



Cuba Salud

IV Convención
Internacional de Salud
17-21 de octubre, 2022

Determinantes del estrés académico en estudiantes de segundo año de la carrera de medicina.

Leticia María Turtos Díaz¹
Ileana Cruz Rodríguez²
Irma Rosa Edwards Scringer³

¹ Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, Holguín, Dpto Ciencias Básicas Biomédicas, Cuba, leticiamariaturtosdiaz@gmail.com

² Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, Holguín, Dpto Ciencias Básicas Biomédicas, Cuba, ileanaCR@infomed.sld.cu

³ Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, Holguín, Dpto Ciencias Básicas Biomédicas, Cuba, irmaredwards@infomed.sld.cu

Resumen:

Diferentes estudios reportados en la literatura han medido los niveles de estrés académico en los estudiantes de medicina, encontrando diferentes agentes estresores dentro del medio académico inherentes a los programas académicos de la carrera. Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal con el objetivo de identificar los principales determinantes del estrés académico presentes en los alumnos de segundo año de la carrera de Medicina de la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, la muestra se constituyó por 131 estudiantes representando el 22,2% de los estudiantes matriculados en el año y que reciben la docencia en la sede central. Se aplicó un cuestionario modificado del inventario SISCO del estrés académico de Barraza. Las evaluaciones, el tiempo limitado para entregar los trabajos y la sobrecarga académica, fueron los estresores más frecuentemente identificados.

Palabras clave: estresores académicos, estrés académico, estudiantes de medicina

I. INTRODUCCIÓN

Los seres humanos somos eminentemente sociales, por lo que siempre nos hemos reunido con nuestros semejantes para formar grupos y sociedades, y de esta manera satisfacer nuestras necesidades.

El estrés es el principal riesgo psicosocial que actúa como respuesta general ante los factores psicosociales, tiene consecuencias sociales, organizacionales e individuales, provocando problemas en la salud y en las respuestas para solucionar problemas y amenazas dentro de las tareas diarias (1).

La literatura científica sobre este tema considera que el estrés mantenido en el tiempo tiene su desencadenante en diferentes procesos de enfermedad tanto a nivel físico como mental. Por esta razón, debido a que en muchas ocasiones no se puede eliminar la exposición constante al evento estresante, es importante priorizar el conocimiento de los mecanismos de afrontamiento de influencia negativa en la persona y la forma de realizar un afrontamiento exitoso (2).

El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores; cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistemático (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); y cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico (3).

Diversos estudios concuerdan en que el ingreso a la Universidad representa un conjunto de situaciones altamente estresantes, debido a una falta de adaptación al nuevo ambiente. Este estrés de adaptación es el que caracteriza al estrés académico, siendo este último foco de atención para muchos investigadores (4).

II. MÉTODO

Se desarrolló una investigación descriptiva de corte transversal. La población objeto de estudio estuvo compuesta por 131 alumnos, de segundo año de la carrera de medicina de la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, matriculados en el curso 2022 correspondientes a los grupos 10, 11, 13, 15 y 16 de la sede central. Las variables sociodemográficas utilizadas fueron: sexo y edad.

Para la medición de los estresores académicos en los estudiantes se empleó el inventario SISCO del Estrés Académico (modificado) de Arturo Barraza Macías (5). Este cuestionario se elaboró con 11 ítems, para identificar las diferentes situaciones o circunstancias del contexto académico que pueden presionar de algún modo al estudiante.

Las respuestas a cada ítem se valoraron mediante una escala en la que el valor 0 corresponde a “nunca” y el valor 4 a “siempre”. Se instruyó verbalmente a los estudiantes en la realización del cuestionario, haciendo énfasis en la importancia de responder con sinceridad a todos los ítems. Los datos del cuestionario fueron analizados mediante el programa Microsoft Excel 2013.

III.RESULTADOS

La muestra estuvo conformada por 131 estudiantes (22,2 % de los estudiantes matriculados en el año y que reciben la docencia en la sede central) con una media de edad de 20 años (rango de edad de 19 a 21 años). En la distribución por sexo, 102 (77,8 %) fueron del sexo femenino y 29 (22,1%) del sexo masculino (Tabla 1).

Tabla 1. Distribución de los estudiantes según edad y sexo

Grupos de edades	Masculino		Femenino	
	No	%	No	%
19-20	10	7,6	95	72,5
21 y más	19	14,5	7	5,3
Total	29	22,1	102	77,8

Los estresores académicos más prevalentes entre los alumnos encuestados (Tabla 2) fueron: la evaluación por parte de los profesores (ítem 4), el tiempo limitado para hacer los trabajos (ítem 7) y la sobrecarga de trabajos extraclase (ítem 2); mientras que los que se presentaron con menor frecuencia fueron: Inquietud (ítem 8), sentimiento de depresión o tristeza (ítem 9) y problemas de concentración (ítem 11).

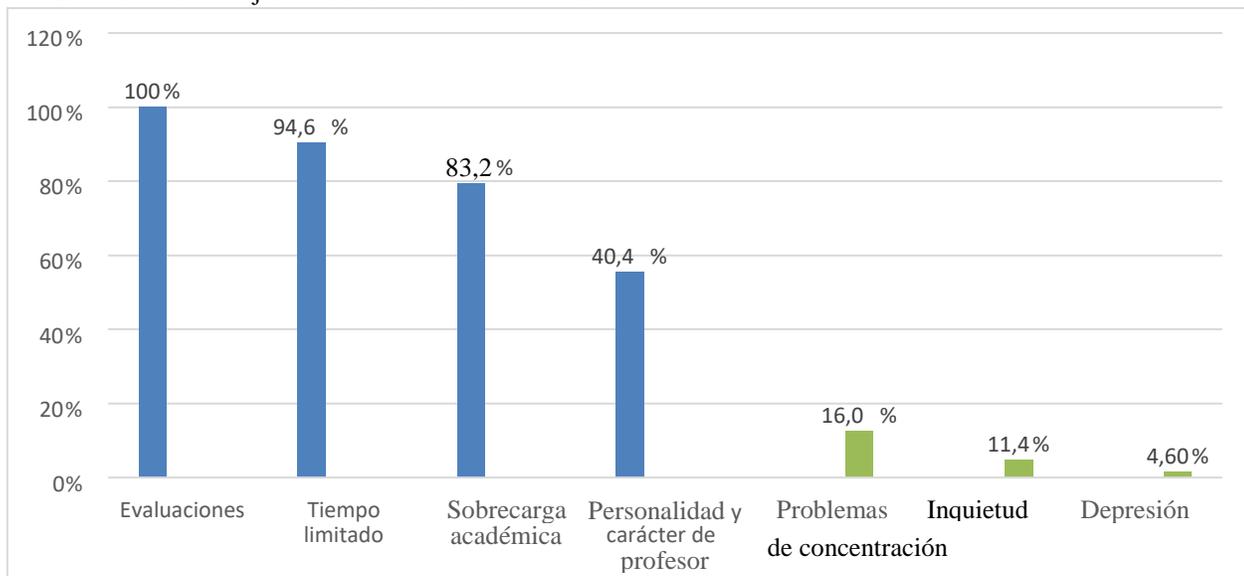
Tabla 2: Comportamiento de los estresores académicos que conforman el SISCO.

Ítems	fa	%
1. La competencia con los compañeros de grupo.	23	17,5
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.	109	83,2
3. La personalidad y el carácter del profesor.	53	40,4
4.Las evaluaciones (exámenes, evaluación frecuente)	131	100,0
5. No entender los temas que se abordan en clases.	12	9,2
6. Participación en clase (responder de forma oral a preguntas, exposiciones.)	35	26,7
7. Tiempo limitado para hacer el trabajo.	124	94,6
8. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	15	11,4
9. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	6	4,6
10. Ansiedad, angustia o desesperación.	3	2,3
11. Problemas de concentración.	21	16,0

Se puede corroborar que los estresores que se presentan con menor frecuencia son: sentimiento de depresión (4,6%), inquietud (11,4%) y problemas de concentración (16,0%), mientras que los que más destacan son: las evaluaciones por parte de los profesores (100%), el tiempo limitado para hacer los trabajos con

(94,6%) y la sobrecarga académica con (83,2%) (Gráfico 1.). Es importante mencionar que la personalidad y el carácter del profesor (40,4%) influyen considerablemente en la presencia del estrés académico. El 100% de los estudiantes identificó como una fuente generadora de estrés a la realización de evaluaciones; un estudio realizado encontró que conforme aumenta el año aumentan los niveles de estrés académico, asociado a la carga académica, a las evaluaciones y a la adquisición cada vez mayor de los compromisos que implican ser médico (6). Por otro lado dentro de las reacciones comportamentales la inquietud resultó ser la más frecuente con un 11,4%.

Gráfico 1 Porcentajes de los estresores académicos.



El 80% de los estudiantes manifestó que las evaluaciones “casi siempre o siempre” constituían un agente estresor, sin embargo, para el 20% sólo algunas veces. Para el 50% de los estudiantes el tiempo limitado para la entrega de los trabajos orientados constituyó “casi siempre” una fuente de estrés académico de igual manera la sobrecarga docente resultó identificada “casi siempre” por el 50% de los estudiantes como factor generador de estrés académico (Tabla 3).

Tabla 3: Comportamiento porcentual de los principales estresores académicos.

Ítems	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1. Las evaluaciones	0%	0%	20%	50%	30%
2. Tiempo limitado para hacer el trabajo	0%	0%	30%	50%	20%
3. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.	0%	0%	25%	50%	25%
4. La personalidad y el carácter del profesor.	0%	2%	15%	55%	28%

A. *Discusión*

A partir del análisis de los resultados obtenidos, resulta evidente que los exámenes, la sobrecarga académica, tener el tiempo limitado para hacer un trabajo sin dejar de mencionar la personalidad del profesor son los principales estresores en los estudiantes segundo año de la carrera de medicina de la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín. Estos datos son coincidentes con los encontrados por Barraza, Martínez y Silva (6) y Toribio, Franco (7). A diferencia de estudios realizados por Rodríguez *et al* (8) y González R, Fernández, González L, y Freire (9), pues los estresores más frecuentes para su población estudiada fueron: las deficiencias metodológicas del profesorado y las intervenciones en público de los estudiantes.

Barraza y col., refieren que los estresores que se presentan con menor frecuencia según su investigación son: el inicio de las clases, la falta de capacidad para hacer bien los trabajos que piden los profesores/as y la apariencia física de los profesores (6). Este resultado difiere de lo que arrojó nuestra investigación, pues los estresores con menor frecuencia fueron: sentimiento de depresión, ansiedad, angustia o desesperación y problemas de concentración.

El hecho de que la “personalidad y el carácter del profesor” fuera uno de los estresores aportado por esta investigación, evidencia la importancia que tiene para los estudiantes el estilo/actitud de cada profesor. Sin embargo, no fue el estresor más prevalente obtenido en este estudio.

IV. CONCLUSIONES

El estrés académico es una cuestión que afecta al aprendizaje de los estudiantes y su bienestar. Los principales estresores referidos por los estudiantes fueron: las evaluaciones, el límite de tiempo para realizar los trabajos orientados y la sobrecarga docente.

REFERENCIAS

1. Chávez Zaldumbide Verónica A. Factores de riesgo psicosociales y estrés laboral en el personal docente de una Institución Educativa del Distrito Metropolitano de Quito. [Tesis de Maestría]Internet 2018. Quito: Universidad Central del Ecuador. [citado 8 Dic 2020] Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/17263/1/T-UCE-0007-CPS-004-P.pdf>
2. de Dios Duarte M J, Varela Montero I, Braschi Diaferia L, Sánchez Muñoz E. Estrés en estudiantes de enfermería. Rev. Edu. Méd. Sup. [Internet] 2017 [citado 8 Ene. 2021]; 31(3):110-123. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412017000300013
3. Castrillón E, Sarsosa K, Moreno F, Moreno S. Estrés académico y sus manifestaciones inmunológicas: la evidencia de la psico-neuro-endocrino-inmunología. SSS [Internet]. 2015 Jul. [citado 28 Oct. 2020];1(1):81-0. Disponible en: <http://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/salutemscientiaspiritus/article/view/1358>

4. Marín MM, Álvarez CG, Lizalde A, Anguiano AC, Lemus BM. Estrés académico en estudiantes: El caso de la Facultad de Enfermería de la Universidad Michoacana. *PAG Rev. iberoam. Producción académica gest. educ* [revista en Internet]. 2014[citado 30 Oct 2020]; (1): 17. Disponible en: <http://www.pag.org.mx/index.php/PAG/article/view/126/173>
5. Macías Arturo Barraza. El inventario SISCO del estrés académico. [Internet]2007 México: BUAP;7:90-93 Disponible en: https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Inventario+SISCO+del+Estr%C3%A9s+Aca d%C3%A9mico+%28Arturo+Barraza&btnG=
6. Barraza A, Martínez JL, Silva JT, Camargo E, Antuna R. Estresores académico y género: un estudio exploratorio de su relación en alumnos de licenciatura. *VE-IUNAES* [revista en Internet]. 2011 [citado 5 Oct 2020]; 5(12): 33-43. Disponible en: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4034740>
7. Toribio Ferrer C, Franco Bárcenas S. Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Rev. Salud y Admón.* [Internet]2016 [citado 23 Ene 2021]; 3(7):11-18. Disponible en: http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf
8. Rodríguez B, González MP, Blanco LE. Estresores académicos percibidos por estudiantes pertenecientes a la escuela de enfermería de Ávila, centro adscrito a la Universidad de Salamanca. *Rev. enferm. CyL* [revista en Internet]. 2014 [citado 28 Oct 2020]; 6(2): 98-105. Disponible en: <http://www.revistaenfermeriacyl.com/index.php/revistaenfermeriacyl/article/view/131/10>
9. González R, Fernández R, González L, Freire Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios de ciencias de la salud. *Fisioterapia.* 2010; 32(4): 151-158. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0211563810000362>
10. Macías Arturo Barraza. El inventario SISCO del estrés académico. [Internet] 2007 México: BUAP;7:90-93 Disponible en: https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Inventario+SISCO+del+Estr%C3%A9s+Aca d%C3%A9mico+%28Arturo+Barraza&btnG=