

El estrés académico en estudiantes en Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Guayaquil

Academic stress in students at the Faculty of Medical Sciences, of the University of Guayaquil

Victor Miguel Sinchi Mazón¹ <https://orcid.org/0000-0001-5455-1842>
vmsinchim@ube.edu.ec

Luis Alberto Salazar Guashpa.² <https://orcid.org/0009-0009-9419-243X>
Lsalazarg@ecotec.edu.ec

Martha Yolanda Morocho Mazón^{3*} <https://orcid.org/0000-0002-5207-4824>

¹Docente Universidad Bolivariana del Ecuador.

²Docente Universidad Tecnológica ECOTEC.

³Docente Universidad de Guayaquil. Facultad de Ciencias Médicas.

*Autor para la correspondencia.: martha.morocho@ug.edu.ec

RESUMEN

Las situaciones de la vida académica exponen a tensiones al estudiante durante la formación universitaria, lo cual puede afectar negativamente las emociones y sentimientos; por lo que, existe la necesidad de emprender este estudio con el objetivo de determinar los efectos físicos, emocionales y comportamentales que el estrés académico trae consigo. Para esto se aplica un estudio con metodología cuantitativa descriptiva, no experimental, transversal en una muestra de 100 estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Guayaquil, incluye la Carrera Medicina y Enfermería. En conclusión, la identificación de situaciones de estrés académico es un precedente para configurar ambientes de aprendizaje más amigables y significativos que favorezca a la preparación de los futuros profesionales.

Palabras Clave: estrés académico-Facultad de Ciencias Médicas.

ABSTRACT

The situations of academic life expose the student to tensions during university education, which can negatively affect emotions and feelings; Therefore, there is a need to undertake this study with the aim of determining the physical, emotional and behavioral effects that academic stress brings with it. To this end, a study with descriptive, non-experimental, cross-sectional quantitative methodology is applied in a sample of 100 students of the Faculty of Medical Sciences of the University of Guayaquil, including the Medicine and Nursing Career. In conclusion, the identification of situations of academic stress is a precedent for configuring friendlier and more meaningful learning environments that favor the preparation of future professionals.

Key words: academic stress-Faculty of Medical Sciences.

Recibido: 12/061/24

Aceptado: 17/09/24

INTRODUCCIÓN

El estrés es una manifestación de las emociones y sentimientos que salen del control en las personas y surgen producto de las exigencias de tipo académicas, laborales, sociales, familiares y de los grupos (Quiliano Navarro, 2020). Sus manifestaciones son contundentes en la dimensión física, psicológica y comportamental; en lo corporal, se altera la presión arterial, aumenta los niveles de la glicemia, hay inflamación de las articulaciones, enfermedades cardíacas, obesidad, alteraciones gastro intestinales, respiratorias y cáncer, la ansiedad y depresión, pánico, somnolencia, cefalea, dolor de estómago, dolor de espalda, palpitaciones (Baquerizo-Quispe, 2022). Falta de apetito, debilidad del sistema inmune, insomnio, cansancio y fatiga, tristeza, dificultad en la concentración, problemas de la memoria, irritabilidad, temor por no cumplir con las obligaciones y baja motivación para realizar actividades académicas que tienen un importante compromiso en la salud mental (Gutiérrez, 2021).

Requerimientos durante los estudios (trabajos, evaluaciones, exposiciones, etc.), el ímpetu que exige los estudios universitarios, diversidad en las jornadas de clases teórico y prácticas, competencias percibidas entre compañeros, rigidez dentro del grupo, transformaciones en los hábitos de la vida diaria (alimentación, recreación, descanso y sueño), hacen que el estudiante entre en desbalance dentro de la salud mental (Sullca Vila, 2020)

Sobre esta, la Organización Mundial de Salud (OMS) define a la salud mental como “Un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, es el resultado de la forma en que cada uno afronta las tensiones de la vida, formas que se desarrollan de diferente manera para beneficio de la persona quien logrará trabajar de forma productiva y fructífera, con importante aporte a la comunidad” en este sentido, la salud mental, va de la mano de los factores que la alteran y de amortiguadores que la regulan como la inteligencia emocional (OMS, 2022)

Manifestaciones de los desbalances en la salud mental son la depresión y ansiedad cuya ocurrencia es alarmante de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS). Según el informe del año 2017, declara que 300 millones de personas en el globo sufren depresión, lo cual va de la mano de la ansiedad con más de 260 millones de personas. En esta línea, la Asociación Americana de Psicología (APA) presenta a la depresión como el padecimiento más frecuente que ocurre en uno de cada tres estudiantes de acuerdo al informe de los resultados del proyecto Encuesta Mundial de Salud Mental de la OMS, el cual fue un Proyecto Internacional para Estudiantes Universitarios: Prevalencia y distribución de los trastornos mentales, en el año 2018. Este estudio involucró a 14.371 alumnos del primer año, en 19 Universidades públicas y privadas, y países como Australia, Bélgica, Alemania, México, Irlanda del Norte, Sudáfrica, España y Estados Unidos) (Sullca Vila, 2020).

La relación entre estudiantes y profesores con carencia de empatía, de respeto, con fracaso en la comunicación asertiva, son atenuantes del clima académico durante el aprendizaje. El comportamiento de docentes y discentes (tanto en la formación de niños como de adultos) viene regulado por normas y buenas prácticas que al comprometerlas son parte de los móviles para entrar en crisis emocional con un fuerte compromiso en la confianza entre actores académicos (Silva-Ramos, 2020). De estos, son los estudiantes quienes por lo menos una vez en toda su vida académica han sufrido estrés, cabe destacar que el estrés

es parte del proceso en los estudios, los estudiantes en las carreras de la salud al enfrentarse a un currículo riguroso con prácticas clínicas y teóricas intensivas de externado e internado (Aliaga Mejia, 2022), tiene escenarios educativos diversos que los confronta a situaciones diversas de exigencia, entonces cabe preguntar ¿Qué pasa cuando los niveles de estrés sobrepasan al estudiante y las habilidades de afrontamiento que cada persona tiene no son suficientes?. Es en torno a esta problemática que este estudio pretende determinar los efectos negativos causados por el estrés académico, alrededor de la salud física, emocional y comportamental (Silva-Ramos, 2020)

METODOLOGÍA

Esta investigación se realiza mediante un enfoque cuantitativo y descriptivo, la recolección de datos se basó en una encuesta estructurada que los estudiantes debían responder. Se utilizó como instrumento de investigación el cuestionario SISCO para medir Estrés Académico, creado por Barraza, el cual se fundamenta en el Modelo Sistémico Cognoscitivista, este cuestionario está estructurado por 31 indicadores que miden: Intensidad de estrés auto percibido, Entorno estresor, Reacciones y Estrategias de afrontamiento empleadas por los alumnos ante el estrés. Uno de los ítems es considerado como filtro y otro valora el nivel de intensidad de estrés académico.

La escala de medición es tipo Likert, 8 indicadores determinan la regularidad de los estímulos externos que pueden ser causales de estresores, 15 indicadores corresponden a las manifestaciones físicas emocionales y conductuales de estrés y 6 se enfocan en las estrategias de afrontamiento. En nivel de confianza de este instrumento SISCO fue sometido al coeficiente de alfa de Cronbach cual obtuvo la propiedad psicométrica de (0.90).

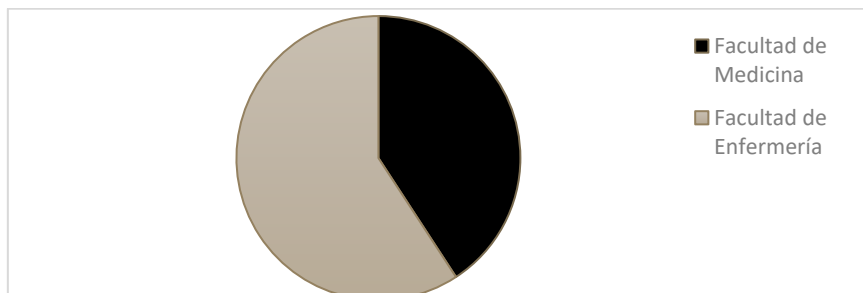
Este es un estudio no experimental y de corte transversal. La población por estudiar son los estudiantes de la Universidad de Guayaquil de la Facultad de Ciencias Médicas, de los cuales se incluye a estudiantes de carrera de Medicina y Enfermería, se recopiló una muestra de 100 encuestas. Se explicó a los estudiantes como parte del consentimiento informado, el objetivo del estudio, la forma de responder los cuestionarios, y el carácter confidencial de la información obtenida.

El tiempo destinado para el llenado de los cuestionarios osciló entre 15 y 20 min. Como criterios de inclusión se consideró a estudiantes matriculados y en condición de

estudiantes regulares. El criterio de exclusión fue la no asistencia a clases el día que se aplicó la encuesta.

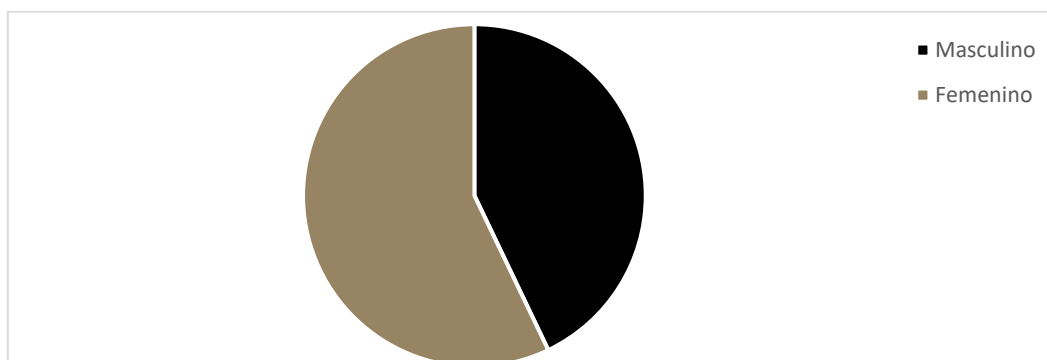
RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Figura No 1. Distribución porcentual de estudiantes de Facultad de Ciencias Médicas en Universidad de Guayaquil.



Análisis: Como demuestra el gráfico, la mayor cantidad de personas que responden el cuestionario son estudiantes en la carrera de enfermería con un 59,2% y la carrera de medicina con un 40,8%, recolectando en total una muestra de 100 sujetos.

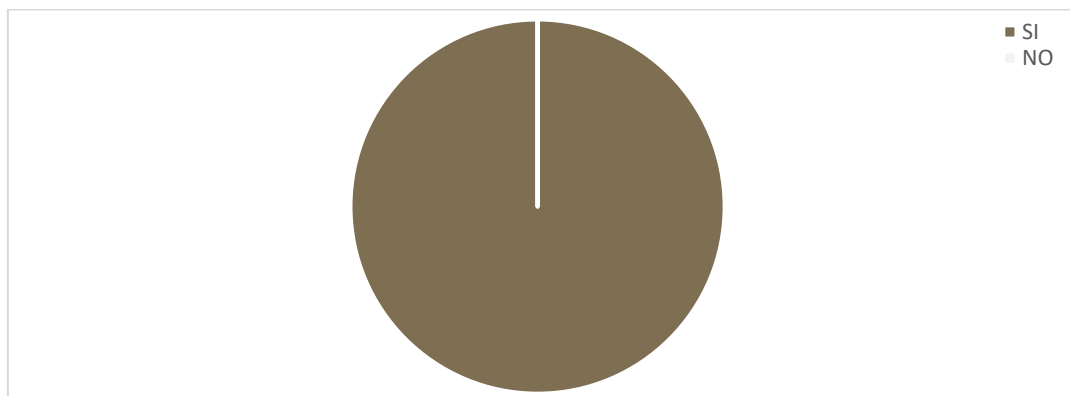
Figura No 2. Distribución porcentual de acuerdo al sexo de estudiantes en Facultad de Ciencias Médicas en Universidad de Guayaquil.



Análisis: De acuerdo a los datos recolectados del cien por ciento de los encuestados, el sexo femenino corresponde al 57,1% de la muestra; mientras el sexo masculino corresponde al 42,9%, con este antecedente, se infiere que al no existir una brecha significativa entre ambos sexos, se puede notar que ambos sexos han presentado algún nivel de estrés académico. Este dato coincide con los resultados del estudio de Ordoñez

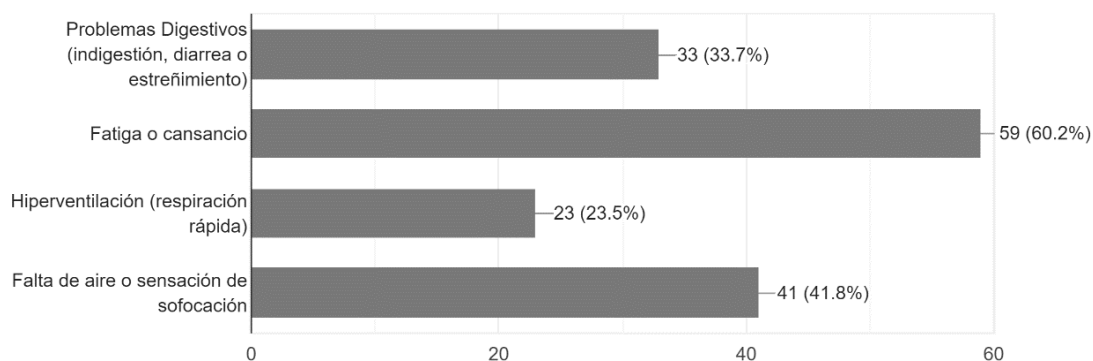
en el año 2020, Sobre Estrés Académico y Sexo, de los cuales el 31% del total de estudiantes evaluados presentan depresión media y son mujeres, en segundo lugar, con un 22.3% son estudiantes mujeres con alto estrés académico (Ordoñez, 2020).

Figura No 3. Distribución porcentual de estudiantes en Facultad de Ciencias Médicas que han sufrido estrés académico, momentos de preocupación o nerviosismo a lo largo del semestre.



Análisis: Con la recolección de los datos se concluye que el 100% de la muestra ha sufrido estrés en su vida académica, esto es un problema latente en los estudiantes, cuando las habilidades de afrontamiento se ven afectadas por trabajos, lecciones, prácticas, investigaciones, exposiciones, todo lo que conlleva estudiar una educación superior, muchas veces el estudiantado se ve sobrepasado por aquellas situaciones donde se prueba su habilidad como estudiante, genera estrés y posibles repercusiones en la salud de estos. Estos resultados coinciden con los del estudio de Sullca, V en Lima, en el año 2020, correspondiente al “Estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la Escuela académico profesional de enfermería de la Universidad Norbert Wiener 2020” los cuales presentaron algún nivel de estrés, con resultados que indican que del 100% de la muestra el 9,7% (6) en un nivel de estrés académico leve, mientras que el 22,6% (14) tuvieron un nivel de estrés severo y el 67,7% (42) presentaron un nivel de estrés moderado”.

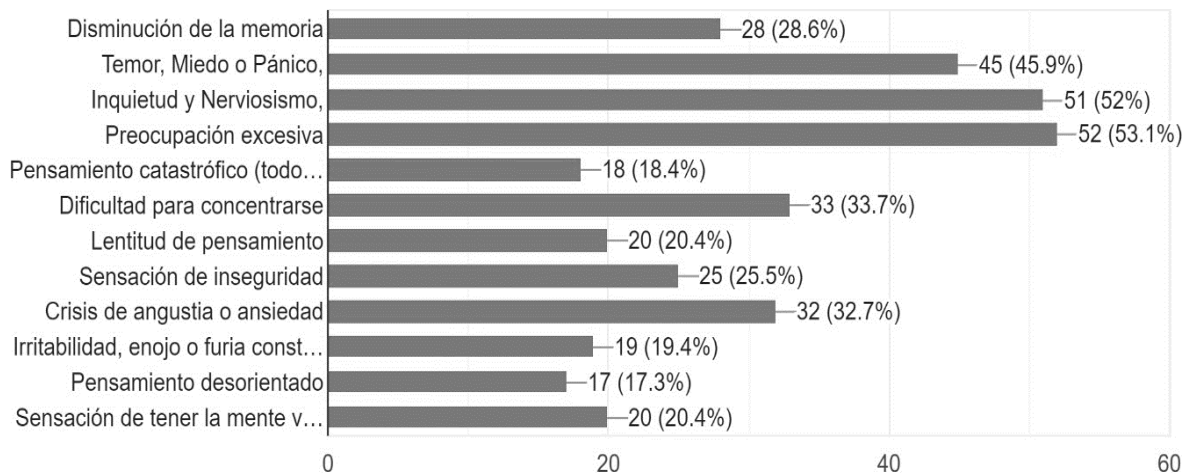
Figura No 4. Distribución porcentual de estudiantes en Facultad de Ciencias Médicas en la Universidad de Guayaquil referente a los síntomas físicos que pueden desencadenar el estrés académico



Análisis: Mediante los datos tabulados se valida que el mayor síntoma físico desencadenado en situación de estrés en los estudiantes de la carrera de medicina y enfermería es la fatiga o cansancio con el 60,2%; demostrando aquello que, este síntoma no se puede superar; seguido se encuentra la falta de aire o sofocación con el 41.8% y contiguo, se encuentran los problemas digestivos en un 33,7% y la hiperventilación con el 23,5%. Estos resultados tienen similitud con los emitidos por el estudio de Restrepo en el año 2020, para la categoría Reacciones físicas, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de Inquietud (este ítem presentó diferencias según la edad), (Restrepo, 2020). En esta línea los resultados del estudio de Rodríguez, F. en el año 2020, EL estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud en Santiago de Chile, demuestran que existen reacciones físicas entre los estudiantes de Enfermería en comparación con los de las otras carreras como manifestaciones de las situaciones del estrés académico. En esta línea, el estudio de Quiliano, 2020 demuestra que para la categoría Re-acciones psicológicas, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de Inquietud (este ítem presentó diferencias según la edad). Para la categoría Reacciones psicológicas, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de Somnolencia o mayor necesidad de dormir.

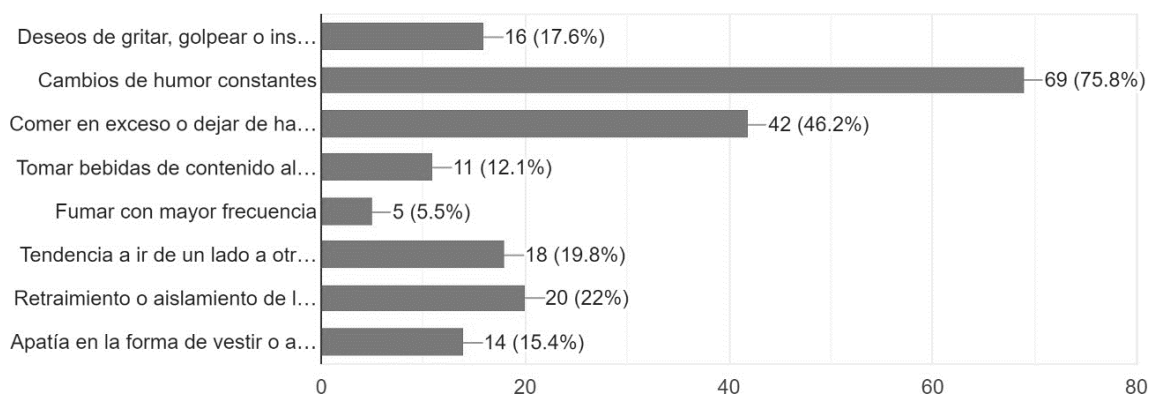
Figura No 5. Distribución porcentual de estudiantes de la Universidad de Guayaquil referente a los síntomas psicológicos que pueden desencadenar el estrés académico

Fuente: Elaboración propia, 2024



Análisis: Mediante los datos recolectados se devela que la mayoría de los efectos del estrés académico en la salud de los estudiantes son los efectos mentales o psicológicos lo que tiene mayor incidencia son la preocupación excesiva con un 53,1% e inquietud y nerviosismo con un 52%, la parte más comprometida en un estudiante es la salud mental, al sentirse incapás de resolver situaciones en el diario vivir académico. El temor, miedo o pánico es otra de las reacciones incidentes con el 45.9%. La dificultad para concentrarse producto del estrés, con el 33.7%. La crisis de angustia o ansiedad ocupan el 32.7%. El incumplir lo que se espera del estudiante cobra consecuencias en la salud en general y afecta las habilidades de afrontamiento. Frente a estos resultados, los estudios de Ordoñez, J. (2020) cobran interés cuando la ansiedad y depresión media y alta son reacciones que demandan ser mediadas por la inteligencia emocional, Otros factores psicológicos también predominaron como la inquietud y nerviosismo, (Ordoñez, 2020)

Figura No 6. Distribución porcentual de estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas en Universidad de Guayaquil, referente a los síntomas comportamentales que pueden desencadenar el estrés académico.



Fuente: Elaboración propia, 2024

Análisis: Mediante los datos recolectados sobre el área comportamental las manifestaciones del cambio de humor de manera constante son presentada por el 75.8% de la muestra, lo cual es un dato significativo de la dificultad en la aplicación de estrategias amortiguadoras para superar las situaciones estresantes. De la mano de esta reacción se encuentra el comer en exceso el 46.2%, el retraimiento o aislamiento con el 22% , muy de cerca esta la tendencia a ir de un lado a otro con el 19.8% y el deseo de gritar o golpear con el 17.6% y en menor porcentaje el apatía en la forma de vestir y tomar bebidas alcohólicas junto a la práctica de fumar con mayor frecuencia.

Estos datos coinciden con los resultados del estudio de Quiliano, M, en el 2020 en el cual arroja sobre el Estado de ánimo general obtuvo mayor frecuencia en el nivel Promedio es de (37%). en el estudio de la Inteligencia Emocional y Estrés académico en estudiantes de Enfermería, en Huancayo-Perú.

CONCLUSIONES

Las manifestaciones de estrés académico en el estudiantado de la Facultad de Ciencias Médicas son innegables y más aún cuando tiene importante compromiso en lo físico, psicológico y comportamental; sin embargo, identificar agentes estresores, reguladores y redes de apoyo resilientes son canales que pueden contribuir a superar las crisis emocionales. La pretensión gira alrededor de hacer que el proceso de enseñanza aprendizaje sea amigable y significativo para los actores académicos y la dinámica pedagógica tenga una atmósfera secretora de endorfinas, serotonina, dopamina, y todas las sustancias generadoras de la felicidad mientras administra su tiempo en beneficio de la academia y la sociedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aliaga Mejia, G. (2022). *Educación virtual y nivel de aprendizaje en pandemia Covid-19 en estudiantes del 4to año de secundaria del “Glorioso Colegio Nacional de Ciencias”– Cusco 2022*. Cusco.
- Baquerizo-Quispe, N. M.-P.-M.-M.-C. (2022). Baquerizo-Quispe, NS, Miguel-Ponce, HR, Castañeda-Marinovich, LF, Ro Asociación entre presencia de estrés, depresión y/o ideación suicida con el rendimiento académico en estudiantes de medicina de una Universidad peruana en medio de la pandemia. *Revista Médica de Rosario*. 88 (1), 7-15.
- Barraza, M. A. (2018). *Inventario SISCO*. Disponible en: [Inventario sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés.pdf \(ecorfan.org\)](#)
- Gutiérrez, A. (2021) Cómo afecta el estrés en la educación. UMM Blog. Disponible en: <https://www.umm.edu.mx/blog/como-afecta-el-estres-en-la-educacion>
- OMS. (Junio de 2022). *Mental-health-strengthening-our-response*. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Ordoñez, J. M. (2020). La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios. . *Tzhoecoen*, 12(4), 449-461., 449-461.
- Quiliano Navarro, M. &. (2020). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería. *Ciencia y enfermería*. *Ciencia y enfermería*.
- Restrepo, J. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Psicoespacios*. 14 (24): 23-47, Colombia.
- Rodríguez-Fernández, A. M.-S.-P.-U.-F. (2020). Rodríguez-Fernández, A., Maury-Sintjago, E., Troncoso-Pantoja, C., Mo Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud de Santiago de Chile. Edumecentro. *Edumecentro*, 12(4), 1-16., 1-16.
- Silva-Ramos, M. L.-C.-Z. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. Investigación y ciencia. *Investigación y ciencia*, 28 (79), 75-83.
- Sullca Vila, G. S. (2020). *Estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la escuela académico profesional de enfermería de la universidad norbert wiener*. Disponible en: [Estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la escuela académico profesional de enfermería de la universidad norbert wiener 2020 \(uwiener.edu.pe\)](#). Lima.

Conflicto de intereses.

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

Contribución de los autores

Victor Miguel Sinchi Mazón: Resumen e introducción del trabajo

Luis Alberto Salazar Guashpa: Metodología e instrumentos.

Martha Yolanda Morocho Mazón: Resultados y conclusiones.

Martha Yolanda Morocho Mazón: Revisión de artículo final