

Estrés académico en estudiantes universitarios de enfermería

Jesús Roberto Garay Núñez, María Isabel Santos Quintero, María Araceli Félix Amézquita, María del Carmen Beltrán Montenegro, Verónica Guadalupe Jiménez Barraza
Escuela Superior de Enfermería Culiacán, Universidad Autónoma de Sinaloa (Culiacán, Sinaloa, México)

Correspondencia: jrgarayn@hotmail.com (Jesús Roberto Garay Núñez)

Introducción

El estrés académico es el malestar que el estudiante presenta debido a factores físicos, emocionales, ya sean de carácter interrelacional, intrarrelacional o ambientales que pueden ejercer una presión significativa en la competencia individual para afrontar el contexto escolar en el rendimiento académico, habilidad metacognitiva para resolver problemas, presentación de exámenes, relación con los compañeros y educadores, búsqueda de reconocimiento e identidad, habilidad para relacionar el componente teórico con la realidad específica abordada (Martínez et al, 2007).

Los estudiantes de la licenciatura en enfermería son de tiempo completo debido al diseño curricular por competencias profesionales integradas. Podemos afirmar que el diseño es de turnos mixtos en el sentido de que los estudiantes que cursan sus unidades de aprendizaje en el turno matutino, estos asisten por las tardes a sus prácticas de experiencia clínica y comunitaria del área de enfermería según corresponda de acuerdo a su grado escolar y viceversa los estudiantes que cursan sus unidades de aprendizaje en el turno vespertino, realizan sus prácticas clínicas y comunitarias durante el turno matutino.

Roy define la adaptación “como el proceso y el resultado por medio de la cual las personas con pensamientos y sentimientos en forma individual o grupal, utilizan la conciencia consciente y eligen para crear una integración humana y ambiental”. A partir de este concepto, Roy considera al individuo como un sistema adaptativo que está en continua interacción con el medio ambiente, en el cual la persona utiliza mecanismos, el innato y el adquirido dentro de dos importantes subsistemas para afrontar las situaciones. Estos subsistemas incluyen el sistema regulador, que está dado por repuestas innatas y reflejas de carácter neuroquímico y endocrino del organismo; y el subsistema cognitivo, el cual es adquirido y responde a través de la percepción, procesamiento de la información, aprendizaje, juicio y emoción. Las respuestas de estos subsistemas son evidenciados en los cuatro modos de adaptación: modo fisiológico, el auto concepto, el rol y la interdependencia. A través de este modelo teórico de adaptación, Roy busca explicar cómo ocurre este proceso y por qué se produce, por tanto, desarrolla la teoría de mediano rango del proceso de afrontamiento y adaptación, con el propósito de explicar el subsistema cognitivo y de esta manera identifica la capacidad y las estrategias que utiliza una persona para controlar y afron-

tar una situación difícil para promover su adaptación (Roy, 2008).

Las variables asociadas al síndrome son muy diversas y, en el ámbito académico, se han estudiado los factores que pueden restringir o facilitar el desempeño académico del estudiante. Diferencian entre las variables consideradas “obstáculos” (factores del contexto académico que dificultan el desempeño del estudiante), y los llamados “facilitadores” (factores del contexto académico que posibilitan el buen funcionamiento y ayudan a mitigar los obstáculos). Entre las primeras, se destacan las dificultades en el servicio de reprografía, el realizar o dejar demasiadas tareas, los horarios de clase muy cargados y muchos créditos por programa. Entre los facilitadores anotan el adecuado servicio de biblioteca, el compañerismo, el apoyo social de la familia y los amigos, así como recibir becas de estudio (Salanova et al. 2008).

Las variables asociadas al síndrome se han identificado, bien desde planteamientos teóricos, o bien desde estudios empíricos, y podrían categorizarse en términos de su naturaleza en: a) variables del contexto académico; b) variables del contexto ambiental y/o social; y c) variables intrapersonales. Los obstáculos que más frecuentemente se han estudiado son: Variables del contexto académico. a) No contar con feedback adecuado, falta de apoyo de tutores; b) Relaciones distantes y de poca comunicación con los profesores; c) Realizar prácticas formativas al mismo tiempo que se cursan asignaturas; d) No contar con asociación estudiantil; e) Inadecuada distribución de la carga horaria; f) Dificultades con el servicio de la Biblioteca; g) Centros de copiado que no ofrecen adecuados servicios; h) Administrativos que no ofrecen adecuada gestión y atención; i) No contar con ayudas educativas; j) Aulas informáticas con pocos equipos; k) No contar con información necesaria para realizar las actividades académicas; l) Aulas con inadecuada ventilación e iluminación; m) Transporte inadecuado para llegar a la universidad; n) Sobrecarga de materias y altas exigencias; o) Impuntualidad del profesor; p) Ausentismo por parte del profesor; q) Mobiliario inadecuado; r) Ambigüedad del rol; s) Actividades que exigen mucha concentración; t) Temas difíciles, profesores exigentes; y u) Número de cursos vacacionales (remediales) realizados. Contexto ambiental y/o social. a) No contar con feedback de los compañeros; b) No participar en actividades culturales o recreativas; c) Espacios de recreación de difícil acceso; d) Competitividad del compañero; e) Profesión o carrera; f) Poco

apoyo social de la familia y amigos; g) Falta de recursos económicos; h) Ausencia de ofertas en el mercado laboral. Variables intrapersonales. a) Sexo: las mujeres presentan el síndrome con mayor frecuencia; b) Rutina, ausencia de novedad en las actividades cotidianas; c) Dificultad en la planificación del tiempo; d) Ansiedad ante los exámenes; e) Baja Autoeficacia; f) Rasgos de personalidad (ansiedad de rasgo, rigidez); g) Bajas competencias básicas, sociales y/o cognitivas; h) Altas expectativas de éxito en los estudios; i) Baja motivación hacia los estudios; y j) Insatisfacción frente a los estudios (Caballero et al, 2010).

El objetivo de la presente investigación es determinar la prevalencia de los estresores académicos en estudiantes de enfermería y su relación con su rendimiento académico.

Metodología

Se trata de un estudio no experimental de corte cuantitativo descriptivo transversal, el instrumento que se utilizó fue la escala de estresores académicos de (Cabanach, et al 2016) conformada por 54 ítems y 8 sub-escalas: 1) Deficiencias metodológicas del profesorado; 2) Sobrecarga del estudiante; 3) Creencias sobre el rendimiento académico; 4) Intervenciones en público; 5) Clima social negativo; 6) Exámenes; 7) Carencia de valor de los contenidos, y 8) Dificultades de participación. La medición se realizó implementando una escala tipo Likert de 5 puntos (1 = nunca, 2 = alguna vez, 3 = bastantes veces, 4 = casi siempre, 5 = siempre). La confiabilidad de Alfa de Cronbach de la escala oscila entre 0.78 y 0.94. Los sujetos de estudio son los estudiantes de la licenciatura en enfermería de una unidad académica de la Ciudad de Culiacán, Sinaloa durante el ciclo escolar 2017-2018. La muestra se determinó en 200 estudiantes de las cuales 150 son del sexo femenino y 50 del sexo masculino, con un 95% de confianza. Seleccionados aleatoriamente de los diferentes grupos y turnos que comprenden el cuarto grado de la unidad académica. Previo a la aplicación del instrumento los sujetos de estudio firmaron una carta de consentimiento informado en donde se establecieron los principios éticos y de confidencialidad de la información recabada para fines exclusivos de la presente investigación protegiendo en todo momento el anonimato de los estudiantes encuestados. El análisis de los datos se realizó con el programa estadístico SPSS, versión 22.

Resultados

El análisis de los datos se realizó con el programa estadístico SPSS, versión 22. El instrumento se aplicó a 150 mujeres y 50 hombres de cuarto grado de la licenciatura en enfermería. La edad promedio de los participantes fue de 22 años. Los estresores más significativos fue la programación de exámenes con el 70.72%, seguido de las deficiencias metodológicas del profesorado con un 64.5%, el sobrecargo del estudiante con un 82%, y con un 54% en la carencia del valor de los contenidos.

Bibliografía

Arias, Gundín, O., Vizoso Gómez, C. M. (2016). Causas de estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicología y educación: Presente y futuro*. Asociación Científica de Psicología y Educación. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10045/64547>. [Acceso: 02/10/2018].

También es significativo que el profesor plantea trabajos, actividades o tareas que son contradictorias entre sí con un 62%, la poca practica en clases con un 55% y cuando el profesor plantea exámenes claramente incongruentes con lo estudiado y enseñado con un 50%.

Discusión

En el artículo titulado: Causas de estrés académico en estudiantes universitarios (Arias et al, 2016), los datos indican que la situación percibida como estresante con más frecuencia es la relacionada con los exámenes, seguida de las deficiencias metodológicas del profesorado, las intervenciones en público y la sobrecarga del estudiante, todas ellas con medias superiores al valor de 3 sobre 5. Por el contrario, la situación percibida como estresante con menor frecuencia es la relacionada con la baja autoestima académica. Lo anterior confirma nuestros resultados ya que los exámenes con el 70.72%, causan el mayor nivel de estrés seguido de las deficiencias metodológicas del profesorado con un 64.5%.

La asignación de una calificación es un problema de la institución educativa y de la sociedad; no es una cuestión intrínseca a la pedagogía. El problema de las calificaciones no se puede abordar desde la perspectiva de objetividad y justicia. Las relaciones pedagógicas se dan siempre en la interacción de sujetos, no de máquinas. Lo subjetivo (no subjetivismo) es inherente a esta relación, como a múltiples relaciones profesionales (Vizoso et al., 1981). Que no por ello dejan de ser menos científicas. La objetividad en la asignación de notas no se logra recurriendo a la estadística. Esto en realidad ayuda a evadir la angustia que la propia asignación le crea al docente. El problema de la objetividad radica, por una parte, en la dimensión de sujetos que se dan entre maestros y alumnos; y, por la otra, en que no hay forma de que dicha calificación refleje una cualidad (aprendizaje). Piaget nunca intentó ponerle números a los procesos cognitivos de un sujeto; él percibió que el problema era describir y comprender los estadios y su evolución y no cuantificarlos. La asignación de notas se basa en una serie de arbitrarios (no arbitrariedades) institucionales, académicos y personales. La nota sólo es una convención por medio de la cual la escuela certifica un conocimiento (Díaz, 1994).

Conclusiones

Los estudiantes de la licenciatura en enfermería son de tiempo completo, tomando en cuenta que combinan sus actividades de formación en el aula con la enseñanza situada en prácticas clínicas y comunitarias de las diferentes áreas de formación de la enfermería. A pesar de que se trabaja con un enfoque educativo por competencias profesionales integradas centradas en el aprendizaje, el examen sigue siendo la principal herramienta de evaluación y por ende causa los niveles más altos de estrés entre los estudiantes.

Cabanach, R y Souto, Gestal, A, y Franco, V. (2016). Escala de estresores académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. *Revista iberoamericana de psicología y salud*, 7(2), 41-50. Recuperado de: <http://www.elsevier.es/es-revista-revista-iberoamericana-psicologia-salud-152-articulo-escala-estresores-academicos-evaluacion-los-S2171206916300138>. [Acceso: 02/09/2018].

Caballero Domínguez, Carmen Cecilia; Hederich, Christian; Palacio Sañudo, Jorge Enrique. (2010). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*; 42(1):131-146. Fundación Universitaria Konrad Lorenz Bogotá, Colombia. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80515880012d>. [Acceso: 15/09/2018].

Díaz Barriga Ángel. (1994). *Curriculum y Evaluación Escolar. Una polémica en relación al examen*. ClubEnsayos.com. Recuperado de: <https://www.clubensayos.com/Psicología/Curriculum-y-Evaluación-Escolar-Díaz-Barriga-Una-polémica/4424198.html> [Acceso: 02/10/2018].

Martínez Díaz, E, y Díaz Gómez, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y educadores*, 10 (2), 11-22- Recuperado de: file:///C:/Users/Veronica/Downloads/art%C3%ADculo_redalyc_83410203.pdf [Acceso: 10/10/2018].

Roy, C. (2008). *The Roy Adaptación model* (3rd ed.). Prentice Hall.

Salanova, M. y Llorens, S. (2008). Estado actual y retos futuros en el estudio del burnout. *Papeles del 146 Caballero, Hederich y Palacio*. *Revista Latinoamericana de Psicología*; 29(1):59-67. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77829108>. [Acceso: 18/09/2018].

Vizoso, Gómez, Carmen María; Arias Gundín, Olga (2016). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios y su relación con el burnout y el rendimiento académicos *Anuario de Psicología*; 46(2):90-97. Universitat de Barcelona Barcelona, España. R. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/970/97049408006/pdf>. [Acceso: 10/10/2018].