

ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA

Manuel Antonio Masías Correa, Juan José Cuadros López, Nilton Wilfredo Loyola Verde
Mmasias@unsch.edu.pe

RESUMEN

El estrés académico en estudiantes es un aspecto de importancia que condiciona su equilibrio interno, por lo que con el objetivo de evaluar su nivel en estudiantes de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, se les observó con un diseño transversal simple a través de muestreo aleatorio con $\alpha = 0,05$ y un error máximo en la medición el mínimo posible de observar, los datos se analizaron con métodos estadísticos hallándose como resultado que existe evidencia estadística (p -valores menores a 0,05) que la dimensión físico del estrés y la característica demográfica sexo están asociadas significativamente, las demás dimensiones no evidencian correlación con las características demográficas con las que se contrastó.

Palabras clave: Estrés, Estrés académico.

ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA

ABSTRACT

Academic stress in students is an important aspect that conditions their internal balance, so in order to evaluate its level in students of Education Sciences of the Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, they were observed with a cross-sectional design simple through random sampling with $\alpha = 0.05$ and a maximum error in the measurement the minimum possible to observe, the data were analyzed with statistical methods, finding as a result that there is statistical evidence (p -values less than 0.05) that the physical dimension of stress and the demographic characteristic of sex are significantly associated, the other dimensions do not show a correlation with the demographic characteristics with which it was contrasted.

Key words: Stress, Academic stress.

INTRODUCCIÓN

El estrés en general y el estrés académico en particular hoy en día es un problema que, si bien se le está prestando atención, esta no recibe la atención suficiente en el campo de la investigación.

A partir de la Ley N° 30220, Ley Universitaria, las universidades en el país han enfatizado, entre otros, la formación de sus estudiantes, su egreso e inserción en la vida laboral, lo que conlleva a tener un conocimiento lo más ajustado posible de las características de sus estudiantes con el fin de asegurar así su permanencia y el mejor aprovechamiento académico posible. Una de las características que podría impedir o dificultar el avance académico es el estrés académico y el desconocimiento de sus dimensiones dificulta el desarrollo de los programas de atención, las tutorías o soluciones a los problemas que los estudiantes enfrentan.

La posesión de los aspectos relevantes coadyuvará a una correcta visión del Estrés Académico en estudiantes de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga con el objetivo de mejorar los programas de atención, tutorías o soluciones a los problemas que sus propios estudiantes enfrentan.

Su alcance y contenido también está orientado por las características del propio enfoque, que se pueden resumir

como preventiva, ya que identificará características que permitan formular estrategias mejorar la calidad los programas de atención, tutorías o soluciones a los problemas que sus propios estudiantes enfrentan; adaptativa y ecléctica, pues es flexible en términos del marco analítico a utilizar y los conceptos y categorías de análisis; participativa, pues requiere de procesos sociales de participación de los involucrados; de costo-eficiente, pues puede evitar conflictos posteriores e imparcial, se asumirá un rol independiente de la institución a estudiar.

La revisión y análisis de la literatura existente sobre el tema, fue la base para plantearnos los objetivos siguientes:

GENERAL

- Evaluar el nivel de estrés académico de los estudiantes de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.
Específicos
- Establecer que dimensión del estrés académico presentan una mayor presencia entre los de los estudiantes de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de Huamanga.
- Precisar si están asociadas las variables sociodemográficas con el estrés académico de los estudiantes de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de Huamanga.

El término estrés etimológicamente deriva del griego stringere cuyo significado es tensar o estirar, y fue tomada y

utilizada en el siglo XIV en el idioma inglés como strain, que quiere decir tensión y fue usado para representar dureza, momentos de angustia, adversidad, entre otros. Su uso en psicología se le atribuye a Thomas Young que en el siglo XVIII lo asoció como la respuesta intrínseca del objeto propia a su estructura, provocada por la fuerza esto en semejanza a su uso en la física que se utiliza para describir la energía potencial elástica y la relación que hay entre las deformaciones de un cuerpo y la fuerza aplicada sobre este. Young lo asoció a la relación existente entre la capacidad de los procesos mentales de resistir cargas y la capacidad de las personas para soportarlas.

El estrés académico es una de las complicaciones de salud más generalizada en estudiantes universitarios, es multivariable y exige a los estudiantes universitarios dominar cada vez más los retos y las exigencias actuales para enfrentar la problemática que encaran (Alfonso Águila, Calcines Castillo, Monteagudo de la Guardia, & Nieves Achon, 2015).

En cuanto al Estrés Académico, Oliveti (2010) en un estudio cuantitativo, descriptivo-exploratorio, comparativo, transversal no experimental, utilizando el inventario de Estrés Académico SISCO de Barraza (2007) alcanzó a colegir que no existen diferencias significativas en cuanto al género y las dimensiones que evaluó.

Jaimes Parada (2008) validó el inventario de Estrés Académico SISCO, en adultos jóvenes de la Pontificia Universidad Bolivariana seccional Bucaramanga, con métodos estadísticos, hallando un valor de alfa de Cronbach de 0,81 y un coeficiente de dos mitades de 0,804, lo que permite inferir que este instrumento tiene alta confiabilidad y validez.

Al igual que Jaimes Pareda (2008), Malo Salavarieta, Cuadrado, Florián y Sánchez (2011, pág. 92), validaron el inventario de Estrés Académico SISCO, pero en adultos jóvenes de la universidad del Sinú, hallando un valor de alfa de Cronbach de 0,7 que ratifica la confiabilidad y validez de este instrumento.

Cabanach, Fariña, Freire, González & Ferradás (2013) en un estudio ex post facto utilizando la Escala de Afrontamiento del Estrés (A-CEA) hallaron que existen diferencias en el agude de situaciones estresantes entre hombres y mujeres en el contexto universitario de estudiantes de la Universidad de A Coruña.

De manera similar, pero utilizando Inventario de Estrés Autopercebido de Polo y colaboradores en 1996, Román Collazo, Ortiz Rodríguez & Hernández Rodríguez (2008) coligieron que “el estrés académico es un fenómeno de elevada frecuencia..., con un predominio en el sexo femenino”.

Sobre el estrés académico Correa Prieto (2019) en estudio analítico transversal en estudiantes de la escuela de Medicina Humana de la Universidad Cesar Vallejo de Piura, concluyó que “los niveles de preocupación presentes en los estudiantes es medio, con mayor prevalencia en mujeres; siendo el nivel de estrés académico presente en los universitarios, alto en mayor frecuencia”.

“A pesar de que el estrés ha sido muy investigado en el campo de las ciencias médicas, sociales y educativas, no se ha logrado un consenso general entre los expertos sobre este término” (Alfonso Águila, Calcines Castillo, Monteagudo de la Guardia, & Nieves Achon, 2015).

Stress en inglés o estrés en español, es un término que en el campo de la medicina es concebido como ‘reacción’, y que “a nivel mundial, uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés y en las ciudades, se estima que el 50 por ciento de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo” (Caldera Montes, Pulido Castro, & Martínez González, 2007, pág. 78), que denota la “situación de un individuo vivo, o de alguno de sus órganos o aparatos que por exigir de ellos un rendimiento superior al normal, los pone en riesgo próximo de enfermar” (Galán Cuevas & Camacho Gutiérrez, 2010), “tiene su origen el estudio de la física en los albores del siglo XVII. En esa época el inglés Robert Hooke descubría la energía potencial elástica y la relación existente entre las deformaciones de un cuerpo y la fuerza de aplicación sobre este” (Román Collazo & Hernández Rodríguez, 2011, pág. 3), y “... se le emplea para hacer referencia a una gama muy amplia de experiencias, por ejemplo, nerviosismo, tensión, cansancio, agobio, inquietud y otras sensaciones o vivencias similares” (Caldera Montes, Pulido Castro, & Martínez González, 2007, pág. 78).

La evolución de los estudios del estrés ha pasado por varios esquemas y teorías de la Psicología, el Estímulo-Respuesta de la Teoría Clásica, el Persona-Entorno de la Teoría Cognoscitiva, entre otros, lo que ha generado el desarrollo de modelos teóricos para darle unidad y coherencia al sustento empírico y referencial (Barraza Macías, 2006, pág. 111); en la actualidad es considerado como un agregado ineludible en nuestro quehacer diario que obliga a conocer nuestra personalidad con el fin de prevenir enfermedades tanto psicósomáticas como somato psíquicas lo que hace relevante la percepción de Hans Selye de que “el hombre moderno debe dominar su estrés y aprender a adaptarse, pues de lo contrario se verá condenado al fracaso profesional, a la enfermedad y a la muerte prematura”, aún más debe aprender a diferenciar la forma como se advierte, el estrés agudo, que se torna positivo dado que se constituye en una respuesta natural frente a la situación percibida como amenazante y el estrés crónico que deja de ser una respuesta natural y se transforma en una alerta continua ante estresores reales o fantaseados (Sánchez Azuara & López Gutiérrez, 2010).

En ese proceso evolutivo es posible hallar la definición de estrés académico “como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos” (Berrío García & Mazo Zea, 2011) o como mecanismos “adaptativos individuales e institucionales, producto de la demanda desbordante y exigida en las experiencias de enseñanza y aprendizaje que se desarrollan en las Instituciones de Educación Superior, con el propósito de mantener el estado estacionario ... en el proceso educativo” (Román Collazo & Hernández Rodríguez, El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación, 2011).

MATERIAL Y MÉTODOS

La base del estudio fue una muestra aleatoria estratificada cuyo tamaño se determinó estadísticamente. Los datos se obtuvieron con un segmento del Inventario CISCO cuyo objetivo central es explorar las características del estrés que acompaña a los estudiantes tanto de último ciclo de la Educación Básica Regular como de Educación Superior y de Postgrado a través de un cuestionario valorado en escala de 1 a 5 en cada ítem en tres dimensiones (reacciones físicas -6 ítems-, reacciones psicológicas -5 ítems- y reacciones

comportamentales -4 ítems-) por lo que la mayor desviación estándar a observar bajo el supuesto de normalidad estaría dado por $\sigma = R/6 = 30/6 = 5$, por lo que admitiendo un error máximo en la medición el mínimo posible de observar 1 punto con un nivel de significancia $= 0.05$ determinamos que el mínimo tamaño de muestra requerido para el estudio es de 96.04 instrumentos que se afijó proporcionalmente según el número de estudiantes de cada escuela profesional. Se utilizó como Criterio de Inclusión que los estudiantes estuvieran matriculados en el año calendario 2020 y como Criterio de Exclusión el no haber dado respuesta a algún ítem del instrumento. Para las cuentas se utilizó el software MS-

Excel con el complemento MegaStat y el JASP para determinar la aceptabilidad de los datos, además de los usuales como normalidad de los datos y contrastes de independencia.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El análisis de normalidad de las componentes arrojó que estas no tenían ajuste con la distribución normal, todos los p-valores observados resultaron menores a $\alpha = 0,05$. Las características demográficas que se evidencian a partir de los datos se muestran en los cuadros siguientes:

01. Facultad de Ciencias de la Educación. Estrés estudiantil según dimensiones por nivel. 2020 (porcentajes)

DIMENSIONES DEL ESTRÉS	NIVEL DE ESTRÉS		
	BAJO	MEDIO	ALTO
GENERAL	27.9	45.6	26.5
FÍSICO	25.0	42.6	32.4
PSICOLÓGICO	19.1	45.6	35.3
COMPORTAMENTAL	35.3	45.6	19.1

02. Facultad de Ciencias de la Educación. Estrés de estudiantes de sexo femenino según dimensiones por nivel. 2020 (porcentajes)

DIMENSIONES DEL ESTRÉS	NIVEL DE ESTRÉS		
	BAJO	MEDIO	ALTO
GENERAL	27.3	40.9	31.8
FÍSICO	20.5	36.4	43.2
PSICOLÓGICO	15.9	45.5	38.6
COMPORTAMENTAL	31.8	43.2	25.0

03. Facultad de Ciencias de la Educación. Estrés de estudiantes de sexo masculino según dimensiones por nivel. 2020 (porcentajes)

DIMENSIONES DEL ESTRÉS	NIVEL DE ESTRÉS		
	BAJO	MEDIO	ALTO
GENERAL	29.2	54.2	16.7
FÍSICO	33.3	54.2	12.5
PSICOLÓGICO	25.0	45.8	29.2
COMPORTAMENTAL	41.7	50.0	8.3

04. Facultad de Ciencias de la Educación. Estrés de estudiantes de educación física según dimensiones por nivel. 2020 (porcentajes)

Dimensiones del estrés	Nivel de estrés		
	BAJO	MEDIO	ALTO
GENERAL	31.3	56.3	12.5
FÍSICO	31.3	56.3	12.5
PSICOLÓGICO	25.0	50.0	25.0
COMPORTAMENTAL	62.5	31.3	6.3

05. Facultad de Ciencias de la Educación. Estrés de estudiantes de educación inicial según dimensiones por nivel. 2020 (porcentajes)

Dimensiones del estrés	Nivel de estrés		
	BAJO	MEDIO	ALTO
GENERAL	26.7	40.0	33.3
FÍSICO	20.0	33.3	46.7
PSICOLÓGICO	13.3	46.7	40.0
COMPORTAMENTAL	26.7	53.3	20.0

06. Facultad de ciencias de la educación. estrés de estudiantes de educación primaria según dimensiones por nivel. 2020 (porcentajes)

DIMENSIONES DEL ESTRÉS	NIVEL DE ESTRÉS		
	BAJO	MEDIO	ALTO
GENERAL	25.0	37.5	37.5
FÍSICO	12.5	50.0	37.5
PSICOLÓGICO	12.5	37.5	50.0
COMPORTAMENTAL	37.5	37.5	25.0

07. Facultad de ciencias de la educación. estrés de estudiantes de educación secundaria según dimensiones por nivel. 2020 (porcentajes)

Dimensiones del estrés	Nivel de estrés		
	BAJO	MEDIO	ALTO
GENERAL	28.6	47.6	23.8
FÍSICO	33.3	33.3	33.3
PSICOLÓGICO	23.8	47.6	28.6
COMPORTAMENTAL	19.0	57.1	23.8

08. Facultad de ciencias de la educación. estrés de estudiantes de educación según sexo por nivel de estrés. 2020 (porcentajes)

Sexo	Nivel de estrés		
	BAJO	MEDIO	ALTO
Femenino	27.3	40.9	31.8
Masculino	29.2	54.2	16.7

09. Facultad de ciencias de la educación. estrés de estudiantes de educación según distrito de residencia por nivel de estrés. 2020 (porcentajes)

Sexo	Nivel de estrés		
	BAJO	MEDIO	ALTO
Andrés Avelino Cáceres	16.7	66.7	16.7
Ayacucho	34.8	26.1	39.1
Carmen Alto	22.2	66.7	11.1
Jesús Nazareno	25.0	75.0	0.0
San Juan Bautista	25.0	50.0	25.0
Otro	28.6	42.9	28.6

10. Facultad de ciencias de la educación. estrés de estudiantes de educación según escuela en que estudia por nivel de estrés. 2020

ESCUELA	NIVEL DE ESTRÉS		
	BAJO	MEDIO	ALTO
EDUCACIÓN FÍSICA	31.3	56.3	12.5
EDUCACIÓN INICIAL	26.7	40.0	33.3
EDUCACIÓN PRIMARIA	25.0	37.5	37.5
EDUCACIÓN SECUNDARIA	28.6	47.6	23.8

Del análisis de los cuadros anteriores se desprende que no hay evidencia que alguna de las dimensiones manifieste una presencia especial en los estudiantes.

Las características demográficas observadas contrastadas con las componentes determinadas mostraron los p-valores que se detallan en el cuadro siguiente,

11. Facultad de ciencias de la educación. p-valores de contraste de independencia de las dimensiones del estrés con las características demográficas. 2020

CARACTERÍSTICA DEMOGRÁFICA	ESTRÉS			
	General	Físico	Psicológico	Comportamental
Sexo	0.374	0.035	0.587	0.242
Escuela Profesional	0.795	0.355	0.770	0.176
Distrito de residencia	0.577	0.964	0.756	0.962

Que permite colegir que salvo la dimensión Físico y la característica demográfica Sexo, el estrés es independiente de las características demográficas observadas.

En conclusión, en los estudiantes Educación de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga se observa que la dimensión físico del estrés y la característica demográfica Sexo evidencia asociación significantes estadísticamente, las demás dimensiones no evidencian correlación con las características demográficas con las que se contrastó. Tampoco hallamos evidencia que alguna de las dimensiones manifieste una presencia especial en los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alfonso Águila, B., Calcines Castillo, M., Monteagudo de la Guardia, R., & Nieves Achon, Z. (Abril - Junio de 2015). Estrés académico. *Edumecentro*, 163-178. Recuperado el 27 de Noviembre de 2019, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013

Barraza Macías, A. (Diciembre de 2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. Recuperado el 11 de Noviembre de 2019, de *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*: https://www.researchgate.net/publication/228457746_Un_modelo_conceptual_para_el_estudio_del_estres_academic

Barraza Macías, A. (26 de Febrero de 2007). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Revista Psicología Científica.com*, 9(10). Recuperado el 4 de Noviembre de 2019, de <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>

Berrío García, N., & Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia* (ISSN 2145-4892).

Cabanach, R. G., Fariña, F., Freire, C., González, P., & Ferradás, M. d. (2013). Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. *European Journal of Education and Psychology*, 6(1), 19-32. doi:10.1989/ejep.v6i1.100

Caldera Montes, J. F., Pulido Castro, B. E., & Martínez González, M. G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 77 - 82.

Correa Prieto, F. R. (21 de 2 de 2019). Estrés académico en estudiantes de medicina de la Universidad Cesar Vallejo, de

Piura 2013. *Revista Del Cuerpo Médico Del HNAAA*, 8(2), 80-84. doi:<https://doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2015.82.202>

Galán Cuevas, S., & Camacho Gutiérrez, E. J. (2010). *Estrés y salud: investigación básica y aplicada*. México: El Manual Moderno.

Jaimes Parada, R. (2008). *Validación del inventario SISCO del Estrés Académico en adultos jóvenes de la Universidad Pontificia Bolivariana de Bucaramanga*. Tesis de Licenciatura. Recuperado el 4 de Noviembre de 2019, de https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/224/digital_16454.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Malo Salavarieta, D. A., Cuadrado, E., Florián, R., & Sánchez, D. (2011). Análisis psicométrico del inventario SISCO de estrés académico en adultos jóvenes de la universidad del Sinú. En A. Barraza Macías, A. Jaik Dipp, & I. U. C. (Ed.), *Estrés, Burnout y Bienestar Subjetivo. Investigaciones sobre la salud mental de los agentes educativos* (Primera ed., págs. 92-107). México. Recuperado el 4 de Noviembre de 2019, de <http://iunaes.mx/wp-content/uploads/2013/04/Estres-Bournot.pdf#page=95>

Olivet, S. (2010). *Estrés académico en estudiantes que cursan el primer año del ámbito universitario*. Tesis de Licenciatura, Universidad Abierta Interamericana. Recuperado el 04 de Noviembre de 2019

Román Collazo, C. A., & Hernández Rodríguez, Y. (2011). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala.*, 14(2), 1 - 13.

Román Collazo, C. A., Ortiz Rodríguez, F., & Hernández Rodríguez, Y. (25 de Julio de 2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 46(7), 1-8.

Sánchez Azuara, M. E., & López Gutiérrez, C. (2010). *Estrés y salud: aportaciones desde la psicología social*. México: 2010.

Barraza Macías, A. (01 de 01 de 2007). El Inventario SISCO del Estrés Académico. *Investigación Educativa Duranguense* (07), 90 - 93. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/28175062_El_Inventario_SISCO_del_Estres_Academico