It was also observed that 36.95% present moderately low stress symptoms and 1.08% present high stress symptoms. In addition, 35.86% present moderately low stressors dimensions and 2.17% present high stressors indexes. Concluding that academic stress in the coping and symptoms dimension has a moderately low level and in the stressors dimension it has a medium level.

Keywords: Academic stress, symptoms, academic performance.

¹ Tesista en Estomatología, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. Email: yanetmejia1989@hotmail.com

² Asesor: Docente Asociado a Tiempo Completo en la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. Email: julio.chavez@untrm.edu.pe

I. INTRODUCCIÓN

Los estudiantes de las universidades están sometidos constantemente a un conjunto de situaciones altamente estresantes, influenciado principalmente por la falta de control sobre el nuevo ambiente potencialmente generador de conocimientos científicos y sumados a ello de estrés. (Bedoya SA, Perea M, Ormeño R. 2013; p 29)

Los estudios comparativos entre los estudiantes de ciencias de la salud concuerdan que son los estudiantes de odontología quienes tienen los niveles más altos de estrés en comparación con sus colegas médicos. Esto puede atribuirse a la compleja naturaleza de la educación dental, en donde se requieren de habilidades quirúrgicas de precisión, mientras tienen que lidiar con el aumento de la carga académica. (Fonseca J, et al. 2013; p. 34)

El estrés en los estudiantes de odontología puede ser multifactorial, atribuyendo a las situaciones generadoras de este: la competencia entre compañeros, responsabilidad por labores académicas, sobrecarga de tareas y trabajos de cursos, evaluación de los profesores en el área clínica, tiempo para cumplir con las actividades; generando trastornos en el sueño, cansancio permanente, dolores de cabeza, problemas de digestión, somnolencia o mayor necesidad de dormir. (Bedoya SA, Perea M, Ormeño R. 2013; p 31)

Así, la exposición continua a estas situaciones estresantes puede deteriorar en forma progresiva el funcionamiento del organismo con la consecuente aparición de problemas de salud mental y / o física, abuso de sustancias, ausentismo y disminución de la eficiencia en el trabajo o el aprendizaje. (Kumar S, et al. 2013; p. 38)

En un estudio anterior en Antioquía concluyeron que es necesario que en la Facultad de Odontología emprenda una intervención a dicho fenómeno y que propicie un ambiente para disminuir de forma directa los estados de estrés que se generan en sus procesos formativos. Las actividades lúdicas, recreativas y el tiempo libre ayudarían a disminuir estos niveles, y deben hacerse más constantes sin volverse repetitiva. (García Vargas. 2001; p 15)

Siendo esta una situación que afecta a la mayoría de estudiantes de odontología de pregrado, si no se toman medidas a tiempo puede ocasionar agotamiento emocional, falta de realización personal, bajo rendimiento académico, entre otros. Es por ello que se debe tomar conciencia de que esta realidad pone en peligro la salud de los estudiantes de odontología así también repercute directamente en la

salud de la población.

II. MATERIAL Y METODOS.

La presente investigación fue de descriptiva de corte transversal. La muestra estuvo conformada por estudiantes de estomatología de ambos sexos, matriculados en el año académico 2019 que cursaban el primero, tercero, quinto, y séptimo año de estudios, de la Universidad Toribio Rodríguez de Mendoza, constituido por 92 estudiantes.

El tamaño muestral se determinó mediante la fórmula de proporciones para tamaño finito, empleándose para dicho cálculo los siguientes estimadores: Nivel de confianza de 95% ($z = 1,96$), error estimado 5% y proporción de 50%. El tipo de muestreo utilizado fue aleatorio simple (Hernández, et al 2014, p. 190). Así mismo se tuvo en consideración los criterios establecidos por el investigador como: estudiantes de estomatología del plan 3, estudiantes matriculados el semestre académico y estudiantes mayores de 18 años.

Se aplicó una encuesta para medir el nivel de estrés académico, en las dimensiones estrategias de afrontamiento, síntomas y estresores

El proceso de elaboración de la encuesta, análisis de confiabilidad, validez y estandarización de las normas de su aplicación se fundamentan en la Teoría Clásica de los Test (12). Se realizó el consentimiento informado del estudio, por escrito a cada alumno para asegurar su participación voluntaria. Luego, se aplicó un cuestionario anónimo e individual, en las aulas de la Escuela de Estomatología después de la actividad teórica programada en tiempo de 5-10 minutos para medir el nivel de estrés académico, en las dimensiones estrategias de afrontamiento, síntomas y estresores (Muñiz, J. 2003 p.208)

III. RESULTADOS.

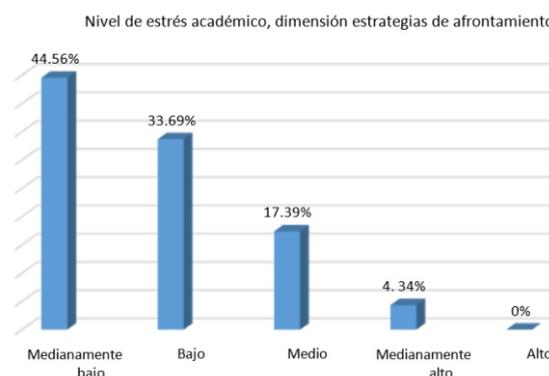


Figura 1. Niveles de estrés académico, dimensión estrategias de afrontamiento.

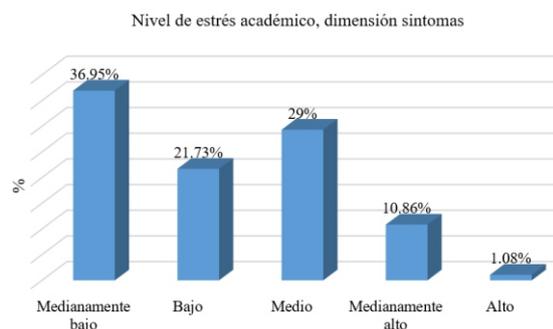


Figura 2. Niveles de estrés académico, dimensión síntomas.

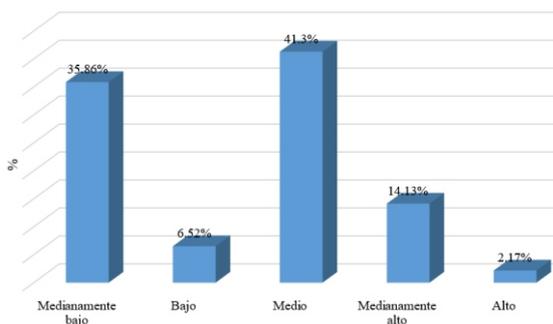


Figura 3. Niveles de estrés académico, dimensión estresores.

IV. DISCUSIÓN.

En la figura 01, se puede observar que del 100% de los encuestados el 44.56% (41), tiene estrategias de afrontamiento de estrés medianamente bajo, el 33.69% (31) presentan estrategias de afrontamiento bajo, el 17.39% (16) presentan estrategias de afrontamiento medio y solo el 4.34% (4) presenta dimensiones de afrontamiento medianamente alto. Al comparar con los estudios realizados por Apaza (2017). Cuyo título fue: “Impacto del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Odontología del primero al sexto semestre académico de la UNA – Puno, 2017-11 se difieren de los nuestros ya que sus resultados reflejan que el 48.62% presentaba estrés, por lo que no era necesario buscar estrategias para hacer frente al estrés, mientras que en nuestro estudio el 44.56% si busca estrategias para hacer frente o combatir el estrés.

Así mismo En la figura 02, se puede observar que del 100% de los encuestados el 36.95% (34), presenta síntomas de estrés medianamente bajo, el 21.73% (20) presentan presenta síntomas de estrés bajo, el 29% (27) presentan presenta síntomas de estrés medio, el 10.86% (10) presenta dimensiones de síntomas medianamente alto y solo el 1.08% (1) presenta alto sintomatología de estrés. Al realizar

comparaciones con el estudio realizado por Evaristo y Chein (2015). En su investigación: “Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología”, en el que encontró que el 100% de estudiantes presentaron en algún momento situación de estrés con una intensidad promedio de 3.5% mientras que en nuestro estudio el 1.08% presenta sintomatología de estrés alto, concluyendo que ambos estudios llegaron a resultados similares, pero sin dejar de lado que también hay un buen porcentaje de estudiantes que presentan sintomatologías de estrés o inicios de estrés severos, los cuales se ve reflejado en el rendimiento académico como lo evidencia el autor del estudio tomado como antecedente.

Si analizamos la figura 03, se puede observar que del 100% (92) de los encuestados el 35.86% (33), presenta dimensiones de estresores medianamente bajo, el 6.52% (6) presentan dimensiones de estresores bajo, el 41.3% (38) presentan presenta indicadores de estresores medio, el 14.13% (13) presenta dimensiones de estresores medianamente alto y solo el 2.17% (2) presenta altos índices de estresores. Y al realizar las comparaciones con los resultados de Castillo, Barrios y Alvis (2018). En su investigación: “Estrés Académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia”, en la que concluye que el 90.8% de los estudiantes han manifestado tener alguna vez preocupación o nerviosismo, indicadores claros de ser los estresores los cuales dan inicio a un estrés académico, mientras que en nuestro estudio el 41,3% ha tenido sintomatología de estresores en algún momento de su vida académica en la universidad, siendo un índice alto, y siendo este un claro indicador que la falta de manejo del cambio de ambiente académico si no es manejado de una manera correcta puede desencadenar diferentes sintomatologías de estrés.

V. CONCLUSIONES.

1. El 44.56% de los estudiantes tiene estrategias de afrontamiento al estrés, lo cual le permite manejar circunstancias de estrés las cuales no se ven reflejados en su rendimiento académico.
2. Los estudiantes de la Escuela Profesional de Estomatología en algún momento de su carrera académica han presentado alguna sintomatología de estrés académico medianamente bajo, ya que se pudo notar que tienen diferentes estrategias para manejar el estrés como charlas, círculos de estudios, cursos académicos.
3. Los factores estresores que provocan estrés en los estudiantes existen en los estudiantes de mediana

manera, estos factores estresores pueden ser considerados como: nerviosismo, insomnio, falta de concentración entre otros factores estresores.

4. El estrés académico es una patología que puede reflejarse en las diferentes actividades que realicen los estudiantes tales como: falta de concentración, insomnio, bajas calificaciones, entre otras.

5. Al director de la Escuela Profesional de Estomatología, para que haga seguimiento del desempeño académico de los estudiantes y así intervenir cuando sea oportuno.

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Álvarez, L., Gallegos, R. y Herrera, P. (2018). *Estrés Académico en estudiantes de Tecnología Superior*. Universitas, Revista de Ciencias Sociales y Humanas. mar-aug2018, Issue 28, p193-209. 17p. Recuperado de: <http://eds.a.ebscohost.com/eds/detail/detail?vid=2&sid=4147177d-71e0-4e82-998e-91faef5340e3%40pd-c-v-sessmgr02&bdata=Jmxhbm9ZXMmc210ZT11ZHMtbG12ZSZzY29wZT1zaXRl#AN=129765287&db=fap>
- Apaza, R. (2018). *Impacto del Estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Odontología del primer al sexto semestre académico de la UNA-Puno 2017- II*. (Tesis para optar el título de cirujano dentista). Universidad Nacional del Antiplano, Puno. Recuperado de: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/7515>
- Bedoya SA, Perea M, Ormeño R. *Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología*. RevEstomatol Herediana 2006; 16(1): 15 – 20. Disponible en <http://revistas.concytec.gob.pe/pdf/reh/v16n1/a04v16n1.pdf>. Consultado el 6 de setiembre del 2013
- Castillo, I, Barrios, A., y Alvis, L. (2018). *Estrés Académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia*. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 20(2), 1-11. Recuperado de: <http://eds.a.ebscohost.com/eds/detail/detail?vid=2&sid=827f0c6c-e961-4dbc-8fa9-77e301d7d746%40sd-c-v-sessmgr03&bdata=Jmxhbm9ZXMmc210ZT11ZHMtbG12ZSZzY29wZT1zaXRl#AN=133483995&db=fap>
- De Castro, J. y Luévano, E. (2018). *Influencia del Estrés Académico sobre el Rendimiento Escolar en Educación Media Superior*. *Revista Panamericana de Pedagogía: Saberes y Quehaceres del Pedagogo*, (26), 97 - 117. Recuperado de: <http://eds.b.ebscohost.com/eds/detail/detail?vid=1&sid=c9d41697-92db-44ae-9765-988cf28e1e07%40pd-c-v-sessmgr01&bdata=Jmxhbm9ZXMmc210ZT11ZHMtbG12ZSZzY29wZT1zaXRl#AN=132398623&db=fap>
- Evaristo, T. y Chein, S. (2015). *Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología*. *Odontología Sanmarquina*, 18(1), 23-27. Disponible en: <https://doi.org/10.15381/os.v18i1.11336>
- Fonseca J, Divaris K, Villalba S, Pizarro S, Fernandez M, Codjambassis A, Villa-Torres L, Polychronopoulou A. *Perceived sources of stress amongst Chilean and Argentinean dental students*. *European Journal of Dental Education* 2012; 17: 30 – 38. Disponible en <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/eje.12004/full>. Consultado el 05 de setiembre del 2013
- Gonzales, R., Souto-Gestal, A., y Fernandez, R. (2017). *Perfiles de regulación emocional y estrés académico de fisioterapia*. *European Journal of Education and Psychology*, (2), 57. Recuperado de: <http://eds.b.ebscohost.com/eds/detail/detail?vid=2&sid=1b1686f5-fdc1-4d07-b3b2-c9ef1c1e91130%40pd-c-v-sessmgr03&bdata=Jmxhbm9ZXMmc210ZT11ZHMtbG12ZSZzY29wZT1zaXRl#AN=edsdoj.06c40dd820984266a4de6ca27112da09&db=edsdoj>
- García Vargas, Y. (2001). *Estrés en el estudiante de odontología. Ponencia presentada en el Primer Foro de Experiencias PAEA*. Recuperado El 12 de mayo de 2009 em El sitio: <http://www.iztacala.unam.mx/temas/foropaea/29RCD07Ia.htm>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación (6ta ed)*. México D.F: McGrawHill Education.

Kumar S, Dagli R, Mathur A, Jain M, Prabu D, Kulkarni S. *Perceived sources of stress amongst Indian dental students*. European Journal of Dental Education 2008; 13: 39 – 45. Disponible en <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1600-0579.2008.00535.x/full>. Consultado el 05 de setiembre del 2013.

Muñiz José. (2017). *Teoría Clásica de los Test*. Madrid: Ed, Piramide. 2da edic. España.