



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA SALUD HUMANA

CARRERA DE MEDICINA

TEMA:

**PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA
CARRERA DE LABORATORIO CLÍNICO AREA DE
LA SALUD HUMANA ENERO-JULIO 2013**

TESIS PREVIA A LA
OBTENCIÓN DEL TÍTULO
DE MÉDICO GENERAL

AUTORA:

PATRICIA FERNANDA REYES CÓRDOVA.

DIRECTOR:

DR. JORGE VICENTE REYES JARAMILLO, Mg.Sc.

1859

Loja – Ecuador

2014

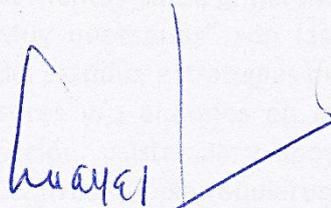
CERTIFICACIÓN DE APROBACIÓN

Dr. Jorge Reyes Jaramillo

DIRECTOR DE TESIS

Certifico haber dirigido y revisado prolijamente el informe final de la Tesis: ***"PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE LABORATORIO CLÍNICO"***, de autoría de la estudiante PATRICIA FERNANDA REYES CÓRDOVA, por lo que autorizo su presentación para el trámite pertinente de calificación y sustentación.

Loja, octubre de 2014



Dr. Jorge Reyes Jaramillo

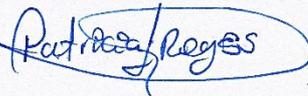
DOCENTE TITULAR DEL ÁREA DE LA SALUD HUMANA

AUTORIA

Yo Patricia Fernanda Reyes Córdova declaro ser autor del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales, por el contenido de la misma.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi tesis en el Repositorio Institucional – Biblioteca Virtual.

Autor: Patricia Fernanda Reyes Córdova

Firma: 

Cédula: 1104726128

Fecha: Octubre del 2014

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS POR PARTE DEL AUTOR, PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO.

Yo Patricia Fernanda Reyes Córdova declaro ser autor de la tesis titulada: **PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE LABORATORIO CLÍNICO AREA DE LA SALUD HUMANA ENERO-JULIO 2013** , como requisito para optar al grado de : Médico General; autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Digital Institucional:

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el RDI, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia de la tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los once días del mes de Julio del dos mil trece, firma el autor.

Firma:

Autora: Patricia Fernanda Reyes Córdova

Cédula: 1104726128

Dirección: Av. Pio Jaramillo entre Chile y Argentina.

Correo electrónico: pattytachiquita@gmail.com

Teléfono: 072563116 Celular: 09591786096

DATOS COMPLEMENTARIOS:

Director de Tesis: Dr. Jorge Vicente Fernando Reyes Jaramillo

Tribunal de Grado:

- Dra. Elvia Ruiz**
- Dra. Verónica Vélez**
- Dra. Libia Pineda**

DEDICATORIA

El presente trabajo investigativo que con mucho esfuerzo, sacrificio y perseverancia se lo realizó, va dedicado muy especialmente a los seres que me dieron la vida mis padres; Jorge y Patricia. Quienes han sido luz en medio de la obscuridad, me han sabido apoyar, mis primeros y mis únicos maestros de vida. Aquellos que me tomaron la mano y me enseñaron a caminar, a no temer, a forjarme en el esfuerzo, perseverancia y la verdad; principios que jamás se podrán olvidar. También ni mi vida entera bastaría para agradecerles que pese todos mis errores y disgustos, siempre han seguido apoyándome incondicionalmente, dejando grandes huellas en formas de lecciones. Como aquel diamante que tienen que moldear, para que pronto pueda brillar.

En agradecimiento de toda su entereza y entrega.

Este trabajo es para ustedes papá y mamá.

Patricia Fernanda Reyes Córdova

AGRADECIMIENTOS

Un corazón entusiasmado siempre descubre nuevas oportunidades...

Paolo Coelho

Al finalizar tan grandioso proyecto, aún recuerdo como si hubiese sido ayer cuando lo empezamos con tanto afán, con tanta ilusión, no solamente para culminar con un requisito para la obtención de mi título, sino más bien para brindar una gran contribución a nuestra prestigiosa universidad.

No podría ser más; como hoy y todos los días le doy gracias a Dios! Por las noches que se vuelven amaneceres, junto a las personas que siempre me han estado apoyando, por las luchas que se vuelven victorias, por los sueños que hoy se vuelven realidades, por la familia y amigos que son bendiciones, en especial a mi padre y director de tesis Jorge Reyes y mi madre Patricia Córdova que cuantas noches de desvelo junto a mi han soportado, también a la persona más importante en mi vida, el ser más amado que tengo mi hijo Jorgito que es el ángel de mi vida y a mis hermanos que sin ellos no podría ser mi vida la misma y por el regalo de vivir un día más.

Además, a la Universidad Nacional de Loja, al Área de la Salud Humana en la Carrera de Medicina y su selecto personal docente, por la paciencia y las correcciones pertinentes, que muy acertadamente han realizado a este trabajo .

TÍTULO

**PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA
CARRERA DE LABORATORIO CLÍNICO
DEL ÁREA DE LA SALUD HUMANA.
ENERO – JULIO 2013**

RESUMEN

La presente investigación se realizó en la ciudad de Loja, ubicada al sur del Ecuador, durante el semestre académico marzo - julio 2013, con 134 estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico del Área de la Salud Humana de la Universidad Nacional de Loja, como un estudio de corte transversal; descriptivo y analítico; que emplea procedimientos cuantitativos. Se utilizaron los instrumentos de evaluación INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADEMICO, CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL, VALORACIÓN DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADEMICO, INVENTARIO DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADEMICO, ESCALA DE BIENESTAR SUBJETIVO DE SANCHEZ CASANOVA, ESCALA BIENESTAR PSICOLÓGICO, BIEPS-J., AUTORREPORTE VIVENCIAL; y, CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS. Se establece la prevalencia general de estrés académico en 94,80%, (hombres de 91,20%, mujeres 96,00%); una asociación con la variable edad ($p=0,0342 < 0,05$) y nivel de estudio ($X^2=33,6222$); una distribución similar a la curva de normal de la valoración de la intensidad del estrés académico, determinándose en el 33,10% de los estudiantes, niveles de estrés académico IV y V; y, una asociación con la variable nivel de estudio ($p=0,0227$). Las principales causas de estrés académico de los estudiantes de Laboratorio Clínico, se asocian con la forma de organización académica. Las primeras causas de estrés académico son: "Sobrecarga académica"; "Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas"; "Hacer un examen"; "Exponer un tema en clase"; y, "Esperar una calificación". La

valoración de la salud mental mostró un deterioro en aquellos estudiantes que fueron calificados con estrés académico ($X=50,56$; $X=43,57$; $Z=2,311$) y una correlación media ($r=0,459$; $r^2=0,211$) entre la valoración del nivel de estrés académico y el estado de salud mental (salud general). Las principales necesidades psicoeducativas calificadas como “Muy necesarias” son las siguientes: “Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje”; “Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías”; “Orientación profesional” e “Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno”; y, “Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje”, 69,70%. En base a ello se formulan las conclusiones y recomendaciones.

Palabras clave: estrés académico, causas de estrés académico, salud mental, bienestar subjetivo, necesidades psicoeducativas, bienestar psicológico, necesidades psicoeducativas, salud mental, bienestar psicológico y respuestas frente al estrés académico.

ABSTRACT

This research was developed in Loja city, which is located at south of Ecuador, during the academic semester March to July 2013, with 134 students of the School of Clinical Laboratory of the Department of Human Health at the National University of Loja, as a cross-sectional study; descriptive and analytical; employing quantitative procedures. Assessment instruments ACADEMIC STRESS INVENTORY SISCO, QUESTIONNAIRE GENERAL HEALTH ASSESSMENT OF ACADEMIC SOURCES OF STRESS INVENTORY OF ACADEMIC STRESS RESPONSES, OF SUBJECTIVE WELL-BEING SCALE SANCHEZ CASANOVA, PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SCALE, BIEPS-J. Were used daily self-report; and psychoeducational NEEDS QUESTIONNAIRE. The overall prevalence of academic stress is stable in 94.80% (91.20% men, 96.00% women); an association with age variable ($p = 0.0342 < 0.05$) and level of study ($X^2 = 33.6222$); similar to the normal curve assessing academic stress intensity distribution determined in 33.10% of the students academic stress levels IV and V; and a partnership with the variable level of study ($p = 0.0227$). The main causes of academic stress student Clinical Laboratory are related to the form of academic organization. The leading causes of academic stress are: "Academic Overload"; "Lack of time to meet the academic activities"; "Make a test"; "Exhibiting a theme in class"; and, "Wait a rating." The assessment of mental health showed deterioration in students who were rated academic stress ($X = 50.56$, $X = 43.57$, $Z = 2.311$) and a moderate correlation ($r = 0.459$, $r^2 = 0.211$) between the assessment of the

level of academic stress and mental health (general health). The main psychoeducational needs rated as "very necessary" are: "Training techniques, study skills and planning, learning strategies"; "Having personalized guidance of teachers and / or students in the faculty itself: tutoring"; "Career Guidance" and "Information, assistance and support regarding curriculum and psychoeducational characteristics required in each"; and "educational and psychological care to students with special needs: learning disabilities," 69.70%. On this basis the following conclusions and recommendations.

Keywords: academic stress, causes of academic stress, mental health, subjective well-being, psycho-educational needs, psychological, psycho-educational needs, mental health, psychological well-being and responses to academic stress.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se realizó en la ciudad de Loja durante el semestre académico enero - julio 2013, en la Carrera de Laboratorio Clínico del Área de la Salud Humana de la Universidad Nacional de Loja.

Como parte del Macro Proyecto “PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LAS CARRERAS DEL ÁREA DE LA SALUD HUMANA”, partió del siguiente problema investigativo: “El desconocimiento del estado de salud de los alumnos; de su bienestar subjetivo, psicológico y emociones, en relación con la prevalencia y posibles fuentes de estrés académico; y, su correlato expresado en las necesidades psico-educativas, es un vacío de conocimiento que se convierte en problema investigativo, cuyo valor radica en la posibilidad de mejorar el bienestar integral de los estudiantes, aspectos que motivan la presente investigación”; y, del objetivo: “Realizar un estudio integral que permita comprender y explicar la prevalencia y fuentes de estrés académico; la correlación con el bienestar subjetivo, psicológico, emociones, estado de salud y principales necesidades psicoeducativas en los estudiantes de la carrera de laboratorio clínico del Área de la Salud Humana, en cada una de las carreras y módulos, considerando el género”.

Como objetivos específicos, en relación con la Carrera de Laboratorio Clínico, nos propusimos como objetivos específicos: “Valorar el estado general de salud de los alumnos”, “Evidenciar la percepción subjetiva de

bienestar psicológico”, “Evaluar los niveles de bienestar subjetivo”, “Percibir distintas reacciones o estados emocionales”, “Determinar las fuentes y prevalencia de estrés académico”; y, “Establecer las necesidades psicoeducativas”.

Entendemos que el estrés es una reacción adaptativa del organismo ante las demandas de su medio (Selye, 1956); una respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento, de un sujeto que busca adaptarse y reajustarse a presiones tanto internas como externas. Que cuando se originan en el contexto de un proceso educativo, se refiere a los mecanismos de adaptación del sujeto en términos de estrés académico; una reacción adaptativa del organismo ante las demandas de su medio. (Pulido, 2011), un complejo fenómeno que implica la consideración de variables interrelacionadas: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y finalmente, efectos del estrés académico. (Martín, 2007) y, que podría afectar tanto a profesores en el abordaje de sus tareas docentes, como a estudiantes en cualquier nivel educativo, en especial el del ámbito universitario. (Polo y otros, 1996)

La hipótesis principal fue: “El complejo estrés académico estaría asociado a la estructura organizacional de cada una de las carreras del Área de la Salud Humana y genera distintas necesidades psicoeducativas”; y como sub hipótesis: H1. Existiría asociación entre la prevalencia de estrés académico y el estado general de salud de los estudiantes, la percepción subjetiva del bienestar psicológico y los niveles de bienestar subjetivo; y, H2. Las

necesidades psico-educativas varían en relación a los niveles de estrés académico y a la propia estructura organizacional de las carreras.

Es un estudio de corte transversal; descriptivo y analítico; que emplea procedimientos cuantitativos. Se realizó una sola medición, en base a lo cual se presenta la distribución del estrés académico, fuentes de estrés, y otras variables; y, se establece la asociación entre variables que permita magnificar su impacto (o fuerza de asociación) y encontrar elementos para poder lograr una comprensión y explicación fundamentada. El Universo fue de 175 estudiantes, de los que mediante un muestreo aleatorio estratificado se obtuvo la muestra constituida por 134 personas (99 mujeres y 35 hombres), debidamente matriculados que estén asistiendo a clases, edades estén comprendidos entre 18 años cumplidos y 27 años cumplidos.

El procedimiento general, partió de la aplicación de una prueba piloto; la selección aleatoria de los alumnos de la Carrera de Laboratorio Clínico. Previo a la aplicación de los instrumentos se les brindó una explicación pormenorizada de que se trata de un proyecto de investigación que persigue, a más de los fines científicos, aportar para el mejoramiento del bienestar universitario; que no les causará ningún tipo de problemas personales, familiares o grupales; y, que se guardará toda la confidencialidad. Se insistió cada una de las respuestas sean sinceramente respondidas. Luego se entregó los diferentes instrumentos de investigación uno por uno; y, se enfatizó la explicación para cada uno de ellos. Se explicó el significado de algunos términos inicialmente a pedido de los alumnos.

Se utilizaron los siguientes instrumentos de evaluación INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO, para determinar la prevalencia de estrés académico y su intensidad; CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL, que permita medir el grado de deterioro mental; el instrumento de VALORACIÓN DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO y el INVENTARIO DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO, la ESCALA DE BIENESTAR SUBJETIVO DE SANCHEZ CASANOVA para medir el bienestar subjetivo y la ESCALA BIENESTAR PSICOLÓGICO, BIEPS-J., para el bienestar psicológico; el Cuestionario de- AUTORREPORTE VIVENCIAL para identificar los efectos del estrés académico; y, el CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS.-

Entre los principales resultados se establece la prevalencia general de estrés académico en 94,80%, (hombres de 91,20%, mujeres 96,00%); con una asociación con la variable edad ($p=0,0342 < 0,05$) y nivel de estudio ($X^2=33,6222$). Los resultados de auto valoración de la intensidad del estrés académico, general y por género, muestran una distribución semejante a la curva normal; en el nivel V, el porcentaje es levemente mayor en las mujeres; el 33,10% de los estudiantes presentan niveles de estrés académico IV y V. El nivel de estrés académico presenta asociación estadísticamente significativa con la variable nivel de estudio hay diferencia significativa ($p=0,0227$).

Las principales causas de estrés académico de los estudiantes de Laboratorio Clínico, se asocian con la forma de organización académica y la organización de las acciones micro-curriculares. Las cinco primeras causas de estrés académico son: "Sobrecarga académica"; "Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas"; "Hacer un examen"; "Exponer un tema en clase"; y, "Esperar una calificación". Las causas "muy estresantes" son: "Sobrecarga académica" y "falta de tiempo para poder cumplir con las actividades", se repite en todos los niveles de estudio, "exponer un tema en clase", "hacer un examen" y "esperar una calificación". La "sobrecarga académica", es la situación estresante que se repite en todos los niveles (módulos), aunque varía la magnitud en cada nivel.

La valoración de la salud mental mostró un deterioro en aquellos estudiantes que fueron calificados con estrés académico respecto de los que no se clasificaron con estrés académico, diferencia estadísticamente significativa. ($X=50,56$; $X=43,57$; $Z=2,311$) y una correlación media ($r=0,459$; $r^2=0,211$) entre la valoración del nivel de estrés académico y el estado de salud mental (salud general). Los aspectos académicos, diferentes en cada nivel de estudio, estarían asociados al grado de la salud mental ($p=0,0079<0,05$). El 34,33% manifiesta que "ha sentido cansado y sin fuerzas para nada"; el 30,60%, que "Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión"; el 29,10%, que "Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar"; el 28,36% que "Ha tenido dolores de cabeza". En el ámbito "sueño, calidad de descanso y el estado de ansiedad", el 50% de los estudiantes indica que "Al despertarse siente que no descansó

lo suficiente”; el 47,76%, que “Ha dormido menos por tener preocupaciones”; y, el 35,08%, que “Ha pasado noches inquietas o intranquilas”.

El estrés académico no estaría asociado al nivel de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida determinado con la escala de valoración de Sánchez Casanova. Las cinco primeras manifestaciones de bienestar, son las siguientes: “Considero que mi familia me quiere”, “Tengo muchas ganas de vivir”, “Creo que valgo tanto como cualquier otra persona”, “Creo que puedo superar mi errores y debilidades”, “Tengo confianza en mí mismo”, “Me gusta lo que hago”. La alternativa “Considero que mi familia me quiere”, es la que porcentualmente ocupa el primer lugar en la valoración de los alumnos clasificados por nivel de estudio; asimismo, el ítem “Creo que puedo superar mis errores y debilidades” se repite en todos los niveles de estudio; las alternativas “Tengo muchas ganas de vivir”, y “Busco momentos de distracción y descanso” se repite en tres niveles educativos.

La presencia o ausencia de estrés académico no estarían asociados al nivel de bienestar psicológico determinado mediante la Escala BIEPS-J. Existe asociación estadísticamente significativa con entre el grado de bienestar psicológico y el género ($p=0,05=p 0,05$); la edad ($p=0,0231<0,05$), el nivel de estudio ($p=0,0349$); y, el nivel socioeconómico percibido ($p=0,0254$).

La percepción subjetiva general muestra que en el ámbito que se refiere a PROYECTOS PERSONALES, en promedio, la gran mayoría, 75,87%, expresa que “está de acuerdo”, en lo que se refiere a VÍNCULOS PSICOSOCIALES, el 68,66%, se pronuncia en igual forma; en lo que se

refiere a el CONTROL DE SITUACIONES, el 66,6%; y, en cuanto a ACEPTACIÓN DE SI MISMO, hay el menor porcentaje, 51,49%.

En cuanto a la asociación de los aspectos académicos no tienen directa asociación estadísticamente significativa con la presencia o ausencia de estrés académico. En cuanto a la correlación entre el nivel de estrés y las consecuencias de este, se observa una correlación positiva baja ($r=0,38051299$; y, $r^2=0,145$); es decir, que a mayor nivel de intensidad del estrés académico, mayor puntaje en las consecuencias del mismo. El 79,85% de los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico establecen a la "Inquietud" como la primera vivencia fruto del estrés académico; el 61,94%, la ira; el 58,96%, la desconfianza; el 58,95% inseguridad; y, el 57,46% tristeza y el miedo. La vivencia "Inquietud", es la primera y se presenta en todos los niveles del estudio; el "miedo", el "sufrimiento" y la "ira" aparecen en tres de los cuatro niveles de estudio; la "irritabilidad", "tristeza", "desconfianza" e "inseguridad", son vivencias que se presentan en dos de los cuatro niveles.

Entre las principales respuestas del nivel fisiológico se determinaron: "Sienten molestias en el Estómago" (22,40%); "Me tiemblan las manos o las piernas" (16,40%); en el nivel cognitivo, el 50,70%, "Me preocupo", el 17,90%, "Siento miedo", el 15,70% las alternativas "Tengo pensamientos o sentimientos negativos"; y, "siento ganas de llorar". En el nivel motor, el 12,70%, indica la alternativa "Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo". El análisis comparativo entre géneros permite apreciar que

existen algunas diferencias porcentuales. El ítem “fumo, como o bebo demasiado”, es en el que hay mayor porcentaje tiene en los hombres; en todos los demás, es mayor en las mujeres; por ejemplo, “siento ganas de llorar” es 20 veces más frecuente, “siento miedo”, 11 veces más; “Me siento inseguro de mí mismo”, 7 veces más.

Las principales necesidades psicoeducativas calificadas como “Muy necesarias” son las siguientes: “Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje”, con el 83,84%; “Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías”, 74,75%; “Orientación profesional” e “Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno”, con el 73,74% cada una; y, “Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje”, 69,70%. La “Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje” es la primera y común necesidad psicoeducativa para ambos géneros y en todos los niveles educativos.

CAPÍTULO I

REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

La presente investigación ha sido fundamentada en las siguientes categorías: estrés académico, factores asociados al estrés académicos, salud mental, bienestar subjetivo, bienestar psicológico, respuestas frente al estrés académico y necesidades psico-educativas.

1. BREVE CARACTERIZACIÓN DEL ESTRÉS ACADÉMICO.-

De acuerdo a la TEORÍA TRANSACCIONAL DEL ESTRÉS, éste, no es exclusivamente un evento externo, del cual el sujeto es víctima; por el contrario, el estrés psicológico se define como una relación particular entre el individuo y su entorno, que él mismo evalúa como amenazante o desbordante respecto de sus recursos y que pone en peligro su bienestar. (Lazarus, 1998)

El estrés puede ser conceptualizado como un complejo fenómeno que implica la consideración de variables interrelacionadas: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y finalmente, efectos del estrés académico. (Martín, 2007)

Se considera que una persona está en una situación estresante o bajo un estresor cuando debe hacer frente a situaciones que conllevan demandas conductuales que le resultan difíciles de poner en práctica o de satisfacer. (Seperiza, 1994). Entonces, podemos entender mejor que las exigencias académicas se comportan como estresores curriculares o estímulos inducentes de respuestas conocidas específicamente como estrés estudiantil. (Selye, 1974)

Desde esa perspectiva, el estrés académico “implica la consideración de variables interrelacionadas: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y finalmente, efectos del estrés académico”, que aparecen en un mismo entorno organizacional: la Universidad; es decir, “un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial

generador –con otros factores- del fracaso académico universitario”. (Martín, 2007)

Los estresores académicos, en general, se refieren a los eventos ocurridos dentro del ámbito universitario que generan potencialmente estrés académico en los estudiantes. (Bedoya, 2006). Kohn y Frazer define a los estresores como factores causales (notas finales, el excesivo trabajo para casa, los exámenes) (Misra, 2000); pero, la mayoría coinciden que los exámenes constituyen uno de los estresores académicos fundamentales en la vida estudiantil. Entre los más relevantes se menciona a: Deficiencias metodológicas del profesorado, sobrecarga del estudiante, intervenciones en público, clima social negativo, falta de control sobre el propio rendimiento, carencia de valor de los contenidos de aprendizaje y estudio, baja autoestima académica, exámenes (Cabanach, y otros, 2010)

Otros estudios destacan algunos factores de estrés académico, entre ellos el ingreso por primera vez en la institución universitaria, que necesitan establecer un cambio de perspectiva en su comportamiento para adaptarse al nuevo entorno. Citando a Fisher (1984, 1986) destacan que la entrada en la Universidad “representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que “el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control¹ sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador -con otros factores- del fracaso académico universitario” (Polo, y otros) .

2. ALGUNAS MANIFESTACIONES DEL ESTRÉS ACADÉMICO.-

Los SÍNTOMAS FÍSICOS, se refieren a la aparición de respuestas físicas asociadas al estrés, entre otras: Trastornos en el sueño; fatiga crónica

¹ El modelo de control, propuesto por Fisher, 1986, sostiene que los eventos vitales provocan cambios en el nivel de exigencia junto con una reducción del control del individuo sobre varios aspectos del nuevo estilo de vida; dicho control hace referencia al dominio sobre los eventos diarios o situaciones cotidianas, esto es, la habilidad para manejar el ambiente, lo que, si se consigue, es percibido por el individuo como placentero.

(cansancio permanente); dolores de cabeza, migrañas; problemas de digestión, somnolencia. (Bedoya, 2006)

Los TRANSTORNOS EN EL SUEÑO, derivan de una alteración en la declaración u oscilación de los estados del ser y de su sincronización con el ciclo geofísico. Las consecuencias de estas alteraciones se manifiestan en cuatro escenarios clínicos fundamentales: *Alteración de la continuidad y de la transición ordenada de la vigilia y el sueño*: insomnio, trastornos cronobiológicos; *descontrol motor paradójico* (actividad motora inesperada para un determinado estado): síndrome de los movimientos periódicos de las piernas (SMPP), síndrome de las piernas inquietas; y, *conducta anormal o automática*: trastorno de conducta en sueño REM (TCR), sonambulismo. (Pareja, 2011)

La FÁTIGA CRÓNICA, se expresa en que la persona siente un cansancio general extremo, que ocurre sin una razón aparente y dura más que algunas horas o un día. Con frecuencia tiene un efecto acumulativo, de manera que la persona se va sintiendo más débil e indiferente a medida que pasa el tiempo. Mientras la fatiga normal o aguda resulta del trabajo o el ejercicio, la fatiga crónica tiene sus raíces en una condición física o mental. (White, 2004)

La SOMNOLENCIA, es la tendencia de la persona a quedarse dormido, también conocido como la propensión a dormirse o la habilidad de transición de la vigilia al sueño; que resulta de un sueño alterado que lleva al déficit del sueño. (Silber, 2006)

3. EL ORGANISMO FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO.-

¿Qué pasa frente al estrés? En general, la respuesta al estrés depende de la disposición personal para hacer frente a las demandas de la situación así como de la propia situación a la que se enfrenta. (Polo, y otros). A algunos autores están de acuerdo que el malestar no proviene tanto de su buena o mala formación técnica y de conocimientos médicos, sino de su falta de recursos para afrontar situaciones de relación médico paciente para las que

no han sido entrenados, así como de su propia vulnerabilidad psicológica. (Firth-Cozens J, 1999)

¿Qué entendemos por estrategias de afrontamiento? Los individuos con altos niveles de autoeficacia tienden a usar conductas de afrontamiento activo y centrado en el problema, mientras que los individuos con una baja autoeficacia usarían más estrategias centradas en la emoción. (Bandura, 1999).

Básicamente, se distinguen dos tipos de afrontamiento: activo y pasivo. En lo que concierne al afrontamiento activo, está conformado por estrategias como la planificación, la reinterpretación positiva y el crecimiento personal. (Augusto, 1998); dirigidas a la acción, resolución de problemas, reestructuración cognitiva, expresión de emociones y apoyo social. ((CSI) de Tobin, 1984, Otero, 1998) que se expresa como proceso mediador entre el optimismo disposicional y el estado de salud física, lo cual había sido sugerido por otros autores. (Carver et al, 1993). Y las estrategias de afrontamiento pasivo, tales como la negación y el distanciamiento conductual, (Avia, 1998); el afrontamiento pasivo que se caracteriza por el pesimismo, no dirigidas a la acción evitación de problemas, pensamientos ansiosos, autocrítica y retirada social ((CSI) de Tobin, 1984, Otero, 1998).

Los estudiantes sujetos a situaciones estresantes, que podrían ser comunes para todos, tienen sus propias particularidades para reaccionar, situación muy compleja sobre la que vamos brevemente a citar algunos elementos conceptuales.

Iniciemos refiriéndonos a la COMPETENCIA, que se define como las características principales y genéricas de las personas que han realizado los desempeños más eficaces. (Gonczi, 1995). Desde un enfoque cognitivo son todos los recursos mentales que los individuos emplean para realizar las tareas importantes, para adquirir conocimientos y para conseguir un buen desempeño (Weinert, 2001); y, desde un enfoque conductista, es la importancia de la observación de los trabajadores exitosos y efectivos y de la determinación de qué es lo que los diferencia de aquellos menos exitosos

(McClelland ,1973), que podrían extenderse a las actividades académicas estudiantiles.

Pero el ser competentes es un complejo interrelacionado sobre el que podemos hacer las siguientes reflexiones.

El PERFIL COGNITIVO, según Beck y Freeman (1995), hace referencia a las creencias con relación a sí mismo y a los demás, a las percepciones de amenazas sobrevaloradas y generalizadas, y a las estrategias interpersonales que neutralizan o disminuyen las condiciones de estrés. (Beck, A. T. & Freeman, A. (1995)).

El AUTOCONCEPTO ACADÉMICO, se define como el conjunto de conocimientos y actitudes que tenemos sobre nosotros mismos, las percepciones que el individuo se adjudica a sí mismo y las características o atributos que usamos para describirnos. (Martín, 2007).

El OPTIMISMO DISPOSICIONAL, hace referencia a expectativas positivas generalizadas de resultado; es decir, la creencia de que el futuro depara más éxitos que fracasos. (Carver y Scheier, 2001), lo que incluye las expectativas de control sobre los resultados de nuestras propias acciones, las expectativas sobre la posibilidad de alcanzar resultados positivos en el futuro, así como un cierto componente de eficacia personal (Gillham, 2001).

La AUTOEFICACIA, entendida como el esfuerzo que invierten las personas en una actividad, cuán perseverantes serán frente a los obstáculos; es decir, esto conduce a pensar que el sujeto sea el productor de su propio futuro y no un simple predictor (Brannon, 2001). Olaz (2001), afirma que la autoeficacia influye en la elección de actividades, en las conductas, en los patrones de pensamiento y en las reacciones emocionales (Olaz, 2001). Mientras que la autoeficacia negativa, provocada por experiencias de fracaso o falta de dominio, conllevan al desarrollo Burnout (Bresó, Lloresn, et ál. 2005; Bresó & Salanova, 2005).

A mayor éxito académico pasado, mayores creencias de autoeficacia, que a su vez se correlacionan con mayores niveles de vigor y dedicación

relacionados con los estudios (engagement) (Bresó, Lloresn, et ál. 2005; Bresó & Salanova, 2005)

Siendo así, altos niveles de autoeficacia tienden a prevenir la experiencia del estrés y, por el contrario, la baja autoeficacia es amenazante y muy estresante (Jerusalem & Swarcher, 1992 citado en Donna & Tamy, 2002).. Así, si las personas creen que pueden manejar con eficacia los potenciales estresores ambientales y perciben control sobre esos estresores, y difícilmente serán considerados como perturbadores o adversos por esas personas e irrelevante en el control del entorno. (Bandura, 1982)

El VIGOR, se refiere a altos niveles de energía, persistencia y esfuerzo en la labor que se lleva a cabo a pesar de los contratiempos y dificultades; (Salanova, 2005) la DEDICACIÓN, hace referencia a niveles elevados de implicación, entusiasmo, inspiración, orgullo y reto en las tareas ocupacionales. (Salanova, 2005); la ABSORCIÓN, en cambio, hace alusión a altos niveles de concentración y de felicidad durante el desempeño de la actividad laboral, como es la académica. (Extremera, 2007)

La INTELIGENCIA EMOCIONAL, definida como una habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones propias y las de otras personas; (Extremera, 2007) favorece mayores niveles de bienestar y ajuste psicológico en los individuos (Salovey, Bedell, Detweiler, y Mayer, 1999). Se considera que las personas emocionalmente inteligentes saben atender a las emociones originadas en su entorno, comprender las posibles causas y consecuencias de esas emociones y, en consecuencia, desarrollan estrategias para regular o manejar esos estados emocionales (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1999). Una baja IE está relacionada con déficit notable en los niveles de bienestar y ajuste psicológico del alumnado, con una menor cantidad y calidad de las relaciones interpersonales dentro y fuera del aula, un descenso en el rendimiento académico, así como una mayor aparición de conductas disruptivas y mayor consumo de sustancias adictivas (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004)

Hemos tratado de ordenar una serie de razonamientos respecto del estrés académico y la complejidad para su abordaje. A continuación mencionemos algunas conceptualizaciones sobre otras categorías que serán empleadas en este estudio asociadas al estrés.

4. SITUACIONES ASOCIADAS AL ESTRÉS ACADÉMICO.

En cuanto a la SALUD MENTAL, se considera que es un estado de bienestar en el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes; puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a su comunidad. (OMS, 2011).

En lo que se refiere al BIENESTAR PSICOLÓGICO, se lo entiende como el resultado de una evaluación valorativa por parte del sujeto con respecto a cómo ha vivido; (Ryff, C. & Keyes, C., 1995) como una percepción subjetiva, estado o sentimiento.

En general, el BIENESTAR SUBJETIVO (BS), se define como el grado en que un individuo juzga su vida “como un todo” en términos positivos, es decir, en qué medida un sujeto se encuentra a gusto con la vida que lleva; (Veenhoven, R., 1991) de allí que se puede entender como la preponderancia de afectos positivos sobre los negativos. (Diener, E. 1994) Se caracteriza a la felicidad y al bienestar psicológico como disposiciones bio-psicológicas-naturales. Así como la salud es el estado natural biológico del organismo, en el área psicológica esa disposición la constituye el bienestar subjetivo. (Casullo, M y Castro Solano, A., 2000)

Al hablar de bienestar psicológico y bienestar subjetivo, necesariamente debemos referirnos a la CALIDAD DE VIDA, entendida como la “percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas e inquietudes”; el grado en que la vida es percibida favorablemente, que se lo puede medir a través de algunos de sus componentes, afectos y cognición: (Ryff, C. & Keyes, C. (1995)

El APOYO SOCIAL, fenómeno que envuelve tanto elementos objetivos (eventos actuales y actividades) como elementos subjetivos (en términos de la percepción y significado otorgado por el individuo), que se refieren a los recursos de apoyo en redes, conducta de apoyo y apoyo percibido subjetivamente. (Turner, y otros, 1994); o, la información que conduce a creer que uno es cuidado, amado y estimado; y, por lo tanto representa un factor protector inespecífico opuesto a la acción nociva del estrés, lo que beneficia la salud y favorece la recuperación de la enfermedad. (Gil HLB, Mello DF, Ferriani MGC, Silva MAI, 2008)

Ahora conceptualicemos algunos problemas psicológicos/psiquiátricos asociados con el estrés.

5. IMPLICACIONES PSICOPATOLÓGICAS DEL ESTRÉS ACADÉMICO.-

La DEPRESIÓN, es una enfermedad mental común que se presenta con ánimo en menos, pérdida de interés o placer, energía disminuida, sentimientos de culpa o baja autoestima, alteraciones de sueño o apetito, y mala concentración; alta frecuencia de pensamientos negativos acerca de pérdidas y fracasos, evaluación negativa de uno mismo, culpa, y desesperanza hacia el futuro.

La TRISTEZA, es considerada como un estado de ánimo caracterizado por el dolor moral y la depresión de los afectos o una emoción primaria adaptativa que surge por el distanciamiento, la separación o la pérdida del vínculo.(Silverio, 2002)

La ANSIEDAD, puede manifestarse mediante respuestas fisiológicas (taquicardia, sudoración, boca seca, diarrea, etc.), respuestas motoras (escape-evitación de los exámenes y de otras situaciones académicas) o cognitivas (dificultades de atención y concentración, auto-instrucciones negativas, etc.). (Pérez y Borda, 2000).

Los DESORDENES ANSIOSOS, según Clark y Beck (1988) se caracterizan por ser creencias mal adaptativas focalizadas en amenaza física o

psicológica, y baja autoeficacia y vulnerabilidad al daño. (Beck, A. & Clark, D., 1988) Y, los ESQUEMAS MAL ADAPTATIVOS, según Dowd (2004), pueden estar asociados a la depresión y son: Deprivación Emocional, Inestabilidad/Abandono, Vergüenza/ Defectuosa y Fracaso. (Dowd, E. T., 2004)

En lo concerniente al AISLAMIENTO caracteriza a los individuos con conductas de evitación, retraimiento que pueden llegar a ser agresivos, hostiles y presentar otras manifestaciones de inadaptación social; podríamos decir también que se presenta como la evitación de vínculos psicosociales por parte del sujeto. (Contini, 2012)

Respecto de la APATÍA, es un síndrome neuropsiquiátrico que se manifiesta en forma de disminución de la actividad dirigida a una meta por falta de motivación, no atribuible a un trastorno del intelecto, emoción o nivel de conciencia; (García, 2012) puede llevar a la persona, de manera silenciosa y sin que tenga conciencia de ello, a condiciones de discapacidad laboral, familiar y social; en otras palabras, es la pérdida de la capacidad para el disfrute y el interés.

El SÍNDROME DE BURNOUT, denominado también Síndrome de Desgaste Profesional (SDP), Psíquico o del Quemado (SQ). (Turner y Marino, 1994), caracterizado por: 1) cansancio emocional; 2) despersonalización-cinismo, 3) baja realización personal-eficacia profesional; (Maslach y Jackson, 1986) “proceso de pérdida gradual de responsabilidad y desinterés entre los compañeros de trabajo en su campo de formación”. (Maslach y Jackson, 1986) También se ha definido como “estrés crónico producido por el contacto con los clientes que lleva a la extenuación al distanciamiento emocional con los clientes en su trabajo y duda completamente de su capacidad para realizarlo”. (Maslach y Jackson, 1986). Sin embargo, el estado de agotamiento mental, físico y emocional producido por involucrarse crónicamente en el trabajo en situaciones emocionales demandantes, (Ortega, 2004); hace referencia no tanto a las reacciones emocionales

provocadas por el contacto con otras personas sino a la propia actividad laboral realizada.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

La presente Tesis de Grado fue ejecutada como parte del macro proyecto “**PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PREGRADO DEL ÁREA DE LA SALUD HUMANA. ENERO – JULIO 2013**”. La fase de ejecución se cumplió durante el primer semestre del año 2013, con los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico.

1. CARACTERÍSTICAS METODOLÓGICAS:

- a. **TIPO DE ESTUDIO.-** De corte transversal; descriptivo y analítico; que emplea procedimientos cuantitativos. Se realizó una sola medición, en base a lo cual se presenta la distribución del estrés académico, fuentes de estrés, y otras variables; y, se establece la asociación entre variables que permita magnificar su impacto (o fuerza de asociación) y encontrar elementos para poder lograr una comprensión y explicación fundamentada.
- b. **UNIVERSO.-** El universo estuvo constituido por los estudiantes regulares de la Carrera de Laboratorio Clínico, considerando el género y el módulo o nivel de estudio.

PARALELO	HOMBRES	%	MUJERES	%	TOTAL	%
MÓDULO 1	9	38	15	63	24	13.71
MÓDULO 4	9	27	24	73	33	18.86
MÓDULO 6 “A”	10	36	18	64	28	16.00
MÓDULO 6 “B”	6	21	22	79	28	16.00
MÓDULO 8 “A”	7	23	24	77	31	17.71
MÓDULO 8”B”	12	39	19	61	31	17.71
TOTAL	175					100.00
MUESTRA	129					

- c. **UNIDAD DE ESTUDIO.-** Los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico.

d. MUESTRA.- Se consideraron los siguientes criterios: Se adoptó como prevalencia de referencia de estrés académico el 35%, como peor resultado esperado el 40% (o 30%) respecto de esa prevalencia; y, el 95% como porcentaje de confiabilidad. Con esto se calculó la muestra en Epilnfo, dando un total de 129 al que se agregaron 5 alumnos más.

e. MUESTREO.- Fue aleatorio en forma estratificada, considerando proporcionalmente los siguientes elementos constitutivos; género y nivel de estudio y quedó constituida de la siguiente manera:

ESTRUCTURACIÓN DE LA MUESTRA			
f. MODULO	FEMENINO	MASCULINO	TOTAL
PRIMERO	11	7	18
% DE FILAS	61,1	38,9	100
% DE COLUMNAS	11,1	20	13,4
CUARTO	25	8	33
% DE FILAS	75,8	24,2	100
% DE COLUMNAS	25,3	22,9	24,6
SEXTO	42	13	55
% DE FILAS	76,4	23,6	100
% DE COLUMNAS	42,4	37,1	41
OCTAVO	21	7	28
% DE FILAS	75	25	100
% DE COLUMNAS	21,2	20	20,9
TOTAL	99	35	134

f. CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN.- Participaron en este estudio: Todos los estudiantes, hombres y mujeres, debidamente matriculados que estuvieron asistiendo normalmente a clase; cuyas edades estén comprendidos entre 18 años cumplidos y 27 años cumplidos. No participaron los estudiantes menores de 18 años y mayores de 27 años. Ningún alumno escogido se negó a participar y ninguno estaba con tratamiento psiquiátrico por enfermedad grave.

2. PROCEDIMIENTO GENERAL:

En forma unificada con los intervinientes en el macro proyecto, se realizó la prueba piloto con cien estudiantes de la Carrera de Medicina Veterinaria de la Universidad Nacional de Loja, en la que se establecieron las dificultades de entendimiento de los ítems que contienen cada uno de los instrumentos de evaluación señalados en este proyecto; se calculó el tiempo de respuesta de cada uno de los instrumentos y el total; y, se apreció la predisposición de los estudiantes, concluyendo la factibilidad de aplicación de los instrumentos y la indispensable motivación y explicación de cada uno de los instrumentos. Con anuencia de las autoridades del ASH (Área de la Salud Humana) se seleccionó a los alumnos de la Carrera de Laboratorio Clínico, en forma aleatoria; y, se les notificó.

Los seleccionados fueron reunidos en un local adecuado. Se les brindó una explicación pormenorizada de que se trata de un proyecto de investigación que persigue, a más de los fines científicos, aportar para el mejoramiento del bienestar universitario; que no les causará ningún tipo de problemas personales, familiares o grupales; y, que se guardará toda la confidencialidad. Se insistió cada una de las respuestas sean sinceramente respondidas. Luego se entregó los diferentes instrumentos de investigación uno por uno; y, se enfatizó la explicación para cada uno de ellos. Se explicó el significado de algunos términos inicialmente a pedido de los alumnos.

Se garantizó que en menos de cuarenta y ocho horas se apliquen todos los reactivos a fin de que no medien situaciones extrañas extraordinarias

Los reactivos y encuestas fueron sometidos a control de calidad para establecer si todos estuvieron adecuadamente llenados, estableciéndose un ínfimo porcentaje que fue corregido.

Las encuestas y reactivos depurados fueron ingresados en el programa EpiInfo6; dicha información sometida a control de calidad hasta depurarla. Adicionalmente, parte de la información también fue digitada en Excel para realizar los análisis correlacionados.

Los datos fueron generados como información en tablas y gráficos; se realizó el análisis inferencial básicamente utilizando intervalos de confianza, prueba de χ^2 ; correlación lineal; y, Old Radtio.

La información así procesada fue analizada en forma particular por cada reactivo y en forma integrada, en base a lo cual se redactó el análisis de resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones.

3. PROCEDIMIENTO PARA LA CALIFICACIÓN DE LA INFORMACIÓN DE CADA UNO DE LOS INSTRUMENTOS Y SU SIGNIFICADO.-

Para la realización de la presente investigación se cumplirán los siguientes procedimientos en cada uno de los instrumentos:

- a. **INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADEMICO:** Se consideró el primer ítem de filtro que, en términos dicotómicos (si-no) para determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario. Luego, un ítem que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.
- b. **CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL.-** Se pidió a cada estudiante que lea con cuidado y conteste lo que se le pide; tachando la opción que más lo describa. Las preguntas se

refieren exclusivamente a aquellas molestias que haya experimentado en las últimas tres semanas. Las alternativas son: No, para nada; No más de lo habitual; Bastante más que lo habitual; Mucho más que lo habitual. Los aspectos que se investigó fueron organizados así: CANSANCIO, FATIGA, TENSIÓN, CEFALALGIAS; SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD; AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS; y, ASPECTOS POSITIVOS. En general, el puntaje máximo negativo es de 86 que significa que en el tipo de preguntas/afirmaciones negativa en todas ha respondido 4 (Mucho más que lo habitual); y, en las positivas: 1 (No, para nada). Esta situación extrema implicaría un mayor daño de la salud general del estudiante. El puntaje máximo positivo es de 44 que significa que en el tipo de preguntas/afirmaciones negativa en todas ha respondido 1 (No, para nada); y, en las positivas: 4 (Mucho más que lo habitual), lo que sería sinónimo de una buena salud general. A partir de estas consideraciones, con los resultados ya establecidos, se organizó la información en quintiles, significando, el Quintil 1, excelente estado de salud general; Quintil 2, buen estado de salud general; Quintil 3, regular estado de salud general; Quintil 4, deteriorado estado de salud general; Quintil 5, muy deteriorado estado de salud general.

c. FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO.- Se trabajó con dos instrumentos:

- i. El primero es un instrumento que permitió determinar y cuantificar las situaciones estresantes. Para cada una de las situaciones planteadas se presenta una escala con valores de Nada Estresante; Poco Estresante; y, Muy Estresante, que indican el grado de estrés que dicha situación puede generar.

En el instrumento se presenta una serie de situaciones académicas estresantes que reportan los estudiantes universitarios. Para ello se les pide que evalúen y marquen con una X *¿qué tanto son estresantes para ti?* utilizando la escala que se encuentra en las tres últimas columnas de la derecha. El procedimiento para la evaluación es en doble sentido: La proporción de cada uno de los ítems en el contexto de todos, lo que permitirá formular un orden de prelación; y, el porcentaje en cada uno de los ítems, considerando las cinco alternativas.

- ii. El segundo, el **INVENTARIO DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO**, es un instrumento complementario, en que se recogen los elementos en torno a los tres niveles de respuesta frente al estrés académico: fisiológico, cognitivo y motor; es decir, respuestas que el organismo experimenta cuando se ve expuesto a situaciones de estrés. La frecuencia de ocurrencia de las respuestas, referidas a los tres niveles de respuesta del organismo, se evaluó en una escala de 1 a 5, donde 1 significa Casi nunca o nunca y 5 significa Casi siempre o siempre. La distribución de los elementos quedó conformada de la siguiente forma:
Nivel fisiológico, Nivel cognitivo; y, Nivel motor.

- d. **ESCALA DE BIENESTAR SUBJETIVO DE SANCHEZ CASANOVA.**- Esta escala está destinada a evaluar el grado de bienestar psicológico; hace referencia al sentido de la felicidad o bienestar. Las respuestas se valoran en una escala de Likert 5 grados de modo que a mayor puntuación, mayor índice de Bienestar Psicológico. (En esta sub-escala 0 (Nunca) a 4 (Siempre). Se indicó al estudiante que observe las series de afirmaciones; y, que marque sin pensar mucho la que mejor se ajuste a su caso. La puntuación máxima posible es de 120

que significa que a todas las preguntas ha respondido “Siempre”, es decir 4 puntos; y, el mínimo es de 0 que significa que en todas ha respondido “Nunca o Casi nunca”, lo que sería sinónimo de un muy deteriorado bienestar subjetivo. La información se organizaron en quintiles, significando, el Quintil 1, muy deteriorado grado de bienestar subjetivo; Quintil 2, deteriorado grado de bienestar subjetivo; Quintil 3, regular grado de bienestar subjetivo; Quintil 4, buen grado de bienestar subjetivo; Quintil 5, excelente grado de bienestar subjetivo.

- e. **ESCALA BIENESTAR PSICOLÓGICO, BIEPS-J.-** Prueba objetiva, autoadministrable, válida y confiable para la evaluación de la percepción subjetiva del bienestar psicológico en los adolescentes”. Las dimensiones evaluadas por la escala de Bienestar Psicológico. BIEPS-J., son: Control de situaciones, Vínculos psicosociales, Proyectos personales, Aceptación de sí mismo. Para el procesamiento de la información se advertirán los siguientes criterios: A cada situación vivencia se otorgó un puntaje similar. Si la respuesta es “Estoy en desacuerdo” la valoración es: 0; si escoge la alternativa “Ni de acuerdo ni en desacuerdo”, la calificación es: 1; y, si escoge la alternativa “Estoy de acuerdo”; la calificación es: 2. Siendo así el puntaje máximo positivo de 26, que significa que en todas las situaciones escogió la alternativa “Estoy de acuerdo”; el mínimo, por cierto es: 0. A partir de estas consideraciones, con los resultados ya establecidos, se organizará la información en cuartiles, significando, el Cuartil 1, bienestar malo; Cuartil 2, bienestar regular; Cuartil 3, bienestar bueno; Cuartil 4, muy bueno.
- f. **AUTORREPORTE VIVENCIAL.-** Cada estudiante evaluó uno a uno los términos de acuerdo con el grado o nivel de profundidad con que él experimentó dichas emociones y para lo cual se le presentan tres categorías en distintos niveles, que

son: escasamente, moderadamente e intensamente. Para el procesamiento de la información se advirtieron los siguientes criterios: A cada vivencia se otorgó un puntaje similar. Así, si la respuesta es “Escasamente” la valoración es: 0; si escoge la alternativa moderada, la calificación es: 1; y, si escoge la alternativa “Intensamente”; la calificación es: 2. Siendo así el puntaje máximo negativo de 28, que significa que en todas las vivencias escogió la alternativa “intensamente”; el mínimo es: 0. A partir de estas consideraciones, con los resultados ya establecidos, se organizará la información en cuartiles, significando, el Cuartil 4, muy negativo.

g. CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS.-

Consta de 15 reactivos los cuales evalúan una serie de necesidades de asistencia y apoyo en áreas educativas y psicológicas que reportan los estudiantes universitarios. Cada estudiante evaluó y marcó con una X qué tanto son una necesidad para el utilizando la escala que se encuentra en las tres últimas columnas de la derecha. Las alternativas son: Nada necesario; poco necesario; muy necesario: La proporción de cada uno de los ítems en el contexto de todos, lo que permitirá formular un orden de prelación; y, el porcentaje en cada uno de los ítems, considerando las cinco alternativas.

4. ESCALAS DE LAS VARIABLE INDEPENDIENTES.

- a. **SEXO.-** Condición biológica de hombre o mujer asociada a roles masculino o femenino que adopta el estudiante de la universidad, expresada en la escala Hombre o Mujer. (Masculino o Femenino)
- b. **NIVEL EDUCATIVO.-** Inicialmente se clasificó la variable como “Módulo”, entendida como el régimen académico de la universidad nacional al que se ha matriculado y asiste el estudiante evaluado, en cada una de las carreras. La escala fue: Primer Ciclo; y, Cuarto, Sexto y Octavo Módulos.

- c. **EDAD.-** Se refiere a la edad cronológica, en años cumplidos, indicada por el estudiantes expresada en la siguiente escala: **MENORES 21 AÑOS, de 22 A 25 AÑOS; y, de 25 MAS AÑOS.**
- d. **AUTOPERCEPCIÓN DE LA CONDICIÓN SOCIO ECONÓMICA.-** Se refiere a la autovaloración de la condición socio económica por parte de cada estudiante expresada en la siguiente escala: **MEDIA ALTA, MEDIA BAJA, y, POPULAR.**
- e. **ESTADO CIVIL.-** Es el estado que indica cada estudiante, cuya escala es la siguiente: **SOLTERO, CASADO, UNIÓN LIBRE, y, DIVORCIADO.**
- f. **RELIGIÓN QUE DECLARAN LOS ESTUDIANTES.-** Es la declaratoria de la religión –o no- que profesan los estudiantes, cuya escala es: **CATÓLICO, CRISTIANO-EVANGÉLICO, TESTIGOS DE JEHOVÁ, ATEOS Y OTROS.**
- g. **SECTOR DE PROCEDENCIA.-** Es la declaración de los estudiantes del sitio del que provienen a la Universidad, clasificados como: Sector Urbano y Rural.

5. CRUCE DE VARIABLES.- A continuación se establece el cuadro resumen que explica el cruce de las variables y su clasificación si son descriptivas o inferenciales. En general, los resultados obtenidos con la aplicación de los instrumentos de medición, se analizaron, en forma descriptiva a nivel general, de sexo y nivel de estudio; y, con todas las variables en forma inferencial utilizando la prueba estadística de X^2 . En casos especiales se utilizó la prueba inferencia para diferencia de promedios.

SÍNTESIS DE TIPO DE CRUCE DE VARIABLES						
INSTRUMENTO DE MEDICIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE	VARIABLES INDEPENDIENTES					
	SEXO	NIVEL DE ESTUDIO	EDAD	PERCEPCIÓN DE LA CONDICIÓN SOCIO ECONÓMICA	ESTADO CIVIL	SECTOR DE PROCEDENCIA
INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADEMICO	DESCRIPTIVO INFERENCIAL	DESCRIPTIVO INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL
CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL	DESCRIPTIVO INFERENCIAL	DESCRIPTIVO INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL
FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO	DESCRIPTIVO	DESCRIPTIVO	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL
INVENTARIO DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO	DESCRIPTIVO INFERENCIAL	DESCRIPTIVO INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL
ESCALA DE BIENESTAR SUBJETIVO DE SANCHEZ CASANOVA	DESCRIPTIVO INFERENCIAL	DESCRIPTIVO INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL
ESCALA BIENESTAR PSICOLÓGICO, BIEPS-J	DESCRIPTIVO INFERENCIAL	DESCRIPTIVO INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL
AUTORREPORTE VIVENCIAL	DESCRIPTIVO INFERENCIAL	DESCRIPTIVO INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL
CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS	DESCRIPTIVO	DESCRIPTIVO	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL	INFERENCIAL

CAPÍTULO III

EXPOSICIÓN DE RESULTADOS

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN ESTUDIADA EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE LABORATORIO CLINICO DEL AREA DE LA SALUD HUMANA EN EL PERIODO ENERO- JULIO DEL 2013

TABLA No. 1				
LA MUESTRA DE ACUERDO AL GÉNERO (frecuencias y porcentajes)				
GÉNERO	FRECUENCIA	PORCENTAJE	LÍMITE DE CONFIANZA INFERIOR	LÍMITE DE CONFIANZA SUPERIOR
FEMENINO	99	73,88%	66,40%	81,70%
MÁSCULINO	35	25,35%	18,30%	33,60%
Total	134	100,00%		
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova				

ANÁLISIS.-

La gran mayoría de la población es de género femenino, 73,88%, diferencia que es estadísticamente significativa respecto del porcentaje del género masculino.

TABLA No. 2				
CONSTITUCIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO A LA EDAD. (frecuencias y porcentajes)				
EDAD	FRECUENCIA	PORCENTAJE	LÍMITE DE CONFIANZA INFERIOR	LÍMITE DE CONFIANZA SUPERIOR
MENORES 21	71	53,00%	44,20%	61,70%
22 A 25	58	43,30%	34,80%	52,10%
25 MAS	5	3,70%	1,20%	8,50%
Total	134	100,00%		
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova				

ANÁLISIS.-

El 96% de la población son menores de 25 años; por lo tanto, este es el grupo mayoritario frente a un mínimo porcentaje de estudiantes cuyas edades son de 25 años y más años.

TABLA No. 3				
COMPOSICIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO A LA AUTOPERCEPCIÓN DE LA CONDICIÓN SOCIO ECONÓMICA. (frecuencias y porcentajes)				
CONDICIÓN SOCIOECONÓMICA	FRECUENCIA	PORCENTAJE	LÍMITE DE CONFIANZA INFERIOR	LÍMITE DE CONFIANZA SUPERIOR
MEDIA ALTA	41	30,60%	22,90%	39,10%
MEDIA BAJA	84	62,70%	53,90%	70,90%
POPULAR	9	6,70%	3,10%	12,40%
Total	134	100,00%		
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova				

ANÁLISIS.-

La percepción de la condición socio económico de cada estudiante, la gran mayoría, 62,7%, se ubicó como “Media baja”; a continuación, con el 30,60% como “Media Alta”; y, un porcentaje mínimo, como “Popular”. Existe diferencia estadísticamente significativa entre todos los grupos.

TABLA No. 4				
LA MUESTRA POR EL ESTADO CIVIL				
(frecuencias y porcentajes)				
ESTADO CIVIL	FRECUENCIA	PORCENTAJE	LÍMITE DE CONFIANZA INFERIOR	LÍMITE DE CONFIANZA SUPERIOR
SOLTERO	117	87,30%	80,50%	92,40%
CASADO	12	9,00%	4,70%	15,10%
UNIÓN LIBRE	4	3,00%	0,80%	7,50%
DIVORCIADO	1	0,70%	0,00%	4,10%
Total	134	100,00%		
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova				

ANÁLISIS.- La gran mayoría de los estudiantes son “Solteros”, 87,3%; un 12% son “casados” y en “unión libre”.

TABLA No. 5				
LA MUESTRA POR LA RELIGIÓN QUE DECLARAN LOS ESTUDIANTES.				
(frecuencias y porcentajes)				
RELIGION QUE PROFESA	FRECUENCIA	PORCENTAJE	LÍMITE DE CONFIANZA INFERIOR	LÍMITE DE CONFIANZA SUPERIOR
CATÓLICO	121	90,30%	84,00%	94,70%
CRISTIANO-EVANGÉLICO	6	4,50%	1,70%	9,50%
TEST. JEHOVÁ	2	1,50%	0,20%	5,30%
ATEOS	2	1,50%	0,20%	5,30%
OTROS	3	2,20%	0,50%	6,40%
Total	134	100,00%		
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova				

ANÁLISIS.- La gran mayoría, 90,3%, indican que pertenecen a la religión Católica y, en porcentajes menores otras religiones o se declaran como ateos.

TABLA No. 6				
COMPOSICIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO AL SECTOR DE PROCEDENCIA.				
(frecuencias y porcentajes)				
SECTOR DE PROCEDENCIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE	LÍMITE DE CONFIANZA INFERIOR	LÍMITE DE CONFIANZA SUPERIOR
URBANO	129	96,30%	91,50%	98,80%
RURAL	5	3,70%	1,20%	8,50%
Total	134	100,00%		
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova				

ANÁLISIS.-

La gran mayoría (96,3%) indican que proceden de sectores urbanos.

TABLA No. 7				
COMPOSICIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO AL NIVEL DE ESTUDIOS QUE CURSAN.				
(frecuencias y porcentajes)				
NIVEL DE ESTUDIO	FRECUENCIA	PORCENTAJE	LÍMITE DE CONFIANZA INFERIOR	LÍMITE DE CONFIANZA SUPERIOR
PRIMER CICLO	18	13,40%	8,20%	20,40%
CUARTO MÓDULO	33	24,60%	17,60%	32,80%
SEXTO MÓDULO	55	41,00%	32,60%	49,90%
OCTAVO MÓDULO	28	20,90%	14,40%	28,80%
Total	134	100,00%		
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova				

ANÁLISIS.-

La mayoría de la muestra pertenecen al “Sexto Módulo”, 41%; el 24,6% al “Cuarto Módulo” y el 20% al “Octavo módulo”; y, el menor porcentaje, 13,4%, al “Primer ciclo”. Esta muestra se correlaciona con la distribución del universo de estudio.

EXPOSICIÓN DE LOS RESULTADOS POR OBJETIVOS

OBJETIVO ESPECÍFICO: DETERMINAR LA PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO.

1. PREVALENCIA DE ESTRÉS ACADÉMICO.

Para determinar la prevalencia del estrés académico se formuló la primera pregunta del Inventario SISCO de Estrés Académico: *¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso de este semestre?*

Los resultados del estudio de la prevalencia del estrés académico lo podemos evidenciar en la siguiente tabla de resultados:

TABLA No. 8			
PREVALENCIA DE ESTRÉS ACADÉMICO POR GÉNERO			
ESTRÉS ACADÉMICO	GENERAL	HOMBRES	MUJERES
PREVALENCIA	94,80%	91,20%	96,00%
LCS (Límite de confianza superior)	97,90%	98,10%	98,90%
LCI (Límite de confianza inferior)	89,50%	76,30%	90,00%
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova			

La prevalencia general es de 94,8% (Intervalo de confianza: 89,50% a 97,90%); de acuerdo al género, la prevalencia en hombres es de 91,2% (Intervalo de confianza: 76,30% a 98,10%); y, la de mujeres llega al 96% (Intervalo de confianza: 90,00% a 98,9%). Las diferencias, en cada caso, de los que presentan estrés académico con relación a los que no presentan, son estadísticamente significativas. Sin embargo, no existe diferencia estadísticamente significativa entre la prevalencia del estrés académico de hombres respecto a la de mujeres.

Para determinar el nivel de intensidad del estrés académico, se utilizó el ítem Inventario SISCO de Estrés Académico, con un escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos, (1 al 5, donde uno es poco y cinco mucho). Se planteó la siguiente pregunta: **“Señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho”**.

Los resultados podemos apreciarlos en la siguiente tabla:

TABLA No. 9		
VALORACIÓN DEL NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO POR GÉNERO		
NIVEL DE ESTRÉS ACADEMICO		
NIVEL	HOMBRES	MUJERES
I	3,20%	3,20%
II	22,60%	12,60%
III	48,40%	48,40%
IV	22,60%	25,30%
V	3,20%	10,50%
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS		
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdoba		

Los resultados de auto valoración de la intensidad del estrés académico, general y por género, siguen una distribución semejante a la curva normal; siendo los niveles I y V porcentualmente más bajos y en el nivel III (centro) se encuentran los porcentajes más altos. En el nivel V, la tendencia es levemente mayor en las mujeres.

En general, el 33,1% de los estudiantes presentan niveles de estrés académico IV y V; el 25,8% de los hombres; y, el 35,8% de las mujeres.

A partir de esta breve descripción pasamos a analizar la asociación estadística entre las diferentes variables.

2. SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA ENTRE LOS RESULTADOS DE LA PREVALENCIA DEL ESTRÉS ACADÉMICO, EN RELACIÓN CON LAS VARIABLES INDEPENDIENTES.

TABLA No. 10				
CORRELACIÓN DE LA PREVALENCIA DE ESTRÉS ACADÉMICO EN RELACION CON VARIABLES INDEPENDIENTES				
VARIABLE / ESCALAS	SI %	NO %	PRUEBA DE SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA	SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA
GÉNERO				
FEMENINO	96,0	4,0	Chi cuadrado 1,1612	N.S*. (0,2812)
MASCULINO	91,2	8,8		
EDAD				
MENOR 21	90	10	Chi cuadrado 6,7528	0,0342 (no significativo porque en varias celdas hay un valor de 0)
22-25	100	0		
MAYOR DE 25	100	0		
NIVEL DE ESTUDIO				
PRIMERO CICLO	66,7	33,3	Chi cuadrado 33,6222	0, (no significativo porque en varias celdas hay un valor de 0)
CUARTO MODULO	97	3		
SEXTO MODULO	100	0		
OCTAVO MODULO	100	0		
NIVEL SOCIO ECONÓMICO PERCIBIDO				
MEDIA ALTA	90,7	9,3	Chi cuadrado 3,3592	N.S*. 0,1864
MEDIA BAJA	97,6	2,4		
POPULAR	88,9	11,1		
SECTOR DE RESIDENCIA				
URBANO	95,3	4,7	Chi cuadrado 1,225	N.S*. (0,2683)
RURAL	85,7	14,3		
ESTADO CIVIL				
SOLTERO	94	6	Chi cuadrado 1,0732	N.S*. 0,7836
UNION LIBRE	100	0		
DIVORCIADO	100	0		
CASADO	100	0		
*No significativo al nivel de 95%				
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova				

ANÁLISIS.-

Los resultados de la prevalencia de estrés académico de acuerdo a las variables género, nivel socioeconómico, sector de residencia y estado civil, no muestran ninguna diferencia significativa.

En el caso de la variable edad ($p=0,0342 < 0,05$) y módulo (Chi cuadrado 33,6222) son diferencias significativas; sin embargo, podrían ser cuestionables porque en algunas celdas el valor es 0. En todo caso, en la variable edad, la prevalencia de estrés académico es menor en los más jóvenes (< de 21 años); y, en el caso del módulo, en el primer módulo es significativamente menor, respecto de los resultados en los módulos superiores.

(Al analizar los intervalos de confianza de la prevalencia de estrés académico en primer curso (prevalencia: 66,7%; LCI 41,0% - LCS 86,7%), respecto de los que no presentan (prevalencia: 33,3%; LCS: 59% - LCI 13,3%) establecemos que no hay diferencia significativa).

3. SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA ENTRE LOS RESULTADOS DE LA INTENSIDAD DEL ESTRÉS ACADÉMICO, RESPECTO DE LAS VARIABLES INDEPENDIENTES.

TABLA No. 11							
CORRELACIÓN DE LA INTENSIDAD DE ESTRÉS ACADÉMICO RESPECTO DE LAS VARIABLES INDEPENDIENTES.							
VARIABLE / ESCALAS	NIVEL DE ESTRES ACADÉMICO					PRUEBA DE SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA	SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA
	I %	II %	III %	IV %	V %		
GÉNERO							
FEMENINO	3,2	12,6	48,4	25,3	10,5	Chi cuadrado 1,1612	N.S*. (0,2812)
MASCULINO	3,2	22,6	48,4	22,6	3,2		
EDAD							
MENOR 21	4,8	15,9	49,1	17,5	12,7	Chi cuadrado 3,0299	N.S*. (0,5528)
22-25	1,7	15,3	47,5	32,2	3,3		
MAYOR DE 25	0	0	60	20	20		
NIVEL DE ESTUDIO							
PRIMER CICLO	8,3	41,7	41,7	8,3	0	Chi cuadrado 23,6422	0,0227 (existen celdas con un valor de 0)
CUARTO MODULO	0	3,1	43,8	34,4	18,8		
SEXTO MODULO	5,5	18,2	50,9	18,2	7,3		
OCTAVO MODULO	0	10,7	53,6	32,1	3,6		
NIVEL SOCIO ECONÓMICO PERCIBIDO							
MEDIA ALTA	7,7	23,1	35,9	23,1	10,3	Chi cuadrado 11,157	N.S*. (0,193)
MEDIA BAJA	1,3	10	56,3	23,8	8,8		
POPULAR	0	25	37,5	37,5	0		
SECTOR DE RESIDENCIA							
URBANO	3,3	14,9	49,6	24	8,3	Chi cuadrado 1,1913	N.S*. (0,8795)
RURAL	0	16,7	33,3	33,3	16,7		

ESTADO CIVIL							
SOLTERO	2,7	13,6	51,8	23,6	8,2	Chi cuadrado 10,8056	N.S*. 0,5456
UNION LIBRE	0	50	0	50	0		
DIVORCIADO	0	0	100	0	0		
CASADO	8,3	16,7	33,3	25	16,7		
*No significativo al nivel de 95%							
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS							
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdoba							

ANÁLISIS.-

La valoración del nivel de estrés académico no presenta ninguna asociación estadísticamente significativa con las variables género, edad, nivel socioeconómico, sector de residencia y estado civil. En cuanto a la variable módulo si hay diferencia significativa ($p=0,0227$, aunque en algunas celdas hay el valor 0).

4. FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO.

4.1. VALORACIÓN GENERAL DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO.

TABLA No. 12							
VALORACION GENERAL DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO GENERAL POR FRECUENCIAS Y PORCENTAJES							
SITUACIONES	ALTERNATIVAS DE RESPUESTA						POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE
	NADA ESTRESANTE		POCO ESTRESANTE		MUY ESTRESANTE		
	F	%	F	%	F	%	%
Sobrecarga académica.	7	5,22	40	29,85	87	64,93	94,78
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	8	5,97	55	41,04	71	52,99	94,03
Hacer un examen.	10	7,46	63	47,01	61	45,52	92,53
Exponer un tema en clase.	13	9,70	86	64,18	35	26,12	90,3
Esperar una calificación.	16	11,94	53	39,55	65	48,51	88,06
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.	21	15,67	58	43,28	55	41,04	84,32
Saturación de alumnos en el aula.	29	21,64	68	50,75	37	27,61	78,36

Presión por los resultados académicos en función del escalafón.	30	22,39	64	47,76	40	29,85	77,61
Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual.	32	23,88	73	54,48	29	21,64	76,12
Llegar tarde a clases.	33	24,63	72	53,73	29	21,64	75,37
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos.	38	28,36	67	50,00	29	21,64	71,64
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc.	41	30,60	70	52,24	23	17,16	69,4
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos.	43	32,09	61	45,52	30	22,39	67,91
Dificultades en la relación profesor-alumno.	47	35,07	67	50,00	20	14,93	64,93
Dificultades en la relación compañeros –alumno.	49	36,57	72	53,73	13	9,70	63,43
Trabajar en equipo.	50	37,31	68	50,75	16	11,94	62,69
Competitividad entre compañeros.	59	44,03	56	41,79	19	14,18	55,97
Condiciones en la beca para el estudio individual.	65	48,51	45	33,58	24	17,91	51,49
Otras situaciones. ¿Cuáles?	0	0,00	0	0,00	0	0,00	
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE “ FUENTES DE ESTRES ACADEMICO”							
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova							

ANÁLISIS.-

Considerando las alternativas “Poco estresantes” y “Muy estresantes”, podemos determinar que en orden de magnitud, de mayor a menor, las primeras cinco causas de estrés académico son: "Sobrecarga académica"; "Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas"; "Hacer un examen"; "Exponer un tema en clase"; y, "Esperar una calificación". Estas alternativas tienen un componente estrictamente docente y se relacionan especialmente con la sobrecarga académica y la forma de evaluación.

En cambio, las situaciones menos estresantes, de menor a mayor porcentajes, son las siguientes: "Condiciones en la beca para el estudio individual"; "Competitividad entre compañeros"; "Trabajar en equipo"; "Dificultades en la relación compañeros –alumno"; y, "Dificultades en la relación profesor-alumno". Asimismo, como se observa, las que menor causa de estrés provocan, son aquellas que se refieren a las relaciones interpersonales.

4.2. VALORACIÓN DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO DE ACUERDO AL GÉNERO

TABLA N° 13				
FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL GÉNERO MASCULINO				
(Porcentajes)				
SITUACIONES	NADA ESTRESANTE	POCO ESTRESANTE	MUY ESTRESANTE	POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc.	5,71	40,00	54,29	94,29
Sobrecarga académica.	8,57	51,43	40,00	91,43
Exponer un tema en clase.	8,57	65,71	25,71	91,43
Hacer un examen.	11,43	57,14	31,43	88,57
Trabajar en equipo.	20,00	51,43	28,57	80,00
Saturación de alumnos en el aula.	22,86	65,71	11,43	77,14
Competitividad entre compañeros.	25,71	54,29	20,00	74,29
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.	25,71	48,57	25,71	74,29
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos.	28,57	60,00	11,43	71,43
Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual.	28,57	42,86	28,57	71,43

Esperar una calificación.	31,43	62,86	5,71	68,57
Llegar tarde a clases.	31,43	48,57	20,00	68,57
Dificultades en la relación profesor-alumno.	34,29	54,29	11,43	65,71
Dificultades en la relación compañeros –alumno.	37,14	37,14	25,71	62,86
Presión por los resultados académicos en función del escalafón.	42,86	57,14	-	57,14
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	42,86	54,29	2,86	57,14
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos.	45,71	51,43	2,86	54,29
Condiciones en la beca para el estudio individual.	57,14	31,43	11,43	42,86
Otras situaciones. ¿Cuáles?	0	0	0	0
FUENTE: Encuestas sobre "FUENTES DE ESTRES ACADEMICO"				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova				

ANÁLISIS.-

Las cinco primeras causas de estrés académico en el caso de los hombres son las siguientes: "Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc."; "Sobrecarga académica"; "Exponer un tema en clase"; "Hacer un examen"; "Trabajar en equipo".

TABLA N° 14				
FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL GÉNERO FEMENINO.				
(Porcentajes)				
SITUACIONES	NADA ESTRESANTE	POCO ESTRESANTE	MUY ESTRESANTE	POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	1,01	37,37	61,62	98,99
Sobrecarga académica.	5,05	26,26	68,69	94,95
Hacer un examen.	6,06	43,43	50,51	93,94
Exponer un tema en clase.	10,10	63,64	26,26	89,90
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.	11,11	43,43	45,45	88,89
Esperar una calificación.	13,13	35,35	51,52	86,87
Saturación de alumnos en el aula.	19,19	47,47	33,33	80,81
Presión por los resultados académicos en función del escalafón.	21,21	47,47	31,31	78,79
Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual.	23,23	54,55	22,22	76,77
Llegar tarde a clases	25,25	49,49	25,25	74,75
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos.	26,26	48,48	25,25	73,74
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del	30,30	48,48	21,21	69,70

profesor, realizar preguntas, etc.				
Dificultades en la relación profesor-alumno.	32,32	48,48	19,19	67,68
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos.	32,32	44,44	23,23	67,68
Trabajar en equipo.	34,34	50,51	15,15	65,66
Dificultades en la relación compañeros –alumno.	34,34	52,53	13,13	65,66
Competitividad entre compañeros.	39,39	45,45	15,15	60,61
Condiciones en la beca para el estudio individual.	52,53	32,32	15,15	47,47
Otras situaciones. ¿Cuáles?	0	0	0	0
FUENTE: Encuestas sobre "FUENTES DE ESTRES ACADEMICO"				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova				

ANÁLISIS.-

Las cinco primeras causas de estrés académico, en las mujeres, considerando la sumatoria de las alternativas “muy estresante” y “poco estresante”, son las siguientes: "Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas"; "Sobrecarga académica"; "Hacer un examen"; "Exponer un tema en clase"; "Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.".

TABLA No. 15			
DIFERENCIA PORCENTUAL POR GÉNERO: SITUACIONES POCO ESTRESANTES + MUY ESTRESANTES			
SITUACIONES	FEMENINO	MASCULINO	% mujeres - % varones
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	98,99	57,14	41,85
Presión por los resultados académicos en función del escalafón.	78,79	57,14	21,65
Esperar una calificación.	86,87	68,57	18,30
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.	88,89	74,29	14,60
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos.	67,68	54,29	13,39
Competitividad entre compañeros.	60,61	74,29	(13,68)
Trabajar en equipo.	65,66	80	(14,34)
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc.	69,7	94,29	(24,59)
FUENTE: Encuestas sobre "FUENTES DE ESTRES ACADEMICO"			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova			

Comparativamente, en las mujeres respecto de los hombres, se presentan con más intensidad las siguientes alternativas: "Falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas", 41,85%; "Presión por los resultados académicos en función del escalafón", 21,65%; "Esperar una calificación", 18,30%; "Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.", 14,60%; y, "Acceso a la biblioteca para revisión de documentos", 13,39%.

En el género masculino, respecto del género femenino, se presentan mayores porcentajes en las siguientes alternativas: "Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc.",

24,59%; "Trabajar en equipo", 14,34%; y, Competitividad entre compañeros", 13,68%;

4.3 VALORACIÓN DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO DE ACUERDO AL NIVEL DE ESTUDIO

TABLA N° 16				
VALORACION DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN PRIMER CICLO POR PORCENTAJES				
SITUACIONES	ALTERNATIVAS DE RESPUESTA			POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE
	NADA ESTRESANTE	POCO ESTRESANTE	MUY ESTRESANTE	
Exponer un tema en clase.	-	61,11	38,89	100,00
Hacer un examen.	5,56	55,56	38,89	94,44
Sobrecarga académica.	5,56	38,89	55,56	94,44
Esperar una calificación.	5,56	55,56	38,89	94,44
Llegar tarde a clases.	16,67	66,67	16,67	83,33
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	16,67	38,89	44,44	83,33
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.	27,78	44,44	27,78	72,22
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos.	27,78	55,56	16,67	72,22
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc.	33,33	61,11	5,56	66,67
Disponibilidad de bibliografía para el estudio	33,33	50,00	16,67	66,67

individual.				
Condiciones en la beca para el estudio individual.	33,33	38,89	27,78	66,67
Saturación de alumnos en el aula.	38,89	33,33	27,78	61,11
Competitividad entre compañeros.	38,89	50,00	11,11	61,11
Trabajar en equipo.	38,89	50,00	11,11	61,11
Dificultades en la relación profesor-alumno.	38,89	50,00	11,11	61,11
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos.	38,89	50,00	11,11	61,11
Presión por los resultados académicos en función del escalafón.	38,89	44,44	16,67	61,11
Dificultades en la relación compañeros – alumno.	44,44	55,56	-	55,56
Otras situaciones. ¿Cuáles?	-	-	-	-
FUENTE: Encuestas de causas de estrés académico				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.				

ANÁLISIS.-

Las cinco principales causas de estrés académico en los estudiantes del Primer Ciclo son las siguientes: “Exponer un tema en clase”; “Hacer un examen”; “Sobrecarga académica”; “Esperar una calificación”; y, “Llegar tarde a clases”.

TABLA N° 17				
FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO CUARTO MÓDULO.				
(Porcentajes)				
SITUACIONES	ALTERNATIVAS DE RESPUESTA			POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE
	NADA ESTRESANTE	POCO ESTRESANTE	MUY ESTRESANTE	
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	3,03	36,36	60,61	96,97
Exponer un tema en clase.	6,06	72,73	21,21	93,94
Sobrecarga académica.	6,06	21,21	72,73	93,94
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.	6,06	42,42	51,52	93,94
Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual.	9,09	72,73	18,18	90,91
Esperar una calificación.	12,12	36,36	51,52	87,88
Presión por los resultados académicos en función del escalafón.	12,12	48,48	39,39	87,88
Hacer un examen.	15,15	24,24	60,61	84,85
Saturación de alumnos en el aula.	18,18	51,52	30,30	81,82
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos.	18,18	63,64	18,18	81,82
Llegar tarde a clases.	18,18	54,55	27,27	81,82
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización	18,18	63,64	18,18	81,82

de trabajos.				
Dificultades en la relación profesor-alumno.	21,21	63,64	15,15	78,79
Dificultades en la relación compañeros –alumno.	24,24	66,67	9,09	75,76
Trabajar en equipo.	27,27	57,58	15,15	72,73
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc.	33,33	48,48	18,18	66,67
Competitividad entre compañeros.	48,48	36,36	15,15	51,52
Condiciones en la beca para el estudio individual.	48,48	42,42	9,09	51,52
Otras situaciones. ¿Cuáles?	-	-	-	-
FUENTE: Encuestas de causas de estrés académico				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.				

ANÁLISIS.-

Las cinco principales causas de estrés académico en los estudiantes del módulo cuarto son las siguientes: “Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas”; “Exponer un tema en clase”; “Sobrecarga académica”; “Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.”; “Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual”.

TABLA N° 18				
FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO SEXTO MÓDULO.				
(Porcentajes)				
SITUACIONES	ALTERNATIVAS DE RESPUESTA			POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE
	NADA ESTRESANTE	POCO ESTRESANTE	MUY ESTRESANTE	
Sobrecarga académica.	3,64	34,55	61,82	96,36
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	3,64	49,09	47,27	96,36
Hacer un examen.	5,45	56,36	38,18	94,55
Exponer un tema en clase.	12,73	63,64	23,64	87,27
Esperar una calificación.	14,55	40,00	45,45	85,45
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.	18,18	52,73	29,09	81,82
Saturación de alumnos en el aula.	25,45	49,09	25,45	74,55
Presión por los resultados académicos en función del escalafón.	25,45	50,91	23,64	74,55
Llegar tarde a clases.	32,73	49,09	18,18	67,27
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc.	36,36	54,55	9,09	63,64

Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual.	36,36	49,09	14,55	63,64
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos.	41,82	40,00	18,18	58,18
Dificultades en la relación profesor-alumno.	43,64	47,27	9,09	56,36
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos.	45,45	36,36	18,18	54,55
Trabajar en equipo.	47,27	45,45	7,27	52,73
Dificultades en la relación compañeros –alumno.	49,09	45,45	5,45	50,91
Competitividad entre compañeros.	50,91	40,00	9,09	49,09
Condiciones en la beca para el estudio individual.	60,00	27,27	12,73	40,00
Otras situaciones. ¿Cuáles?	-	-	-	-
FUENTE: Encuestas de causas de estrés académico				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.				

ANÁLISIS.- Las cinco primeras causas de estrés académico en los estudiantes del sexto módulo son las siguientes: “Sobrecarga académica”; “Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas”; “Hacer un examen”; “Exponer un tema en clase”; “Esperar una calificación”.

TABLA N° 19				
FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO OCTAVO MÓDULO.				
(Porcentajes)				
SITUACIONES	ALTERNATIVAS DE RESPUESTA			POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE
	NADA ESTRESANTE	POCO ESTRESANTE	MUY ESTRESANTE	
Hacer un examen.	3,57	50,00	46,43	96,43
Sobrecarga académica.	7,14	25,00	67,86	92,86
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	7,14	32,14	60,71	92,86
Saturación de alumnos en el aula.	7,14	64,29	28,57	92,86
Esperar una calificación.	10,71	32,14	57,14	89,29
Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual.	10,71	46,43	42,86	89,29
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.	14,29	25,00	60,71	85,71
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc.	14,29	46,43	39,29	85,71
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos.	14,29	50,00	35,71	85,71

Exponer un tema en clase.	14,29	57,14	28,57	85,71
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos.	17,86	39,29	42,86	82,14
Presión por los resultados académicos en función del escalafón.	17,86	42,86	39,29	82,14
Dificultades en la relación compañeros –alumno.	21,43	53,57	25,00	78,57
Llegar tarde a clases.	21,43	53,57	25,00	78,57
Competitividad entre compañeros.	28,57	46,43	25,00	71,43
Trabajar en equipo.	28,57	53,57	17,86	71,43
Dificultades en la relación profesor-alumno.	32,14	39,29	28,57	67,86
Condiciones en la beca para el estudio individual.	35,71	32,14	32,14	64,29
Otras situaciones. ¿Cuáles?	-	-	-	-
FUENTE: Encuestas de causas de estrés académico				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.				

ANÁLISIS.-

Las cinco primeras causas de estrés académico en los estudiantes del octavo módulo son las siguientes: “Hacer un examen”; “Sobrecarga académica”; “Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas”; “Saturación de alumnos en el aula”; y, “Esperar una calificación”.

A continuación analizaremos comparativamente las situaciones poco estresantes y muy estresantes, que se pueden catalogar como ESTRESANTES; y, luego, las MUY ESTRESANTES.

TABLA No. 20				
ANÁLISIS DE LAS SITUACIONES ESTRESANTES POR NIVEL DE ESTUDIO (POCO ESTRESANTES Y MUY ESTRESANTES)				
NIVEL	PRIMER CICLO	CUARTO MÓDULO	SEXTO MÓDULO	OCTAVO MÓDULO
I	Exponer un tema en clase.	Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	Sobrecarga académica.	Hacer un examen.
II	Hacer un examen.	Exponer un tema en clase.	Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	Sobrecarga académica.
III	Sobrecarga académica.	Sobrecarga académica.	Hacer un examen.	Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.
IV	Esperar una calificación.	Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.	Exponer un tema en clase.	Saturación de alumnos en el aula.
V	Llegar tarde a clases.	Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual.	Esperar una calificación.	Esperar una calificación.
FUENTE: Encuestas de causas de estrés académico				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.				

La “sobrecarga académica”, es la situación estresante que se repite en todos los niveles, aunque varía la magnitud; “hacer un examen”, “exponer un tema en clase”, “esperar una calificación” y “falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas”, se repiten en tres niveles; en cambio “Llegar tarde a clases” solamente se presenta en el primer ciclo; “ Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.” ; y “Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual”; se presenta en el segundo módulo y “Saturación de alumnos en el aula” se presenta en el octavo módulo.

TABLA No. 21

**ANÁLISIS COMPARATIVO DE LAS SITUACIONES MUY ESTRESANTES
POR NIVEL DE ESTUDIO (Porcentajes)**

PRIMER CICLO		CUARTO MÓDULO	SEXTO MÓDULO	OCTAVO MÓDULO			
Sobrecarga académica.	55, 56	Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	60, 61	Sobrecarga académica.	61, 82	Hacer un examen.	46, 43
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	44, 44	Exponer un tema en clase.	21, 21	Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	47, 27	Sobrecarga académica.	67, 86
Exponer un tema en clase.	38, 89	Sobrecarga académica.	72, 73	Hacer un examen.	38, 18	Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	60, 71
Hacer un examen.	38, 89	Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.	51, 52	Exponer un tema en clase.	23, 64	Saturación de alumnos en el aula.	28, 57
Esperar una calificación.	38, 89	Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual.	18, 18	Esperar una calificación.	45, 45	Esperar una calificación.	57, 14

FUENTE: Encuestas de causas de estrés académico

ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.

Respecto de las **situaciones muy estresantes**, la “Sobrecarga académica” y “falta de tiempo para poder cumplir con las actividades” se repite en todos los niveles de estudio, seguido de “exponer un tema en clase” que se repite en el primer ciclo, cuarto módulo y sexto módulo; con el mismo porcentaje situaciones como: “hacer un examen” y “esperar una calificación que se repite en el primer ciclo, sexto módulo y octavo módulo; además, con menor porcentaje se presenta “Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.” Y la “Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual” presente en el cuarto módulo; y, “saturación de alumnos en el aula” presente solamente en el octavo módulo.

Finalmente, la intensidad de cada una de las situaciones, en los niveles de estudio, varía, así, mientras la sobrecarga académica en el módulo cuarto es de 72,73%, en el primer ciclo es de 55,56%; la falta de tiempo para cumplir las actividades la reconoce como causa muy estresante el 60,71% de los alumnos del octavo módulo, tan solo lo hace el 44.44% del primero. En cambio, el 21,21% de los alumnos de cuarto módulo consideran que exponer un tema en clase es muy estresante, a diferencia del 38,89% de los del primer ciclo.

OBJETIVO ESPECÍFICO: 2.

VALORAR EL ESTADO GENERAL DE SALUD DE LOS ALUMNOS DE LA CARRERA DE LABORATORIO CLINICO DEL AREA DE SALUD HUMANA. ENERO-JULIO 2013. (Salud mental)

1. VALORACIÓN GENERAL DEL ESTADO DE SALUD GENERAL

TABLA NO. 22									
FRECUENCIAS Y PORCENTAJES DEL CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL									
AMBITOS QUE INVESTIGA	ALTERNATIVAS DE RESPUESTA								BASTANTE MAS Y MUCHO MAS DE LO HABITUAL
	NO PARA NADA		NO MAS DE LO HABITUAL		BASTANTE MAS QUE LO HABITUAL		MUCHO MAS QUE LO HABITUAL		
	F	%	F	%	f	%	f	%	%
CANSANCIO, FATIGA, TENSION, CEFALALGIAS. 1,2,3,4,5,7, 12,									
1. ¿Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?	14	10,45	74	55,22	33	24,63	13	9,70	34,33
12. ¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?	27	20,15	66	49,25	30	22,39	11	8,21	30,60
4. ¿Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar?	41	30,60	54	40,30	31	23,13	8	5,97	29,10
3. ¿Ha tenido dolores de cabeza?	39	29,10	57	42,54	34	25,37	4	2,99	28,36
2. ¿Ha tenido la sensación de estar enfermo?	43	32,09	54	40,30	30	22,39	7	5,22	27,61
7. ¿Se ha sentido cansado y fatigado aún para comer?	54	40,30	63	47,01	15	11,19	2	1,49	12,68
5. ¿Ha tenido miedo de desmayarse en lugares públicos?	107	79,85	17	12,69	8	5,97	2	1,49	7,46

SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD. 6, 8, 15, 17, 20									
6. ¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?	20	14,93	47	35,07	38	28,36	29	21,64	50,00
8. ¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?	31	23,13	39	29,10	47	35,07	17	12,69	47,76
15. ¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?	34	25,37	53	39,55	36	26,87	11	8,21	35,08
17. ¿Constantemente se ha sentido nervioso o a “punto de estallar”?	51	38,06	56	41,79	17	12,69	10	7,46	20,15
20. ¿Ha notado que a veces no puede hacer nada a causa de sus nervios?	69	51,49	48	35,82	14	10,45	3	2,24	12,69
AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS. 9, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 19,									
13. ¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo?	50	37,31	51	38,06	21	15,67	12	8,96	24,63
11. ¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?	49	36,57	60	44,78	19	14,18	6	4,48	18,66
10. ¿Se tarda más tiempo en hacer sus cosas que antes?	45	33,58	66	49,25	20	14,93	3	2,24	17,17
14. ¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?	81	60,45	32	23,88	18	13,43	3	2,24	15,67
19. ¿Ha pensado en la posibilidad de dejar la universidad?	92	68,66	25	18,66	12	8,96	5	3,73	12,69
16. ¿Siente que no puede esperar nada de la vida?	107	79,85	17	12,69	9	6,72	1	0,75	7,47
9. ¿Ha pensado que usted no vale nada?	111	82,84	17	12,69	4	2,99	2	1,49	4,48
18. ¿Ha sentido que no vale la pena vivir?	113	84,33	17	12,69	4	2,99	0	-	2,99
ASPECTOS POSITIVOS 21, 22, 23, 24, 25, 26									
23. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?	4	2,99	35	26,12	60	44,78	35	26,12	70,90
22. ¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?	2	1,49	46	34,33	57	42,54	29	21,64	64,18
26. ¿Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas?	6	4,48	47	35,07	52	38,81	29	21,64	60,45
21. ¿Generalmente siente que hace bien las cosas?	1	0,75	54	40,30	56	41,79	23	17,16	58,95

24. ¿Se ha sentido lleno de vida y energía?	6	4,48	59	44,03	40	29,85	29	21,64	51,49
25. ¿Siente que puede concentrarse en todo lo que hace?	9	6,72	76	56,72	35	26,12	14	10,45	36,57
FUENTE: Cuestionario de Salud General									
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.									

ANÁLISIS.-

En cuanto a las interrogantes que se relacionan con el ámbito que engloba a “cansancio, fatiga, tensión, cefalalgias”, considerando aquellos ítems que tienen 25 o más por ciento, en la sumatoria de las alternativas “BASTANTE MAS Y MUCHO MAS DE LO HABITUAL” encontramos lo siguiente: El 34,33% manifiesta que “ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?; el 30,6%, que “Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión”; el 29,10%, que “Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar”; el 28,36% que “Ha tenido dolores de cabeza” (28,36%).

En el ámbito “sueño, calidad de descanso y el estado de ansiedad”, el 50% de los estudiantes indica que “Al despertarse siente que no descansó lo suficiente”; el 47,76%, que “Ha dormido menos por tener preocupaciones”; y, el 35,08%, que “Ha pasado noches inquietas o intranquilas”.

En el ámbito de “autopercepción de la relación consigo mismo y con otros”, ninguna alternativa pasa el 25%.

En los aspectos positivos, todos tienen una calificación superior a 50%; excepto el ítems que se refiere a que “Siente que puede concentrarse en todo lo que hace”; cuya calificación es de 36,57%; es decir, más de 60% dice lo contrario; y, de alguna manera, el ítem que se refiere a que si “Se ha sentido lleno de vida y energía”, que obtiene una calificación positiva de 51,49%, que con el mismo razonamiento anterior, ya que el 48% podría deducirse que opinan lo contrario.

2. VALORACIÓN DEL ESTADO DE SALUD GENERAL DE ACUERDO AL GÉNERO.

TABLA N°. 23					
CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL. GÉNERO MASCULINO					
(Porcentajes)					
AMBITOS QUE INVESTIGA	ALTERNATIVAS				
CANSANCIO, FATIGA, TENSIÓN, CEFALALGIAS. 1,2,3,4,5,7, 12,	NO PARA NADA	NO MAS DE LO HABITUAL	BASTANTE MAS QUE LO HABITUAL	MUCHO MAS QUE LO HABITUAL	BASTANTE MAS Y MUCHO MAS DE LO HABITUAL
2. ¿Ha tenido la sensación de estar enfermo?	25,71	40,00	25,71	8,57	34,28
1. ¿Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?	11,43	62,86	14,29	11,43	25,72
3. ¿Ha tenido dolores de cabeza?	40,00	40,00	17,14	2,86	20,00
12. ¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?	20,00	60,00	17,14	2,86	20,00
4. ¿Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar?	45,71	42,86	8,57	2,86	11,43
7. ¿Se ha sentido cansado y fatigado aún para comer?	40,00	51,43	8,57	-	8,57
5. ¿Ha tenido miedo de desmayarse en lugares públicos?	85,71	14,29	-	-	0,00
SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD. 6, 8, 15, 17, 20					
6. ¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?	20,00	31,43	25,71	22,86	48,57
8. ¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?	28,57	22,86	40,00	8,57	48,57
15. ¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?	28,57	48,57	17,14	5,71	22,85
17. ¿Constantemente se ha sentido nervioso o a "punto de estallar"?	45,71	45,71	5,71	2,86	8,57

20. ¿Ha notado que a veces no puede hacer nada a causa de sus nervios?	51,43	40,00	8,57	-	8,57
AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS. 9, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 19,					
10. ¿Se tarda más tiempo en hacer sus cosas que antes?	37,14	42,86	20,00	-	20,00
13. ¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo?	42,86	37,14	17,14	2,86	20,00
14. ¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?	62,86	20,00	17,14	-	17,14
11. ¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?	37,14	48,57	14,29	-	14,29
19. ¿Ha pensado en la posibilidad de dejar la universidad?	54,29	31,43	11,43	2,86	14,29
9. ¿Ha pensado que usted no vale nada?	80,00	14,29	2,86	2,86	5,72
16. ¿Siente que no puede esperar nada de la vida?	77,14	17,14	5,71	-	5,71
18. ¿Ha sentido que no vale la pena vivir?	77,14	20,00	2,86	-	2,86
ASPECTOS POSITIVOS 21, 22, 23, 24, 25, 26					
23. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?	-	22,86	48,57	28,57	77,14
21. ¿Generalmente siente que hace bien las cosas?	-	31,43	45,71	22,86	68,57
26. ¿Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas?	2,86	31,43	48,57	17,14	65,71
22. ¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?	2,86	34,29	40,00	22,86	62,86
24. ¿Se ha sentido lleno de vida y energía?	5,71	34,29	42,86	17,14	60,00
25. ¿Siente que puede concentrarse en todo lo que hace?	8,57	51,43	37,14	2,86	40,00
FUENTE: Cuestionario de Salud General					
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova					

ANÁLISIS.-

En lo que se refiere a los principales ítems que se presentan porcentajes mayores a 25%, en el género masculino, en base a la sumatoria de las alternativas “bastantemente más de lo habitual” y “mucho más de lo habitual”, en orden de prelación anotamos las siguientes: “Ha tenido la sensación de estar enfermo”; “Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada”; “Al despertarse siente que no descansó lo suficiente”; “Ha dormido menos por tener preocupaciones”

TABLA Nº.24					
CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL. GÉNERO FEMENINO					
(Porcentajes)					
AMBITOS QUE INVESTIGA	ALTERNATIVAS				
CANSANCIO, FATIGA, TENSIÓN, CEFALALGIAS. 1,2,3,4,5,7, 12,	NO, PARA NADA	NO MAS DE LO HABITUAL	BASTANTE MAS QUE LO HABITUAL	MUCHO MAS QUE LO HABITUAL	BASTANTE MAS Y MUCHO MAS DE LO HABITUAL
1. ¿Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?	10,10	52,53	28,28	9,09	37,37
4. ¿Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar?	25,25	39,39	28,28	7,07	35,35
12. ¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?	20,20	45,45	24,24	10,10	34,34
3. ¿Ha tenido dolores de cabeza?	25,25	43,43	28,28	3,03	31,31
2. ¿Ha tenido la sensación de estar enfermo?	34,34	40,40	21,21	4,04	25,25
7. ¿Se ha sentido cansado y fatigado aún para comer?	40,40	45,45	12,12	2,02	14,14
5. ¿Ha tenido miedo de desmayarse en lugares públicos?	77,78	12,12	8,08	2,02	10,1
SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD.6, 8, 15, 17, 20					
6. ¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?	13,13	36,36	29,29	21,21	50,50
8. ¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?	21,21	31,31	33,33	14,14	47,47
15. ¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?	24,24	36,36	30,30	9,09	39,39
17. ¿Constantemente se ha sentido nervioso o a "punto de estallar"?	35,35	40,40	15,15	9,09	24,24
20. ¿Ha notado que a veces no puede hacer nada a causa de sus nervios?	51,52	34,34	11,11	3,03	14,14

AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS. 9, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 19,					
13. ¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo?	35,35	38,38	15,15	11,11	26,26
11. ¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?	36,36	43,43	14,14	6,06	20,2
10. ¿Se tarda más tiempo en hacer sus cosas que antes?	32,32	51,52	13,13	3,03	16,16
14. ¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?	59,60	25,25	12,12	3,03	15,15
19. ¿Ha pensado en la posibilidad de dejar la universidad?	73,74	14,14	8,08	4,04	12,12
16. ¿Siente que no puede esperar nada de la vida?	80,81	11,11	7,07	1,01	8,08
9. ¿Ha pensado que usted no vale nada?	83,84	12,12	3,03	1,01	4,04
18. ¿Ha sentido que no vale la pena vivir?	86,87	10,10	3,03	-	3,03
ASPECTOS POSITIVOS 21, 22, 23, 24, 25, 26					
23. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?	4,04	27,27	43,43	25,25	68,68
22. ¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?	1,01	34,34	43,43	21,21	64,64
26. ¿Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas?	5,05	36,36	35,35	23,23	58,58
21. ¿Generalmente siente que hace bien las cosas?	1,01	43,43	40,40	15,15	55,55
24. ¿Se ha sentido lleno de vida y energía?	4,04	47,47	25,25	23,23	48,48
25. ¿Siente que puede concentrarse en todo lo que hace?	6,06	58,59	22,22	13,13	35,35
FUENTE: Cuestionario de Salud General					
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova					

ANÁLISIS.-

En lo que se refiere a los principales ítems que se presentan porcentajes mayores a 25%, en el género femenino, mediante la sumatoria de las alternativas “bastantemente más de lo habitual” y “mucho más de lo habitual”, en orden de prelación anotamos las siguientes: En el grupo “CANSANCIO, FATIGA, TENSIÓN, CEFALALGIAS”: “Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada”; “Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar”; “Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?; ¿Ha tenido dolores de cabeza”; “Ha tenido la sensación de estar enfermo” En el grupo SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD: “Al despertarse siente que no descansó lo suficiente”; “Ha dormido menos por tener preocupaciones”; “Ha pasado noches inquietas o intranquilas” En el grupo AUTOPERCEPCION DE LA RELACION CONSIGO MISMO Y CON OTROS: “Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo” En el grupo ASPECTOS POSITIVOS, “Siente que puede concentrarse en todo lo que hace”, hay un 35,35% y, “Se ha sentido lleno de vida y energía”, 48,48%, lo que podría pensarse que los restantes porcentajes hablan de negatividad.

En la siguiente tabla, se pueden observar un análisis comparativo en cada uno de los ítems del Cuestionario de salud general que tiene mayor porcentaje en cada género.

TABLA No.25			
ANÁLISIS COMPARATIVO PORCENTAL DE ACUERDO AL GÉNERO DE LOS ITEMS DEL CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL			
AMBITOS QUE INVESTIGA	% MAYOR EN MUJERES		% MAYOR EN HOMBRES
15. ¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?	16,54	21. ¿Generalmente siente que hace bien las cosas?	13,02
17. ¿Constantemente se ha sentido nervioso o a “punto de estallar”?	15,67	24. ¿Se ha sentido lleno de vida y energía?	11,52
13. ¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo?	6,26	23. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?	8,46
11. ¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?	5,91	26. ¿Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas?	7,13
20. ¿Ha notado que a veces no puede hacer nada a causa de sus nervios?	5,57	25. ¿Siente que puede concentrarse en todo lo que hace?	4,65
16. ¿Siente que no puede esperar nada de la vida?	2,37	10. ¿Se tarda más tiempo en hacer sus cosas que antes?	3,84
6. ¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?	1,93	19. ¿Ha pensado en la posibilidad de dejar la universidad?	2,17
22. ¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?	1,78	14. ¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?	1,99
18. ¿Ha sentido que no vale la pena vivir?	0,17	9. ¿Ha pensado que usted no vale nada?	1,68
		8. ¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?	1,10
FUENTE: Encuestas de causas de estrés académico			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.			

ANÁLISIS.-

Entre las diferencias que tienen diez o más puntos porcentuales de diferencia mayor en las mujeres anotamos las siguientes: “Ha pasado noches inquietas o intranquilas”; “Constantemente se ha sentido nervioso” o a “punto de estallar”; en los hombres, respecto de las mujeres, anotamos las siguientes: “Generalmente siente que hace bien las cosas”; “Se ha sentido lleno de vida y energía”. Esto significaría que en los ítems más positivos hay una mayor diferencia dada por las respuestas de los varones.

3. VALORACIÓN DEL ESTADO DE SALUD GENERAL DE ACUERDO AL NIVEL DE ESTUDIO.

TABLA N°. 26					
CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL. PRIMER CICLO (porcentajes)					
ÁMBITOS QUE SE INVESTIGA	ALTERNATIVAS				
	NO PARA NADA	NO MAS DE LO HABITUAL	BASTANTE MAS DE LO HABITUAL	MUCHO MAS QUE LO HABITUAL	BASTANTE MAS Y MUCHO MAS DE LO HABITUAL
CANSANCIO, FATIGA, TENSION, CEFALALGIAS. 1,2,3,4,5,7, 12,					
2. ¿Ha tenido la sensación de estar enfermo?	38,89	22,22	38,89	0	38,89
3. ¿Ha tenido dolores de cabeza?	38,89	33,33	27,78	0	27,78
4. ¿Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar?	44,44	27,78	27,78	0	27,78
1. ¿Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?	22,22	61,11	16,67	0	16,67
7. ¿Se ha sentido cansado y fatigado aún para comer?	44,44	50	5,56	0	5,56
12. ¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?	22,22	72,22	0	5,56	5,56
5. ¿Ha tenido miedo de desmayarse en lugares públicos?	88,89	11,11	0	0	0
SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD. 6, 8, 15, 17, 20					
6. ¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?	11,11	27,78	38,89	22,22	61,11
8. ¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?	33,33	22,22	38,89	5,56	44,45
15. ¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?	38,89	27,78	27,78	5,56	33,34
17. ¿Constantemente se ha sentido nervioso o a "punto de	38,89	44,44	16,67	0	16,67

estallar”?					
20. ¿Ha notado que a veces no puede hacer nada a causa de sus nervios?	44,44	50	5,56	0	5,56
AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS. 9, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 19,					
13. ¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo?	27,78	50	16,67	5,56	22,23
16. ¿Siente que no puede esperar nada de la vida?	61,11	22,22	16,67	0	16,67
11. ¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?	33,33	55,56	5,56	5,56	11,12
19. ¿Ha pensado en la posibilidad de dejar la universidad?	77,78	11,11	5,56	5,56	11,12
10. ¿Se tarda más tiempo en hacer sus cosas que antes?	27,78	61,11	11,11	0	11,11
18. ¿Ha sentido que no vale la pena vivir?	66,67	22,22	11,11	0	11,11
14. ¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?	77,78	16,67	5,56	0	5,56
9. ¿Ha pensado que usted no vale nada?	77,78	22,22	0	0	0
ASPECTOS POSITIVOS 21, 22, 23, 24, 25, 26					
23. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?	5,56	22,22	55,56	16,67	72,23
21. ¿Generalmente siente que hace bien las cosas?	0	38,89	44,44	16,67	61,11
22. ¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?	0	44,44	44,44	11,11	55,55
26. ¿Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas?	5,56	44,44	33,33	16,67	50
24. ¿Se ha sentido lleno de vida y energía?	0	61,11	22,22	16,67	38,89
25. ¿Siente que puede concentrarse en todo lo que hace?	11,11	50	33,33	5,56	38,89
FUENTE: Cuestionario de Salud General					
ELABORACIÓN: Patricia Fernanda Reyes Córdova					

ANÁLISIS.-

En lo que se refiere a los principales ítems que se presentan porcentajes mayores a 25%, en la valoración de los estudiantes del Primer Ciclo, en la sumatoria de las alternativas “bastantemente más de lo habitual” y “mucho más de lo habitual”, en orden de prelación anotamos las siguientes en el grupo de CANSANCIO, FATIGA TENSION, CEFALALGIAS, : “Ha tenido la sensación de estar enfermo”, ¿Ha tenido dolores de cabeza”, “Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar”; en el grupo de SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIDAD, “Al despertarse siente que no descansó lo suficiente”, “Ha dormido menos por tener preocupaciones”, “Ha pasado noches inquietas o intranquilas”. , en el grupo DE ASPECTOS POSITIVOS: “Se ha sentido capaz de tomar decisiones”; “Generalmente siente que hace bien las cosas”; “Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas”; “Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas”; "Se ha sentido lleno de vida y energía"; “Siente que puede concentrarse en todo lo que hace”.

TABLA N°. 27					
CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL. CUARTO MÓDULO					
(Porcentajes)					
ÁMBITOS QUE SE INVESTIGA	ALTERNATIVAS				
	NO PARA NADA	NO MAS DE LO HABITUAL	BASTANTE MAS DE LO HABITUAL	MUCHO MAS QUE LO HABITUAL	BASTANTE MAS Y MUCHO MAS DE LO HABITUAL
CANSANCIO, FATIGA, TENSIÓN, CEFALALGIAS. 1,2,3,4,5,7, 12,					
12. ¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?	6,06	33,33	45,45	15,15	60,6
1. ¿Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?	3,03	36,36	36,36	24,24	60,6
4. ¿Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar?	27,27	24,24	30,3	18,18	48,48
2. ¿Ha tenido la sensación de estar enfermo?	18,18	45,45	24,24	12,12	36,36
3. ¿Ha tenido dolores de cabeza?	21,21	45,45	30,3	3,03	33,33
7. ¿Se ha sentido cansado y fatigado aún para comer?	36,36	48,48	9,09	6,06	15,15
5. ¿Ha tenido miedo de desmayarse en lugares públicos?	81,82	9,09	3,03	6,06	9,09
SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD. 6, 8, 15, 17, 20					
8. ¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?	15,15	24,24	42,42	18,18	60,6
6. ¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?	12,12	30,3	24,24	33,33	57,57
15. ¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?	15,15	30,3	36,36	18,18	54,54
17. ¿Constantemente se ha sentido nervioso o a "punto de estallar"?	24,24	30,3	27,27	18,18	45,45
20. ¿Ha notado que a veces no puede hacer nada a causa de sus nervios?	48,48	36,36	12,12	3,03	15,15
AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS. 9, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 19,					
14. ¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?	51,52	15,15	24,24	9,09	33,33
13. ¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda	18,18	51,52	21,21	9,09	30,3

viendo?					
11. ¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?	33,33	39,39	24,24	3,03	27,27
10. ¿Se tarda más tiempo en hacer sus cosas que antes?	18,18	57,58	21,21	3,03	24,24
19. ¿Ha pensado en la posibilidad de dejar la universidad?	54,55	30,3	12,12	3,03	15,15
16. ¿Siente que no puede esperar nada de la vida?	75,76	12,12	9,09	3,03	12,12
9. ¿Ha pensado que usted no vale nada?	81,82	12,12	6,06	0	6,06
18. ¿Ha sentido que no vale la pena vivir?	81,82	15,15	3,03	0	3,03
ASPECTOS POSITIVOS 21, 22, 23, 24, 25, 26					
23. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?	6,06	30,3	48,48	15,15	63,63
22. ¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?	0	42,42	42,42	15,15	57,57
26. ¿Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas?	9,09	45,45	36,36	9,09	45,45
21. ¿Generalmente siente que hace bien las cosas?	0	60,61	30,3	9,09	39,39
24. ¿Se ha sentido lleno de vida y energía?	12,12	48,48	27,27	12,12	39,39
25. ¿Siente que puede concentrarse en todo lo que hace?	12,12	57,58	30,3	0	30,3
FUENTE: Cuestionario de Salud General					
ELABORACIÓN: Patricia Fernanda Reyes Córdova					

ANÁLISIS.-

En lo que se refiere a los principales ítems que se presentan porcentajes mayores a 25%, en la valoración de los estudiantes del Cuarto Módulo, en la sumatoria de las alternativas “Bastantemente más de lo habitual” y “Mucho más de lo habitual”, en orden de prelación anotamos en el grupo de: CANSANCIO, FATIGA TENSION, CEFALALGIAS,: “Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión”, “Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada”, “Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar”, “Ha tenido la sensación de estar enfermo”; y, “Ha tenido dolores de cabeza”. En el segundo grupo: SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD “Ha dormido menos por tener preocupaciones”, “Al despertarse siente que no descansó lo suficiente”, “Ha pasado noches inquietas o intranquilas”, “Constantemente se ha sentido nervioso o a “punto de estallar” En el tercer grupo: AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS: “Ha perdido confianza y fe en sí mismo”, “Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo”, “Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer” En el cuarto grupo: ASPECTOS POSITIVO: “Se ha sentido capaz de tomar decisiones”; “Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas”; “Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas”; “Generalmente siente que hace bien las cosas”; “Se ha sentido lleno de vida y energía”; “Siente que puede concentrarse en todo lo que hace”

TABLA Nº. 28					
CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL. SEXTO MÓDULO (porcentajes)					
QUE SE INVESTIGA	ALTERNATIVAS				
	NO PARA NADA	NO MAS DE LO HABITUAL	BASTANTE MAS DE LO HABITUAL	MUCHO MAS QUE LO HABITUAL	BASTANTE MAS Y MUCHO MAS DE LO HABITUAL
CANSANCIO, FATIGA, TENSIÓN, CEFALALGIAS. 1,2,3,4,5,7, 12,					
3. ¿Ha tenido dolores de cabeza?	25,45	45,45	23,64	5,45	29,09
1. ¿Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?	12,73	61,82	21,82	3,64	25,46
4. ¿Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar?	21,82	54,55	21,82	1,82	23,64
12. ¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?	27,27	50,91	18,18	3,64	21,82
2. ¿Ha tenido la sensación de estar enfermo?	41,82	38,18	16,36	3,64	20
7. ¿Se ha sentido cansado y fatigado aún para comer?	43,64	40	16,36	0	16,36
5. ¿Ha tenido miedo de desmayarse en lugares públicos?	78,18	12,73	9,09	0	9,09
SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD. 6, 8, 15, 17, 20					
6. ¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?	16,36	41,82	23,64	18,18	41,82
8. ¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?	25,45	34,55	23,64	16,36	40
15. ¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?	29,09	41,82	21,82	7,27	29,09
17. ¿Constantemente se ha sentido nervioso o a “punto de estallar”?	45,45	43,64	7,27	3,64	10,91

20. ¿Ha notado que a veces no puede hacer nada a causa de sus nervios?	56,36	30,91	9,09	3,64	12,73
AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS. 9, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 19,					
13. ¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo?	50,91	27,27	12,73	9,09	21,82
10. ¿Se tarda más tiempo en hacer sus cosas que antes?	36,36	45,45	16,36	1,82	18,18
11. ¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?	36,36	50,91	10,91	1,82	12,73
14. ¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?	63,64	25,45	10,91	0	10,91
19. ¿Ha pensado en la posibilidad de dejar la universidad?	74,55	14,55	7,27	3,64	10,91
9. ¿Ha pensado que usted no vale nada?	87,27	9,09	1,82	1,82	3,64
16. ¿Siente que no puede esperar nada de la vida?	87,27	10,91	1,82	0	1,82
18. ¿Ha sentido que no vale la pena vivir?	92,73	7,27	0	0	0
ASPECTOS POSITIVOS 21, 22, 23, 24, 25, 26					
23. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?	1,82	27,27	41,82	29,09	70,91
26. ¿Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas?	1,82	30,91	45,45	21,82	67,27
21. ¿Generalmente siente que hace bien las cosas?	1,82	30,91	50,91	16,36	67,27
22. ¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?	3,64	30,91	45,45	20	65,45
24. ¿Se ha sentido lleno de vida y energía?	1,82	45,45	40	12,73	52,73
25. ¿Siente que puede concentrarse en todo lo que hace?	3,64	61,82	23,64	10,91	34,55
FUENTE: Cuestionario de Salud General					
ELABORACIÓN: Patricia Fernanda Reyes Córdova					

ANÁLISIS.-

En lo que se refiere a los ítems en que se presentan porcentajes mayores a 25%, en la valoración de los estudiantes del Sexto Módulo, mediante la sumatoria de las alternativas “Bastantemente más de lo habitual” y “Mucho más de lo habitual”, en orden de prelación anotamos las siguientes en el primer grupo: CANSANCIO, FATIGA, TENSIÓN, CEFALALGIAS: “Ha tenido dolores de cabeza” y “Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada” En el segundo grupo: SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD: “Al despertarse siente que no descansó lo suficiente”, “Ha dormido menos por tener preocupaciones”; y, “Ha pasado noches inquietas o intranquilas”, en el cuarto grupo: ASPECTOS POSITIVOS: “Se ha sentido capaz de tomar decisiones”; “Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas”; “Generalmente siente que hace bien las cosas”; “Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas”; “Se ha sentido lleno de vida y energía”; “Siente que puede concentrarse en todo lo que hace”.

TABLA N°. 29					
CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL. OCTAVO MÓDULO (Porcentajes)					
ÁMBITOS QUE SE INVESTIGA	ALTERNATIVAS				
	NO PARA NADA	NO MAS DE LO HABITUAL	BASTANTE MAS DE LO HABITUAL	MUCHO MAS QUE LO HABITUAL	BASTANTE MAS Y MUCHO MAS DE LO HABITUAL
CANSANCIO, FATIGA, TENSION, CEFALALGIAS. 1,2,3,4,5,7, 12,					
1. ¿Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?	7,14	60,71	21,43	10,71	32,14
12. ¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?	21,43	50	17,86	10,71	28,57
2. ¿Ha tenido la sensación de estar enfermo?	25	50	21,43	3,57	25
3. ¿Ha tenido dolores de cabeza?	39,29	39,29	21,43	0	21,43
4. ¿Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar?	42,86	39,29	14,29	3,57	17,86
5. ¿Ha tenido miedo de desmayarse en lugares públicos?	75	17,86	7,14	0	7,14
7. ¿Se ha sentido cansado y fatigado aún para comer?	35,71	57,14	7,14	0	7,14
SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD. 6, 8, 15, 17, 20					
6. ¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?	17,86	32,14	35,71	14,29	50
8. ¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?	21,43	28,57	46,43	3,57	50
15. ¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?	21,43	53,57	25	0	25
20. ¿Ha notado que a veces no puede hacer nada a causa de sus nervios?	50	35,71	14,29	0	14,29
17. ¿Constantemente se ha sentido nervioso o a "punto de estallar"?	39,29	50	3,57	7,14	10,71
AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS. 9, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 19,					
11. ¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?	42,86	32,14	14,29	10,71	25
13. ¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda	39,29	35,71	14,29	10,71	25

viendo?					
19. ¿Ha pensado en la posibilidad de dejar la universidad?	67,86	17,86	10,71	3,57	14,28
14. ¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?	53,57	35,71	10,71	0	10,71
10. ¿Se tarda más tiempo en hacer sus cosas que antes?	50	39,29	7,14	3,57	10,71
9. ¿Ha pensado que usted no vale nada?	78,57	14,29	3,57	3,57	7,14
16. ¿Siente que no puede esperar nada de la vida?	82,14	10,71	7,14	0	7,14
18. ¿Ha sentido que no vale la pena vivir?	82,14	14,29	3,57	0	3,57
ASPECTOS POSITIVOS					
21, 22, 23, 24, 25, 26					
23. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?	0	21,43	39,29	39,29	78,58
22. ¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?	0	25	35,71	39,29	75
24. ¿Se ha sentido lleno de vida y energía?	3,57	25	17,86	53,57	71,43
26. ¿Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas?	3,57	25	32,14	39,29	71,43
21. ¿Generalmente siente que hace bien las cosas?	0	35,71	35,71	28,57	64,28
25. ¿Siente que puede concentrarse en todo lo que hace?	3,57	50	21,43	25	46,43
FUENTE: Cuestionario de Salud General					
ELABORACIÓN: Patricia Fernanda Reyes Córdova					

ANÁLISIS.-

En lo que se refiere a los principales ítems que presentan porcentajes mayores a 25% en la valoración de los estudiantes del Octavo Módulo, mediante la sumatoria de las alternativas “Bastantemente más de lo habitual” y “Mucho más de lo habitual”, en orden de prelación, anotamos las siguientes en el grupo: CANSANCIO, FATIGA, TENSIÓN, CEFALALGIAS: “Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada”, “Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión”; y, “Ha tenido la sensación de estar enfermo”. En el grupo: SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD: “Al despertarse siente que no descansó lo suficiente”, “Ha dormido menos por tener preocupaciones”; y, “Ha pasado noches inquietas o intranquilas” En el grupo: AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS: “Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer” y “Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo” En el grupo: ASPECTOS POSITIVOS: “Siente que puede concentrarse en todo lo que hace”, con un porcentaje de 46,43%, lo que hace suponer que la mayoría restante son alternativas negativas.

Adicionalmente, para facilitar el análisis de los resultados por nivel de estudio, se comparan las alternativas en que existen valores mayores de 25% (se eliminaron las alternativas menores de 25% que coincidieron en todos los niveles de educación), como en la tabla siguiente.

Mientras en el cuarto módulo, la alternativa “Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada” representa el 60,6% de las opiniones, en el primer ciclo son el 16,67%; de igual manera en la alternativa “Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión”, que en el cuarto módulo es el 60,6%, y en el primer ciclo es 5,56%. Es Evidente que en el cuarto módulo hay respuestas más negativas correlacionadas con un estado general de salud mental.

En el grupo que se refiere al sueño, cansancio, ansiedad, en el cuarto ciclo se observa mayores porcentajes en las alternativas, “Ha dormido menos por tener preocupaciones”; y “Constantemente se ha sentido nervioso o a “punto

de estallar” (45,45%, mientras que en el octavo módulo es de 10,71%), lo que muestra la existencia de diferencias importantes en la percepción de los estresores en función de la realidad académica de cada nivel educativo.

Entre los aspectos positivos, las respuestas menores al 50%, en los ítems analizados, todas corresponden a los estudiantes del cuarto módulo; dos alternativas en el primer ciclo y, una en el sexto y octavo módulos, respectivamente.

TABLA N° 30				
ANÁLISIS COMPARTATIVO DE LOS PRINCIPALES ITEMS DEL CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL POR NIVEL EDUCATIVO				
	PRIMER CICLO	CUARTO MÓDULO	SEXTO MÓDULO	OCTAVO MÓDULO
CANSANCIO, FATIGA, TENSIÓN, CEFALALGIAS. 1,2,3,4,5,7, 12,				
1. ¿Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?	16,67	60,6	25,46	32,14
2. ¿Ha tenido la sensación de estar enfermo?	38,89	36,36	20	25
3. ¿Ha tenido dolores de cabeza?	27,78	33,33	29,09	21,43
12. ¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?	5,56	60,6	21,82	28,57
4. ¿Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar?	27,78	48,48	23,64	17,86
SUEÑO, CALIDAD DE DESCANSO Y EL ESTADO DE ANSIEDAD. 6, 8, 15, 17, 20				
8. ¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?	44,45	60,6	40	50
6. ¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?	61,11	57,57	41,82	50
15. ¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?	33,34	54,54	29,09	25
17. ¿Constantemente se ha sentido nervioso o a "punto de estallar"?	16,67	45,45	10,91	10,71
AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS. 9, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 19,				
11. ¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?	11,12	27,27	12,73	25
13. ¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo?	22,23	30,3	21,82	25
14. ¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?	5,56	33,33	10,91	10,71
ASPECTOS POSITIVOS 21, 22, 23, 24, 25, 26				
25. ¿Siente que puede concentrarse en todo lo que hace?	38,89	30,3	34,55	71,43
24. ¿Se ha sentido lleno de vida y energía?	38,89	39,39	52,73	71,43
26. ¿Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas?	50	45,45	67,27	46,43
21. ¿Generalmente siente que hace bien las cosas?	61,11	39,39	67,27	64,28
FUENTE: Cuestionario de Salud General				
ELABORACIÓN: Patricia Fernanda Reyes Córdova				

4. ESTADO DE SALUD MENTAL Y LAS VARIABLES GÉNERO, EDAD, MÓDULO, NIVEL SOCIO ECONÓMICO, SECTOR DE RESIDENCIA, ESTADO CIVIL.

TABLA N° 31							
CORRELACIÓN DEL ESTADO DE LA SALUD GENERAL (Salud Mental), CLASIFICADO EN QUINTILES CON DIVERSAS VARIABLES.							
VARIABLE / ESCALAS	SALUD GENERAL (QUINTILES)					PRUEBA DE SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA	SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA
	I %	II %	III %	IV %	V %		
GÉNERO							
FEMENINO	22,2	15,2	17,2	22,2	23,2	Chi cuadrado 7,5998	*N.S. (0,1074)
MASCULINO	14,7	29,4	29,4	11,8	14,7		
EDAD							
MENOR 21	11,4	18,6	25,7	20	24,3	Chi cuadrado 11,8773	*N.S. (0,1568)
22-25	28,8	18,6	15,3	22	15,3		
MAYOR DE 25	40	20	0	0	40		
NIVEL DE ESTUDIO							
PRIMER CICLO	16,7	16,7	38,9	22,2	5,6	Chi cuadrado 26,9323	significativo = 0,0079
CUARTO MÓDULO	6,1	15,2	12,1	21,2	45,5		
SEXTO MÓDULO	23,6	23,6	16,4	23,6	12,7		
OCTAVO MÓDULO	32,1	14,3	25	10,7	17,9		
NIVEL SOCIO ECONÓMICO PERCIBIDO							
MEDIA ALTA	30,2	16,3	14	20,9	18,6	Chi cuadrado 6,443	*N.S. (0,5977)
MEDIA BAJA	15,9	18,3	23,2	19,5	23,2		
POPULAR	11,1	33,3	22,2	22,2	11,1		
SECTOR DE RESIDENCIA							
URBANO	19,7	19,7	19,7	20,5	20,5	Chi cuadrado 2,2323	*N.S. (0,6931)
RURAL	28,6	0	28,6	14,3	28,6		
ESTADO CIVIL							
SOLTERO	20,5	17,9	18,8	22,2	20,5	Chi cuadrado 11,3482	*N.S 0,4993
UNION LIBRE	0,0	50,0	25,0	0,0	25,0		
DIVORCIADO	0,0	100,0	0,0	0,0	0,0		
CASADO	25,0	8,3	33,3	8,3	25,0		
*No significativo al nivel de 95%							
FUENTE: Cuestionario de Salud General							
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova							

ANÁLISIS.- La asociación de los resultados provenientes de la aplicación del Cuestionario de Salud General, organizado por quintiles, no muestra

ninguna asociación con las variables género, edad, nivel socioeconómico, sector de residencia y estado civil; es decir, que no hay diferencias significativas de la salud mental desde las perspectivas de esas variables. En el caso de los resultados por nivel de estudio, existe una alta asociación ($p=0,0079<0,05$).

Como se puede apreciar hay variaciones importantes. Los resultados de los estudiantes del cuarto módulo muestran valores negativos más altos; en el primer módulo parecería seguir una distribución normal; en el octavo módulo habría una tendencia mejor muy parecida a los resultados obtenidos en el sexto módulo.

OBJETIVO ESPECÍFICO: 3

EVIDENCIAR LA PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE LABORATORIO CLINICO EN EL AREA DE LA SALUD HUMANA. ENERO-JULIO DEL 2013

1. EVALUACIÓN GENERAL DE LA PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR MEDIANTE LA ESCALA DE VALORACIÓN DE SANCHEZ CASANOVA.

TABLA No. 32											
FRECUENCIAS Y PORCENTAJES ESCALA BIENESTAR SUBJETIVO GENERAL											
SITUACIONES A EVALUAR	NUNCA O CASI NUNCA		ALGUNAS VECES		MUCHAS VECES		CASI SIEMPRE		SIEMPRE		CASI SIEMPRE MAS SIEMPRE
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	%
20. Considero que mi familia me quiere.	2	1,49	5	3,73	15	11,19	20	14,93	92	68,66	83,59
22. Tengo muchas ganas de vivir	4	2,99	8	5,97	14	10,45	31	23,13	77	57,46	80,59
18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	2	1,49	12	8,96	17	12,69	31	23,13	72	53,73	76,86
19. Creo que puedo superar mi errores y debilidades	1	0,75	11	8,21	22	16,42	36	26,87	64	47,76	74,63
30. Tengo confianza en mí mismo	3	2,24	13	9,7	24	17,91	35	26,12	59	44,03	70,15
24. Me gusta lo que hago	2	1,49	10	7,46	28	20,9	44	32,84	50	37,31	70,15
26. Me gusta salir y compartir con la gente.	4	2,99	16	11,94	24	17,91	36	26,87	54	40,3	67,17
25. Disfruto de las comidas	3	2,24	12	8,96	29	21,64	31	23,13	59	44,03	67,16
6. Me siento jovial.	3	2,24	22	16,42	26	19,4	31	23,13	52	38,81	61,94

5. Me gusta divertirme.	1	0,75	22	16,42	31	23,13	35	26,12	45	33,58	59,7
7. Busco momentos de distracción y descanso	3	2,24	20	14,93	31	23,13	34	25,37	46	34,33	59,7
3. Me siento bien conmigo mismo.	1	0,75	21	15,67	32	23,88	39	29,1	41	30,6	59,7
12. Me siento en capacidad de realizar mi trabajo	1	0,75	20	14,93	36	26,87	43	32,09	34	25,37	57,46
16. Creo que me sucederán cosas agradables.	2	1,49	25	18,66	31	23,13	39	29,1	37	27,61	56,71
23. Me enfrento a las tareas con buen ánimo.	3	2,24	15	11,19	42	31,34	47	35,07	27	20,15	55,22
28. Considero que generalmente tengo buen humor	0	-	24	17,91	38	28,36	32	23,88	40	29,85	53,73
2. Me gusta transmitir mi felicidad a los demás	0	-	25	18,66	38	28,36	35	26,12	36	26,87	52,99
21. Me siento "en forma".	6	4,48	29	21,64	28	20,9	46	34,33	25	18,66	52,99
15. Me creo útil y necesario para la gente.	2	1,49	15	11,19	48	35,82	31	23,13	38	28,36	51,49
10. Me siento optimista	2	1,49	29	21,64	36	26,87	33	24,63	34	25,37	50
17. Pienso que como persona he logrado lo que quería.	4	2,99	30	22,39	35	26,12	46	34,33	19	14,18	48,51
29. Siento que todo me va bien.	4	2,99	33	24,63	36	26,87	43	32,09	18	13,43	45,52
9. Estoy ilusionada/o	7	5,22	43	32,09	26	19,4	31	23,13	27	20,15	43,28
27. Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo	0	-	30	22,39	49	36,57	38	28,36	17	12,69	41,05
4. Todo me parece interesante.	1	0,75	34	25,37	45	33,58	36	26,87	18	13,43	40,3
1. Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas	0	-	38	28,36	44	32,84	27	20,15	25	18,66	38,81
13. Creo que tengo buena salud	2	1,49	41	30,6	40	29,85	31	23,13	20	14,93	38,06
11. se me han abierto muchas puertas en la vida.	1	0,75	50	37,31	38	28,36	29	21,64	16	11,94	33,58
14. Duermo bien y de forma tranquila	5	3,73	60	44,78	26	19,4	33	24,63	10	7,46	32,09

8. Tengo buena suerte.	10	7,46	62	46,27	30	22,39	26	19,4	6	4,48	23,88
FUENTE: Encuesta de Escala de Bienestar Subjetivo											
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.											

ANÁLISIS.-

Las cinco primeras manifestaciones de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida, considerando la sumatoria de las alternativas “casi siempre” y “siempre”, en orden de prelación, en los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico son las siguientes: “Considero que mi familia me quiere”, “Tengo muchas ganas de vivir”, “Creo que valgo tanto como cualquier otra persona”, “Creo que puedo superar mi errores y debilidades”, “ Tengo confianza en mí mismo”, “Me gusta lo que hago”. Las cinco últimas causas, asimismo, en orden de prelación de menor a mayor, son las siguientes: “Tengo buena suerte”, “Duermo bien y de forma tranquila”, “Se me han abierto muchas puertas en la vida”, “Creo que tengo buena salud”, y, “Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas”.

2. EVALUACIÓN DE LA PERCEPCIÓN DE BIENESTAR, CON ENFOQUE DE GÉNERO, MEDIANTE ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE SANCHEZ CASANOVA.

TABLA No. 33						
BIENESTAR SUBJETIVO GENERAL: GÉNERO MASCULINO (PORCENTAJES)						
SITUACIONES A EVALUAR	NUNCA O CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	MUCHAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	CASI SIEMPRE + SIEMPRE
20. Considero que mi familia me quiere.	2,86	-	17,14	20,00	60,00	80,00
19. Creo que puedo superar mi errores y debilidades	2,86	8,57	8,57	28,57	51,43	80,00
18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	2,86	2,86	22,86	25,71	45,71	71,42
25. Disfruto de las comidas	2,86	2,86	25,71	25,71	42,86	68,57
22. Tengo muchas ganas de vivir	8,57	2,86	14,29	28,57	45,71	74,28
30. Tengo confianza en mí mismo	2,86	8,57	20	25,71	42,86	68,57
3. Me siento bien conmigo mismo.	-	17,14	17,14	25,71	40,00	65,71
5. Me gusta divertirme.	-	11,43	25,71	25,71	37,14	62,85
7. Busco momentos de distracción y descanso	-	17,14	20	22,86	40,00	62,86
6. Me siento jovial.	2,86	17,14	17,14	22,86	40,00	62,86
15. Me creo útil y necesario para la gente.	2,86	8,57	25,71	31,43	31,43	62,86
24. Me gusta lo que hago	2,86	14,29	22,86	22,86	37,14	60,00
28. Considero que generalmente tengo buen humor	-	14,29	28,57	22,86	34,29	57,15
26. Me gusta salir y compartir con la gente.	5,71	14,29	22,86	17,14	40,00	57,14
2. Me gusta transmitir mi	-	25,71	17,14	22,86	34,29	57,15

felicidad a los demás						
10. Me siento optimista	2,86	20	22,86	17,14	37,14	54,28
12. Me siento en capacidad de realizar mi trabajo	2,86	17,14	22,86	25,71	31,43	57,14
23. Me enfrento a las tareas con buen ánimo.	5,71	11,43	25,71	34,29	22,86	57,15
16. Creo que me sucederán cosas agradables.	5,71	17,14	22,86	28,57	25,71	54,28
1. Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas	-	20	34,29	22,86	22,86	45,72
4. Todo me parece interesante.	-	22,86	28,57	31,43	17,14	48,57
21. Me siento "en forma".	2,86	20	31,43	28,57	17,14	45,71
27. Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo	-	11,43	45,71	40,00	2,86	42,86
29. Siento que todo me va bien.	2,86	25,71	25,71	31,43	14,29	45,72
17. Pienso que como persona he logrado lo que quería.	2,86	28,57	17,14	45,71	5,71	51,42
13. Creo que tengo buena salud	2,86	25,71	42,86	14,29	14,29	28,58
14. Duermo bien y de forma tranquila	5,71	37,14	22,86	20,00	14,29	34,29
11. se me han abierto muchas puertas en la vida.	-	48,57	17,14	22,86	11,43	34,29
9. Estoy ilusionada/o	11,43	40	17,14	11,43	20,00	31,43
8. Tengo buena suerte.	5,71	54,29	17,14	17,14	5,71	22,85
FUENTE: Encuesta de Escala de Bienestar Subjetivo						
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.						

ANÁLISIS.-

Las cinco primeras manifestaciones de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida, en orden de prelación, determinadas mediante la sumatoria de los porcentajes de las alternativas "Casi siempre" y "Siempre", en los

estudiantes del género masculino, son las siguientes: “Considero que mi familia me quiere”; “Creo que puedo superar mis errores y debilidades”, “Creo que valgo tanto como cualquier otra persona”; “Disfruto de las comidas”; y, “Tengo muchas ganas de vivir”.

TABLA No. 34

BIENESTAR SUBJETIVO GENERAL: GÉNERO FEMENINO (PORCENTAJES)

SITUACIONES A EVALUAR	ALTERNATIVAS					
	NUNCA O CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	MUCHAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	CASI SIEMPRE + SIEMPRE
20. Considero que mi familia me quiere.	1,01	5,05	9,09	13,13	71,72	84,85
22. Tengo muchas ganas de vivir	1,01	7,07	9,09	21,21	61,62	82,83
18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	1,01	11,11	9,09	22,22	56,57	78,79
19. Creo que puedo superar mi errores y debilidades	-	8,08	19,19	26,26	46,46	72,72
24. Me gusta lo que hago	1,01	5,05	20,20	36,36	37,37	73,73
30. Tengo confianza en mí mismo	2,02	10,10	17,17	26,26	44,44	70,7
25. Disfruto de las comidas	2,02	11,11	20,20	22,22	44,44	66,66
26. Me gusta salir y compartir con la gente.	2,02	11,11	16,16	30,30	40,40	70,7
6. Me siento jovial.	2,02	16,16	20,20	23,23	38,38	61,61
5. Me gusta divertirme.	1,01	18,18	22,22	26,26	32,32	58,58
7. Busco momentos de distracción y descanso	3,03	14,14	24,24	26,26	32,32	58,58
3. Me siento bien conmigo mismo.	1,01	15,15	26,26	30,30	27,27	57,57
12. Me siento en capacidad de realizar mi trabajo	-	14,14	28,28	34,34	23,23	57,57
16. Creo que me sucederán cosas agradables.	-	19,19	23,23	29,29	28,28	57,57
28. Considero que generalmente tengo buen humor	-	19,19	28,28	24,24	28,28	52,52
15. Me creo útil y necesario para la gente.	1,01	12,12	39,39	20,20	27,27	47,47
23. Me enfrento a las tareas con buen ánimo.	1,01	11,11	33,33	35,35	19,19	54,54

2. Me gusta transmitir mi felicidad a los demás	-	16,16	32,32	27,27	24,24	51,51
10. Me siento optimista	1,01	22,22	28,28	27,27	21,21	48,48
21. Me siento "en forma".	5,05	22,22	17,17	36,36	19,19	55,55
17. Pienso que como persona he logrado lo que quería.	3,03	20,20	29,29	30,30	17,17	47,47
9. Estoy ilusionada/o	3,03	29,29	20,20	27,27	20,20	47,47
27. Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo	-	26,26	33,33	24,24	16,16	40,4
29. Siento que todo me va bien.	3,03	24,24	27,27	32,32	13,13	45,45
1. Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas	-	31,31	32,32	19,19	17,17	36,36
13. Creo que tengo buena salud	1,01	32,32	25,25	26,26	15,15	41,41
4. Todo me parece interesante.	1,01	26,26	35,35	25,25	12,12	37,37
11. se me han abierto muchas puertas en la vida.	1,01	33,33	32,32	21,21	12,12	33,33
14. Duermo bien y de forma tranquila	3,03	47,47	18,18	26,26	5,05	31,31
8. Tengo buena suerte.	8,08	43,43	24,24	20,20	4,04	24,24
FUENTE: Encuesta de Escala de Bienestar Subjetivo						
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.						

ANÁLISIS.-

Las cinco primeras manifestaciones de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida, en orden de prelación, en los estudiantes del género femenino, son las siguientes: “Considero que mi familia me quiere”; “Tengo muchas ganas de vivir”, “Creo que valgo tanto como cualquier otra persona”; “Creo que puedo superar mis errores y debilidades”; y, “Me gusta lo que hago”.

3. EVALUACIÓN DE LA PERCEPCIÓN DE BIENESTAR DE LOS ALUMNOS DE LA CARRERA DE LABORATORIO CLINICO EN CADA NIVEL DE ESTUDIO, MEDIANTE ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE SANCHEZ CASANOVA.

TABLA No. 35						
EVALUACION DE LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER CICLO MEDIANTE ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE SANCHEZ CANOVA.						
SITUACIONES A EVALUAR	ALTERNATIVAS					
	NUNCA O CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	MUCHAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	CASI SIEMPRE MAS SIEMPRE
7. Busco momentos de distracción y descanso	-	5,56	22,22	55,56	16,67	72,23
20. Considero que mi familia me quiere	-	-	27,78	22,22	50	72,22
19. Creo que puedo superar mi errores y debilidades	-	22,22	11,11	22,22	44,44	66,66
22. Tengo muchas ganas de vivir	5,56	11,11	16,67	33,33	33,33	66,66
25. Disfruto de las comidas	5,56	11,11	16,67	44,44	22,22	66,66
30. Tengo confianza en mí mismo	-	16,67	22,22	27,78	33,33	61,11
26. Me gusta salir y compartir con la gente.	5,56	5,56	27,78	33,33	27,78	61,11
24. Me gusta lo que hago	11,11	5,56	22,22	33,33	27,78	61,11
12. Me siento en capacidad de realizar mi trabajo	-	27,78	11,11	38,89	22,22	61,11
13. Creo que tengo buena salud	-	22,22	16,67	50	11,11	61,11
23. Me enfrento a las tareas con buen ánimo.	5,56	22,22	16,67	55,56	0	55,56
2. Me gusta transmitir mi felicidad a los demás	-	33,33	11,11	27,78	27,78	55,56

3. Me siento bien conmigo mismo.	-	16,67	27,78	50	5,56	55,56
5. Me gusta divertirme.	-	11,11	33,33	22,22	33,33	55,55
18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	-	11,11	33,33	22,22	33,33	55,55
15. Me creo útil y necesario para la gente.	-	16,67	27,78	44,44	11,11	55,55
28. Considero que generalmente tengo buen humor	-	11,11	38,89	22,22	27,78	50
4. Todo me parece interesante.	-	27,78	22,22	27,78	22,22	50
6. Me siento jovial.	5,56	16,67	27,78	27,78	22,22	50
10. Me siento optimista	5,56	27,78	16,67	27,78	22,22	50
21. Me siento "en forma".	5,56	22,22	22,22	38,89	11,11	50
17. Pienso que como persona he logrado lo que quería.	5,56	22,22	22,22	44,44	5,56	50
9. Estoy ilusionada/o	5,56	38,89	11,11	27,78	16,67	44,45
29. Siento que todo me va bien.	11,11	27,78	22,22	27,78	11,11	38,89
1. Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas	-	22,22	44,44	16,67	16,67	33,34
16. Creo que me sucederán cosas agradables.	5,56	16,67	44,44	16,67	16,67	33,34
14. Duermo bien y de forma tranquila	5,56	38,89	22,22	27,78	5,56	33,34
27. Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo	-	22,22	44,44	22,22	11,11	33,33
11. se me han abierto muchas puertas en la vida.	-	44,44	27,78	16,67	11,11	27,78
8. Tengo buena suerte.	5,56	33,33	33,33	22,22	5,56	27,78
FUENTE: Encuesta de Escala de Bienestar Subjetivo						
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.						

ANÁLISIS.-

Las cinco primeras manifestaciones de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida, en orden de prelación, en los estudiantes del primer ciclo, son las siguientes: “Busco momentos de distracción y descanso”; “Considero que mi familia me quiere”; “Creo que puedo superar mis errores y debilidades”; “Tengo muchas ganas de vivir”; “Disfruto de las comidas”; “Tengo confianza en mí mismo”

TABLA No. 36						
EVALUACION DE LOS ESTUDIANTES DEL CUARTO MÓDULO MEDIANTE ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE SANCHEZ CASANOVA.						
SITUACIONES A EVALUAR	ALTERNATIVAS					
	NUNCA O CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	MUCHAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	CASI SIEMPRE MAS SIEMPRE
20. Considero que mi familia me quiere.	3,03	6,06	15,15	21,21	54,55	75,76
22. Tengo muchas ganas de vivir	3,03	6,06	18,18	27,27	45,45	72,72
18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	15,15	18,18	9,09	24,24	45,45	69,69
7. Busco momentos de distracción y descanso	3,03	12,12	18,18	21,21	45,45	66,66
19. Creo que puedo superar mi errores y debilidades	3,03	9,09	24,24	21,21	42,42	63,63
6. Me siento jovial.	-	21,21	15,15	18,18	45,45	63,63
30. Tengo confianza en mí mismo	-	24,24	15,15	18,18	42,42	60,6

5. Me gusta divertirme.	3,03	15,15	21,21	24,24	36,36	60,6
24. Me gusta lo que hago	-	15,15	24,24	36,36	24,24	60,6
25. Disfruto de las comidas	3,03	21,21	18,18	12,12	45,45	57,57
26. Me gusta salir y compartir con la gente.	6,06	15,15	21,21	15,15	42,42	57,57
16. Creo que me sucederán cosas agradables.	3,03	27,27	12,12	24,24	33,33	57,57
3. Me siento bien conmigo mismo.	-	21,21	27,27	12,12	39,39	51,51
12. Me siento en capacidad de realizar mi trabajo	3,03	12,12	39,39	24,24	21,21	45,45
15. Me creo útil y necesario para la gente.	3,03	15,15	39,39	15,15	27,27	42,42
10. Me siento optimista	3,03	27,27	27,27	15,15	27,27	42,42
9. Estoy ilusionada/o	3,03	42,42	12,12	21,21	21,21	42,42
2. Me gusta transmitir mi felicidad a los demás	-	21,21	39,39	15,15	24,24	39,39
23. Me enfrento a las tareas con buen ánimo.	3,03	21,21	36,36	21,21	18,18	39,39
1. Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas	-	33,33	27,27	21,21	18,18	39,39
17. Pienso que como persona he logrado lo que quería.	3,03	36,36	21,21	27,27	12,12	39,39
28. Considero que generalmente tengo buen humor	-	33,33	30,3	9,09	27,27	36,36
4. Todo me parece interesante.	-	27,27	36,36	21,21	15,15	36,36
29. Siento que todo me va bien.	3,03	39,39	21,21	21,21	15,15	36,36
27. Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo	-	33,33	33,33	27,27	6,06	33,33
21. Me siento "en forma".	6,06	27,27	33,33	24,24	9,09	33,33
13. Creo que tengo buena salud	3,03	33,33	33,33	15,15	15,15	30,3
11. se me han abierto muchas puertas en la vida.	-	45,45	24,24	24,24	6,06	30,3
8. Tengo buena suerte.	12,12	45,45	21,21	18,18	3,03	21,21
FUENTE: Encuesta de Escala de Bienestar Subjetivo						
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.						

ANÁLISIS.-

Las cinco primeras manifestaciones de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida, en orden de prelación, en los estudiantes del cuarto módulo, son las siguientes: “Considero que mi familia me quiere”; “Tengo muchas ganas de vivir”, “Creo que valgo tanto como cualquier otra persona”, “Busco momentos de distracción y descanso”, “Creo que puedo superar mi errores y debilidades” y “me siento jovial”.

TABLA No. 37						
EVALUACION DE LOS ESTUDIANTES DEL SEXTO MODULO MEDIANTE ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE SANCHEZ CASANOVA.						
SITUACIONES A EVALUAR	ALTERNATIVAS					CASI SIEMPRE MAS SIEMPRE
	NUNCA O CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	MUCHAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
20. Considero que mi familia me quiere.	1,82	1,82	5,45	12,73	78,18	90,91
22. Tengo muchas ganas de vivir	3,64	5,45	3,64	18,18	69,09	87,27
18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	1,82	5,45	7,27	23,64	61,82	85,46
19. Creo que puedo superar mi errores y debilidades	-	3,64	14,55	36,36	45,45	81,81
24. Me gusta lo que hago	-	5,45	16,36	36,36	41,82	78,18
25. Disfruto de las comidas	1,82	3,64	21,82	27,27	45,45	72,72
30. Tengo confianza en mí mismo	5,45	3,64	14,55	29,09	47,27	76,36
26. Me gusta salir y compartir con la gente.	1,82	12,73	14,55	30,91	40	70,91
28. Considero que generalmente tengo buen humor	-	9,09	25,45	30,91	34,55	65,46
2. Me gusta transmitir mi felicidad a los demás	-	9,09	30,91	29,09	30,91	60

6. Me siento jovial.	1,82	14,55	23,64	25,45	34,55	60
12. Me siento en capacidad de realizar mi trabajo	-	9,09	27,27	41,82	21,82	63,64
23. Me enfrento a las tareas con buen ánimo.	1,82	3,64	32,73	40	21,82	61,82
3. Me siento bien conmigo mismo.	1,82	12,73	23,64	32,73	29,09	61,82
16. Creo que me sucederán cosas agradables.	-	14,55	20	41,82	23,64	65,46
15. Me creo útil y necesario para la gente.	1,82	9,09	36,36	25,45	27,27	52,72
21. Me siento "en forma".	3,64	12,73	20	41,82	21,82	63,64
5. Me gusta divertirme.	-	20	23,64	29,09	27,27	56,36
10. Me siento optimista	-	18,18	30,91	30,91	20	50,91
17. Pienso que como persona he logrado lo que quería.	3,64	18,18	25,45	40	12,73	52,73
7. Busco momentos de distracción y descanso	3,64	20	32,73	23,64	20	43,64
1. Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas	-	25,45	32,73	23,64	18,18	41,82
29. Siento que todo me va bien.	1,82	21,82	27,27	38,18	10,91	49,09
27. Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo	-	23,64	34,55	29,09	12,73	41,82
4. Todo me parece interesante.	1,82	29,09	32,73	25,45	10,91	36,36
9. Estoy ilusionada/o	7,27	30,91	23,64	18,18	20	38,18
11. se me han abierto muchas puertas en la vida.	1,82	32,73	32,73	18,18	14,55	32,73
13. Creo que tengo buena salud	1,82	34,55	29,09	23,64	10,91	34,55
FUENTE: Encuesta de Escala de Bienestar Subjetivo						
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.						

ANÁLISIS.-

Las cinco primeras manifestaciones de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida, en orden de prelación, en los estudiantes del sexto módulo, son las siguientes: “Considero que mi familia me quiere”; “Tengo muchas ganas de vivir”; “Creo que valgo tanto como cualquier otra persona”; “Creo que puedo superar mi errores y debilidades”; “Me gusta lo que hago”.

TABLA No. 38						
EVALUACION DE LOS ESTUDIANTES DEL OCTAVO MODULO MEDIANTE ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE SANCHEZ CANOVA.						
SITUACIONES A EVALUAR	ALTERNATIVAS					
	NUNCA O CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	MUCHAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	CASI SIEMPRE MAS SIEMPRE
22. Tengo muchas ganas de vivir	-	3,57	10,71	21,43	64,29	85,72
20. Considero que mi familia me quiere.	-	7,14	7,14	7,14	78,57	85,71
18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	-	3,57	14,29	21,43	60,71	82,14
19. Creo que puedo superar mi errores y debilidades	-	7,14	14,29	17,86	60,71	78,57
7. Busco momentos de distracción y descanso	-	14,29	10,71	14,29	60,71	75
30. Tengo confianza en mí mismo	-	-	25	28,57	46,43	75
26. Me gusta salir y compartir con la gente.	-	10,71	14,29	28,57	46,43	75
24. Me gusta lo que hago	-	3,57	25	21,43	50	71,43
6. Me siento jovial.	3,57	14,29	10,71	21,43	50	71,43
25. Disfruto de las comidas	-	3,57	28,57	14,29	53,57	67,86
5. Me gusta divertirme.	-	14,29	17,86	25	42,86	67,86
3. Me siento bien conmigo mismo.	-	14,29	17,86	28,57	39,29	67,86
23. Me enfrento a las tareas con buen ánimo.	-	7,14	32,14	28,57	32,14	60,71

15. Me creo útil y necesario para la gente.	-	7,14	35,71	14,29	42,86	57,15
12. Me siento en capacidad de realizar mi trabajo	-	21,43	21,43	17,86	39,29	57,15
10. Me siento optimista	-	17,86	25	21,43	35,71	57,14
21. Me siento "en forma".	3,57	32,14	7,14	28,57	28,57	57,14
16. Creo que me sucederán cosas agradables.	-	17,86	28,57	17,86	35,71	53,57
27. Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo	-	7,14	39,29	32,14	21,43	53,57
29. Siento que todo me va bien.	-	10,71	35,71	35,71	17,86	53,57
28. Considero que generalmente tengo buen humor	-	21,43	25	28,57	25	53,57
2. Me gusta transmitir mi felicidad a los demás	-	25	21,43	32,14	21,43	53,57
9. Estoy ilusionada/o	3,57	17,86	25	32,14	21,43	53,57
17. Pienso que como persona he logrado lo que quería.	-	14,29	35,71	25	25	50
4. Todo me parece interesante.	-	14,29	39,29	35,71	10,71	46,42
11. se me han abierto muchas puertas en la vida.	-	32,14	25	28,57	14,29	42,86
13. Creo que tengo buena salud	-	25	35,71	14,29	25	39,29
14. Duermo bien y de forma tranquila	-	35,71	25	25	14,29	39,29
1. Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas	-	32,14	32,14	14,29	21,43	35,72
FUENTE: Encuesta de Escala de Bienestar Subjetivo						
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.						

ANÁLISIS.-

Las cinco primeras manifestaciones de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida, en orden de prelación, en los estudiantes del octavo módulo, son las siguientes: “Tengo muchas ganas de vivir”; “Considero que mi familia me quiere”; “Creo que valgo tanto como cualquier otra persona”; “Creo que puedo superar mi errores y debilidades” y “Busco momentos de distracción y descanso”.

A continuación realizamos el análisis comparativo de los principales ítems de la escala de bienestar subjetivo por nivel de estudio.-

TABLA N° 39				
ANÁLISIS COMPARATIVO DE LOS PRINCIPALES ÍTEMS DE LA ESCALA DE BIENESTAR SUBJETIVO POR NIVEL DE ESTUDIO				
NIVEL	PRIMER CICLO	CUARTO MÓDULO	SEXTO MÓDULO	OCTAVO MÓDULO
I	7. Busco momentos de distracción y descanso	20. Considero que mi familia me quiere.	20. Considero que mi familia me quiere.	22. Tengo muchas ganas de vivir
II	20. Considero que mi familia me quiere	22. Tengo muchas ganas de vivir	22. Tengo muchas ganas de vivir	20. Considero que mi familia me quiere.
III	19. Creo que puedo superar mi errores y debilidades	18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.
IV	22. Tengo muchas ganas de vivir	7. Busco momentos de distracción y descanso	19. Creo que puedo superar mi errores y debilidades	19. Creo que puedo superar mi errores y debilidades
V	25. Disfruto de las comidas	19. Creo que puedo superar mi errores y debilidades	24. Me gusta lo que hago	7. Busco momentos de distracción y descanso
FUENTE: Encuesta de Escala de Bienestar Subjetivo				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.				

La alternativa “Considero que mi familia me quiere”, es la que porcentualmente ocupa el primer lugar en la valoración de los alumnos clasificados por nivel de estudio; Asimismo, el ítem “Creo que puedo superar mis errores y debilidades se repite en todos los niveles de estudio; las alternativas “Tengo muchas ganas de vivir”, y “busco momentos de distracción y descanso” se repite en tres niveles educativos; y, por último, “disfruto de las comidas” y “me gusta lo que hago”, una en cada nivel.

1. SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA DE LOS RESULTADOS DE BIENESTAR SUBJETIVO, FELICIDAD Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA, OBTENIDOS CON LA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE SÁNCHEZ CASANOVA, CON LAS VARIABLES INDEPENDIENTES.

TABLA Nº 40							
ASOCIACION DE LA EVALUACION DEL BIENESTAR PSICOLOGICO, CON LA ESCALA DE SÁNCHEZ CASANOVA Y LLAS VARIABLES INDEPENDIENTES							
VARIABLE / ESCALAS	BIENESTAR PSICOLÓGICO DE SANCHEZ CASANOVA (QUINTILES)					PRUEBA DE SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA	SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA
	I %	II %	III %	IV %	V %		
GÉNERO							
FEMENINO	18,2	20,2	23,2	18,2	20,2	Chi cuadrado 2,1542	N.S*. (0,7074)
MASCULINO	23,5	14,7	14,7	23,5	23,5		
EDAD							
MENOR 21	27,1	17,1	22,9	20,0	12,9	Chi cuadrado 14,2595	N.S*. (0,0752)
22-25	10,2	22,0	20,3	20,3	27,1		
MAYOR DE 25	20,0	20,0	0,0	0,0	60,0		
NIVEL DE ESTUDIO							
PRIMERO CICLO	27,8	16,7	11,1	27,8	16,7	Chi cuadrado 17,3206	N.S. *(0,1379)
CUARTO MÓDULO	33,3	15,2	12,1	18,2	21,2		
SEXTO MÓDULO	10,9	23,6	30,9	20	14,5		
OCTAVO MÓDULO	14,3	17,9	17,9	14,3	35,7		
NIVEL SOCIO ECONÓMICO PERCIBIDO							
MEDIA ALTA	14,0	11,6	25,6	25,6	23,3	Chi cuadrado	N.S*. (0,375)

MEDIA BAJA	23,2	22,0	17,1	18,3	19,5	8,6244	
POPULAR	23,2	22,0	17,1	18,3	19,5		
SECTOR DE RESIDENCIA							
URBANO	18,1	19,7	21,3	18,9	22,0	Chi cuadrado 4,2114	N.S*. (0,3742)
RURAL	42,9	14,3	14,3	28,6	0,0		
ESTADO CIVIL							
SOLTERO	17,9	21,4	23,1	18,8	18,8	Chi cuadrado 18,8353	N.S*. (0,0926)
UNION LIBRE	25,0	25,0	0,0	50,0	0,0		
DIVORCIADO	0,0	0,0	0,0	100,0	0,0		
CASADO	33,3	0,0	8,3	8,3	50,0		
N.S*.: NO SIGNIFICATIVO							
FUENTE: Encuesta de Escala de Bienestar Subjetivo							
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdoba.							

ANÁLISIS.-

Los resultados obtenidos con la aplicación del Cuestionario de Bienestar Psicológico de Sánchez Casanova, organizado en quintiles, que se refieren al bienestar subjetivo, de felicidad y satisfacción con la vida, no muestra ninguna asociación estadísticamente significativa con las variables género, edad, módulo, nivel socioeconómico, sector de residencia y estado civil. Sin embargo, hay valores muy próximos a la significación estadística 95% en las variables edad ($p=0,0752$) y estado civil ($p=0,0926$).

OBJETIVO ESPECÍFICO: 4

EVALUAR LOS NIVELES DE BIENESTAR SUBJETIVO (BIENESTAR PSICOLÓGICO).

1. VALORACIÓN PSICOLÓGICA GENERAL DE LOS ESTUDIANTES MEDIANTE LA APLICACIÓN DE LA ESCALA BIEPS-J.

TABLA No. 41						
VALORACIÓN GENERAL MEDIANTE LA ESCALA BIEPS-J (JÓVENES Y ADOLESCENTES) .- (frecuencias y porcentajes)						
SITUACIONES	ALTERNATIVAS DE RESPUESTA					
	ESTOY EN DESACUERDO		NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO		ESTOY DE ACUERDO	
	f	%	F	%	f	%
CONTROL DE SITUACIONES (1, 5, 10, 13)						
1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.	3	2,2	35	26,1	96	71,6
5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.	8	6	42	31,3	84	62,7
10. Si estoy molesto /a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.	7	5,2	51	38,1	76	56,7
13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar	4	3	29	21,6	101	75,40
PROMEDIO	22	4,10	157	29,29	357	66,60
VÍNCULOS PSICOSOCIALES (2, 8, 11)						
2. Tengo amigos /as en quienes confiar.	10	7,5	34	25,4	90	67,2

8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.	3	2,2	29	21,6	102	76,1
11. Creo que en general me llevo bien con la gente.	2	1,5	48	35,8	84	62,7
PROMEDIO	15	3,73	111	27,61	276	68,66
PROYECTOS PERSONALES (3, 6, 12)						
3. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.	10	7,5	26	19,4	98	73,1
6. Me importa pensar que haré en el futuro.	9	6,7	24	17,9	101	75,4
12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.	6	4,5	22	16,4	106	79,10
PROMEDIO	25	6,22	72	17,91	305	75,87
ACEPTACIÓN DE SI MISMO (4, 7, 9)						
4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.	6	4,5	59	44	69	51,5
7. Generalmente caigo bien a la gente.	7	5,2	73	54,5	54	40,3
9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser.	6	4,5	44	32,8	84	62,7
PROMEDIO	19	4,73	176	43,78	207	51,49
FUENTE: Encuestas BIEPS-J						
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova						

ANÁLISIS.-

La evaluación general de la percepción subjetiva mediante la aplicación de la Escala de Bienestar Psicológico, BIEPS para jóvenes y adolescentes nos muestra que en el acápite que se refiere a PROYECTOS PERSONALES, en promedio, la gran mayoría, 75,87%, expresa que “está de acuerdo”, en lo que se refiere a VÍNCULOS PSICOSOCIALES, el 68,66%, se pronuncia en igual forma; en lo que se refiere a el CONTROL DE SITUACIONES, el 66,6%; y, en cuanto a ACEPTACIÓN DE SI MISMO, hay el menor porcentaje, 51,49%, que resulta preocupante, porque implica que el 48,5% no adopta esta alternativa.

2. VALORACIÓN PSICOLÓGICA EN FUNCIÓN DEL GÉNERO MEDIANTE LA APLICACIÓN DE LA ESCALA BIEPS-J.

TABLA No. 42						
VALORACIÓN MEDIANTE LA ESCALA BIEPS-J (JÓVENES Y ADOLESCENTES) POR GÉNERO.- (porcentajes)						
SITUACIONES	GÉNERO MASCULINO			GÉNERO FEMENINO		
	ALTERNATIVAS			ALTERNATIVAS		
	ESTOY EN DESACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	ESTOY DE ACUERDO	ESTOY EN DESACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	ESTOY DE ACUERDO
CONTROL DE SITUACIONES (1, 5, 10, 13)						
1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.	5,71	31,43	62,86	1,01	24,24	74,75
5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.	8,57	25,71	65,71	5,05	33,33	61,62
10. Si estoy molesto /a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.	8,57	42,86	48,57	4,04	36,36	59,6
13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar	5,71	25,71	68,57	2,02	20,2	77,78
PROMEDIO	7,14	31,43	61,43	3,03	28,54	68,43
VÍNCULOS PSICOSOCIALES (2, 8, 11)						
2. Tengo amigos /as en quienes confiar.	11,43	40	48,57	6,06	20,2	73,74
8. Cuento con personas	5,71	40	54,29	1,01	15,15	83,84

que me ayudan si lo necesito.						
11. Creo que en general me llevo bien con la gente.	2,86	45,71	51,43	1,01	32,32	66,67
PROMEDIO	6,67	41,90	51,43	2,69	22,56	74,75
PROYECTOS PERSONALES (3, 6, 12)						
3. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.	14,29	31,43	54,29	5,05	15,15	79,8
6. Me importa pensar que haré en el futuro.	14,29	31,43	54,29	4,04	13,13	82,83
12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.	8,57	34,29	57,14	3,03	10,1	86,87
PROMEDIO	12,38	31,43	56,19	4,04	20,54	75,42
ACEPTACIÓN DE SI MISMO (4, 7, 9)						
4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.	5,71	40	54,29	4,04	45,45	50,51
7. Generalmente caigo bien a la gente.	11,43	45,71	42,86	3,03	57,58	39,39
9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser.	8,57	31,43	60	3,03	33,33	63,64
PROMEDIO	8,57	40,00	51,43	3,37	37,71	58,92
FUENTE: Encuestas BIEPS-J						
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova						

ANÁLISIS.-

La evaluación de la percepción del bienestar psicológico mediante la aplicación de la Escala BIEPS, J, muestra algunas diferencias entre hombres y mujeres; todas mayores en las mujeres; así, en cuanto a los Vínculos psicosociales, el promedio de los hombres que han escogido la alternativa estoy de acuerdo es de 51,43%, mientras en las mujeres es 74,75%. En las alternativas “control de situaciones” el promedio de los hombres en la es de 61,43% mientras que las mujeres es 68,43%; en “los proyectos personales” el porcentaje al que llegan los hombres es del 56,9% mientras que en las mujeres es de 75,42%; en la “aceptación de sí mismo” el promedio en los hombres es de 51,43% y en las mujeres de 58,92%. En la tabla siguiente se puede apreciar más claramente estas diferencias.

TABLA N° 43			
ANÁLISIS COMPARATIVO DE LAS DIFERENCIAS PORCENTUALES DE RESPUESTA EN LA ALTERNATIVA “ESTOY DE ACUERDO”, POR GÉNERO.			
SITUACIONES	HOMBRES	MUJERES	DIFERENCIA PORCENTUAL (% respuestas de hombres - % repuestas mujeres)
VÍNCULOS PSICOSOCIALES (2, 8, 11)	51,43	74,75	23,32
PROYECTOS PERSONALES (3, 6, 12)	56,19	75,42	19,23
ACEPTACIÓN DE SI MISMO (4, 7, 9)	51,43	58,92	7,49
CONTROL DE SITUACIONES (1, 5, 10, 13)	61,43	68,43	7,01
FUENTE: Encuestas BIEPS-J			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova			

3. VALORACIÓN PSICOLÓGICA EN FUNCIÓN DEL NIVEL DE ESTUDIO MEDIANTE LA APLICACIÓN DE LA ESCALA BIEPS-J

TABLA No. 44												
ESCALA BIEPS-J (JÓVENES Y ADOLESCENTES) POR MÓDULO .- PORCENTAJES												
SITUACIONES	ALTERNATIVAS DE RESPUESTA											
	ESTOY EN DESACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	ESTOY DE ACUERDO	ESTOY EN DESACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	ESTOY DE ACUERDO	ESTOY EN DESACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	ESTOY DE ACUERDO	ESTOY EN DESACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	ESTOY DE ACUERDO
	PRIMER CICLO			CUARTO MÓDULO			SEXTO MÓDULO			OCTAVO MÓDULO		
CONTROL DE SITUACIONES (1, 5, 10, 13)												
1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.	-	22,22	77,78	3,03	39,39	57,58	-	21,82	78,18	7,14	21,43	71,43
5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.	-	27,78	72,22	12,12	54,55	33,33	3,64	18,18	78,18	7,14	32,14	60,71
10. Si estoy molesto /a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.	-	38,89	61,11	9,09	45,45	45,45	3,64	36,36	60,00	7,14	32,14	60,71
13. Puedo aceptar mis equivocaciones	5,56	22,22	72,22	6,06	27,27	66,67	1,82	16,36	81,82	-	25,00	75,00

y tratar de mejorar												
PROMEDIO	1,39	27,78	70,83	7,58	41,67	50,76	2,27	23,18	74,55	5,36	27,68	66,96
VÍNCULOS PSICOSOCIALES (2, 8, 11)												
2. Tengo amigos /as en quienes confiar.	-	11,11	88,89	6,06	42,42	51,52	9,09	20,00	70,91	10,71	25,00	64,29
8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.	-	27,78	72,22	3,03	39,39	57,58	3,64	10,91	85,45	-	17,86	82,14
11. Creo que en general me llevo bien con la gente.	5,56	33,33	61,11	3,03	48,48	48,48	-	34,55	65,45	-	25,00	75,00
PROMEDIO	1,85	24,07	74,07	4,04	43,43	52,53	4,24	21,82	73,94	3,57	22,62	73,81
PROYECTOS PERSONALES (3, 6, 12)												
3. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.	16,67	27,78	55,56	12,12	33,33	54,55	3,64	10,91	85,45	3,57	14,29	82,14
6. Me importa pensar que haré en el futuro.	5,56	27,78	66,67	9,09	21,21	69,70	5,45	16,36	78,18	7,14	10,71	82,14
12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.	16,67	22,22	61,11	9,09	27,27	63,64	-	10,91	89,09	-	10,71	89,29
PROMEDIO	12,96	25,93	61,11	10,10	27,27	62,63	3,03	12,73	84,24	3,57	11,90	84,52
ACEPTACIÓN DE SI MISMO (4, 7, 9)												
4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.	-	33,33	66,67	9,09	69,70	21,21	1,82	36,36	61,82	7,14	35,71	57,14
7. Generalmente caigo bien a la gente.	5,56	44,44	50,00	3,03	72,73	24,24	7,27	43,64	49,09	3,57	60,71	35,71
9. Estoy bastante conforme con mi	11,11	22,22	66,67	3,03	51,52	45,45	3,64	25,45	70,91	3,57	32,14	64,29

forma de ser.												
PROMEDIO	5,56	33,33	61,11	5,05	64,65	30,30	4,24	35,15	60,61	4,76	42,86	52,38
FUENTE: Encuestas FORMULARIO BIEPS-J												
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova												

ANÁLISIS.-

Existen diferencias importantes en la percepción del bienestar psicológico, por nivel de estudio. Así, el mayor puntaje registrado, en promedio, en las preguntas que se refieren al “Control de situaciones” tiene el sexto módulo (74,55%) y el menor el cuarto módulo (50,76%); en los ítems “Vínculos psicosociales”, el mayor es del sexto módulo (73,94%) y el menor en el cuarto módulo (52,53%); en los ítems de “Proyectos personales”, en el módulo octavo se registra el mayor porcentaje (84,52%) y el menor en el primer ciclo (61,11%); y, en cuanto a la “Aceptación de sí mismo”, el mayor porcentaje se registra en el primer ciclo (61,11%) y el menor en el cuarto módulo (30,30%), como se aprecia en la siguiente tabla

TABLA No. 45			
ANÁLISIS COMPARATIVO DE LOS PROMEDIOS PORCENTUALES DE LOS GRUPOS DE EVALUACION DEL BIEPS-J POR NIVEL DE ESTUDIO			
PRIMER CICLO	CUARTO MÓDULO	SEXTO MÓDULO	OCTAVO MÓDULO
CONTROL DE SITUACIONES (1, 5, 10, 13)			
70,83	50,76	74,55	66,96
VÍNCULOS PSICOSOCIALES (2, 8, 11)			
74,07	52,53	73,94	73,81
PROYECTOS PERSONALES (3, 6, 12)			
61,11	62,63	84,24	84,52
ACEPTACIÓN DE SI MISMO (4, 7, 9)			
61,11	30,30	60,61	52,38
FUENTE: Encuestas BIEPS-J			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova			

4. SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA DE LA ASOCIACIÓN ENTRE LOS RESULTADOS DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO, OBTENIDOS CON LA ESCALA BIEPS-J PARA JÓVENES Y ADOLESCENTES EN RELACIÓN CON LAS VARIABLES INDEPENDIENTES.

TABLA Nº 46						
ESCALA BIEPS-J PARA JÓVENES Y ADOLESCENTES (CUARTILES)						
VARIABLE / ESCALAS	I %	II %	III %	IV %	PRUEBA DE SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA	SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA (P < ó = 0,005)
GÉNERO						
FEMENINO	19,2	19,2	26,3	35,4	Chi cuadrado 7,8062	SIGNIFICATIVO. (0,0502)
MASCULINO	38,2	26,5	17,6	17,6		
EDAD						
MENOR 21	30,0	25,7	25,7	18,6	Chi cuadrado 14,66	SIGNIFICATIVO (0,0231)
22-25	18,6	16,9	23,7	40,7		
MAYOR DE 25	0,0	20,0	0,0	80,0		
NIVEL DE ESTUDIO						
PRIMERO CICLO	22,2	27,8	22,2	27,8	Chi cuadrado 18,021	SIGNIFICATIVO (0,0349)
CUARTO MÓDULO	39,4	33,3	21,2	6,1		
SEXTO MÓDULO	18,2	16,4	25,5	40		

OCTAVO MÓDULO	17,9	14,3	25	42,9		
NIVEL SOCIO ECONÓMICO PERCIBIDO						
MEDIA ALTA	18,6	25,6	16,3	39,5	Chi cuadrado 14,4037	SIGNIFICATIVO (0,0254)
MEDIA BAJA	25,6	15,9	30,5	28		
POPULAR	33,3	55,6	0	11,1		
SECTOR DE RESIDENCIA						
URBANO	24,4	21,3	24,4	29,9	Chi cuadrado 1,0962	*N.S. (0,778)
RURAL	14,3	28,6	14,3	42,9		
ESTADO CIVIL						
SOLTERO	23,1	23,1	22,2	31,6	Chi cuadrado 7,3618	N.S. (0,5995)
UNION LIBRE	25	25	50	0		
DIVORCIADO	0	0	100	0		
CASADO	33,3	8,3	25	33,3		
*N.S. No Significativo						
FUENTE: Encuestas BIEPS-J						
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova						

ANÁLISIS.-

Los resultados de la aplicación de la Escala de Bienestar BIEP-J, para Jóvenes y Adolescentes, no muestran relación estadísticamente significativa con las variables sector de residencia y estado civil. En cambio, evidencian asociación significativa, entre el grado de bienestar psicológico y el género ($p=0,05$); la edad ($p=0,0231$), el nivel de estudio ($p=0,0349$); y, respecto del nivel socioeconómico percibido ($p=0,0254$).

OBJETIVO ESPECÍFICO: 5

PERCIBIR DISTINTAS REACCIONES O ESTADOS EMOCIONALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE LABORATORIO CLINICO DEL AREA DE LA SALUD HUMANA. ENERO-JULIO DEL 2013

1. EVALUACIÓN GENERAL DE LAS CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS MEDIANTE LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE AUTOREPORTE VIVENCIAL.

TABLA No. 47							
EVALUACIÓN DE LAS CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS MEDIANTE EL CUESTIONARIO AUTORREPORTE VIVENCIAL.							
(Frecuencias y porcentajes)							
VIVENCIA / INTENSIDAD	ESCASAMENTE		MODERADAMENTE		INTENSAMENTE		MODERADAMENTE MAS INTENSAMENTE
	F	%	F	%	F	%	%
Inquietud	27	20,15	91	67,91	16	11,94	79,85
Ira	51	38,06	67	50	16	11,94	61,94
Desconfianza	55	41,04	70	52,24	9	6,72	58,96
Inseguridad	55	41,04	63	47,01	16	11,94	58,95
Tristeza	57	42,54	63	47,01	14	10,45	57,46
Miedo	57	42,54	63	47,01	14	10,45	57,46
Irritabilidad	60	44,78	60	44,78	14	10,45	55,23
Sufrimiento	60	44,78	63	47,01	11	8,21	55,22

Ansiedad	63	47,01	58	43,28	13	9,7	52,98
Angustia	69	51,49	54	40,3	11	8,21	48,51
Abatimiento	76	56,72	53	39,55	5	3,73	43,28
Apatía	84	62,69	45	33,58	5	3,73	37,31
Rechazo	103	76,87	26	19,4	5	3,73	23,13
Desprecio	109	81,34	21	15,67	4	2,99	18,66
FUENTE: ENCUESTA DE ESCALA DE AUTORREPORTE VIVENCIAL							
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova							

ANÁLISIS.-

Las principales vivencias, calificadas en el grado “intensamente”, que alcanzan mayor porcentaje, en orden de prelación, son las siguientes: Inquietud, Inseguridad, Ira, Tristeza, Miedo, Irritabilidad; en el grado “moderadamente”, son: Inquietud, Desconfianza, Ira, Inseguridad, Tristeza, Miedo y Sufrimiento. Si obtenemos la sumatoria de ambos niveles de intensidad, el 79,85% de los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico establecen a la “Inquietud” como la primera vivencia fruto del estrés académico; el 61,94%, la ira; el 58,96%, la desconfianza; el 58,95% inseguridad; y, el 57,46% tristeza y el miedo.

2. EVALUACIÓN DE LAS CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS, CON ENFOQUE DE GÉNERO, MEDIANTE LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE AUTOREPORTE VIVENCIAL.

TABLA No. 48									
EVALUACIÓN MEDIANTE EL CUESTIONARIO DE AUTORREPORTE VIVENCIAL POR GÉNEROS (PORCENTAJES)									
VIVENCIA / INTENSIDAD	ESCASA MENTE	MODERADAMENTE	INTENSAMENTE	MODERADAMENTE MAS INTENSAMENTE	ESCASA MENTE	MODERADAMENTE	INTENSAMENTE	MODERADAMENTE MAS INTENSAMENTE	ÍNDICE POR 100: VARONES/ MUJERES
	MASCULINO				FEMENINO				
Inquietud	17,14	68,57	14,29	82,86	21,21	67,68	11,11	78,79	5,17
Apatía	62,86	34,29	2,86	37,15	62,63	33,33	4,04	37,37	- 0,59
Ansiedad	48,57	40	11,43	51,43	46,46	44,44	9,09	53,53	- 3,92
Desconfianza	42,86	54,29	2,86	57,15	40,4	51,52	8,08	59,6	- 4,11
Desprecio	82,86	14,29	2,86	17,15	80,81	16,16	3,03	19,19	- 10,63
Tristeza	48,57	45,71	5,71	51,42	40,4	47,47	12,12	59,59	- 13,71
Sufrimiento	51,43	42,86	5,71	48,57	42,42	48,48	9,09	57,57	- 15,63
Ira	45,71	45,71	8,57	54,28	35,35	51,52	13,13	64,65	- 16,04
Inseguridad	48,57	48,57	2,86	51,43	38,38	46,46	15,15	61,61	- 16,52
Rechazo	80	17,14	2,86	20	75,76	20,2	4,04	24,24	- 17,49
Abatimiento	62,86	37,14	0	37,14	54,55	40,4	5,05	45,45	- 18,28
Angustia	60	40	0	40	48,48	40,4	11,11	51,51	- 22,35

Irritabilidad	60	34,29	5,71	40	39,39	48,48	12,12	60,6	-	33,99
Miedo	60	34,29	5,71	40	36,36	51,52	12,12	63,64	-	37,15
FUENTE: Encuesta de Escala de Autorreporte Vivencial										
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova										

ANÁLISIS.-

Las principales vivencias, calificadas en el grado “intensamente” sumadas a las del grado “moderadamente”, que alcanzan mayor porcentaje, en orden de prelación, en los estudiantes varones, son las siguientes: Inquietud, desconfianza, ira, ansiedad, inseguridad, y tristeza; en las mujeres son: inquietud, ira, miedo, inseguridad, e irritabilidad.

3. EVALUACIÓN DE LAS CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS, EN LOS DIFERENTES NIVELES DE ESTUDIO, MEDIANTE LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE AUTOREPORTE VIVENCIAL.

TABLA No. 49																
EVALUACIÓN MEDIANTE EL CUESTIONARIO DE AUTOREPORTE VIVENCIAL DE LOS ALUMNOS CLASIFICADOS POR NIVEL DE ESTUDIO																
	PRIMER CICLO				CUARTO MÓDULO				SEXTO MÓDULO				OCTAVO MÓDULO			
	ALTERNATIVA				ALTERNATIVA				ALTERNATIVA				ALTERNATIVA			
VIVEN CIA / INTEN SIDAD	ESC ASA MEN TE	MODE RADA MENT E	INTEN SAME NTE	INTENSA MAS MODERA DAMENT E	ESC ASA MEN TE	MODER ADAME NTE	INTEN SAME NTE	INTENSA MAS MODERA DAMENT E	ESCA SAM ENTE	MODER ADAME NTE	INTEN SAME NTE	INTENS A MAS MODER ADAME NTE	ESCA SAME NTE	MODER ADAME NTE	INTEN SAME NTE	INTENSA MAS MODERA DAMENTE
Abatim iento	66,67	33,33	0	33,33	42,42	51,52	6,06	57,58	63,64	34,55	1,82	36,37	53,57	39,29	7,14	46,43
Despr ecio	83,33	16,67	0	16,67	72,73	24,24	3,03	27,27	83,64	14,55	1,82	16,37	85,71	7,14	7,14	14,28
Recha zo	77,78	16,67	5,56	22,23	66,67	30,3	3,03	33,33	80	16,36	3,64	20	82,14	14,29	3,57	17,86

Apatía	72,22	27,78	0	27,78	66,67	27,27	6,06	33,33	65,45	29,09	5,45	34,54	46,43	53,57	0	53,57
Angustia	55,56	38,89	5,56	44,45	45,45	42,42	12,12	54,54	58,18	36,36	5,45	41,81	42,86	46,43	10,71	57,14
Irritabilidad	50	50	0	50	33,33	51,52	15,15	66,67	50,91	38,18	10,91	49,09	42,86	46,43	10,71	57,14
Sufrimiento	50	50	0	50	36,36	51,52	12,12	63,64	50,91	40	9,09	49,09	39,29	53,57	7,14	60,71
Tristeza	50	33,33	16,67	50	39,39	45,45	15,15	60,6	43,64	49,09	7,27	56,36	39,29	53,57	7,14	60,71
Ansiedad	44,44	38,89	16,67	55,56	36,36	48,48	15,15	63,63	54,55	38,18	7,27	45,45	46,43	50	3,57	53,57
Ira	44,44	55,56	0	55,56	36,36	48,48	15,15	63,63	36,36	52,73	10,91	63,64	39,29	42,86	17,86	60,72
Inseguridad	38,89	55,56	5,56	61,12	27,27	54,55	18,18	72,73	47,27	41,82	10,91	52,73	46,43	42,86	10,71	53,57

Miedo	38,89	50	11,11	61,11	45,45	39,39	15,15	54,54	43,64	47,27	9,09	56,36	39,29	53,57	7,14	60,71
Desconfianza	33,33	66,67	0	66,67	36,36	51,52	12,12	63,64	45,45	47,27	7,27	54,54	42,86	53,57	3,57	57,14
Inquietud	16,67	72,22	11,11	83,33	18,18	63,64	18,18	81,82	29,09	61,82	9,09	70,91	7,14	82,14	10,71	92,85
FUENTE: ENCUESTA DE ESCALA DE AUTORREPORTE VIVENCIAL																
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova																

ANÁLISIS.-

Las principales vivencias, calificadas en el grado “intensamente” sumadas a las del grado “moderadamente”, que alcanzan mayor porcentaje, en orden de prelación, en los estudiantes clasificados por nivel de estudio, son las siguientes: PRIMER CICLO: Inquietud, Desconfianza, Inseguridad, Miedo, Ira y Ansiedad; CUARTO: Inquietud, Inseguridad, Irritabilidad, Sufrimiento y Desconfianza SEXTO: Inquietud, Ira, Tristeza, Miedo y Desconfianza y, OCTAVO: Inquietud, Ira, Tristeza, Miedo y Sufrimiento.

Porcentualmente la vivencia “Inquietud”, es la primera y se presenta en todos los niveles del estudio; el “miedo”, el “sufrimiento” y la “ira” aparecen en tres de los cuatro niveles de estudio; la “irritabilidad”, “tristeza”, “desconfianza” e “inseguridad”, son vivencias que se presentan en dos de los cuatro niveles, como se puede apreciar en la tabla siguiente:

TABLA No. 50							
PRIMER CICLO	%	CUARTO	%	SEXTO	%	OCTAVO	%
Inquietud	83,33	Inquietud	81,82	Inquietud	70,91	Inquietud	92,85
Irritabilidad	66,67	Inseguridad	72,73	Ira	63,64	Ira	60,72
Sufrimiento	61,12	Irritabilidad	66,67	Tristeza	56,36	Tristeza	60,71
Miedo	61,11	Sufrimiento	63,64	Miedo	56,36	Miedo	60,71
Ira	55,56	Desconfianza	63,64	Desconfianza	54,54	Sufrimiento	60,71
FUENTE: ENCUESTA DE ESCALA DE AUTORREPORTE VIVENCIAL							
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova							

Asimismo, se pueden apreciar las diferencias porcentuales de la intensidad (moderadamente más intensamente) con que se reportan estas vivencias. En el caso de la “inquietud” llega al 92,85% en el octavo módulo y en el sexto es 70,91%; la vivencia “ira” llega al 63,64% en los estudiantes del sexto módulo y en el 55, 56% del primer ciclo; la vivencia “miedo” es mayor en los estudiantes del primer ciclo, 61,11% y menor en los del sexto módulo, 56,36%; en cuanto a los porcentajes de la vivencia “tristeza”, llegan al 60,71% en los alumnos del octavo módulo y “desconfianza”, 66,67% en los alumnos del primer ciclo y 54,54% en los del sexto módulo.

4. SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA ENTRE LOS RESULTADOS DE LAS CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS ACADÉMICO, DETERMINADO MEDIANTE EL CUESTIONARIO DE AUTOREPORTE VIVENCIAL RESPECTO DE LAS VARIABLES INDEPENDIENTES.

TABLA Nº 51						
AUTOREPORTE VIVENCIAL (CUARTILES)						
VARIABLE / ESCALAS	I %	II %	III %	IV %	PRUEBA DE SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA	SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA
GÉNERO						
FEMENINO	25,3	20,2	23,2	31,3	Chi cuadrado 2,6908	N.S. (0,4418)
MASCULINO	29,4	20,6	32,4	17,6		
EDAD						
MENOR 21	22,9	24,3	27,1	25,7	Chi cuadrado 3,4336	N.S. (0,7528)
22-25	28,8	16,9	23,7	30,5		
MAYOR DE 25	40	0	20	40		
MÓDULO						
PRIMERO	16,7	33,3	27,8	22,2	Chi cuadrado 26,9323	N.S. (0,1916)
CUARTO	21,2	21,2	18,2	39,4		
SEXTO	30,9	23,6	21,8	23,6		
OCTAVO	28,6	3,6	39,3	28,6		
NIVEL SOCIO ECONÓMICO PERCIBIDO						
MEDIA ALTA	27,9	25,6	23,3	23,3	Chi cuadrado 4,1153	N.S. (0,6611)
MEDIA BAJA	25,6	19,5	25,6	29,3		
POPULAR	22,2	0	33,3	44,4		
SECTOR DE RESIDENCIA						
URBANO	26	20,5	25,2	28,3	Chi cuadrado 0,1729	N.S. (0,9818)
RURAL	28,6	14,3	28,6	28,6		
ESTADO CIVIL						
SOLTERO	25,6	22,2	24,8	27,4	Chi cuadrado 7,2172	N.S. (0,6145)
UNION LIBRE	25	0	50	25		
DIVORCIADO	0	0	100	0		
CASADO	33,3	8,3	16,7	41,7		
N.S.* No hay significación estadística						
FUENTE: ENCUESTA DE ESCALA DE AUTORREPORTE VIVENCIAL						
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova						

ANÁLISIS.-

Los resultados obtenidos con la aplicación del Cuestionario de Autorreporte Vivencial, organizado en cuartiles, no muestra ninguna asociación estadísticamente significativa con las variables género, edad, módulo, nivel socioeconómico, sector de residencia y estado civil; es decir, que la evaluación de las consecuencias del estrés de los estudiantes mediante el Autorreporte vivencial.

5. EVALUACIÓN DE LAS RESPUESTAS FISIOLÓGICAS, COGNITIVAS Y MOTORAS MEDIANTE EL INVENTARIO GENERAL DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO.

TABLA N. 52												
INVENTARIO DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO.												
(Frecuencias y porcentajes)												
RESPUESTAS DE ESTRÉS	ALTERNATIVAS DE RESPUESTA											
	NUNCA (1)		CASI NUNCA (2)		A VECES (3)		CASI SIEMPRE (4)		SIEMPRE (5)		CASI SIEMPRE MAS SIEMPRE	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
NIVEL FISIOLÓGICO (2, 5, 8, 11)												
5. Siento molestias en el estómago.	29	21,64	40	29,85	35	26,12	19	14,18	11	8,21	22,4	
8. Me tiemblan las manos o las piernas.	27	20,15	40	29,85	45	33,58	17	12,69	5	3,73	16,4	
2. El corazón me late muy rápido y/o me falta aire y la respiración es agitada.	35	26,12	35	26,12	52	38,81	7	5,22	5	3,73	8,95	
11. Se me seca la boca y tengo dificultades para tragar.	66	49,25	34	25,37	27	20,15	6	4,48	1	0,75	5,23	
NIVEL COGNITIVO (1, 4, 7, 10, 12)												
1. Me preocupo.	4	2,99	10	7,46	52	38,81	50	37,31	18	13,43	50,7	
4. Siento miedo.	14	10,45	28	20,90	68	50,75	15	11,19	9	6,72	17,9	
7. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.	25	18,66	33	24,63	55	41,04	16	11,94	5	3,73	15,7	

12. Siento ganas de llorar.	38	28,36	34	25,37	41	30,60	12	8,96	9	6,72	15,7
10. Me siento inseguro de mí mismo.	35	26,12	41	30,60	42	31,34	11	8,21	5	3,73	11,9
NIVEL MOTOR (3,6,9)											
9. Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo.	46	34,33	29	21,64	42	31,34	13	9,70	4	2,99	12,7
3. Realizo movimientos repetitivos con alguna parte de mi cuerpo, me quedo paralizado o mis movimientos son torpes.	48	35,82	38	28,36	35	26,12	9	6,72	4	2,99	9,71
6. Fumo, como o bebo demasiado.	75	55,97	35	26,12	19	14,18	2	1,49	3	2,24	3,73
FUENTE: Cuestionario de Inventario de respuestas frente al estrés académico.											
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.											

ANÁLISIS.-

En general, considerando la sumatoria de las alternativas "Casi Siempre" y "Siempre", a nivel fisiológico, el 22,4% de los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico, manifiestan que "Sienten molestias en el Estómago"; y, el 16,4%, la alternativa "Me tiemblan las manos o las piernas". En el nivel cognitivo, el 50,7% señala "Me preocupo", el 17,9%, "Siento miedo", el 15,7% las alternativas "Tengo pensamientos o sentimientos negativos"; y, "siento ganas de llorar". En el nivel motor, el 12,7%, indica la alternativa "Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo".

6. EVALUACIÓN DE LAS RESPUESTAS FISIOLÓGICAS, COGNITIVAS Y MOTORAS, CON ENFOQUE DE GÉNERO, MEDIANTE EL INVENTARIO GENERAL DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO

TABLA No. 53												
INVENTARIO DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO POR GÉNERO (porcentaje)												
RESPUESTAS DE ESTRÉS	VARONES						MUJERES					
	ALTERNATIVAS						ALTERNATIVAS					
	NUNCA (1)	CASI NUNCA (2)	A VECES (3)	CASI SIEMPRE (4)	SIEMPRE (5)	CASI SIEMPRE MAS SIEMPRE	NUNCA (1)	CASI NUNCA (2)	A VECES (3)	CASI SIEMPRE (4)	SIEMPRE (5)	CASI SIEMPRE MAS SIEMPRE
NIVEL FISIOLÓGICO (2, 5, 8, 11)												
2. El corazón me late muy rápido y/o me falta aire y la respiración es agitada.	25,71	31,43	42,86	-	-	0	26,26	24,24	37,37	7,07	5,05	12,12
5. Siento molestias en el estómago.	22,86	40,00	22,86	11,43	2,86	14,29	21,21	26,26	27,27	15,15	10,10	25,25
8. Me tiemblan las manos o las piernas.	20,00	37,14	31,43	8,57	2,86	11,43	20,20	27,27	34,34	14,14	4,04	18,18
11. Se me seca la boca y tengo	37,14	34,29	25,71	2,86	-	2,86	53,54	22,22	18,18	5,05	1,01	6,06

dificultades para tragar.													
NIVEL COGNITIVO (1, 4, 7, 10, 12)													
1. Me preocupo.	2,86	14,29	42,86	28,57	11,43	40	3,03	5,05	37,37	40,40	14,14	54,54	
4. Siento miedo.	11,43	31,43	51,43	2,86	2,86	5,72	10,10	17,17	50,51	14,14	8,08	22,22	
7. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.	17,14	31,43	37,14	14,29	-	14,29	19,19	22,22	42,42	11,11	5,05	16,16	
10. Me siento inseguro de mí mismo.	28,57	31,43	34,29	2,86	2,86	5,72	25,25	30,30	30,30	10,10	4,04	14,14	
12. Siento ganas de llorar.	48,57	22,86	25,71	2,86	-	2,86	21,21	26,26	32,32	11,11	9,09	20,2	
NIVEL MOTOR (3, 6, 9)													
3. Realizo movimientos repetitivos con alguna parte de mi cuerpo, me quedo paralizado o mis movimientos son torpes.	28,57	34,29	28,57	5,71	2,86	8,57	38,38	26,26	25,25	7,07	3,03	10,1	
6. Fumo, como o bebo	28,57	37,14	25,71	5,71	2,86	8,57	65,66	22,22	10,10	-	2,02	2,02	

demasiado.												
9. Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo.	22,86	25,71	42,86	5,71	2,86	8,57	38,38	20,20	27,27	11,11	3,03	14,14
FUENTE: Cuestionario de Inventario de respuestas frente al estrés académico.												
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.												

ANÁLISIS.-

Considerando la sumatoria de los porcentajes de las alternativas “Casi siempre” y “Siempre”, en el caso de los varones, a nivel fisiológico, el 14,29% refiere “Siento molestias en el estómago”; a nivel cognitivo, el 40% indica al alternativa "Me preocupo"; y, en el nivel motor, el 8,57% señalan tres alternativas "Realizo movimientos repetitivos con alguna parte de mi cuerpo, me quedo paralizado o mis movimientos son torpes”, “Fumo, como o bebo demasiado”, y, “Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo”. En el caso de las mujeres, a nivel fisiológico, el 25,25% manifiestan: “Siento molestias en el estómago" y el 18,18% "Me tiemblan las manos o las piernas"; a nivel cognitivo, el 54,54% indican: "Me preocupo", el 22,22%, "Siento miedo", el 20,20% "Siento ganas de llorar"; y, el 14,14%, "Me siento inseguro de mí mismo". En el nivel motor, el 14,14%, " Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo", y, el 10.10% “Realizo movimientos repetitivos con alguna parte de mi cuerpo, me quedo paralizado o mis movimientos son torpes”

TABLA No. 54			
ÍNDICE DE DIFERENCIAS POR GÉNERO EN LAS ALTERNATIVAS “CASI SIEMPRE + SIEMPRE” DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO			
RESPUESTAS DE ESTRÉS	VARONES	MUJERES	ÍNDICE: VARONES / MUJERES (veces más)
	CASI SIEMPRE + SIEMPRE	CASI SIEMPRE + SIEMPRE	
7. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.	5	16	3,20
3. Realizo movimientos repetitivos con alguna parte de mi cuerpo, me quedo paralizado o mis movimientos son torpes.	3	10	3,33
1. Me preocupo.	14	54	3,86
8. Me tiemblan las manos o las piernas.	4	18	4,50
9. Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo.	3	14	4,67
5. Siento molestias en el estómago.	5	25	5,00
11. Se me seca la boca y tengo dificultades para tragar.	1	6	6,00
10. Me siento inseguro de mí mismo.	2	14	7,00
4. Siento miedo.	2	22	11,00
12. Siento ganas de llorar.	1	20	20,00
2. El corazón me late muy rápido y/o me falta aire y la respiración es agitada.	-	12	
6. Fumo, como o bebo demasiado.	3	2	0,67
FUENTE: Cuestionario de Inventario de respuestas frente al estrés académico.			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova			

ANÁLISIS.-

El análisis comparativo entre géneros nos permita apreciar, en general, que existen diferencias porcentuales reacciones frente a la situación estresante académica. De los doce ítems que contiene el Inventario, el que se refiere a “fumo, como o bebo demasiado”, es en el que hay mayor índice en los hombres. En todos los demás es mayor en las mujeres; por ejemplo, “siento ganas de llorar” es 20 veces más frecuente, “siento miedo”, 11 veces más; “Me siento inseguro de mí mismo”, 7 veces más, como se puede apreciar en el cuadro anterior.

7. INVENTARIO DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO POR NIVEL ACADÉMICO

TABLA No. 55 A												
INVENTARIO DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO: PRIMER CICLO Y CUARTO MÓDULO												
RESPUESTAS DE ESTRÉS	PRIMER CICLO						CUARTO MÓDULO					
	ALTERNATIVAS					CASI SIEMPRE Y SIEMPRE	ALTERNATIVAS					CASI SIEMPRE Y SIEMPRE
	NUNCA (1)	CASI NUNCA (2)	A VECES (3)	CASI SIEMPRE Y SIEMPRE	SIEMPRE (5)		NUNCA (1)	CASI NUNCA (2)	A VECES (3)	CASI SIEMPRE (4)	SIEMPRE (5)	
NIVEL FISIOLÓGICO (2, 5, 8, 11)												
11. Se me seca la boca y tengo dificultades para tragar.	38,89	44,44	16,67	-	-	0	45,45	33,33	12,12	6,06	3,03	9,09
2. El corazón me late muy rápido y/o me falta aire y la respiración es agitada.	27,78	27,78	38,89	0	5,56	5,56	9,09	36,36	42,42	6,06	6,06	12,12
5. Siento molestias en el estómago.	11,11	33,33	27,78	11,11	16,67	27,78	15,15	30,3	39,39	6,06	9,09	15,15
8. Me tiemblan las manos o las piernas.	16,67	27,78	50	0	5,56	5,56	9,09	36,36	30,3	15,15	9,09	24,24

NIVEL COGNITIVO (1, 4, 7, 10, 12)												
1. Me preocupo.	-	11,11	50	27,78	11,11	38,89	-	6,06	33,33	39,39	21,21	60,6
10. Me siento inseguro de mí mismo.	11,11	38,89	38,89	5,56	5,56	11,12	15,15	36,36	33,33	9,09	6,06	15,15
12. Siento ganas de llorar.	22,22	44,44	27,78	5,56	0	5,56	15,15	24,24	30,3	12,12	18,18	30,3
4. Siento miedo.	-	27,78	55,56	5,56	11,11	16,67	3,03	27,27	42,42	12,12	15,15	27,27
7. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.	27,78	27,78	22,22	22,22	0	22,22	9,09	24,24	36,36	18,18	12,12	30,3
NIVEL MOTOR (3, 6, 9)												
3. Realizo movimientos repetitivos con alguna parte de mi cuerpo, me quedo paralizado o mis movimientos son torpes.	27,78	27,78	33,33	5,56	5,56	11,12	33,33	33,33	18,18	9,09	6,06	15,15
6. Fumo, como o bebo demasiado.	55,56	27,78	11,11	5,56	0	5,56	36,36	33,33	27,27	0	3,03	3,03
9. Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo.	27,78	22,22	38,89	11,11	0	11,11	24,24	24,24	33,33	15,15	3,03	18,18
FUENTE: Cuestionario de Inventario de respuestas frente al estrés académico.												
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.												

TABLA No. 55 B

INVENTARIO DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO: SEXTO Y OCTAVO MÓDULO

RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS	SEXTO MÓDULO						OCTAVO MÓDULO					
	ALTERNATIVAS					SIEMPRE Y CASI SIEMPRE	ALTERNATIVAS					SIEMPRE Y CASI SIEMPRE
	NUNCA (1)	CASI NUNCA (2)	A VECES (3)	CASI SIEMPRE (4)	SIEMPRE (5)		NUNCA (1)	CASI NUNCA (2)	A VECES (3)	CASI SIEMPRE (4)	SIEMPRE (5)	
NIVEL FISIOLÓGICO (2, 5, 8, 11)												
11. Se me seca la boca y tengo dificultades para tragar.	50,91	18,18	27,27	3,64	0	3,64	57,14	17,86	17,86	7,14	0	7,14
2. El corazón me late muy rápido y/o me falta aire y la respiración es agitada.	36,36	20	36,36	5,45	1,82	7,27	25	25	39,29	7,14	3,57	10,71
5. Siento molestias en el estómago.	25,45	21,82	27,27	20	5,45	25,45	28,57	42,86	7,14	14,29	7,14	21,43
8. Me tiemblan las manos o las piernas.	25,45	27,27	29,09	16,36	1,82	18,18	25	28,57	35,71	10,71	0	10,71
NIVEL COGNITIVO (1, 4, 7, 10, 12)												
1. Me preocupo.	3,64	7,27	41,82	36,36	10,91	47,27	7,14	7,14	32,14	42,86	10,71	53,57
10. Me siento inseguro de mí mismo.	34,55	23,64	30,91	9,09	1,82	10,91	32,14	32,14	25	7,14	3,57	10,71
12. Siento ganas de llorar.	38,18	20	30,91	9,09	1,82	10,91	28,57	25	32,14	7,14	7,14	14,28
4. Siento miedo.	16,36	21,82	47,27	14,55	0	14,55	14,29	7,14	64,29	7,14	7,14	14,28
7. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.	21,82	29,09	41,82	7,27	0	7,27	17,86	14,29	57,14	7,14	3,57	10,71
NIVEL MOTOR (3, 6, 9)												
3. Realizo movimientos repetitivos	41,82	27,27	25,45	3,64	1,82	5,46	32,14	25	32,1	10,71	0	10,71

con alguna parte de mi cuerpo, me quedo paralizado o mis movimientos son torpes.									4			
6. Fumo, como o bebo demasiado.	61,82	23,64	9,09	1,82	3,64	5,46	67,86	21,43	10,71	0	0	0
9. Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo.	36,36	20	32,73	7,27	3,64	10,91	46,43	21,43	21,43	7,14	3,57	10,71

FUENTE: Cuestionario de Inventario de respuestas frente al estrés académico.

ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova

ANÁLISIS:

En general, considerando la sumatoria de las alternativas "Casi Siempre" y "Siempre", en los estudiantes del Primer Ciclo, las respuestas "Me preocupo", "Siento molestias en el estómago", "Tengo pensamientos negativos", y "Siento miedo", son las que más alto porcentaje tienen. En el Módulo Cuarto: "Me preocupo", "Tengo pensamientos negativos", "Siento ganas de llorar", "Siento miedo", y "Me tiemblan las manos o las piernas", ocupan los cinco primeros lugares. En el módulo sexto: "Me preocupo", "Siento molestias en el estómago", "Me tiemblan las manos o las piernas", y "Siento miedo", son las alternativas con un puntaje principal. Y, en los estudiantes del módulo Octavo, mencionamos las siguientes: "Me preocupo", "Siento molestias en el estómago", "Siento miedo", y "Siento ganas de llorar".

Para facilitar el análisis comparativo hemos organizado la información en la siguiente tabla:

TABLA No. 56							
ANÁLISIS COMPARATIVO DE LAS PRINCIPALES RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO POR NIVEL DE ESTUDIO							
PRIMER CICLO		CUARTO MÓDULO		SEXTO MÓDULO		OCTAVO MÓDULO	
RESPUESTA	%	RESPUESTA	%	RESPUESTA	%	RESPUESTA	%
1. Me preocupo.	38,89	1. Me preocupo.	60,61	1. Me preocupo.	47,27	1. Me preocupo.	53,57
5. Siento molestias en el estómago.	27,78	7. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.	30,30	5. Siento molestias en el estómago.	25,45	5. Siento molestias en el estómago.	21,43
7. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.	22,22	12. Siento ganas de llorar.	30,30	8. Me tiemblan las manos o las piernas.	18,18	4. Siento miedo.	14,29
4. Siento miedo.	16,67	4. Siento miedo.	27,27	4. Siento miedo.	14,55	12. Siento ganas de llorar.	14,29
		8. Me tiemblan las manos o las piernas.	24,24				
FUENTE: ENCUESTA DE ESCALA DE AUTORREPORTE VIVENCIAL							
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova							

La alternativa “Me preocupo” se constituye en la primera respuesta en los estudiantes de todos los niveles, con variaciones, mientras en los estudiantes del cuarto módulo es el 60,61%, en los de primer ciclo es 38,89%; la alternativa “Siento miedo”, se repite en todos los niveles; con más alto porcentaje pero con variaciones: en el cuarto módulo es 27,27% y en el octavo de 14,29%; “Tengo pensamientos o sentimientos negativos”, 30,3%, en los alumnos del cuarto módulo y 22,22% en el primer ciclo; “Siento ganas de llorar, 30,3% en los alumnos del cuarto módulo y 14,29% en el octavo módulo, lo que indica las variaciones y la complejidad para poder entender estas respuestas

8. CORRELACIÓN DE LOS RESULTADOS ENTRE LAS RESPUESTAS OBTENIDAS A TRAVÉS DEL INVENTARIO DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO, ORGANIZADAS EN MEDIANAS, EN SUS NIVELES FISIOLÓGICO, COGNITIVO Y MOTOR.

TABLA No. 57				
CORRELACIÓN ENTRE LOS RESULTADOS DEL ESTRÉS, EN LOS TRES IETMS, ORGANIZADOS POR MEDIANAS.				
MEDIANA ESTRÉS	MEDIANA ESTRÉS		PRUEBA DE SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA	SIGNIFICACIÓN ESTADÍSTICA (P < ó = 0,05)
MEDIANA FISIOLÓGICA ESTRÉS				
MEDIANA COGNITIVO ESTRES	I BAJA	II ALTA	Chi 2= 35,5141; OR=10,3333 (4,5572-23,4306)	SIGNIFICACIÓN ALTAMENTE SIGNIFICATIVA PARA LAS DOS PRUEBAS
I BAJA	76,9	23,1		
II ALTA	24,4	75,6		
MEDIANA FISIOLÓGICA ESTRÉS				
MEDIANA MOTOR ESTRÉS	I BAJA	II ALTA	Chi 2= 24,3837; OR=6,2465 (2,94-13,2717)	SIGNIFICACIÓN ALTAMENTE SIGNIFICATIVA PARA LAS DOS PRUEBAS (P=0,0000019586 < A 0,05)
I BAJA	68,3	31,7		
II ALTA	25,7	74,3		
MEDIANA COGNITIVO ESTRÉS				
MEDIANA MOTOR ESTRÉS	I BAJA	II ALTA	Chi 2= 20,5515; OR=5,4375 (2,55-11,5925)	SIGNIFICACIÓN ALTAMENTE SIGNIFICATIVA PARA LAS DOS
I BAJA	60,0	40,0		
II	21,6	78,4		

ALTA				PRUEBAS (P=0,000006974 < A 0,05)
FUENTE: ENCUESTA DE ESCALA DE AUTORREPORTE VIVENCIAL				
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova				

ANÁLISIS.-

La correlación de las respuestas dadas por los estudiantes mediante la aplicación del Inventario, organizados en medianas (baja o alta) muestra en todo los cruces una alta asociación estadística determinada por las pruebas CHI2 y OR. Así como la persona que ha sido clasificada en la mediana baja en las respuestas cognitivas tiene 9,3 veces más (OR) la oportunidad de ser clasificado en la mediana baja en el nivel fisiológico; si se correlaciona la mediana motor con la mediana fisiológica la oportunidad es de 5,24 veces. En el caso de los otros cruces se presenta la misma tendencia como se muestra en la tabla.

OBJETIVO ESPECÍFICO: 6

ESTABLECER LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS.

1. EVALUACIÓN GENERAL DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE LABORATORIO CLÍNICO.

TABLA N°58						
NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE LABORATORIO CLINICO (frecuencias y porcentajes)						
SITUACIONES	ALTERNATIVAS DE RESPUESTA					
	NADA NECESARIO		POCO NECESARIO		MUY NECESARIO	
	F	%	F	%	F	%
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	8,57	1,01	25,71	15,15	65,71	83,84
14. Orientación profesional.	5,71	4,04	31,43	22,22	62,86	73,74
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías.	14,29	3,03	31,43	22,22	54,29	74,75
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.	2,86	1,01	42,86	25,25	54,29	73,74
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje.	5,71	3,03	40,00	27,27	54,29	69,70
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.	2,86	4,04	42,86	27,27	54,29	68,69
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes.	8,57	4,04	37,14	31,31	54,29	64,65
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios.	14,29	6,06	31,43	30,30	54,29	63,64

10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del auto concepto, la autoestima y el autocontrol emocional.	5,71	5,05	45,71	27,27	48,57	67,68
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc.	8,57	8,08	37,14	30,30	54,29	61,62
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales.	8,57	4,04	40,00	33,33	51,43	62,63
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias.	14,29	3,03	34,29	35,35	51,43	61,62
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos.	11,43	4,04	34,29	39,39	54,29	56,57
9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajo en equipo.	5,71	4,04	42,86	37,37	51,43	58,59
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil.	17,14	9,09	40,00	35,35	42,86	55,56
16. Otras necesidades	0	0	0	0	0	0
FUENTE: Encuesta de Escala de Necesidades Psicoeducativas						
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.						

ANÁLISIS.-

En forma general, las siguientes son las principales necesidades psicoeducativas de los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico, calificadas en la opción MUY NECESARIO: “Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje”, con el 83,84%; “Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías”, 74,75%; “Orientación profesional” e “Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno” , con el 73,74% cada una; y, “Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje”, 69,70%. Valga destacar que en las quince necesidades consultadas, en la alternativa “MUY NECESARIO”, el porcentaje de estudiantes que afirman en ese sentido, es mayor al 55%.

2. EVALUACIÓN DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS DE ACUERDO AL GÉNERO.

TABLA N°59			
NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL GÉNERO MASCULINO			
(Porcentajes)			
SITUACIONES	ALTERNATIVAS		
	NADA NECESARIO	POCO NECESARIO	MUY NECESARIO
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	8,57	25,71	65,71
14. Orientación profesional.	5,71	31,43	62,86
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.	2,86	42,86	54,29
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes.	8,57	37,14	54,29
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.	2,86	42,86	54,29
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc.	8,57	37,14	54,29
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios.	14,29	31,43	54,29
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos.	11,43	34,29	54,29
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje.	5,71	40,00	54,29
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías.	14,29	31,43	54,29
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales.	8,57	40,00	51,43
9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajo en equipo.	5,71	42,86	51,43

11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias.	14,29	34,29	51,43
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del auto concepto, la autoestima y el autocontrol emocional.	5,71	45,71	48,57
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil.	17,14	40,00	42,86
16. Otras necesidades	-	-	-
FUENTE: Encuesta de Escala de Necesidades Psicoeducativas			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.			

ANÁLISIS.-

Las principales “Necesidades Psicoeducativas”, en orden de prelación, calificadas como “Muy necesario”, en los varones, son las siguientes: Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje”; “Orientación profesional”; “Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno”; “Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes”; y, “Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales”, “Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos de sueño, etc.”, y, otras de simular puntajes.

TABLA N°60			
NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL GÉNERO FEMENINO			
(Porcentajes)			
SITUACIONES	ALTERNATIVAS		
	NADA NECESARIO	POCO NECESARIO	MUY NECESARIO
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	1,01	15,15	83,84
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías.	3,03	22,22	74,75
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.	1,01	25,25	73,74
14. Orientación profesional.	4,04	22,22	73,74
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje.	3,03	27,27	69,70
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.	4,04	27,27	68,69
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del auto concepto, la autoestima y el autocontrol emocional.	5,05	27,27	67,68
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes.	4,04	31,31	64,65
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios.	6,06	30,30	63,64
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales.	4,04	33,33	62,63
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc.	8,08	30,30	61,62
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias.	3,03	35,35	61,62
9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de	4,04	37,37	58,59

relaciones interpersonales y trabajo en equipo.			
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos.	4,04	39,39	56,57
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil.	9,09	35,35	55,56
16. Otras necesidades	-	-	-
FUENTE: Encuesta de Escala de Necesidades Psicoeducativas			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.			

ANÁLISIS.-

Las principales “Necesidades Psicoeducativas”, en orden de prelación, calificadas como “Muy necesario”, en las mujeres, son las siguientes: “Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje”; “Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías”; “Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno”; “Orientación profesional”; “Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje”.

TABLA N°61			
PRINCIPALES NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN MUJERES Y VARONES.			
(porcentajes)			
MUJERES	%	VARONES	%
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	83,84	2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	65,71
14. Orientación profesional.	73,74	14. Orientación profesional.	62,86
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.	73,74	1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.	54,29
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías.	74,75	3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes.	54,29
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje.	69,70	4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.	54,29
FUENTE: Encuesta de Escala de Necesidades Psicoeducativas			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.			

ANÁLISIS.-

La “Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje” es la primera y común necesidad psicoeducativa para ambos géneros, con mayor porcentaje en las mujeres (83,84% a 65,71%); la “Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno” es otra necesidad común, asimismo, mayor en las mujeres (73,74% a 54,29%) al igual que la “Orientación profesional” (73,74% a 62,86%). En el género femenino asoman la necesidad “Disponer de orientación personalizada de

profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías” y “Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje”, que no cuentan entre las principales necesidades psicoeducativas de los hombres y, en estos, “Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes”; “Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.”. Evidentemente, considerando la alternativo “MUY NECESARIO”, en el género femenino todas las necesidades psicoeducativas consultadas son mayores al 55%; en cambio, en el género masculino son solo dos.

3. EVALUACIÓN DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS DE ACUERDO AL NIVEL EDUCATIVO

TABLA N°62			
NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER CICLO			
(Porcentajes)			
SITUACIONES	ALTERNATIVAS		
	NADA NECESARIO	POCO NECESARIO	MUY NECESARIO
14. Orientación profesional.	-	16,67	83,33
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.	-	27,78	72,22
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	-	27,78	72,22
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje.	-	33,33	66,67
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos.	-	38,89	61,11
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del auto concepto, la autoestima y el autocontrol emocional.	5,56	33,33	61,11
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías.	5,56	33,33	61,11
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.	-	44,44	55,56
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc.	11,1	33,33	55,56
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil.	22,22	22,22	55,56
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes.	16,67	33,33	50,00
9. Formación en habilidades sociales,	5,56	44,44	50,00

técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajo en equipo.			
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales.	-	55,56	44,44
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias.	5,56	50,00	44,44
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios.	5,56	55,56	38,89
16. Otras necesidades	-	-	-
FUENTE: Encuesta de Escala de Necesidades Psicoeducativas			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.			

ANÁLISIS.-

En los estudiantes del Primer Ciclo, en orden de prelación, las siguientes son las cinco principales necesidades psicoeducativas, calificadas como “Muy Necesarias”: “Orientación profesional”; “Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno”; “Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje”; “Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje”; “Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos”; y, con igual porcentaje a la última: “Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del auto concepto, la autoestima y el control emocional”, “Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: Tutorías”.

TABLA N°63			
NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DEL CUARTO MÓDULO			
(Porcentajes)			
SITUACIONES	ALTERNATIVAS		
	NADA NECESARIO	POCO NECESARIO	MUY NECESARIO
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	6,06	30,30	63,64
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes.	3,03	33,33	63,64
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del auto concepto, la autoestima y el autocontrol emocional.	-	39,39	60,61
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias.	-	39,39	60,61
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje.	-	42,42	57,58
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías.	3,03	39,39	57,58
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.	-	45,45	54,55
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.	3,03	42,42	54,55
14. Orientación profesional.	-	45,45	54,55
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios.	6,06	42,42	51,52
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc.	6,06	45,45	48,48
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales.	3,03	48,48	48,48
9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajo en equipo.	6,06	45,45	48,48

15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil.	3,03	51,52	45,45
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos.	3,03	60,61	36,36
16. Otras necesidades	-	-	-
FUENTE: Encuesta de Escala de Necesidades Psicoeducativas			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.			

ANÁLISIS.-

En los estudiantes del Cuarto Módulo, en orden de prelación, las siguientes son las cinco principales necesidades psicoeducativas, calificadas como “Muy Necesarias”: “Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje”; “Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes”; “Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del auto concepto, la autoestima y el autocontrol emocional”; “Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias”; y, “Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje” y, con el mismo porcentaje, “Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: Tutorías”.

TABLA N°64			
NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DEL SEXTO MÓDULO			
(Porcentajes)			
SITUACIONES	ALTERNATIVAS		
	NADA NECESARIO	POCO NECESARIO	MUY NECESARIO
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	3,64	9,09	87,27
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías.	9,09	10,91	80,00
14. Orientación profesional.	10,91	9,09	80,00
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.	3,64	20,00	76,36
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.	7,27	20,00	72,73
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje.	7,27	23,64	69,09
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc.	5,45	27,27	67,27
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales.	5,45	27,27	67,27
9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajo en equipo.	3,64	30,91	65,45
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios.	14,55	21,82	63,64
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos.	10,91	25,45	63,64
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del auto concepto, la autoestima y el autocontrol emocional.	10,91	25,45	63,64
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias.	10,91	25,45	63,64

3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes.	5,45	32,73	61,82
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil.	12,73	30,91	56,36
16. Otras necesidades	-	-	-
FUENTE: Encuesta de Escala de Necesidades Psicoeducativas			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.			

ANÁLISIS.-

En los estudiantes Sexto Módulo, en orden de prelación, las siguientes son las cinco principales necesidades psicoeducativas, calificadas como “Muy Necesarias”: “Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje”; “Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías”; “Orientación profesional”; “Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno”; y, “Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales”.

TABLA N° 65			
NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DEL OCTAVO MÓDULO			
(Porcentajes)			
SITUACIONES	ALTERNATIVAS		
	NADA NECESARIO	POCO NECESARIO	MUY NECESARIO
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	-	14,29	85,71
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios.	-	17,86	82,14
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.	-	32,14	67,86
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes.	-	32,14	67,86
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.	-	32,14	67,86
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales.	10,71	21,43	67,86
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje.	3,57	28,57	67,86
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías.	3,57	28,57	67,86
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del auto concepto, la autoestima y el autocontrol emocional.	-	35,71	64,29
14. Orientación profesional.	-	35,71	64,29
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc.	14,29	25,00	60,71
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos.	3,57	35,71	60,71
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias.	3,57	39,29	57,14

9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajo en equipo.	3,57	42,86	53,57
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil.	10,71	39,29	50,00
16. Otras necesidades	-	-	-
FUENTE: Encuesta de Escala de Necesidades Psicoeducativas			
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.			

ANÁLISIS.- Las principales Necesidades Psicoeducativas, calificadas como “Muy Necesarias” por los alumnos del Octavo Módulo de la Carrera de Laboratorio Clínico, en orden de prelación, son las siguientes: “Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje”; “Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios”; “Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno”; “Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes”; y, “Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales” y, con igual porcentaje: “Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales”, “Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje”; y, “Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías”.

A continuación formularemos una síntesis del análisis comparativo de las necesidades psicoeducativas en los distintos niveles educativos.

La “formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje”, es una principal necesidad común en todos los niveles educativos, con importantes variaciones porcentuales: 87,27% en el Sexto Módulo y 63,64% en el cuarto módulo.

La “Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno”, se repite en tres niveles; la “Orientación profesional” se repite en dos niveles, igual que el “Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes”, “Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje”, “Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales”. Sin embargo, hay cinco alternativas diferentes que dan ciertas características a las necesidades en cada uno de los niveles educativos, como se puede apreciar en la tabla siguiente.

TABLA No. 66

ANÁLISIS COMPARATIVO DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS POR NIVEL DE ESTUDIO

PRIMER CICLO	%	CUARTO MÓDULO	%	SEXTO MÓDULO	%	OCTAVO MÓDULO	%
14. Orientación profesional.	83,33	2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	63,64	2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	87,27	2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	85,71
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.	72,22	3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes.	63,64	13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías.	80,00	6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios.	82,14
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.	72,22	10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del auto concepto, la autoestima y el autocontrol emocional.	60,61	14. Orientación profesional.	80,00	1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.	67,86

12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje.	66,67	11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias.	60,61	1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.	76,36	3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes.	67,86
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos.	61,11	12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje.	57,58	4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.	72,73	4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.	67,86
FUENTE: Encuesta de Escala de Necesidades Psicoeducativas							
ELABORADO POR: Patricia Fernanda Reyes Córdova.							

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

En términos generales, el estrés es una reacción adaptativa del organismo ante las demandas de su medio; una respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento, de un sujeto que busca adaptarse y reajustarse a presiones tanto internas como externas. Varios autores coinciden que son las características ambientales que inciden sobre el sujeto de una forma disruptiva provocando cambios en él; e, indica al estímulo o situación amenazante que desencadena en el sujeto una reacción generalizada e inespecífica.

Cuando se originan en el contexto de un proceso educativo, es frecuente referirse a los mecanismos de adaptación del sujeto en términos de estrés académico' como una reacción adaptativa del organismo ante las demandas de su medio' en este caso relacionado con el ámbito educativo.

El estrés académico es un complejo fenómeno que implica la consideración de variables interrelacionadas: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y finalmente, efectos del estrés académico' que al producirse en el ámbito educativo, podría afectar tanto a profesores en el abordaje de sus tareas docentes, como a estudiantes en cualquier nivel educativo, en especial el del ámbito universitario.

Los estudios superiores que representan el punto culminante del estrés académico por las altas cargas de trabajo, también coinciden con una etapa en la que el estudiante debe enfrentarse a muchos cambios en su vida; específicamente, el ingreso a la universidad coincide con el proceso de separación de la familia, la incorporación al mercado laboral y la adaptación a un medio poco habitual, lo que vendría a potencializarse situaciones estresantes.

Con estos breves referentes teóricos iniciamos la discusión de los resultados mencionando que la gran mayoría de la muestra son mujeres (73,88%); estudiantes menores de veinticinco años (96%), de estado civil solteros (87,3%); procedentes de sectores urbanos (96,3%); y, pertenecientes a la religión Católica (90,3%). El 41% pertenecen al “Sexto Módulo” el 24,6% al “Cuarto Módulo”; el 20% al “Octavo módulo”; y, el menor porcentaje, 13,4%, al “Primer Ciclo”, en correspondencia con el universo. Respecto de la percepción de la condición socio económica, la gran mayoría, 62,7%, se ubicó como “Media baja” y el 30,60% como “Media Alta”.

Esta investigación se guio por la hipótesis general del macro proyecto, que señala: *“el complejo estrés académico estaría asociado a la estructura organizacional de cada una de las carreras del Área de la Salud Humana y general de distintas necesidades psicoeducativas”*. Para poder comprobar – o negar- esta proposición general, se emplearon una serie de instrumentos de medición del estrés, la salud mental, el bienestar psicológico, las consecuencias del estrés para concluir en las necesidades psicoeducativas.

1. Prevalencia e intensidad del estrés académico.-

Entendiendo al estrés como variable general o teórica que se expresa en el porcentaje de alumnos que presentan estrés académico, se utilizó la primera pregunta del Inventario SISCO de Estrés Académico: ***¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso de este semestre?***, para calcular la prevalencia.

Así, se determinó una prevalencia general de 94,80%, -intervalo de confianza entre el 89,50% al 97,90%-; en hombres de 91,20%, - intervalo de confianza entre el 76,30% al 98,10%-; y, en las mujeres, de 96,00%, - intervalo de confianza entre el 90,00% al 98,9%²-, que las consideramos

² Estas diferencias, dentro de cada género son estadísticamente significativas, realmente existen; sin embargo, no existe diferencia estadísticamente significativa entre la prevalencia del estrés académico de hombres respecto a la de mujeres.

muy elevadas. En cuanto a la asociación respecto de las variables género, nivel socioeconómico, sector de residencia y estado civil, no se establecieron diferencias significativas; pero en el caso de la edad ($p=0,0342 < 0,05$) y nivel de estudio ($X^2 = 33,6222$) si se establecen diferencias significativas, que nos indican que si bien es una expresión general de la prevalencia de estrés, estas variables tienen asociación.

Para determinar el nivel de intensidad del estrés académico, se utilizó la segunda pregunta del Inventario SISCO de Estrés Académico, en esta con un escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos, y se planteó: **“Señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho”**.

Los resultados de auto valoración de la intensidad del estrés académico, general y por género, siguen una distribución semejante a la curva normal; siendo los niveles I y V porcentualmente más bajos y el nivel III (centro) más alto. En el nivel V, la tendencia es levemente mayor en las mujeres; el 33,1% de los estudiantes presentan niveles de estrés académico IV y V; el 25,8% de los hombres; y, el 35,8% de las mujeres. El nivel de estrés académico no presenta ninguna asociación estadísticamente significativa con las variables género, edad, nivel socioeconómico, sector de residencia y estado civil; en cuanto a la variable nivel de estudio hay diferencia significativa ($p=0,0227$)

Es posible que el juicio de valor expresado en tan altos porcentajes no refleje certeramente que existan problemas; sin embargo, insistimos que la prevalencia general y por género es muy elevada.

Para una institución educativa es importante conocer los niveles de estrés académico en sus estudiantes, ya que el estrés se ha asociado a la depresión, enfermedades crónicas, enfermedades cardiacas y fallas en el sistema inmune, y complementariamente al fracaso escolar y a un desempeño académico pobre y por cierto para la Universidad Nacional de

Loja, por lo que nos parece importante realizar un análisis comparativo con otros estudios.

En el artículo **“El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina”**, se sostiene que *“La presencia del estrés en estudiantes de todos los niveles y edades es una realidad que acontece en las instituciones académicas”*. Haciendo alusión a una serie de estudios indican que las Ciencias Médicas han sido reportadas *“como una de las ramas donde los estudiantes manifiestan mayores niveles de estrés”* y, citando a Carmel y Bernstein, consideran que *“la escuela de medicina es un ambiente muy estresante”*. Invocan a estudios realizados en el continente africano que *“ubican la incidencia de estrés en un 64,5% en estudiantes de primer año de Medicina”*; y, que en el continente americano, a *“pesar de algunas contradicciones, los estudios concuerdan en mostrar una elevada incidencia de estrés en estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población estudiada en la categoría de estrés moderado”*.

En el artículo **“Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas”**, establecen *“una prevalencia de estrés de 36,3%, mayor en mujeres que en hombres ($p < 0,05$)”*; asimismo, que los estudiantes de Medicina *“tiene significativamente más estrés que el resto de las carreras, en tanto Psicología la menor prevalencia ($p < 0,005$)”*. Por otro lado, que en el primer año de Medicina se detecta *“más estrés que el resto de los cursos de la carrera ($p < 0,01$)”*; en fin, que *“un importante porcentaje de estudiantes del área de salud de la UANDES tienen estrés, por lo que es importante identificarlos para ayudarlos a manejar sus consecuencias deletéreas”*.

Como parte del estudio sostienen que *“se ha demostrado que los estudiantes de Medicina experimentan un mayor número de síntomas relacionados con el estrés que la población general”* y según estudios internacionales, *“la prevalencia de estrés es de hasta un 64,5% en*

estudiantes de primer año de Medicina". Afirman que en Chile, un estudio mostró que "el 91% de los estudiantes de pregrado de Medicina de la Universidad Católica de Chile presentaban síntomas de estrés, condición que estaba presente en el 94% de los estudiantes de primer año de la División de Ciencias Médicas Norte de la Universidad de Chile"..

En un estudio no experimental, descriptivo y transversal realizado en los estudiantes de duodécimo grado del **Instituto Pre-universitario Vocacional de Ciencias Exactas (IPVCE) "Máximo Gómez Báez" de Camagüey** en el curso escolar 2012-2013, mediante la aplicación del Inventario SISCO, - en forma similar a la presente investigación- en la primera interrogante fue elegida el 100 % por parte de los estudiantes establecieron la alternativa SI, determinándose que la totalidad presentan síntomas compatibles con el estrés. De forma similar, para conocer el Nivel de intensidad del estrés académico auto-percibido se encontró que la mayoría de los estudiantes se ubicaron en los niveles medianamente alto, el 58.8 % y alto el 29.4 %, o sea, el 88.2 % de los estudiantes se auto perciben con estrés medianamente alto y alto, porcentajes superiores a los encontrados en nuestro estudio.

2.- Análisis de algunas causas del estrés académico.-

Una vez establecida la prevalencia estrés académico, retomemos algunos elementos relacionados con las posibles causas de estas situaciones. En el macro proyecto se planteó que *"el complejo estrés académico estaría asociado a la estructura organizacional de cada una de las carreras del Área de la Salud Humana..."*; es decir, que las diferentes estructuras organizacionales de las carreras tendrían su peso en la generación del estrés académico dentro de los niveles académicos (módulos) en cada una de las carreras. A continuación analicemos brevemente las principales fuentes de estrés académico.

Entre las cinco primeras causas de estrés académico determinamos: *"Sobrecarga académica"*; *"Falta de tiempo para poder cumplir con las*

actividades académicas"; "*Hacer un examen*"; "*Exponer un tema en clase*"; y, "*Esperar una calificación*". Como se puede apreciar todas ellas están directamente relacionadas con la forma de organización y ejecución de las actividades académico-investigativo.

La intensidad elegida de los mismos nos permitió analizar los porcentajes, encontrando los más altos en la sobrecarga académica (94.1%), mantener buen promedio académico (88.2%) y el exceso de evaluaciones (76.4%). El porcentaje más bajo fue la competencia con los compañeros del grupo (11.7%), lo que es un resultado interesante, pues, en esta etapa el adolescente le adjudica gran importancia al criterio del grupo.

Por supuesto existen algunas variaciones cuando se analiza estas causas de estrés académico con enfoque de género. Así, en las mujeres se presentan con más intensidad las siguientes alternativas: "*Falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas*", 41,85%; "*Presión por los resultados académicos en función del escalafón*", es decir las aprobar los eventos académicos, 21,65%; en cambio, en el género masculino, se presentan mayores porcentajes en las siguientes alternativas: "*Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc.*", 24,59%; "*Trabajar en equipo*", 14,34%.

En función del nivel de estudios, la "*sobrecarga académica*", es la situación estresante que se repite en todos los niveles, aunque varía la magnitud; "*hacer un examen*", "*exponer un tema en clase*", "*esperar una calificación*" y "*falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas*", se repiten en tres niveles, como algo común. Sin embargo, hay sus particularidades; por ejemplo, "*Llegar tarde a clases*" solamente se presenta en el primer ciclo; "*Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.*"; y "*Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual*"; se presenta en el segundo módulo y "*Saturación de alumnos en el aula*" se presenta en el octavo módulo.

Esta asociación entre el estrés académico y la organización académica, se puede evidenciar de mejor manera cuando se analizan las **situaciones muy estresantes**, entre las que destacamos: “*Sobrecarga académica*” y “*falta de tiempo para poder cumplir con las actividades*” que se repite en todos los niveles de estudio, seguido de “*exponer un tema en clase*”, “*hacer un examen*” y “*esperar una calificación*”.

Sintetizando: Con estos resultados, podemos afirmar que las principales causas de estrés académico de los estudiantes de Laboratorio Clínico, tienen que ver, en lo principal, con la forma de organización académica y la organización de las acciones micro curriculares, a partir de lo que establezcamos un análisis comparativo.

En general, la mayoría de autores se refieren a los **estresores académicos** como los eventos ocurridos dentro del ámbito universitario que generan potencialmente estrés académico en los estudiantes. Kohn y Frazer define a los estresores como factores causales (notas finales, el excesivo trabajo para casa, los exámenes); pero, la mayoría coinciden que los exámenes constituyen uno de los estresores académicos fundamentales en la vida estudiantil; Entre los más relevantes se menciona a: Deficiencias metodológicas del profesorado, sobrecarga del estudiante, intervenciones en público, clima social negativo, falta de control sobre el propio rendimiento, carencia de valor de los contenidos de aprendizaje y estudio, baja autoestima académica, exámenes (Cabanach, y otros, 2010), en definitiva que las exigencias académicas se comportan como estresores curriculares o estímulos inducentes de respuestas conocidas específicamente como estrés estudiantil.

En el artículo “***Estrés académico en estudiantes universitarios***”, de la autoría de Isabel María MARTÍN MONZÓN, se estableció resultados que mostraban un aumento en el nivel de estrés de los universitarios durante el periodo de exámenes, diferencias entre los estudiantes de diferentes carreras y “efectos sobre la salud (ansiedad, consumo de tabaco, cafeína o

fármacos, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos...) y sobre el auto concepto académico de los estudiantes (peor nivel de auto concepto académico) durante el período de presencia del estresor.”

La autora considera que este fenómeno *“implica la consideración de variables interrelacionadas: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y finalmente, efectos del estrés académico”*, que aparecen en un mismo entorno organizacional: la Universidad; es decir, *“un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador –con otros factores- del fracaso académico universitario”*.

Cita que aunque son escasos los trabajos sobre el tema han demostrado la existencia de índices notables de estrés en las poblaciones universitarias, *“alcanzando mayores cotas en los primeros cursos de carrera y en los períodos inmediatamente anteriores a los exámenes (Muñoz, 1999) y siendo menor en los últimos”* y que idénticos resultados fueron encontrados por Rosenthal y colaboradores (1987, citado por Muñoz, 2003; también que, “Kohn y Frazer (1986, citado por Misra y McKean, 2000) destacaron como estresores académicos más importantes las notas finales, el excesivo trabajo para casa, los exámenes y el estudiar para los mismos. Estudios posteriores (Celis y cols., 2001, Carlotto y cols., 2005) han coincidido en identificar los mismos principales estresores.

En un estudio en el que participaron 64 alumnos de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid, se estableció que *“las situaciones que más estresan a los alumnos son precisamente las que están relacionadas con el ámbito académico: la falta de tiempo para poder cumplir con todas las actividades académicas, la sobrecarga académica, la realización de los exámenes, la exposición de trabajos en clase, la realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura (búsqueda de*

material necesario, redactar el trabajo, etc.), la tarea de estudio y la intervención en el aula (responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas, participar en coloquios, etc.).”

En el artículo **Estrés académico en estudiantes universitarios**” establecen que los niveles de estrés académico que generan difieren significativamente en las distintas licenciaturas y que tales niveles son igualmente altos en los estudiantes de los primeros y últimos semestres, resultados que muestran una distribución bimodal, con las cimas más altas en los primeros y últimos semestres; pues, como afirman los autores, *“parece que la distribución de la carga de trabajo en el diseño curricular institucional no es homogénea a lo largo de los diferentes semestres”*.

En el artículo **Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios**, en una de las conclusiones establecen que *“contrariamente a lo esperable, no son las situaciones de evaluación las que generan más estrés sino que éste aparece de forma más intensa en relación con el “agobio” que provoca la relación cantidad de trabajo/tiempo, es decir, los estudiantes perciben que tienen muchas cosas por hacer y poco tiempo para hacerlas. Este hecho relacionado de forma indirecta con la evaluación del rendimiento parece generar más estrés que otras situaciones claramente de evaluación como puede ser la propia realización de un examen o la exposición de un trabajo en clase.”*, lo que reafirman, en un estudio longitudinal realizado con estudiantes universitarios escoceses, que *“el fenómeno del estrés académico no debe unirse exclusivamente a la realización de exámenes aun siendo éste un elemento de suma importancia”*.

En un estudio realizado en el **Instituto Superior de Ciencias Médicas de Camagüey**, aplicando el Inventario de Estrés Académico permitió conocer 11 situaciones potencialmente generadoras de estrés académico, estableciéndose en primer lugar, la sobrecarga académica, 86.6%; en segundo lugar, la falta de tiempo para cumplir con las tareas académicas,

76.1%; y en tercer lugar, la realización de un examen, 71.4%. Otro indicador, que afectó en menor medida a los jóvenes, es la realización de trabajos obligatorios, 42.8%. Dichos resultados coinciden con los de investigaciones paralelas en otras universidades. En síntesis, conforme varios investigadores *“no son las evaluaciones académicas las que generen estrés, sino la relación entre la cantidad de trabajo o de información por aprender y el tiempo del que se dispone para ello”*, lo que se relaciona con nuestro estudio.

3.- Estrés académico, salud general, bienestar subjetivo y bienestar psicológico.-

Considerando la primera sub hipótesis planteada en el macro proyecto, que señala: *“Existiría asociación entre la prevalencia de estrés académico y el estado general de salud de los estudiantes, la percepción subjetiva del bienestar psicológico y los niveles de bienestar subjetivo”*; en otras palabras, en este proceso de ida y vuelta, existiría asociaciones estadísticas entre el estrés académico con el bienestar medido con el empleo de diferentes instrumentos.

Para ello empleamos el Cuestionario Salud General, que realmente es un instrumento de valoración de la salud mental³

Al comparar el promedio de los puntaje obtenidos, por los alumnos que fueron clasificados con estrés académico, ($X = 50,56$), respecto de aquello que no se clasificaron con estrés académico ($X = 43,57$), encontramos que esta diferencia es estadísticamente significativa ($Z=2,311$), lo que indica que existe mayor deterioro de la salud mental en aquellos que fueron calificados con estrés académico, independientemente, del nivel determinado, lo que aportaría a demostrar la primera sub hipótesis establecida.

³ En este Cuestionario la puntuación más baja se asocia a un mejor estado de salud mental y, obviamente la puntuación más alta significa mayor deterioro; en consecuencia, el quintil 5, significa daño mental o ausencia de salud mental de mayor grado

En la valoración de la intensidad del estrés académico, como habíamos indicado, el puntaje más alto significa mayor deterioro; así se obtiene un estimado del grado de severidad de la ausencia de salud mental, cuyo puntaje total es la sumatoria de los valores obtenidos en cada uno de los ítems.

Al examinar la correlación entre los puntajes obtenidos con ambos instrumentos, NIVEL DE ESTRÉS VS. SALUD GENERAL, encontramos una correlación media ($r=0,459$; $r^2=0,211$); es decir, que conforme aumenta el nivel de estrés académico, aumenta también el puntaje de salud mental valorado por el cuestionario de salud general; sin embargo, el valor de r^2 , nos conduce a pensar que la participación del estrés académico en los resultados finales de la salud general, o viceversa, es de 21,1%, es decir, baja.

La asociación de los resultados provenientes de la aplicación del Cuestionario de Salud General, organizado por quintiles, no muestra ninguna asociación con las variables género, edad, nivel socioeconómico, sector de residencia y estado civil; es decir, que no hay diferencias significativas de la salud mental desde las perspectivas de esas variables; y, en el caso de los resultados por **nivel de estudio**, existe una alta asociación ($p=0,0079<0,05$) lo que nos podría inducir a pensar que los aspectos académicos, diferentes en cada nivel de estudio, si estarían asociados al grado de la salud mental.

Entre las principales manifestaciones determinadas a través del Cuestionario de Salud General, anotamos las siguientes: En el ámbito del sueño, calidad de descanso y el estado de ansiedad, el 50% de los estudiantes indica que “Al despertarse siente que no descansó lo suficiente”; el 47,76%, que “Ha dormido menos por tener preocupaciones”; y, el 35,08%, que “Ha pasado noches inquietas o intranquilas”, como se puede apreciar son porcentajes

muy elevados en un ámbito fundamental como es la calidad del sueño y descanso.

En el ámbito que engloba el cansancio, fatiga, tensión, cefalalgias, manifestaciones fisiológicas, el 34,33% manifiesta que se *“ha sentido cansado y sin fuerzas para nada”*; el 30,6%, que *“se ha sentido constantemente agobiado y en tensión”*; el 29,10%, que *“ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar”*; y, el 28,36% que *“ha tenido dolores de cabeza”*. Y, debemos agregar que, tan solo el 36,57% afirma que *“Siente que puede concentrarse en todo lo que hace”*.

Entre las mujeres se establece porcentajes más elevados los siguientes ítems: *“Ha pasado noches inquietas o intranquilas”*; *“Constantemente se ha sentido nervioso o a punto de estallar”*; y, en los hombres: *“Generalmente siente que hace bien las cosas”*; *“Se ha sentido lleno de vida y energía”*, lo que significaría que en los ítems más positivos hay una mayor diferencia dada por las respuestas de los varones.

Existen importantes diferencias de acuerdo al nivel de estudio. Mientras en el cuarto módulo, la alternativa *“Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada”* representa el 60,6% de las opiniones, en el primer ciclo es el 16,67%; de igual manera en la alternativa *“Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión”*, que en el cuarto módulo es el 60,6%, y en el primer ciclo es 5,56%. Es Evidente que en el cuarto módulo hay respuestas más negativas correlacionadas con un estado general de salud mental. En el grupo que se refiere al sueño, cansancio, ansiedad, en el cuarto ciclo se observa mayores porcentajes en las alternativas, *“Ha dormido menos por tener preocupaciones”*; y *“Constantemente se ha sentido nervioso o a punto de estallar”* (45,45%, mientras que en el octavo módulo es de 10,71%), lo que

muestra la existencia de diferencias importantes en la percepción de los estresores en función de la realidad académica de cada nivel educativo.

El instrumento que empleamos para valorar la percepción subjetiva de bienestar es la **ESCALA DE VALORACIÓN DE SANCHEZ CASANOVA**, que permite evaluar el grado de bienestar psicológico, es decir, las manifestaciones de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida⁴.

Al contrastar los promedios de los puntajes de quienes no fueron clasificados con estrés académico ($X=72,86$) en relación con los que dijeron si ($X=78,06$), no hay diferencia significativa ($Z=0,423$). En otras palabras, no habría asociación estadísticamente significativa entre el nivel de bienestar de los estudiantes de los estudiantes clasificados con o sin estrés académico. En ese mismo sentido, la correlación de los puntajes de bienestar y el nivel de intensidad del estrés, no establecemos ninguna correlación ($r=0,0547$; y, $r^2=0,003$), prácticamente no la hay.

Por otro lado, los resultados de la valoración de la percepción subjetiva del bienestar, organizado en quintiles, no muestra ninguna asociación estadísticamente significativa con las variables género, edad, módulo, nivel socioeconómico, sector de residencia y estado civil; es decir, los niveles de bienestar, felicidad, satisfacción con la vida no estarían respondiendo a estas variables; ni, particularmente, a las académicas sino a un complejo mucho más amplio.

Las cinco primeras manifestaciones de bienestar y satisfacción con la vida, considerando la sumatoria de las alternativas “casi siempre” y “siempre”, son las siguientes: “*Considero que mi familia me quiere*”, “*Tengo muchas ganas de vivir*”, “*Creo que valgo tanto como cualquier otra persona*”, “*Creo que*

⁴ Las respuestas se valoran en una escala de Likert 5 grados de modo que a mayor puntuación, mayor índice de Bienestar Psicológico. Las escalas son: Nunca o casi nunca; Algunas veces; Muchas veces; Casi siempre; Siempre; es decir, en la Escala de Bienestar Psicológico de Sánchez Casanova el mayor puntaje, que engloba al quintil 5, significa excelente grado de bienestar subjetivo.

puedo superar mis errores y debilidades”, “*Tengo confianza en mí mismo*”, “*Me gusta lo que hago*”; estos sería un buen indicador de la existencia de redes de apoyo y de importantes niveles de autoestima.

En cambio, las cinco últimas manifestaciones, es decir, las que tienen menor porcentaje, de menor a mayor, son las siguientes: “*Tengo buena suerte*”, “*Duermo bien y de forma tranquila*”, “*Se me han abierto muchas puertas en la vida*”, “*Creo que tengo buena salud*”, y, “*Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas*”, que denotan algún tipo de problemas en la percepción de la buena salud, del sueño, y, de alguna manera sus formas de afrontamiento de los problemas.

El análisis en función del género no muestra mayores diferencias; así, las manifestaciones: “*Considero que mi familia me quiere*”; “*Creo que puedo superar mis errores y debilidades*”, “*Creo que valgo tanto como cualquier otra persona*”; “*Tengo muchas ganas de vivir*”, están entre las primeras de ambos géneros.

De acuerdo al nivel de estudio, la alternativa “*Considero que mi familia me quiere*”, es la que porcentualmente ocupa el primer lugar en la valoración de los alumnos clasificados por nivel de estudio; asimismo, el ítem “*Creo que puedo superar mis errores y debilidades*” se repite en todos los niveles de estudio; las alternativas “*Tengo muchas ganas de vivir*”, y “*busco momentos de distracción y descanso*” se repite en tres niveles educativos.

El otro instrumento para la evaluación de la percepción subjetiva del bienestar psicológico en los adolescentes es la **ESCALA BIEPS-J., para jóvenes y adolescentes**, que cubre los ámbitos de: Control de situaciones,

Vínculos psicosociales, Proyectos personales y Aceptación de sí mismo⁵. De acuerdo al planteamiento teórico, una persona tiene alto bienestar si experimenta satisfacción con su vida, si frecuentemente su estado de ánimo es bueno y si sólo ocasionalmente experimenta emociones poco placenteras como tristeza o rabia.

La correlación entre el NIVEL DE ESTRÉS y la valoración del bienestar psicológico mediante la Escala BIEPS-J, es inversamente proporcional y muy baja ($r=-0,120$; $r^2=0,014$). En cuanto al promedio de puntuaciones de bienestar psicológico de quienes fueron valorados sin estrés académico ($X=22,71$) respecto de los clasificados con estrés académico ($x=21,05$) no mostró ninguna diferencia significativa ($Z=-0,426$). Esto implicaría que los niveles de estrés académico o su presencia o ausencia no estarían correlacionados con el bienestar psicológico valorado mediante la Escala BIEPS-J., que probablemente responde a otras situaciones.

El análisis inferencial no mostró asociación estadísticamente significativa con las variables sector de residencia y estado civil; en cambio, si entre el grado de bienestar psicológico y el género ($p=0,05$); la edad ($p=0,0231$), el nivel de estudio ($p=0,0349$); y, el nivel socioeconómico percibido ($p=0,0254$). Esto nos permitiría pensar que en la valoración del bienestar psicológico tendrían relación estas variables, entre ellas el nivel de estudio, en definitiva la organización académica.

La evaluación general de los estudiantes nos muestra que en el acápite que se refiere a PROYECTOS PERSONALES, en promedio, la gran mayoría, 75,87%, expresa que “está de acuerdo”, en lo que se refiere a VÍNCULOS PSICOSOCIALES, el 68,66%, se pronuncia en igual forma; en lo que se refiere a el CONTROL DE SITUACIONES, el 66,6%; y, en cuanto a

⁵ Existen tres alternativas: “Estoy en desacuerdo”, “Ni de acuerdo ni en desacuerdo”, “Estoy de acuerdo”. En esta escala, el mayor puntaje, que engloba al cuartil 4, significa muy bueno.

ACEPTACIÓN DE SI MISMO, hay el menor porcentaje, 51,49%, que resulta preocupante, porque implica que el 48,5% no adopta esta alternativa.

La evaluación de la percepción del bienestar psicológico muestra algunas diferencias entre hombres y mujeres. En cuanto a los Vínculos psicosociales, el promedio de los hombres que han escogido la alternativa “estoy de acuerdo” es de 51,43%, mientras en las mujeres es 74,75%; en “*control de situaciones*” el promedio de los hombres en la es de 61,43% mientras que las mujeres es 68,43%; en “*los proyectos personales*” el porcentaje al que llegan los hombres es del 56,9% mientras que en las mujeres es de 75,42%; en la “*aceptación de sí mismo*” el promedio en los hombres es de 51,43% y en las mujeres de 58,92%.

Existen diferencias importantes en la percepción del bienestar psicológico, por nivel de estudio. Así, el mayor porcentaje registrado en las preguntas que se refieren al “*Control de situaciones*” tiene el sexto módulo (74,55%) y el menor en el cuarto módulo (50,76%); en los ítems “*Vínculos psicosociales*”, el mayor es del sexto módulo (73,94%) y el menor en el cuarto módulo (52,53%); en los ítems de “*Proyectos personales*”, en el módulo octavo se registra el mayor porcentaje (84,52%) y el menor en el primer ciclo (61,11%); y, en cuanto a la “*Aceptación de sí mismo*”, el mayor porcentaje se registra en el primer ciclo (61,11%) y el menor en el cuarto módulo (30,30%). Esto indica que existirían menores niveles de bienestar psicológico en los estudiantes del cuarto módulo.

Como habíamos manifestado la Escala de Bienestar Psicológico de Sánchez Casanova, permite evaluar el grado de bienestar psicológico, es decir, las manifestaciones de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida, siendo el mayor puntaje, que engloba al quintil 5, excelente grado de bienestar subjetivo; y, la Escala BIEPS para jóvenes y adolescente, valora la percepción subjetiva del bienestar psicológico, en ese sentido, una persona

tiene alto bienestar si experimenta satisfacción con su vida, si frecuentemente su estado de ánimo es bueno y si sólo ocasionalmente experimenta emociones poco placenteras como tristeza o rabia. Al establecer la correlación de los resultados mediante la aplicación de ambos instrumentos, se determinó una $r= 0,379$; $r^2= 0,144$, lo que significa una correlación entre medio y baja. En otras palabras, las valoraciones tienen un nivel medio de coincidencias.

En nuestro estudio establecimos que no todos los estudiantes universitarios padecen estrés y al parecer la respuesta *“depende de la disposición personal para hacer frente a las demandas de la situación así como de la propia situación a la que nos refiramos”*; en otras palabras de *“cómo un individuo responde a los acontecimientos estresantes depende tanto de la disposición personal de dicho individuo como de la situación en la cual dichos acontecimientos suceden”*.

Aunque no tenemos un estudio previo sobre el bienestar psicológico con el que ingresan nuestros estudiantes, citemos un estudio realizado con 1434 estudiantes de primer ingreso a la FES Zaragoza - España, en la que mediante análisis descriptivos, de la variable de bienestar psicológico, tanto en su aspecto total como en sus tres subescalas, mostraron un nivel alto de bienestar psicológico general; y con respecto a la subescala de satisfacción personal, una alta satisfacción personal y con relación a la satisfacción material, aunque determinaron que alta, pero menor. En cuanto al inventario de ansiedad: rasgo-estado, los análisis estadísticos muestran un nivel de ansiedad medio; por lo que, con base en estos datos los autores dicen *“que los niveles de satisfacción psicológica son altos y que la ansiedad presenta niveles bajos”*; y, que en todos los casos las distribuciones mostraron una tendencia a la normalidad. Esto nos da una idea del nivel de bienestar psicológico con que estarían ingresando a la Universidad.

En un estudio sobre malestar psicológico en estudiantes de enfermería se obtuvo una prevalencia del 36% con un nivel de síntomas sugerente de un probable problema de salud mental. Entre los síntomas más frecuentes se destacan “sentirse deprimido” (41,7%) y “*menor capacidad para disfrutar de la vida diaria*” (42,7%), síntomas que califican para sospecha de una probable depresión. La mayor prevalencia de malestar psicológico se encuentra en los estudiantes de tercer, cuarto y quinto año de carrera (38,2%, 43,7% y 36,6%, respectivamente). Concluyen que el malestar psicológico se asocia significativamente con: menor tiempo destinado a recreación, mayor tiempo de estudio personal, promedio de notas, procedencia de provincia, nivel socioeconómico bajo, preocupación económica, mediana satisfacción con la carrera y pobre relación familiar.

Varios autores sostienen que situaciones académicas entendidas como fuentes de estrés, “*se asocian con efectos a nivel conductual, cognitivo y fisiológico*” y agregan que “*se ha encontrado que el estrés académico y la tensión generada por situaciones en las que los estudiantes requieren asimilar una gran cantidad de información en un tiempo limitado, están asociados con variados problemas psicológicos, tales como la ansiedad y la depresión*”.

Como podemos advertir, cualquier explicación de causa efecto sería inaplicable. Como sostenemos en la hipótesis el estrés académico “es un complejo”. Brevemente citemos algunos estudios que podría abonar para comprender las variables de salud mental (salud general) bienestar psicológico evaluado con los dos instrumentos, a partir de nuestro criterio que el estrés académico es “producto de” y a su vez “produce...”, en procesos mediados por muchos factores.

En el artículo académico “**Las creencias motivacionales como factor protector del estrés en estudiantes universitarios**”, los autores manifiestan que “*las expectativas de autoeficacia podrían ser claves en la*

explicación de la aparición de respuestas de estrés”, por un lado; y, agregan que “estas creencias podrían influir en el afrontamiento del estrés al determinar si la conducta de afrontamiento será iniciada, durante cuánto tiempo se perseverará en la misma y el grado de esfuerzo dedicado”; lo que significaría que “un bajo sentido de eficacia personal aparece frecuentemente vinculado con elevados niveles de ansiedad y sintomatología propia del estrés y que aquellos individuos que tienen elevados niveles de autoeficacia mantienen niveles de malestar significativamente inferiores”.

En suma, sostienen que “las creencias de autoeficacia se configuran como una variable de especial relevancia en la protección frente al estrés en contextos académicos, y probablemente en otros contextos. Por ello, los estudiantes con altas creencias de autoeficacia desarrollan estrategias de afrontamiento que les permiten gestionar de forma eficiente las demandas estresantes del contexto académico”. En consecuencia, “esta variable personal tiene, por tanto, relevancia no sólo para mejorar la motivación del estudiante para el aprendizaje, sino también para posibilitar un mejor ajuste psicológico y, en consecuencia, mayores niveles de bienestar”.

En el artículo **“Optimismo/pesimismo disposicional y estrategias de afrontamiento del estrés”**, los autores establecen que *“el pesimismo está positivamente relacionado con el informe de síntomas físicos, mientras que el optimismo está asociado negativamente con las quejas somáticas; y, - que- esta vinculación puede ser explicada principalmente por la utilización diferencial de la estrategia de afrontamiento denominada autocrítica (característica del pesimismo)”*, lo que se correlaciona con estudios recientes que *“confirman que el pesimismo disposicional está relacionado con un peor estado de salud física, en comparación con el optimismo disposicional”*. A partir de esta consideración sostienen que *“la eficacia de las estrategias de afrontamiento del estrés ha sido considerada como un mecanismo mediador”*.

En el artículo: **“Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios”**, afirman que *“en la última década, la investigación educativa ha puesto de manifiesto la relación existente entre las habilidades de inteligencia emocional (IE) y un mejor ajuste psicológico de los estudiantes”*; y, aunque *“no existen estudios que examinen si estas habilidades emocionales pueden constituir un factor amortiguador del estrés académico y, al mismo tiempo, facilitar en los estudiantes actitudes positivas hacia sus estudios y tareas”*.

Establecen que los resultados *“evidenciaron que altos niveles de IE en los alumnos se relacionaban con menores niveles de agotamiento, cinismo, mayor eficacia académica, menor percepción de estrés y puntuaciones más elevadas en vigor, dedicación y absorción en el desempeño de sus tareas académicas aproximadamente una o dos semanas antes de comenzar el período de exámenes”*. Y, consideran que *“en el marco de la mejora de la calidad del aprendizaje y del incremento del bienestar psicológico del estudiante, los resultados obtenidos apuntan hacia la necesidad de favorecer el desarrollo de habilidades emocionales en las aulas como un factor amortiguador de los estresores académicos y como vehículo para una mayor dedicación hacia el aprendizaje”*.

En el artículo **“Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios”**, se comunica que la investigación estableció dicha relación ya que *“los estudiantes perciben niveles significativos de engagement, de burnout académico y de satisfacción frente a los estudios”*, lo cual *“podría ser un factor protector para no hallar porcentajes más elevados de burnout académico”*.

A partir de esto, concluyen que el burnout *“se correlacionó negativamente con la satisfacción frente a los estudios, en tanto que su antítesis “el engagement” lo hizo de manera positiva”*; que *“el buen funcionamiento académico se correlacionó positivamente con la satisfacción y viceversa”*; y

que, *“el engagement se correlacionó positivamente con el buen funcionamiento académico, mientras que el mal funcionamiento no se relacionó con agotamiento, pero sí con cinismo”*.

Demuestran el rol mediador de la autoeficacia académica en el desarrollo burnout, confirmándose el planteamiento teórico del “burnout como crisis de autoeficacia”. En este mismo orden, establecen una *“correlación negativa entre la autoeficacia con la satisfacción frente a los estudios pone en evidencia que la autoeficacia desempeña un papel importante no sólo con el burnout, sino también en la satisfacción frente a los estudios”*.

Evidentemente, como afirman los autores, *“los estudiantes se enfrentan cada vez más a retos y exigencias del medio que demandan una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos de diversa índole. Muchos de ellos dejan sus estudios o disminuyen de manera considerable su rendimiento académico sin encontrar una explicación”*.

En el artículo **“Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos”**, se estableció que *“las condiciones favorables de salud mental están asociadas con un mayor apoyo social y un menor estrés académico. Sus aportes permiten resumir que “debe considerarse que el rendimiento académico puede verse influenciado por variables psicológicas propias del individuo y convertirse, a su vez, en un factor estresante, especialmente para aquellos con baja tolerancia a la frustración o al fracaso en las situaciones de evaluación enfrentadas”, que “las personas que practican conductas en el manejo del tiempo tienen mayor claridad acerca de sus roles; así mismo, el sentimiento de control de la situación se relaciona con bajos niveles de estrés y mejor ejecución”; que “el mayor apoyo social estuvo vinculado con una menor intensidad del estrés académico, pero no se observó relación con la frecuencia”; que “la mayor percepción de apoyo social asociada al menor reporte de problemas de salud y una mayor estabilidad se corresponde un factor protector, porque en sí mismo aumenta*

el bienestar personal; -y, que- “puede funcionar como moderador de los efectos del estrés sobre la salud y el bienestar, y constituye un recurso para afrontar más apropiadamente las situaciones estresantes”; que “buenos niveles de apoyo social están claramente asociados con buena salud mental” y precisan que “los estresores sociales a los que pueden verse expuestas las personas en cualquier ámbito, sólo tendrán efectos negativos cuando el nivel de apoyo social sea percibido como bajo”.

4.- Algunas consecuencias del estrés académico.-

En esta investigación hemos considerado adentrarnos más en el conocimiento de las consecuencias y/o expresiones del estrés académico, para lo cual hemos utilizado dos instrumentos.

El CUESTIONARIO DE AUTOREPORTE VIVENCIAL, está dirigido a evaluar las consecuencias del estrés. Los promedios de puntaje con la aplicación del Cuestionario de Autorreporte Vivencial en aquellos estudiantes calificados con estrés académico ($X= 8,29$) es mayor al promedio de aquellos clasificados sin estrés académico ($X= 6,00$), pero esta diferencia no es significativa ($Z= 1,705$). Por lo tanto, podemos decir que los aspectos académicos no tienen directa asociación con las consecuencias del estrés académico.

Cuando se estudia la correlación entre el NIVEL DE ESTRÉS y las consecuencias de este a través del Cuestionario de AUTORREPORTE VIVENCIAL, se observa una correlación positiva baja ($r=0,38051299$; y, $r^2=0,145$); es decir, que a mayor nivel de intensidad del estrés académico, mayor puntaje en las consecuencias del mismo.

Los resultados de la aplicación del Cuestionario de Autorreporte Vivencial, organizado en cuartiles, no muestra ninguna asociación estadísticamente significativa con las variables género, edad, módulo, nivel socioeconómico,

sector de residencia y estado civil; es decir, que la evaluación de las consecuencias del estrés de los estudiantes mediante el Autorreporte vivencial respondería a otras situaciones más generales.

Entre las principales vivencias consecuencia del estrés académico, calificadas en el grado “intensamente”, que alcanzan mayor porcentaje, en orden de prelación, son las siguientes: Inquietud, Inseguridad, Ira, Tristeza, Miedo, Irritabilidad; y, en el grado “moderadamente”, son: Inquietud, Desconfianza, Ira, Inseguridad, Tristeza, Miedo y Sufrimiento. Si obtenemos la sumatoria de ambos niveles de intensidad, (Moderadamente más intensamente), el 79,85% de los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico establecen a la “Inquietud” como la primera vivencia fruto del estrés académico; el 61,94%, la ira; el 58,96%, la desconfianza; el 58,95% inseguridad; y, el 57,46% tristeza y el miedo, aspectos preocupantes ya que evidencian porcentajes muy altos.

De acuerdo al nivel de estudio, porcentualmente, la vivencia “Inquietud”, es la primera y se presenta en todos los niveles del estudio; el “miedo”, el “sufrimiento” y la “ira” aparecen en tres de los cuatro niveles de estudio; la “irritabilidad”, “tristeza”, “desconfianza” e “inseguridad”, son vivencias que se presentan en dos de los cuatro niveles.

Ahora bien, cuando se determina la correlación entre los puntajes obtenidos con el Autorreporte Vivencial y el Cuestionario de Salud General, encontramos una correlación positiva alta: $r= 0,745$ y $r^2= 0,555$; es decir, a mayor percepción de intensidad de las vivencias hay mayor deterioro de la salud mental; con la Escala de Bienestar Psicológico de Sánchez Casanova, la correlación debe ser inversa; y, los resultados fueron: $r= -0,443$, $r^2=0,196$, lo que significa una correlación media negativa; es decir, a mayor intensidad de las vivencias, menor bienestar psicológico; y, con la Escala BIEPS para jóvenes y adolescente, asimismo, de evidenciarse una correlación inversa, $r= -0,343$; $r^2= 0,117$, correlación entre media y baja, que indica que es

menor el grado de bienestar psicológico, cuando mayor es la intensidad de las vivencias consultadas.

Ahora, pasemos a realizar la evaluación de las respuestas frente al estrés que se generan en los estudiantes. Para ello utilizamos el **INVENTARIO GENERAL DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO**, diseñado específicamente para la evaluación del estrés académico en universitarios, en el que se recoge información en torno a los tres niveles de respuesta, fisiológico, cognitivo y motor, que el organismo experimenta cuando se ve expuesto a situaciones de estrés.

La correlación de las respuestas dadas por los estudiantes mediante la aplicación de este Inventario, organizados en medianas (baja o alta) muestra importantes asociaciones estadísticas en los diferentes aspectos que evalúan. Así, entre el Nivel fisiológico y el Nivel cognitivo hay una correlación media positiva ($r=0,561$; $r^2=0,315$); entre el Nivel fisiológico y el Nivel Motor, una correlación media ($r= 0,471$; $r^2= 0,221$); y, entre el Nivel cognitivo y el Nivel Motor, una correlación media ($r= 0,59$; $r^2= 0,348$). ¿Qué quiere decir? Que los estudiantes que presentan mayores puntuaciones en respuesta al estrés académico en cualquiera de los niveles indicados, en el otro o en ambos, también tiene la probabilidad de presentarlos, como lo ratificamos con las pruebas estadísticas de Chi 2 ($p<0,05$) y del Olt Ratdio (OR), como el cálculo de la oportunidad de que se presenten los sucesos. Así, es más de 9 veces la probabilidad de que alguien que ha sido clasificado en la mediana I del aspecto cognitivo pueda ser clasificado en esa misma mediana medida en el aspecto fisiológico; si se correlaciona la mediana motor con la mediana fisiológica la oportunidad es de 5,24 veces.

Considerando la sumatoria de las alternativas negativas "Casi Siempre" y "Siempre", del Inventario General de Respuestas frente al Estrés Académico, en el nivel fisiológico, el 22,4% de los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico, manifiestan que "*Sienten molestias en el Estómago*"; y, el 16,4%, la alternativa "*Me tiemblan las manos o las piernas*". En el nivel

cognitivo, el 50,7% señala "*Me preocupo*", el 17,9%, "*Siento miedo*", el 15,7% las alternativas "*Tengo pensamientos o sentimientos negativos*"; y, "*siento ganas de llorar*". En el nivel motor, el 12,7%, indica la alternativa "*Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo*". Estas situaciones no deberían pasar o, al menos, tener menores porcentajes.

El análisis comparativo entre géneros permite apreciar que existen algunas diferencias porcentuales en las reacciones frente a la situación estresante académica. De los doce ítems que contiene el Inventario, el que se refiere a "*fumo, como o bebo demasiado*", es en el que hay mayor porcentaje tiene en los hombres. En todos los demás es mayor en las mujeres; por ejemplo, "*siento ganas de llorar*" es 20 veces más frecuente, "*siento miedo*", 11 veces más; "*Me siento inseguro de mí mismo*", 7 veces más.

La alternativa "*Me preocupo*" se constituye en la primera respuesta en los estudiantes de todos los niveles, con variaciones, mientras en los estudiantes del cuarto módulo es el 60,61%, en los de primer ciclo es 38,89%; la alternativa "*Siento miedo*", se repite en todos los niveles; con más alto porcentaje en el cuarto módulo, 27,27%, y menor en el octavo de 14,29%; "*Tengo pensamientos o sentimientos negativos*", 30,3%, en los alumnos del cuarto módulo y 22,22% en el primer ciclo; "*Siento ganas de llorar*", 30,3% en los alumnos del cuarto módulo y 14,29% en el octavo módulo, lo que indica las variaciones y la complejidad para poder entender estas respuestas en las que hay de base la organización académica.

Como puede apreciarse estas manifestaciones de estrés académico son preocupantes y deben entenderse en el complejo de la afectación de la salud mental. A partir de esto citemos algunos estudios que permiten dimensionar este problema.

En el artículo "**Problemas de Salud Mental en Estudiantes de la Universidad de Concepción**", se "*encontró un 23.4% de síndrome ansioso y 16.4% de síndrome depresivo*"; y "*la presencia de sintomatología ligada al*

estrés académico fue una de las problemáticas observadas más frecuentes”; e, insisten que “se observaron cifras preocupantes relacionadas con el deseo de muerte e ideación suicida”. En ese sentido, consideran que “es posible vincular estos elevados niveles de ansiedad somática con las altas prevalencias observadas de problemáticas asociadas al estrés académico, a sentirse agotado mentalmente, agobiado e incapaz de responder apropiadamente a las exigencias de la vida universitaria”. En todo caso, son muestras de malestar emocional.

Asimismo, indican “llama la atención que, en los últimos tres meses, más de un quinto de los estudiantes haya pensado, alguna vez o frecuentemente, que sería mejor estar muerto (...) Más de un 10% ha deseado matarse y un 7% ha pensado cómo hacerlo”. En ese sentido, si bien, “en muchos casos corresponden a ideas fugaces que aparecen en contextos particulares, no deben ser minimizadas, ya que miradas en conjunto, dan cuenta de sentimientos intensos de malestar frecuente”. En síntesis, señalan, “estos datos corroboran que asumir seriamente la problemática de salud mental de los estudiantes universitarios es un desafío no menor, que requiere de un gran concierto de voluntades, recursos e imaginación”.

En el artículo **Relación entre esquemas mal-adaptativos tempranos y características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios**, se exponen los resultados de estudio orientado a *“identificar el perfil cognitivo mediante el modelo de los esquemas mal adaptativos tempranos presentes en estudiantes de la Universidad Pontificia Bolivariana Bucaramanga-UPB, relacionados con las puntuaciones obtenidas en ansiedad y depresión”*. Los autores anotan que los resultados *“no indican la presencia de esquemas diferenciales en función de la presencia de depresión Estado/Rasgo y de ansiedad Estado/Rasgo, lo cual podría sugerir, desde el paradigma dimensional, la presencia de cierto patrón cognitivo para un trastorno mixto de ansiedad y depresión”*. Hemos incluido un breve análisis de este estudio porque *“permiten identificar la vulnerabilidad cognitiva frente al desarrollo de psicopatologías que afectan en gran medida*

a los estudiantes y los llevan a adoptar comportamientos poco adaptativos que repercuten en su desempeño en general”.

En el artículo académico: **Estrés, salud mental y cambios inmunológicos en estudiantes universitarios**, se evaluó *“la relación entre el estrés, la salud mental y los cambios inmunológicos en estudiantes universitarios”*; y, en general, *“los resultados sugieren cambios inmunológicos asociados a mayores niveles de estrés y deterioro de la salud mental”*; confirmando que *“aumentos en el estrés percibido y en el reporte de síntomas en estudiantes universitarios parecen estar asociados a cambios inmunológicos en éstos; cambios que indican una activación y estado de alerta del sistema que de hacerse crónico o permanente conduciría a una disminución en su capacidad de defensa”*.

Consideran que *“el aumento en las exigencias y presiones que experimentan los estudiantes una vez que ingresan en la educación superior parece comprometer de alguna forma su estabilidad emocional y física, (...) y parecen aumentar los estados de ansiedad en la semana de alta demanda académica”*; que los estudiantes *“sufren algunos cambios en sus hábitos de vida, por ejemplo, al disminuir la frecuencia con que realizan deportes y actividad física, hechos que si llegan a perpetuarse en el tiempo o si no se implementan algunas estrategias apropiadas de afrontamiento, podrían incidir en un deterioro moderado de su salud general (...) incluso podría pensarse que “el aumento registrado en la somatización y la intensidad del estrés de estos estudiantes está asociado parcialmente a la reducción en su actividad física”*.

Consideran que, *“un estrés sostenido por un mayor período de tiempo, pudiera provocar inmunodepresión en los estudiantes al disminuirse los porcentajes o números de algunas poblaciones de células por debajo de los rangos considerados como normales”*.

Estiman que los cambios *“también pudieran ser debidos a la condición intrínseca de haber disminuido la práctica deportiva y la actividad física en las semanas previas a la de alta demanda, lo cual también incide en el sistema inmune (...) al practicar ejercicio se disminuyen los estados afectivos negativos, aumenta la liberación de opioides endógenos, se reduce la activación del eje hipotalámico-hipofisario-adrenal y mejora la inmunidad, por lo cual pudiera esperarse un cuadro contrario ante estados de sedentarismo”*.

En el estudio “Problemas de Salud Mental en Estudiantes de la Universidad de Concepción. Universidad de Concepción, Chile”, respecto del consumo de alcohol y sustancias, *“más de un 5,5% de los estudiantes reconoce que usualmente ha bebido más de lo que deseaba en los últimos tres meses, y cerca de un quinto que ello le ha ocurrido a veces”*. Por cierto, mencionan que *“el mayor consumo de alcohol en hombres es también un dato ampliamente verificado, si bien las tendencias culturales han ido atenuando este fenómeno”*; *“más de un 5% de los jóvenes percibe perder frecuentemente el control sobre lo que come, y alrededor de un quinto realiza conductas que los ponen en riesgo de desarrollar un trastorno alimentario”*; siendo *“la mayor presencia de trastornos ansiosos y depresivos en mujeres, así como de trastornos de alimentación”*.

En síntesis es preocupante que un porcentaje importante de estudiantes estresados trate de paliar los efectos más desagradables del estrés recurriendo a diferentes drogas legales o ilegales”; y, como afirma Pulido, *“adicionalmente, que varios estudiantes han llegado a considerar la posibilidad de darse de baja de la institución debido al estrés académico”*.

5.- Necesidades psicoeducativas en los estudiantes de Laboratorio Clínico.-

Para finalizar este capítulo, recordemos la segunda sub hipótesis que señala: *“Las necesidades psicoeducativas varían en relación a los niveles de estrés académico y a la propia estructura organizacional de las carreras”*, en este caso en la estructura interna de la Carrera de Laboratorio Clínico.

Para la evaluación de las necesidades psicoeducativas en los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico, se empleó el CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS, mismo que consta de 15 reactivos los cuales evalúan una serie de necesidades de asistencia y apoyo en áreas educativas y psicológicas que reportan los estudiantes universitarios⁶.

En forma general, las siguientes son las principales necesidades psicoeducativas de los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico, calificadas en la opción MUY NECESARIO: *“Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje”*, con el 83,84%; *“Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías”*, 74,75%; *“Orientación profesional”* e *“Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno”* , con el 73,74% cada una; y, *“Atención educativa y psicológica a los estudiantes con*

⁶ En un grupo de ítems se abarca lo concerniente a la información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno; el apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios; la formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje; la formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales; y, la formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos. Adicionalmente, como necesidad singular el apoyo para el control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes. En otro grupo se menciona necesidades como la formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajo en equipo; la organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias; y, las necesidades de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías. Otro grupo hace relación a la atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje; y, a la orientación profesional Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil. Y, otro grupo de necesidades, se refieren al apoyo y orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales; apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del autoconcepto, la autoestima y el autocontrol emocional; y, la orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc.

necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje”, 69,70%. Valga destacar que las quince necesidades consultadas, en la alternativa “MUY NECESARIO”, el porcentaje de estudiantes que afirman en ese sentido, es mayor al 55%.

La “*Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje*” es la primera y común necesidad psicoeducativa para ambos géneros, con mayor porcentaje en las mujeres (83,84% a 65,71%); la “*Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno*” es otra necesidad común, asimismo, mayor en las mujeres (73,74% a 54,29%) al igual que la “*Orientación profesional*” (73,74% a 62,86%). En el género femenino asoman la necesidad “*Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías*” y “*Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje*”, que no cuentan entre las principales necesidades psicoeducativas de los hombres y, en estos, “*Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes*”; “*Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.*”. Evidentemente, considerando la alternativa “MUY NECESARIO”, en el género femenino todas las necesidades psicoeducativas consultadas son mayores al 55%; en cambio, en el género masculino son solo dos.

La “*formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje*”, es una principal necesidad común en todos los niveles educativos, con importantes variaciones porcentuales: 87,27% en el Sexto Módulo y 63,64% en el cuarto módulo. La “*Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno*”, se repite en tres niveles; la “*Orientación profesional*” se repite en dos niveles, igual que el “*Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes*”, “*Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales:*

problemas de aprendizaje”, “Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales”.

Estas necesidades psicoeducativas expuestas deben ser consideradas para una propuesta integral. La Universidad debe dar respuesta a estas demandas lo que no significa dejar de mirar el amplio espectro del problema.

Sin embargo, no dejemos de puntualizar que es importante analizar este tema complejo, que de acuerdo a Muñoz (2004), no se soluciona simplemente proporcionando al estudiante herramientas o recursos emocionales que le permitan afrontar el estrés; por el contrario, se requieren enfoques globales que hagan posible la detección y modificación de aquellos aspectos estresantes de las organizaciones educativas y de los sistemas de enseñanza actuales.

Para finalizar citemos a Laura A. Valdez, quien considera que *“no existe una sola causa para que alguien sufra de estrés, sino que es producto de la interacción de la persona con su contexto. Las personas son más o menos vulnerables al estrés y esto viene condicionado por su historia de vida pero también entran en juego variables socioculturales y cómo se desenvuelve el sujeto en ellas”.*

Y, haciendo nuestro el criterio de la Prof. Silvia Chediek, en su artículo “EL ESTRÉS EPIDEMIA DEL SIGLO XXI, sostenemos que *“a medida que los tiempos avanzan y nos sumergimos en el siglo XXI, nuestra sociedad occidental se aleja cada día más de la posibilidad de lograr lo que tanto ansía: paz interior, armonía, equilibrio psico-emocional”* y se pregunta ¿por qué? y, asimismo se contesta: *“Porque vive sometida a permanentes tensiones producidas por el ansia incontrolable de progreso, la lucha por el cargo ambicionado, la crisis de valores afectivos y familiares, la temeraria supervivencia de los conflictos armados, la inseguridad en las calles, el*

enloquecido tránsito, entre otros muchos factores". Estos son de acuerdo a Chediek "Los desencadenantes de lo que el Dr. López Rossetti llama la "epidemia del tercer milenio": el estrés".

Como afirma nuestro Presidente: Que no nos roben la alegría.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES

CONCLUSIONES

PREVALENCIA E INTENSIDAD DE ESTRÉS ACADÉMICO.

PREVALENCIA GENERAL Y POR GÉNERO

1. La prevalencia general de estrés académico es 94,80%, intervalo de confianza entre el 89,50% al 97,90%; en hombres de 91,20%, intervalo de confianza entre el 76,30% al 98,10%; y, en las mujeres, de 96,00%, intervalo de confianza entre el 90,00% al 98,90%, que las consideramos muy elevadas.

En cuando a la asociación con la edad ($p=0,0342 < 0,05$) y nivel de estudio ($X^2=33,6222$) se establecen diferencias estadísticamente significativas.

NIVELES DE ESTRÉS ACADÉMICO

2. Los resultados de auto valoración de la intensidad del estrés académico, general y por género, muestran una distribución semejante a la curva normal; siendo los niveles I y V porcentualmente más bajos y el nivel III (centro) más alto. En el nivel V, el porcentaje es levemente mayor en las mujeres; el 33,10% de los estudiantes presentan niveles de estrés académico IV y V. El nivel de estrés académico presenta asociación estadísticamente significativa con la variable nivel de estudio hay diferencia significativa ($p=0,0227$)

FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO.

3. Las principales causas de estrés académico de los estudiantes de Laboratorio Clínico, en lo principal, se asocian con la forma de organización académica y la organización de las acciones micro-curriculares.

Las cinco primeras causas de estrés académico son: "Sobrecarga académica"; "Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas"; "Hacer un examen"; "Exponer un tema en clase"; y, "Esperar una calificación". Las causas "muy estresantes" son: "Sobrecarga académica" y "falta de tiempo para poder cumplir con las actividades", se repite en todos los niveles de estudio, "exponer un tema en clase", "hacer un examen" y "esperar una calificación".

En las mujeres se presentan con más intensidad las siguientes alternativas: "Falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas"; "Presión por los resultados académicos en función del escalafón"; "Esperar una calificación"; "Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.". En el género masculino, se presentan mayores porcentajes en las siguientes alternativas: "Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc."; "Trabajar en equipo"; y, "Competitividad entre compañeros".

La "sobrecarga académica", es la situación estresante que se repite en todos los niveles (módulos), aunque varía la magnitud en cada nivel; "hacer un examen", "exponer un tema en clase", "esperar una calificación" y "falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas", se repiten en tres niveles; en cambio "Llegar tarde a clases" solamente se presenta en el primer ciclo; " Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc." ; y "Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual"; se presentan en el segundo módulo y "Saturación de alumnos en el aula" se presenta en el octavo módulo.

VALORACIÓN GENERAL DEL ESTADO DE SALUD GENERAL

4. Existe mayor deterioro de la salud mental en aquellos estudiantes que fueron calificados con estrés académico respecto de los que no se

clasificaron con estrés académico, diferencia estadísticamente significativa. ($X=50,56$; $X=43,57$; $Z=2,311$).

Se determina una correlación media ($r=0,459$; $r^2=0,211$) entre la valoración del nivel de estrés académico y el estado de salud mental (salud general); aunque el valor de r^2 , indica que es baja la participación de cada variable en la determinación de la otra.

Los aspectos académicos, diferentes en cada nivel de estudio, estarían asociados al grado de la salud mental ($p=0,0079<0,05$).

El 34,33% manifiesta que *“ha sentido cansado y sin fuerzas para nada”*; el 30,60%, que *“Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión”*; el 29,10%, que *“Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar”*; el 28,36% que *“Ha tenido dolores de cabeza”*. En el ámbito “sueño, calidad de descanso y el estado de ansiedad”, el 50% de los estudiantes indica que *“Al despertarse siente que no descansó lo suficiente”*; el 47,76%, que *“Ha dormido menos por tener preocupaciones”*; y, el 35,08%, que *“Ha pasado noches inquietas o intranquilas”*. En los aspectos positivos, en el ítems que se refiere a que *“Siente que puede concentrarse en todo lo que hace”*; el porcentaje es bajo, 36,57%.

En el grupo de mujeres hay mayores porcentajes en los siguientes ítems: *“Ha pasado noches inquietas o intranquilas”*; *“Constantemente se ha sentido nervioso”* o a *“punto de estallar”*. En cambio, en los hombres, en los ítems que significan mayor positividad, hay porcentajes más altos: *“Generalmente siente que hace bien las cosas”*; *“Se ha sentido lleno de vida y energía”*.

Existen diferencias importantes en la percepción de los estresores en función de la realidad académica de cada nivel educativo. Así, mientras en el cuarto módulo, la alternativa *“Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada”* representa el 60,60% de las opiniones, en el primer ciclo es del 16,67%; en la alternativa *“Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión”*, en el cuarto módulo es el 60,60%, y en el primer ciclo es 5,56%. En el grupo que se refiere al sueño, cansancio, ansiedad, en el cuarto ciclo se observa mayores

porcentajes en las alternativas, “Ha dormido menos por tener preocupaciones”; y “Constantemente se ha sentido nervioso o a “punto de estallar” (45,45%, en el cuarto ciclo, y, 10,71% en el octavo módulo).

VALORACIÓN DE LA PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR Y DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO.

MEDIANTE LA ESCALA DE VALORACIÓN DE SANCHEZ CASANOVA.

5. El estrés académico no estaría asociado al nivel de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida que evidencian de los estudiantes ($X_{NO}=72,86$; $X_{SI}=78,06$; $Z=0,423$) determinado con la escala de valoración de Sánchez Casanova. Asimismo, no establecemos ninguna correlación ($r=0,0547$; y, $r^2=0,003$) entre los puntajes de bienestar y el nivel de intensidad del estrés.

Las cinco primeras manifestaciones de bienestar, son las siguientes: *“Considero que mi familia me quiere”*, *“Tengo muchas ganas de vivir”*, *“Creo que valgo tanto como cualquier otra persona”*, *“Creo que puedo superar mi errores y debilidades”*, *“Tengo confianza en mí mismo”*, *“Me gusta lo que hago”*.

Las cinco últimas causas, asimismo, de menor a mayor, son las siguientes: *“Tengo buena suerte”*, *“Duermo bien y de forma tranquila”*, *“Se me han abierto muchas puertas en la vida”*, *“Creo que tengo buena salud”*, y, *“Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas”*.

La alternativa *“Considero que mi familia me quiere”*, es la que porcentualmente ocupa el primer lugar en la valoración de los alumnos clasificados por nivel de estudio; asimismo, el ítem *“Creo que puedo superar mis errores y debilidades”* se repite en todos los niveles de estudio; las alternativas *“Tengo muchas ganas de vivir”*, y

“Busco momentos de distracción y descanso” se repite en tres niveles educativos.

VALORACIÓN PSICOLÓGICA GENERAL DE LOS ESTUDIANTES MEDIANTE LA APLICACIÓN DE LA ESCALA BIEPS-J.

6. La presencia o ausencia de estrés académico no estarían asociados al nivel de bienestar psicológico determinado mediante la Escala BIEPS-J ($X_{No}=22,71$; $X_{Si}=21,05$; $Z=-0,426$), pues, probablemente responde a otras situaciones; asimismo, la correlación entre las variables es inversamente proporcional y muy baja ($r=-,120$; $r^2=0,014$). El análisis inferencial mostró asociación estadísticamente significativa con entre el grado de bienestar psicológico y el género ($p=0,05=p 0,05$); la edad ($p=0,0231<0,05$), el nivel de estudio ($p=0,0349$); y, el nivel socioeconómico percibido ($p=0,0254$). Esto nos permitiría pensar que en la valoración del bienestar psicológico tendrían relación todas estas variables de un complejo muy amplio.

En forma descriptiva, la percepción subjetiva general muestra que en el ámbito que se refiere a PROYECTOS PERSONALES, en promedio, la gran mayoría, 75,87%, expresa que “está de acuerdo”, en lo que se refiere a VÍNCULOS PSICOSOCIALES, el 68,66%, se pronuncia en igual forma; en lo que se refiere a el CONTROL DE SITUACIONES, el 66,6%; y, en cuanto a ACEPTACIÓN DE SI MISMO, hay el menor porcentaje, 51,49%, que resulta preocupante, porque implica que el 48,50% no adopta esta alternativa; estableciéndose algunas diferencias por género, siendo los porcentajes mayores en las mujeres.

También hay diferencias en los diferentes niveles de estudio. En el “Control de situaciones” es mayor en el sexto módulo (74,55%) y menor el cuarto módulo (50,76%); en los ítems “Vínculos psicosociales”, el mayor es del sexto módulo (73,94%) y el menor en

el cuarto módulo (52,53%); en los ítems de “Proyectos personales”, en el módulo octavo se registra el mayor porcentaje (84,52%) y el menor en el primer ciclo (61,11%); y, en cuanto a la “Aceptación de sí mismo”, el mayor porcentaje se registra en el primer ciclo (61,11%) y el menor en el cuarto módulo (30,30%).

EVALUACIÓN GENERAL DE LAS CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS

MEDIANTE LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE AUTOREPORTE VIVENCIAL.

7. Los aspectos académicos no tienen directa asociación estadísticamente significativa con la presencia o ausencia de estrés académico ($X_{SI} = 8,29$ VS. $X_{NO} = 6,00$; $Z = 1,705$) y las consecuencias del estrés académico determinadas a través del Cuestionario de Autorreporte Vivencial. Sin embargo, podría deberse a lo reducido de la muestra en los que no tuvieron estrés académico, por lo que pensamos que realmente si existiría esta asociación. En cuanto a la correlación entre el nivel de estrés y las consecuencias de este, se observa una correlación positiva baja ($r = 0,38051299$; y, $r^2 = 0,145$); es decir, que a mayor nivel de intensidad del estrés académico, mayor puntaje en las consecuencias del mismo.

Considerando los niveles “moderadamente” e “intensamente”, el 79,85% de los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico establecen a la “Inquietud” como la primera vivencia fruto del estrés académico; el 61,94%, la ira; el 58,96%, la desconfianza; el 58,95% inseguridad; y, el 57,46% tristeza y el miedo. En los estudiantes varones, son las siguientes: Inquietud, desconfianza, ira, ansiedad, inseguridad, y tristeza; en las mujeres son: inquietud, ira, miedo, inseguridad, e irritabilidad.

La vivencia “Inquietud”, es la primera y se presenta en todos los niveles del estudio; el “miedo”, el “sufrimiento” y la “ira” aparecen en

tres de los cuatro niveles de estudio; la "irritabilidad", "tristeza", "desconfianza" e "inseguridad", son vivencias que se presentan en dos de los cuatro niveles.

EVALUACIÓN DE LAS RESPUESTAS FISIOLÓGICAS, COGNITIVAS Y MOTORAS MEDIANTE EL INVENTARIO GENERAL DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO.

8. Los estudiantes que presentan mayores puntuaciones en respuesta al estrés académico en cualquiera de los aspectos fisiológico, cognitivo y motor, del Inventario General de Respuestas frente al Estrés Académico, tiene la probabilidad de presentar manifestaciones en otro u otros niveles; así, es más de 9 veces la probabilidad de que alguien que ha sido clasificado en la mediana I del aspecto cognitivo pueda ser clasificado en esa misma mediana medida en el aspecto fisiológico y, 5,24 veces si es con el nivel motor.

Considerando la sumatoria de las alternativas negativas "Casi Siempre" y "Siempre", los estudiantes de la Carrera de Laboratorio Clínico, manifiestan las siguientes sintomatología que se refiere al nivel fisiológico: "*Sienten molestias en el Estómago*" (22,40%); "*Me tiemblan las manos o las piernas*" (16,40%); en el nivel cognitivo, el 50,70%, "*Me preocupo*", el 17,90%, "*Siento miedo*", el 15,70% las alternativas "*Tengo pensamientos o sentimientos negativos*"; y, "*siento ganas de llorar*". En el nivel motor, el 12,70%, indica la alternativa "*Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo*".

El análisis comparativo entre géneros permite apreciar que existen algunas diferencias porcentuales. El ítem "*fumo, como o bebo demasiado*", es en el que hay mayor porcentaje tiene en los hombres; en todos los demás, es mayor en las mujeres; por ejemplo, "*siento ganas de llorar*" es 20 veces más frecuente, "*siento miedo*", 11 veces más; "*Me siento inseguro de mí mismo*", 7 veces más.

Si bien hay alguna similitud de las respuestas en los diferentes niveles, como la alternativa "*Me preocupa*" que es la primera respuesta en los estudiantes de todos los niveles de estudio, hay variaciones importantes; así: esta alternativa abarca el 60,61% de los estudiantes del cuarto módulo mientras que en los de primer ciclo es 38,89%; la alternativa "*Siento miedo*", se repite en todos los niveles; con más alto porcentaje en el cuarto módulo, 27,27%, y menor en el octavo de 14,29%; "*Tengo pensamientos o sentimientos negativos*", 30,30%, en los alumnos del cuarto módulo y 22,22% en el primer ciclo; "*Siento ganas de llorar*", 30,30% en los alumnos del cuarto módulo y 14,29% en el octavo módulo, lo que indica las variaciones y la complejidad para poder entender estas respuestas en las que hay de base la organización académica.

EVALUACIÓN GENERAL DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE LABORATORIO CLÍNICO.

9. Las principales necesidades psicoeducativas, calificadas en la opción MUY NECESARIO son las siguientes: "*Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje*", con el 83,84%; "*Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías*", 74,75%; "*Orientación profesional*" e "*Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno*" , con el 73,74% cada una; y, "*Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje*", 69,70%.

La "*Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje*" es la primera y común necesidad psicoeducativa para ambos géneros; la "*Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno*" es otra necesidad al

igual que la *“Orientación profesional”*. En el género femenino asoman la necesidad *“Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías”* y *“Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje”*, que no cuentan entre las principales necesidades psicoeducativas de los hombres y, en estos, *“Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes”*; *“Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.”*. La *“formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje”*, es una principal necesidad común en todos los niveles educativos, con importantes variaciones porcentuales. La *“Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno”*, se repite en tres niveles; la *“Orientación profesional”* se repite en dos niveles, igual que el *“Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes”*, *“Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje”*, *“Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales”*.

CAPÍTULO VII

RECOMENDACIONES

RECOMENDACIONES

Es preciso que la Universidad considere las siguientes necesidades psico-educativas expuestas deben ser consideradas para una propuesta integral, para dar respuesta a estas demandas lo que no significa dejar de mirar el amplio espectro del problema.

Establecer un plan preventivo para que no se ocasionen problemas que afecten a la salud mental, a la salud física y al bienestar en general de los estudiantes; o que no se profundicen; y, adoptar las alternativas especializadas para tratar a los estudiantes que estén afectados.

Entre otras:

- Planes obligatorios de actividad física controlados y de recreación, como principal antídoto para controlar los niveles sostenidos de estrés y la presencia de enfermedades;
- Técnicas de relajación y mejoramiento del sueño;
- Técnicas de afrontamiento especialmente para el control de situaciones;
- Programas para el control de tabaco y alcohol; y, otras sustancias estupefacientes, con enfoque de género; y,
- Asistencia técnico- pedagógica a los estudiantes con problemas psicológicos

Considerar los aspectos positivos determinados en el estudio para fortalecerlos:

- Fortalecer la relación familiar, especialmente en la consolidación de los proyectos personales;
- Fortalecer los grupos sociales como mecanismos de ayuda y solidaridad para superar los errores y red de apoyo inmediata.
- Ofrecer por parte de la Institución apoyo inmediatos, especialmente dirigidos a estudiantes que no son de la ciudad de Loja;
- Persistir en lograr mantener y aumentar los niveles de autoestima; y, en la necesidad de la aceptación a sí mismo.

- Reconsiderar en el currículo la carga académica de los ciclos y asignaturas en particular, considerando, en su conjunto las necesidades de los procesos de aprendizaje;
- Lograr una mayor eficacia académica en los estudiantes, formándolos, desde antes del primer nivel en técnicas, habilidades y planificación de los aprendizajes; así como a los docentes;
- Implementar el sistema de tutorías como garantía de aprendizaje y apoyo psicológico a los estudiantes; y,
- Mejorar la orientación vocacional y profesional considerando los niveles de estudio.

BIBLIOGRAFÍA

- Agudelo Diana, Casadiegos Claudia, Sánchez Diana. Relación entre esquemas mal adaptativos tempranos y características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. Relation Between Early Maladaptive Schemes and Anxiety and Depression Features in University Students. Revista de Psicología (publicación periódica en línea). 2009ene/abr; 8 (1). Disponible en URL:http://www.scielo1.unal.edu.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672009000100007&lng=es&nrm=iso

- Álvarez, Cecilia. Depresión, una crisis global, Artículo World Federation for Mental Health (publicación periódica en línea). 2012: 5-6. Se consigue en URL:<http://www.wfmh.org/2012DOCS/WMHDay%20Packet%2020%20Spanish%20Translation%202.pdf>

- Aranceli et al., 2006 citada en: Feldman, I., Goncalves, L., Chacón-Pignau, G., Zaragoza, J., Bagés, N., De Pablo, Joan. Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. Artículo de investigación del grupo “Psicología y salud” de la Universidad Simón Bolívar, Venezuela. En: Universidad Psicología. Bogotá, Colombia, V. 7 NO. 3 PP. 739-751 Septiembre- Diciembre. ISSN 1657-9267.

- Arnett, J.J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teen through the twenties. American Psychologist, 55, 469-480.

- Augusto, J.M. y Martinez, R. (1998). Afrontamiento al estrés y salud: panorama actual de la investigación. Boletín de Psicología, 58, 31-48.

- Avia, M.D. y Vazquez, C. (1998). Optimismo inteligente. Madrid: Alianza
- Carver, C.S., Pozo, C., Harris, S.D., Noriega, V., Scheier, M.F., Robinson, D.S., Ketcham, A.S., Moffat, F.L. y Clark, K.C. (1993). How coping mediates the effects of optimism on distress: a study of women with early stage breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 375-390. Carver, C.S. y Scheier, M
- Balcázar Patricia, Loera Nancy, Gurrola Margarita, Bonilla Martha, Trejo Luis. Adaptación de la escala de bienestar psicológico de Ryffen adolescentes preuniversitarios. *Revista Científica Electrónica de Psicología* (publicación periódica en línea). 2007; 1(7): 71. Disponible en URL:http://dgsa.uaeh.edu.mx/revista/psicologia/IMG/pdf/5_-_No._7.pdf
- Bandura, 1999. Social Cognitive theory of personality. En L. Pervin y O. John (Eds.), *Handbook of Personality* (2nd ed.) (pp. 154-196). New York: Guildford
- Bedoya .Silvana, Perea. Miguel, Martínez Rosario. Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología. Artículo pdf (publicación en línea). 2006: 15-20. Disponible en URL: http://www.upch.edu.pe/faest/publica/2006/vol16-n1/vol16_n1_06_art3.pdf
- Beck, R., Taylor, C. y Robbins, M. (2003). Missing home: Sociotropy and autonomy and their relationship to psychological distress and homesickness in college freshmen. *Anxiety, Stress and Coping*, 16, 155-162.
- Beck, A. T. & Freeman, A. (1995). *Terapia cognitiva de los trastornos de la personalidad*. Barcelona: Paidós

- Beck, A. & Clark, D. (1988). Anxiety and depression: An information processing perspective. *AnxietyResearch*, 1, 23-36.
- Boira Santiago, López Yolanda, Oliván Bárbara. Influencia del estrés y otros factores psicológicos en las nuevas titulaciones de grado. Artículo pdf (publicación periódica en línea). Disponible en URL: <http://www.uem.es/myfiles/pageposts/jiu/jiu2010/pdf/110c.pdf>
- Bonifacio Sandín. El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales (revista internacional de psicología clínica en línea) 2003: 141-157. Disponible en URL: http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-65.pdf.
- Borda Mariela, Navarro Edgar, Berdejo Erick, P. Harold, Racedo Karen, Ruiz Jennifer. Síndrome de Burnout en estudiantes de internado del Hospital Universidad del Norte Salud Uninorte. Barranquilla (Col.). *Revista Salud Uninorte* (publicación en línea). 2007; 23 (1): 43-51. Disponible en URL: http://www.scielo.unal.edu.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012055522007000100006&lng=pt&nrm=
- Brannon, L. (2001). *Psicología de la salud*. Madrid: Thomson Paraninfo
- Caballero D., C.C., Abello LL, Raymundo, Palacio S., J.- Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios En: *Avances en Psicología Latinoamericana/Bogotá (Colombia)/Vol. 25(2)/pp. 98-111/2007/ISSN1794-4724*. Dirección electrónica: <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v25n2/v25n2a7.pdf>

- Carver et al, 1993; Stanton y Zinder, 1993
- Casas Rivero J. Síndrome de Fatiga Crónica. Centro de Asistencia Primaria Sant Andreu de Barcelona- España (publicación en línea). 2009, 8(3) 277-279. Disponible en: http://www.sepeap.org/imagenes/secciones/Image/_USER_/abril09_art6.pdf.
- Casullo, M y Castro Solano, A. (2000). Evaluación del Bienestar Psicológico. Revista de Psicología. XVIII, 2, 37-68.
- Cabanach, Ramón G. Antonio Valle, Susana Rodríguez, Isabel Piñeiro y Patricia González, European Journal of Education and Psychology 2010, Vol. 3, Nº 1 (Págs. 75-87) .- Dirección electrónica: © Eur. j. educ. psychol.- ISSN 1888-8992 // www.ejep.es
- Cohen, S., Tyrell, D.A.J. y Smith, A. P. (1993). Negative life events, perceived stress, negative affect, and susceptibility to the common cold. Journal of Personality and Social Psychology, 64, 131-140.
- Cohen, S y Ashby, T. Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 1985, 98, 2, 310-357
- Coronel Paola. Bienestar psicológico. Consideraciones Teóricas. Revista Científica de Psicología (publicación periódica en línea). 2003; 1:6-7. Disponible en URL:[http://www.psicologia.unt.edu.ar/index.php?option=com...task ...](http://www.psicologia.unt.edu.ar/index.php?option=com...task...)
- Contini Norma; Lacunza Ana, Medina Susana, Álvarez Melisa. Soledad y aislamiento adolescente. Revista electrónica de Psicología Íztacala. Universidad Nacional autónoma de México (publicación periódica en línea). 2012. 15(1). Disponible en URL : <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol15num1/>

- Cova S., F., Alvial S., W.; Aro D., M., Bonifetti D., A., Hernández M.,M., Rodríguez C., C.- Problemas de Salud Mental en Estudiantes de la Universidad de Concepción. Universidad de Concepción, Chile. En: TERAPIA PSICOLÓGICA 2007, Vol. 25, N°2, 105-112
- (CSI) de Tobin, Holroyd y Reynolds (1984) en su versión española (Otero etal, 1998).
- Extremera P. Natalio. Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagementy estrés en estudiantes universitarios. Revista de Educación (publicación en línea). 2007; 34(2) Enero-abril: 239-256. Disponible en URL: http://www.revistaeducacion.mec.es/re342/re342_12.pdf
- Darrigrande José, Olivares Víctor E, Aguilar José, Marileo Claudio, Mansilla Natalia, Méndez Jeruza. El síndrome de quemarse por el trabajo (SQT) en profesores de colegios privados y liceos técnicos de Santiago de Chile. Revista de Psicología (publicación en línea). 2009; 1(2): 243-252. Disponible en URL: <http://edu.uamericas.cl/psicologia/files/2011/04/articulo-revista-imed-vol-1nc2ba2-243-252-2009.pdf>
- Díaz Martín Yanet. Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. Rev Hum Med [revista en la Internet]. 2010 Abr [citado 2014 Oct 15] ; 10(1): . Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202010000100007&lng=es.
- Diener, E. (1994). Assessing Subjective Well-Being: Progress and Opportunities. Social Indicators Research, 31, 103-157.

- Dowd, E. T. (2004). Depression: Theory, assessment and new directions in practice. *International Journal of Child and Health Psychology*, 4, 413-423

- Extremera, P.N., Durán, A.- *Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios*.- Universidad de Málaga, *Facultad de Psicología* .Revista de Educación, 342. Enero-abril 2007, pp. 239-256.- Fecha de entrada: 08-09-2005 Fecha de aceptación: 27-03-2006.- Lourdes Rey. *AMADPSI* *Correo* *electrónico:*
http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2253635

- Feldman, I., Goncalves, L., Chacón-Pignau, G., Zaragoza, J., Bagés, N., De Pablo, Joan. Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. Artículo de investigación del grupo “Psicología y salud” de la Universidad Simón Bolívar, Venezuela. En: *Universidad Psicología*. Bogotá, Colombia, V. 7 NO. 3 PP. 739-751 Septiembre-Diciembre. ISSN 1657-9267.

- Fernández Martínez, O., Hidalgo Cabrera, C., Martín Tapia, A., Moreno Suárez, S., García del Río García, B. Burnout en médicos residentes que realizan guardias en un servicio de urgencias. *Revista de Medicina Familiar y Comunitaria*. Hospital Virgen de las Nieves. Granada (publicación en línea). 2007; 19:116-121. Disponible en URL: <http://residentsvergedelacinta.blogspot.es/img/burnout.pdf>

- Firth-Cozens J. The Psychological problems of doctors. 79-92. In: Firth-Cozens J and Payne R. *Stress in Health professionals*. England: Wiley&sons 1999.

- Forbes, A. & Roger, D. (1999). Stress, Social Support and Fear of Disclosure. *British Journal of Health Psychology*, 4, 165-179.

- Fuente Bibliográfica: Estrés, como entenderlo, entenderse y vencerlo, Dr. Daniel López Rosetti, El Manejo del Estrés – Atilio Raul Puliti, Lic. Ledia Gutiérrez Lanzas - Psicóloga Clínica Enciclopedia Daxicormédica.- POR: PROF. SILVIA CHEDIEK.- Directora General de Instituto de Capacitación en Educación Terciaria, I.C.E.T. J. Chediek.
- García, Juan. Pacientes apáticos: Valoración Psicológica y Neurológica. Revista de psicología. Instituto Mexicano del Seguro Social. Querétaro (publicación periódica en línea). 2012 abril 26:1-2 Disponible en <http://www.imss.gob.mx/delegaciones/queretaro/Documents/>.
- García María Isabel. El absentismo escolar en zonas socialmente desfavorecidas. Revista de Educación. Ciudad de Barcelona. Universidad Autónoma de Barcelona (publicación periódica en línea), 2005; 1(338): 347-348. Disponible en URL: http://www.tdx.cesca.es/TESIS_UAB/AVAILABLE/TDX0114102162443/mgg01de16.pdf
- Gil- Monte Pedro. La evaluación y el diagnóstico del síndrome de quemarse por el trabajo (Burnout). Facultad de Psicología Universidad de Valencia- España (publicaciones en línea). 2006 octubre 14; 1: 2. Disponible en URL:http://www3.uaem.mx/foroamericas_memorias/3TALLERES/Material%20Gil%20Monte.pdf
- Gillham, Shatte, Reivich y Seligman, 2001.
- Gómez Viviola, Villegas Cristina, Barrera Fernando, Cruz Julio. Factores predictores de bienestar subjetivo en una muestra colombiana: Predictive Factors of Subjective Well-Being in a Colombian Sample. Revista Latinoamericana de Psicología

(publicación periódica en (N., 2003)línea). 2007 May/Aug; 39(2).
Disponible en
URL:http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S012005342007000200008&script=sci_arttext

- Gonczi, A., Curtain, R., Hager, P., Hallard, A. y Harrison, J. (1995). Key competencies in on-the-job training, Sydney: University of Technology Sydney

- González Mónica, Landero René, García Javier. Relación entre la depresión, la ansiedad y los síntomas psicosomáticos en una muestra de estudiantes universitarios del norte de México. The relationship among depression, anxiety, and somatic symptoms in a sample of university students in northern Mexico. Revista Panamericana de Salud Pública (publicación periódica en línea). 2009/Feb; 25(2). Disponible en URL: http://www.scielosp.org/scielo.php?pid=S102049892009000200007&script=sci_arttext.

- González Ramírez MT, Landero Hernández R. Confirmación de un modelo explicativo del estrés y de los síntomas psicosomáticos mediante ecuaciones estructurales. Revista Panamericana de Salud Pública (publicación periódica en línea). 2008 Enero ; 23(1). Disponible en URL:http://www.scielosp.org/scielo.php?pid=S102049892008000100002&script=sci_arttext

- Guarino, L., Gavidia, I., Antor, M., Caballero, H.- Estrés, salud mental y cambios inmunológicos en estudiantes universitarios.- Universidad Simón Bolívar (Venezuela). En: Psicología Conductual, Vol.8, N 1, 2000 pp. 59-72. Dirección electrónica: <http://www.funveca.org/revista/PDFespanol/2000/art04.1.08.pdf>.

- Herrera L Luz María, Rivera M María Soledad. *Prevalencia de malestar psicológico en estudiantes de enfermería relacionada con factores sociodemográficos, académicos y familiares*. Cienc. enferm. [revista en la Internet]. 2011 [citado 2014 Oct 15]; 17(2): 55-64. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532011000200007&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532011000200007>.

- Hermann., Helen, Saxena., Sekhan. Promoción de la Salud Mental. Conceptos, Evidencia Emergente y Práctica. Informe de la OMS. Ginebra, disponible en: http://www.who.int/mental_health/evidence/promocion_de_la_salud_mental.pdf. Pág.: 5.

- Huaquín M. Víctor R., Loaíza H. Renato. *Exigencias académicas y estrés en las carreras de la Facultad de Medicina de la Universidad Austral de Chile*. Estudios pedagógicos (Valdivia)(publicación en línea). 2004. (30) . Disponible en URL: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071807052004000100003&script=sci_arttext.

- Jiménez Bernardo, Rodríguez Raquel, Redonda Eva. La evaluación del burnout profesional factorización del MBI-GS un análisis preliminar. Publicado en la revista Estrés y Ansiedad [en línea]. 2001; 7(1): 5-8. Disponible en URL: <http://www.uam.es/gruposinv/esalud/Articulos/Salud%20Laboral/MBI-GS-Adaptacion-espa%F1ola.pdf>

- LaPerrierre, A., Ironson, G., Antoni, M. H., Schneiderman, N., Klimas, N. Fletcher, M. A. (1994). Exercise and psychoneuroimmunology. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 26, 182-190.

- Lazarus R, Folkman S. Stress, coping and adaptation. New York: Springer; 1984.
- Lowe, G., Urquhart, J., Greenman, J. y Lowe, G. (2000). Academic stress and secretory immunoglobulin. *Psychological Reports*, 87, 721-722.
- Laura., V. (30 de Enero de 2014). *La Psicología Hoy - Asistencia e Información en Psicoterapia* . Obtenido de <http://la-psicologia-hoy.blogspot.com/>
- Macías Barraza Arturo. El campo de estudio de estrés. *Revista Internacional de Psicología*. Instituto de la familia Guatemala (publicación en línea). 2007 Julio; 8(2) Disponible en URL: <http://psicologiarevista.99k.org/EI%20campo%20de%20estudio%20de%20estres.pdf>.
- Macías A, Carrasco R, Arreola M SB. Síndrome de Burnout: Un estudio comparativo entre profesores y médicos de la ciudad de Durango (Monografía). Dgo. México [en línea], abril de 2007. Disponible en URL: http://www.intec.edu.do/downloads/pdf/biblioteca/014biblioteca_normas_vancouver.pdf
- Martín Mozón I. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*. Colegio Oficial de Psicología. Universidad de Sevilla (publicación en línea). 2007; 25 (1): 87-89. Disponible en URL: http://www.cop.es/delegaci/andocci/files/contenidos/VOL25_1_7.pdf
- Martínez-Correa, A., Reyes del Paso, G.A., García-Leon, A., y González-Jareño, Ma. I.- Optimismo/pesimismo disposicional y estrategias de afrontamiento del estrés.- Universidad de Jaén,

Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. En: *Psicothema* 2006. Vol. 18, nº 1, pp. 66-72 ISSN 0214 - 9915 CODEN PSOTEG. Dirección electrónica: www.psicothema.com

- Marty M., Lavín G. Matías, Figueroa M. Maximiliano, Larraín de la C. Demetrio, Cruz M. Carlos. Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. *Rev. chil. neuro-psiquiatr.* [revista en la Internet]. 2005 Mar [citado 2014 Oct 15]; 43(1): 25-32. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272005000100004&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272005000100004>.
- Maslach y Jackson(1986). *Maslach Burnout Inventory Manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist (2 ° Edición).
- McClelland, D. C. (1973). Testing for competence rather than for 'intelligence', *American Psychologist*, 28,1, 423-447
- Misra, R. y McKean, M. (2000). College'students academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16, 41-52.
- Mella Rafaela, González Luis, D'Appolonio Jorge, Maldonado Ivonne, Fuenzalida Alfredo, Díaz Andrea. Factores asociados al bienestar subjetivo en el adulto mayor. *Revista Científica Psykhe*. (publicación periódica en línea).2004 May; 13(1). Disponible en URL:http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071822282004000100007&script=sci_arttet
- Mora Víctor, Loaiza Renato. Exigencias académicas y estrés en las carreras de la Facultad de Medicina de la Universidad Austral de Chile. *Revista de Estudios Pedagógicos* (publicación en línea). 2004;

(30): 39-59 [citado 2012-12-23]. Disponible en: <http://www.scielo.cl/scielo.php?Script=sci_arttext&pid=S0718-07052004000100003&lng=es&nrm=iso>. ISSN 0718-0705. Doi: 10.4067/S0718-07052004000100003.

- Muñoz, F. J. (2004): *El estrés académico: problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial*. Universidad de Huelva.
- Olaz, F. (2001). *La teoría social cognitiva de la autoeficacia, contribuciones a la explicación del comportamiento vocacional*. Tesis de Grado, Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Córdoba, Argentina
- Ortega C, López F. El Burnout o síndrome de estar quemado en los profesionales sanitarios: revisión y perspectivas. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. Universidad de Almería, España (publicación en línea). 2004; 4(1):139. Disponible en URL: http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-100.pdf
- Pareja Grande J.A. El sueño y sus 233 trastornos. *Revista Medicine. Servicio de Neurología. Hospital Universitario Quirón. Madrid* (publicación en línea). 2011, 10(74):5026-34. Disponible en URL: <http://www.elsevier.es/sites/default/files/elsevier/pdf/62/62v10n74a90001253pdf001.pdf>.
- Pallavicini J, Venegas L, Romo O. Estrés en estudiantes de medicina de la Universidad Católica de Chile. *Rev Psiquiatr Clín* 1988; 25: 23-29).
- Pérez San Gregorio, Rodríguez Martín, Gallego Corpa, Correa E, Chamorro J., Pérez Bernal. Repercusiones psicológicas del estrés laboral en los profesionales sanitarios que trabajan en los Equipos de Trasplantes. *Revista de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de*

enlace. Artículo pdf (publicación en línea). 2003; (66): 19-20. Disponible en URL: <http://www.bvsde.paho.org/bvsacd/cd49/Cuad-66-Trabajo2.pdf>.

- Pérez María, Borda Mercedes. Estrategias de intervención psicológica para potenciar el rendimiento académico de los alumnos. Revista de Enseñanza Universitaria (publicación periódica en línea). 2000; 1:274-275. Se consigue en URL:http://institucional.us.es/revistas/universitaria/extra2000/art_24.pdf
- Polo, A.; Hernández, J. M.; Poza, C.- Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. Universidad Autónoma de Madrid (publicación en línea). p: 4-7 Dirección electrónica: http://www.unileon.es/estudiantes/atencion_universitario/articulo.pdf
- Pulido Rull Marco, Serrano Sánchez María, Valdés Estefanía, Chávez María Teresa, Hidalgo Pamela, Vera Fernando. Estrés académico en estudiantes universitarios. Academic stress in university students. Revista de Psicología y Salud (publicado en línea). 2011 ene/jun; 21(1): 31-37. Disponible en URL: <http://www.uv.mx/psicysalud/psicysalud-21-1/21-1/Marco-Antonio-Pulido-Rull.pdf>
- Reyes,N. (2003). *Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la asertividad en estudiantes del primer año de Psicología de la UNMSM*. Trabajo de grado no publicado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, San Marcos, Perú. . Disponible: http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/Tesis/Salud/Reyes_T_Y/T_completo.pdf

- Reinfeld Bernard, Rojas Teresa. Reflexiones sobre Apatía. Publicado en Archivos Venezolanos de Psiquiatría y Neurología. 2005 Diciembre. 51(105): 19-20. Disponible en: <http://www.svp.org.ve/images/articulo3n105.pdf>.
- Rich, A.R. y Scovel, M. (1987). Causes of depression in college students: A cross-lagged panel correlation analysis. *Psychological Reports*, 60, 27-30
- Rosales Edmundo, Rey De Castro Jorge. Sleepiness: What it is, what causes it, and how measure it. Artículo Pdf (publicación en línea). 2010; 27(2): 138. Disponible en URL: <http://www.cmp.org.pe/actamedica/2010/2/a10vol27n2.pdf>
- Ryff, C. & Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 69(4), 719-722.
- Román Carlos, Ortiz Felino, Hernández Yemina. El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. Escuela Latinoamericana de Medicina, Cuba. *Revista Iberoamericana de Educación* (publicación en línea). 2008 julio 25; 7(46): 2-8. Disponible en URL: http://www.unileon.es/estudiantes/atencion_universitario/articulo.pdf.
- Rospenda, K., Halpert, J. & Richman, J. (1994). Effects of Social Support on Medical Student's Performances. *Academic Medicine*, 69 (6), 496-500.
- Salanova Marisa, Martínez Isabel M^a, Bresó Edgar, Llorens Susana, Grau Rosa. Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Revista de Psicología Murcia- España* (publicaciones en línea). 2005 junio;

21(1): 170. Disponible en URL:
http://www.um.es/analesps/v21/v21_1/16-21_1.pdf

- SALOVEY, P.; BEDELL, B.; DETWEILER, J. B.; MAYER, J. D. (1999): «Coping intelligently: Emotional intelligence and the coping process», en C. R.Snyder (eds.).Coping:The psychology of what works. New York: Oxford University Press, pp. 141-16

- Seperiza P. CiberEscrito N° 6 de Mundo Mejor. Chile: Quilpue; 1994. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos14/estres/estres.shtml>

- Silber M. The investigation of sleepiness. Sleep Med Clin. 2006;1:1-7.Cluydts R, De Valck E, Verstraeten E, Theys P. Daytime sleepiness and its evaluation. Sleep Med Rev. 2002; 6(2):83-96.

- Sierra J, Ortega V. Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar (publicación periódica en línea) 1-49 pag. Marzo 2003. Disponible en URL: <http://www.animasalud.files.wordpress.com/2009/02/anisedad-angustia-strees.pdf>.

- Silverio, Miguel Ángel. La tristeza: análisis y propuestas educativas. Tesis Doctoral de la Universidad las Lagunas. Departamento de Psicología Educativa, Evolutiva y Psicobiología, Guajara- Imbabura. 2002 abril 23: 96.-97 Disponible en URL: http://exordio.qfb.umich.mx/archivos%20pdf%20de%20trabajo%20um_snh/aphilosofia/tesis%/

- Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York:McGraw-Hill. New York: Philadelphia: Lippincott Co., 1974.
- TamPhun Elena, Santos Claudia. El consumo de alcohol y el estrés entre estudiantes del segundo año de enfermería. *Alcohol Consumption and Stress in SecondYear Nursing Students*. *Revista Latino Americana de Enfermagem*(publicación periódica en línea). 2010May/June; 18(1). Se consigue enURL:http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010411692010000700003
- Turnes A. La salud mental, el médico y los profesionales de la salud. *El Diario Médico, Salud Hoy*. Montevideo, Uruguay (publicado en línea). 2002 Septiembre. Disponible en URL: <http://www.smu.org.uy/publicaciones/eldiariomedico/n42/pag-2.pdf>
- Turner y Marino(1994) *Social Support and Social Structure: A Descriptive Epidemiology*. *Journal of Health and Social Behavior*, 35, 193-212.
- Urrego Betancourt, Problemas de salud mental detectados en el desarrollo de las prácticas de proyección social del programa de psicología de la Universidad piloto de Colombia. Universidad Piloto de Colombia. Coordinadora de Proyección Social. Ps. Esp. en Psicología de la Salud. Esp.en Gerencia Hospitalaria y Esp. en Docencia Universitaria: 1-13. Disponible en URL: http://www.contextos-revista.com/Revista%202/A2_Problemas_saludmental.pdf
- Vaz RF, Mbajorgu EF, Acuda SW. A preliminary study of stress levels among first year medical students at the University of Zimbabwe. *Cent Afr J Med* 1998; 44: 214-219

- Villabos G, 1997. Vigilancia Epidemiológica de los Factores Psicosociales. Aproximación conceptual y Valorativa. (Publicación periódica en línea, artículo original) Octubre-diciembre del 2004. Disponible en URL: <http://www.cienciaytrabajo.cl/pdfs/14/Pagina%20197.pdf>.
- Veenhoven, R. (1991). "Is Happiness Relative?", *Social Indicators Research*, 24: 1-34.
- Virgen Ricardo, Lara Ana Cecilia, Morales Gabriela, Bayardo Sergio. Los Trastornos de ansiedad. *Revista Digital Universitaria* (publicación periódica en línea). 2005 Nov/Dic. 6(11): 4-5. Disponible en URL: http://www.revista.unam.mx/vol.6/num11/art109/nov_art109.pdf.
- Weinert, F. E. (2001). Concept of competence: a conceptual clarification, in: D. S. Rychen y L. H. Salganik (Eds.). *Defining and selecting key competencies*, Göttingen: Hogrefe
- White Glen, Gutiérrez Richard, Gardner Scott. Fatiga crónica. *Revista Condiciones Secundarias de Prevención y Tratamiento. Centro de Investigación y Entrenamiento en Vida Independiente Universidad de Kansas Research & Training Center on Independent Living* (publicado en línea). 2004; 1 (4): 3-4. Disponible en: <http://www.rtcil.org/products/RTCIL%20publications/Health%20Issues/SCI%20Chronic%20Fatigue%20Spanish.pdf>.

ANEXOS



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA**

NO. ENCUESTA:.....

NOMBRE:.....
C.I.:..... **EDAD:**

GÉNERO:

FEMENINO	<input type="checkbox"/>	MASCULINO	<input type="checkbox"/>
----------	--------------------------	-----------	--------------------------

ESTADO CIVIL:

SOLTERO	<input type="checkbox"/>	CASADO	<input type="checkbox"/>	DIVORCIADO	<input type="checkbox"/>	UNIÓN LIBRE	<input type="checkbox"/>	VIUDO	<input type="checkbox"/>
---------	--------------------------	--------	--------------------------	------------	--------------------------	-------------	--------------------------	-------	--------------------------

¿A QUÉ RELIGIÓN PERTENECE?

CATÓLICO	<input type="checkbox"/>
CRISTIANO - EVANGÉLICO	<input type="checkbox"/>
TEST. JEHOVA	<input type="checkbox"/>
JESUCRISTO DE LOS SANTOS DE LOS ÚLTIMOS DÍAS	<input type="checkbox"/>
ADVENTISTA	<input type="checkbox"/>
ATEO	<input type="checkbox"/>
OTROS	<input type="checkbox"/>

¿CÓMO CALIFICA USTED SU SITUACIÓN SOCIOECONÓMICA?

ALTA	<input type="checkbox"/>	MEDIA ALTA	<input type="checkbox"/>	MEDIA BAJA	<input type="checkbox"/>	POPULAR	<input type="checkbox"/>
------	--------------------------	------------	--------------------------	------------	--------------------------	---------	--------------------------

¿EN QUÉ SECTOR RESIDE ACTUALMENTE?

URBANO RURAL **SECTOR:**

MEDICINA	<input type="checkbox"/>
ENFERMERÍA	<input type="checkbox"/>
ODONTOLOGÍA	<input type="checkbox"/>
LABORATORIO CLÍNICO	<input type="checkbox"/>
PSICOLOGÍA CLÍNICA	<input checked="" type="checkbox"/>

CARRERA:

PRIMERO	<input type="checkbox"/>
CUARTO	<input type="checkbox"/>
SEXTO	<input type="checkbox"/>
OCTAVO	<input type="checkbox"/>
DÉCIMO	<input type="checkbox"/>
INTERNADO	<input type="checkbox"/>

MÓDULO:



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA**

Señor estudiante, sírvase en marcar la opción que considere adecuada para su situación con la mayor sinceridad posible. A la izquierda encontrará una serie de emociones. A la derecha se indica el grado con el que las experimenta, **marque con una "X" la intensidad con la que ha vivido cada una de ellas, durante los ÚLTIMOS TRES MESES.**

AUTORREPORTE VIVENCIAL				
VIVENCIA/ INTENSIDAD	ESCASAMENTE	MODERADAMENTE	INTENSAMENTE	
Inquietud				
Desconfianza				
Irritabilidad				
Tristeza				
Apatía				
Miedo				
Inseguridad				
Sufrimiento				
Abatimiento				
Angustia				
Ira				
Rechazo				
Ansiedad				
Desprecio				
TOTAL:				
P.T:				C:



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA**

Señor estudiante, sírvase marcar la opción que considere adecuada para su situación con la mayor sinceridad posible. **Evalúa y marca con una "X" qué tanto son necesidad para ti.**

CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS			
NECESIDADES DE LOS ESTUDIANTES	NADA NECESARIO	POCO NECESARIO	MUY NECESARIO
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno.			
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje.			
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes.			
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales.			
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc.			
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios.			
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos.			
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales.			
9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajo en equipo.			
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del auto concepto, la autoestima y el autocontrol emocional.			
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias.			
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje.			
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías.			
14. Orientación profesional.			
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil.			



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA

Señor estudiante, sírvase en marcar la opción que considere adecuada para su situación con la mayor sinceridad posible. **Las preguntas se refieren exclusivamente a aquellas molestias que haya experimentado en las ÚLTIMAS TRES SEMANAS.**

CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL				
ÁMBITOS QUE INVESTIGA	NO PARA NADA	NO MÁS DE LO HABITUAL	BASTANTE MÁS DE LO HABITUAL	MUCHO MÁS DE LO HABITUAL
1. ¿Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?				
2. ¿Ha tenido la sensación de estar enfermo?				
3. ¿Ha tenido dolores de cabeza?				
4. ¿Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar?				
5. ¿Ha tenido miedo de desmayarse en lugares públicos?				
6. ¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?				
7. ¿Se ha sentido cansado y fatigado aún para comer?				
8. ¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?				
9. ¿Ha pensado que usted no vale nada?				
10. ¿Se tarda más tiempo en hacer sus cosas que antes?				
11. ¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?				
12. ¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?				
13. ¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo?				
14. ¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?				
15. ¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?				
16. ¿Siente que no puede esperar nada de la vida?				
17. ¿Constantemente se ha sentido nervioso o a "punto de estallar"?				
18. ¿Ha sentido que no vale la pena vivir?				
19. ¿Ha pensado en la posibilidad de dejar la universidad?				
20. ¿Ha notado que a veces no puede hacer nada a causa de sus nervios?				

ÁMBITOS QUE INVESTIGA	MUCHO MÁS DE LO HABITUAL	BASTANTE MÁS DE LO HABITUAL	NO MÁS DE LO HABITUAL	NO PARA NADA
21. ¿Generalmente siente que hace bien las cosas?				
22. ¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?				
23. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?				
24. ¿Se ha sentido lleno de vida y energía?				
25. ¿Siente que puede concentrarse en todo lo que hace?				
26. ¿Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas?				

Puntuación:..... Q:.....



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA**

Señor estudiante, sírvase marcar la opción que considere adecuada para su situación con la mayor sinceridad posible. **Las respuestas deben ser marcadas en base a lo que pensó y sintió EL ÚLTIMO MES**

ESCALA BIEPS-J (JÓVENES-ADOLESCENTES)				
SITUACIONES		ESTOY EN DESACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	ESTOY DE ACUERDO
1	Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.			
2	Tengo amigos /as en quienes confiar.			
3	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
4	En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.			
5	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
6	Me importa pensar que haré en el futuro.			
7	Generalmente caigo bien a la gente.			
8	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
9	Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
10	Si estoy molesto /a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.			
11	Creo que en general me llevo bien con la gente.			
12	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
13	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar			
TOTAL:				
P.T		C		



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA**

Evalúa y marca con una **X** qué tanto son estresantes para ti cada una de estas situaciones, utilizando la escala que se encuentra en las tres últimas columnas de la derecha.

FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO				
SITUACIONES		NADA ESTRESANTE	POCO ESTRESANTE	MUY ESTRESANTE
1	Hacer un examen.			
2	Exponer un tema en clase.			
3	Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc.			
4	Sobrecarga académica.			
5	Saturación de alumnos en el aula.			
6	Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.			
7	Competitividad entre compañeros.			
8	Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.			
9	Trabajar en equipo.			
10	Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual.			
11	Esperar una calificación.			
12	Dificultades en la relación profesor-alumno.			
13	Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos.			
14	Dificultades en la relación compañeros –alumno.			
15	Presión por los resultados académicos en función del escalafón.			
16	Llegar tarde a clases.			
17	Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos.			
18	Condiciones en la beca para el estudio individual.			
19	Otras (ANÓTELAS Y CALIFIQUELAS)			
	1.			
	2.			
	3.			



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA**

Señor estudiante, sírvase marcar la opción que considere adecuada para su situación con la mayor sinceridad posible.

INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO

1. ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso de este semestre?

SI

NO

En caso de seleccionar la alternativa “no” el cuestionario se da por concluido en caso de seleccionar la alternativa “si” pasar a la pregunta número 2 y seguir con el resto del cuestionario.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3. Señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.

POSIBLES INQUIETUDES ESTRESANTES	NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1. La competencia con los compañeros de grupo					
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3. La personalidad y carácter del profesor					
4. Las evaluaciones de los profesores (pruebas, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consultas de temas, fichas de trabajos, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6. No entender los temas que se abordan en clases					
7. Participación en clases (responder a preguntas, exposiciones)					
8. Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otras (ANÓTELAS Y CALIFIQUELAS)					
-					
-					

4.-Señala con qué frecuencia tuvieron las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado y nervioso.

REACCIONES FÍSICAS	NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
2. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
3. Dolores de cabeza o migrañas					
4. Problemas de digestión, dolor abdominal, diarrea					
5. Rascarse o morderse la uñas, frotarse, etc.					
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					

REACCIONES PSICOLÓGICAS	NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1. Inquietud, (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
2. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
3. Ansiedad, angustia, desesperación.					
4. Problemas de concentración.					
5. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.					

REACCIONES COMPORTAMENTALES	NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
2. Aislamiento de los demás.					
3. Desgano para realizar labores escolares.					
4. Aumento o reducción para consumir alimentos.					
Otras (ANÓTELAS Y CALIFIQUELAS)					
-					
-					
-					

5.- Señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

ESTRATEGIAS	NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
3. Elogios a si mismo					
4. La religiosidad (asistencia a misa)					
5. Búsqueda de la información sobre la situación					
7. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
OTRAS ESTRATEGIAS (ANÓTELAS CALIFIQUELAS) Y					
1					
2					
3					
4					



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA**

Señor estudiante, sírvase marcar la opción que considere adecuada para su situación con la mayor sinceridad posible.

INVENTARIO DE RESPUESTAS FRENTE AL ESTRÉS ACADEMICO					
RESPUESTAS DE ESTRÉS	ALTERNATIVAS DE RESPUESTA				
NIVEL FISIOLÓGICO	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1. El corazón me late muy rápido y/o me falta aire y la respiración es agitada.					
2. Siento molestias en el estómago.					
3. Me tiemblan las manos o las piernas.					
4. Se me seca la boca y tengo dificultades para tragar.					
TOTAL					
PUNTAJE TOTAL:	MEDIANA:				
NIVEL COGNITIVO	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1. Me preocupo.					
2. Siento miedo.					
3. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.					
4. Me siento inseguro de mí mismo.					
5. Siento ganas de llorar.					
TOTAL					
PUNTAJE TOTAL:	MEDIANA:				
NIVEL MOTOR	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1. Realizo movimientos repetitivos con alguna parte de mi cuerpo, me quedo paralizado o mis movimientos son torpes.					
2. Fumo, como o bebo demasiado.					
3. me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo					
TOTAL					
PUNTAJE TOTAL:	MEDIANA:				



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA**

Señor estudiante, sírvase a marcar la opción que considere adecuada para su situación con la mayor sinceridad posible.

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE SÁNCHEZ; CANOVAS						
SITUACIONES		NUNCA	AVECES	MUCHAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1	Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas					
2	Me gusta transmitir mi felicidad a los demás					
3	Me siento bien conmigo mismo.					
4	Todo me parece interesante.					
5	Me gusta divertirme.					
6	Me siento jovial.					
7	Busco momentos de distracción y descanso					
8	Tengo buena suerte.					
9	Estoy ilusionada/o					
10	Me siento optimista					
11	Se me han abierto muchas puertas en la vida.					
12	Me siento en capacidad de realizar mi trabajo					
13	Creo que tengo buena salud					
14	Duermo bien y de forma tranquila					
15	Me creo útil y necesario para la gente.					
16	Creo que me sucederán cosas agradables.					
17	Pienso que como persona he logrado lo que quería.					
18	Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.					
19	Creo que puedo superar mi errores y debilidades					
20	Considero que mi familia me quiere.					
21	Me siento "en forma".					
22	Tengo muchas ganas de vivir					
23	Me enfrento a las tareas con buen ánimo.					
24	Me gusta lo que hago					
25	Disfruto de las comidas					
26	Me gusta salir y compartir con la gente.					
27	Me concentro con					

	facilidad en lo que estoy haciendo					
28	Considero que generalmente tengo buen humor					
29	Siento que todo me va bien.					
30	Tengo confianza en mí mismo					
TOTAL						
P.T		Q:				

ÍNDICE

CARATULA	I
CERTIFICACION	II
AUTORIA	III
CARTA DE AUTORIZACION	IV
DEDICATORIA	V
AGRADECIMIENTO	VI
TITULO	1
RESUMEN.	2
ABSTRACT.....	4
CAPITULO I.- INTRODUCCION	6
CAPITULO II.- REVISION DE LITERATURA	15
CAPITULO III.- METODOLOGIA	26
CAPÍTULO IV.- EXPOSICIÓN DE RESULTADOS	37
CAPÍTULO V.- DISCUSIÓN	177
CAPÍTULO VI.- CONCLUSIONES	210
CAPITULO VII.- RECOMENDACIONES	220
BIBLIOGRAFIA	222
ANEXOS	239