UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA SALUD HUMANA

CARRERA DE MEDICINA

TÍTULO:

"PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL ÁREA DE SALUD HUMANA ENERO-JULIO 2014".

Tesis de grado previa a la obtención del título de Médico General

AUTORA:

Yuri Zulay Jiménez Tacuri.

DIRECTOR:

Dr. Patricio Fernando Aguirre Aguirre. Mg.Sc.

Loja-Ecuador

2015

CERTIFICACIÓN DE APROBACIÓN

Dr. Patricio Fernando Aguirre Aguirre
DIRECTOR DE TESIS

Certifico haber dirigido y revisado prolijamente el informe final de la Tesis: "PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL ÁREA DE SALUD HUMANA ENERO - JULIO 2014", de autoría de la estudiante YURI ZULAY JIMÉNEZ TACURI, por lo que autorizo su presentación para el trámite de calificación y sustentación.

Loja, Mayo del 2015.

Dr. Patricio Fernando Aguirre Aguirre
DIRECTOR DE TESIS

AUTORÍA:

Declaro que el presente trabajo en su metodología, tabulación de datos recolectados, discusión, conclusiones y recomendaciones, son en su totalidad de absoluta responsabilidad de la autora.

Yuri Zulay Jiménez Tacuri

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS

Yo, Yuri Zulay Jiménez Tacuri, declaro ser la autora de la tesis titulada: "PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL ÁREA DE SALUD HUMANA ENERO JULIO 2014", 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 6 días del mes de mayo del dos mil quince, firma el autor.

Firma:

Autor: Yuri Zulay Jiménez Tacuri. **Cédula:** 1104907231

Dirección: "El Pedestal" Calle Epiclachima y Occidental esq..

Correo electrónico: zulyjim.04.11mel@gmail.com **Teléfono:** 0969177582

DATOS COMPLEMENTARIOS:

Director de Tesis: Dr. Patricio Fernando Aguirre Aguirre. Mg. Sc.

Tribunal de Grado:

Dr. Tito Goberth Carrión Dávila, Mg. Sc. (Presidente del tribunal)

Dr. Héctor Polidario Velepucha Velepucha, Mg. Sc. (Miembro del Tribunal)

Dra. Ruth Elizabeth Maldonado Rengel, Mg. Sc. (Miembro del Tribunal)

DEDICATORIA

Dedico el presente trabajo, fruto del esfuerzo, sacrificio y perseverancia a mis padres: el Sr. Luis Jiménez y la Sra. Francisca Tacuri, por haberme dado el ser, y nunca abandonarme en mis luchas, por enseñarme a soñar y luchar por mis objetivos. A mi hija Melody Ailyn, por ser mi motor y mi fuerza a la hora de despertar frente a un nuevo día y enfrentar nuevos retos. A mi esposo Jeremy Mogrovejo por darme fuerza y ánimo en cada proyecto que me he trazado. A mis amigas incondicionales Hipatia, Viviana y Anita, por su espíritu y alegría por alentarme a superar cada obstáculo.

Con todo mi amor, este pequeño triunfo va por ustedes.

Yuri Zulay Jiménez Tacuri

AGRADECIMIENTOS

Dado por terminado este trabajo de investigación al que accedí con mucho entusiasmo, durante su ejecución pude constatar que además de ser un requisito para la obtención de mi título profesional, es un grano de arena más en la contribución al conocimiento de nuestra ilustre universidad.

Mi primer agradecimiento es a DIOS por su bendición durante toda mi vida. A mi padre y madre por su apoyo incondicional durante cada etapa de mi vida. A mi esposo Jeremy Mogrovejo por siempre haberme dado fuerza y apoyo moral. Al Dr. Jorge Reyes y su familia por haberme ayudado orientándome con sus capacidades y conocimientos en el desarrollo de mi tesis. Además mi director de tesis el Dr. Patricio Aguirre quien con su conocimiento me ha guiado en la elaboración de este trabajo de investigación, a la Universidad Nacional de Loja por haberme acogido y formado en la profesional que anhelo ser.

Un agradecimiento a todas las personas que de una forma u otra me han brindado su apoyo.

TÍTULO

PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL ÁREA DE LA SALUD HUMANA. ENERO – JULIO 2014

RESUMEN

La presente investigación se llevó a cabo con la finalidad de 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 de los estudiantes de La carrera de Enfermería del Área de la Salud Humana, en cada uno de los módulos, considerando el género, donde se pudo determinar las fuentes y prevalencia de estrés académico, valorar el estado general de salud mental de los alumnos; evidenciar la percepción subjetiva de bienestar psicológico; evaluar los niveles de bienestar subjetivo; percibir distintas reacciones o estados emocionales y establecer las necesidades psicoeducativas. Se realizó en la carrera de Enfermería del Área de la salud humana de la Universidad Nacional de Loja, con 211 estudiantes, durante el periodo académico Enero – Julio del 2014. Es un estudio cuantitativo, de corte transversal, descriptivo y analítico. Los instrumentos de valoración fueron: Inventario SISCO del estrés académico, cuestionario de fuentes de estrés académico, cuestionario de salud general, Inventario de respuestas frente al estrés académico, escala de bienestar subjetivo de Sánchez Casanova, escala de bienestar psicológico BIEPS-J, auto reporte vivencial y cuestionario de necesidades psicoeducativas, con los cuales se evidenció una prevalencia general de estrés académico en el 86,40% de los estudiantes, 82,80% en el género femenino y 86,50% en el masculino, las cinco principales fuentes de estrés académico son: hacer un examen; sobrecarga académica; exponer un tema en clases; falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas y esperar una calificación, la mayoría de estudiantes presenta un excelente y buen estado de salud mental, la percepción subjetiva de bienestar psicológico se encontró deteriorado, pero el nivel de bienestar subjetivo muy bueno, las principales reacciones que presentan frente al estrés son inquietud, irritabilidad, desconfianza, inseguridad y ansiedad y sugieren como necesidades psicoeducativas la 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, control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes y disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia carrera.

PALABRAS CLAVE: Estrés académico, Fuentes de estrés académico, Salud general, Bienestar subjetivo, Necesidades psicoeducativas.

ABSTRACT

The following investigation was developed with the purpose to study in an integral way in order to understand and explain the prevailing stress sources in the area academics, and the relation between subjective well being, physiological, emotional, state of health, and principle psycho educative needs of the students belonging to the area of nursing of human health. In each of the modules was considered the gender where it was determined the sources of prevailing academic stress as well as the value of the general state of mental health of the students and verify the subjective perceptions of psychological well being and evaluate the levels of subjective well being, perceive different reaction or emotional states and establish the psycho educative needs. The research was conducted at the Nursing Area of human health from the National University of Loja with 211 students during the academic period from January to July 2014. It is a quantitative, descriptive and analytic study. The tools used to conduct this investigation where: SISCO inventory of Academic Stress, questionnaires on the sources of academic stress, questionnaires on general health, Inventory of academic responses to stress, Sánchez Casanova's subjective well-being scale, the BIEPS-J scale of psychological well being, auto report experiential and psycho-educational needs questionnaire with which it was shown a general prevailing academic stress in an an 86.40% of the students; 82.80% in females and 86.50% in males. The top five sources of academic stress are exams; academic overload; class presentations, lack of time to meet the academic activities and awaiting course grades. Most students show excellent mental health. The subjective perception of psychological well being was found to be damaged, but the level of subjective well-being was well. The main reactions to stress were found to be restlessness, irritability, distrust, insecurity and anxiety which suggest as psycho-educational needs and suggest students to acquire training techniques such as, study plans, learning strategies, professional orientation, information, assistance and support. The psycho educative characteristic were, stress management

towards exams and have access to personalized guidance from teachers and / or students within the same career.

KEYWORDS: Academic Stress, Sources of academic stress, general health, subjective well being, psycho educational needs.

INTRODUCCIÓN

Concebimos como estrés, a un mecanismo de alarma orgánica que actúa a nivel del sistema nervioso, cardiovascular, endócrino e inmunológico, que produce un desequilibrio biofísico, frente a una demanda interna o externa del individuo, que supera a su capacidad de respuesta[1].

Entonces entendemos como estrés académico a aquél que se produce en el ámbito educativo e involucra variables interrelacionadas: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y efectos del estrés académico, todos estos factores que aparecen en un mismo entorno organizacional que en este estudio corresponde a la Universidad, donde sus repercusiones implicarían el bajo rendimiento estudiantil, y la frustración docente[2].

Existen muy pocas investigaciones acerca del estrés académico, en pocos estudios han concluido que a nivel mundial una de cada cuatro personas sufren problemas graves de estrés y se estima que el cincuenta de cada cien personas tiene algún problema que afecta a la salud mental[3].

En Ecuador los estudios en los estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato muestran una correlación entre el nivel de estrés académico y el rendimiento educativo, pero no encontraron diferencias significativas entre carreras y el género[4]. Igualmente, las investigaciones en nuestro país sobre estrés académico son escasas.

La Universidad Ecuatoriana, en un contexto cambiante de los sistemas de educación universitaria, han puesto en marcha nuevas ideas vinculadas a esta educación, lo que se constituyen experiencias organizacionales de cambio en la concepción de la actividad de docentes y estudiantes, y pueden por ello conllevar un marcado incremento del nivel de exigencia, del grado de incertidumbre y, en definitiva, del estrés tanto para el profesorado como para el alumnado. Tomando en cuenta lo expuesto, nace el impulso de realizar este trabajo investigativo.

El presente estudio se llevó a cabo en la carrera de Enfermería en el Área de la Salud Humana de la Universidad Nacional de Loja, durante el periodo académico enero – julio 2014, como parte del macro proyecto "PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PREGRADO DEL ÁREA DE LA SALUD HUMANA. ENERO – JULIO 2013".

Inició con el planteamiento del 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.

Como objetivo general se planteó: 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 de los estudiantes de La carrera de Enfermería del Área de la Salud Humana, en cada uno de los módulos, considerando el género. Los objetivos específicos son los siguientes: 1. Determinar las fuentes y prevalencia de estrés académico, 2. Valorar el estado general de salud mental de los alumnos; 3. Evidenciar la percepción subjetiva de bienestar psicológico; 4. Evaluar los niveles de bienestar subjetivo; 5. Percibir distintas reacciones o estados emocionales y 6. Establecer las necesidades psicoeducativas.

Este es un estudio de corte transversal; descriptivo y analítico; que emplea procedimientos cuantitativos, puesto que se realizó una sola medición, presenta la distribución del estrés académico, fuentes de estrés, y otras variables; y, establece la asociación entre variables permitiendo asociar y encontrar elementos para lograr una comprensión y explicación con fundamentos. El universo de estudio estuvo constituido de 270 estudiantes de la carrera de Enfermería, de los cuales la muestra constituyeron los estudiantes de la carrera de Enfermería que cumplieron

con los criterios de inclusión constituyendo un total de 211 estudiantes, de los cuales 175 son de género femenino y 36 pertenecen al género masculino; todos ellos en edades comprendidos entre 18 años y 27 años cumplidos, ningún alumno mostró negativa a la hora de participar y no hubieron estudiantes bajo tratamiento psiquiátrico.

Los instrumentos utilizados en este estudio fueron: Inventario SISCO del estrés académico, que recoge la prevalencia de estrés académico y su intensidad; cuestionario de salud general, mide el grado de daño en la salud mental; inventario de fuentes de estrés académico, inventario de respuestas frente al estrés académico, escala de bienestar subjetivo de Sánchez Casanova, que mide el bienestar subjetivo; escala bienestar psicológico, BIEPS-J, para evaluar el bienestar psicológico; cuestionario de auto reporte vivencial, para valorar los efectos del estrés académico y por último, el cuestionario de necesidades psicoeducativas. Los resultados obtenidos fueron procesados en el programa EpiInfo6.

Los resultados muestran que existe prevalencia de estrés general en un 83,40%, en el género femenino presenta una prevalencia del 82,80% y el masculino el 86,50%. El nivel de intensidad de estrés académico general y por género tiene una distribución similar y se ubica en nivel 3, con un 52,10% en las mujeres y 53,10% en hombres.

Según los resultados, las situaciones que causan mayor estrés académico son las que se relacionan con el sistema académico y de evaluación. Las principales cinco fuentes de estrés académico en los estudiantes de la Carrera de Enfermería son: Hacer un examen, Sobrecarga académica, Exponer un tema en clases, Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas y Esperar una calificación.

La mayoría de estudiantes muestran un estado de salud mental excelente y bueno; seguido de un deteriorado y muy deteriorado estado de salud mental, y en menor porcentaje el estado de salud mental regular.

La asociación del estrés académico con el nivel de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida, medido con la escala de Sánchez Casanova, muestra que la mayoría de estudiantes presentan una percepción

subjetiva del bienestar psicológico deteriorado y muy deteriorado. El estrés académico no tiene correlación con el nivel de bienestar psicológico (Escala BIEPS-J). Según los resultados la mayoría de estudiantes presenta un nivel de bienestar subjetivo bueno y muy bueno. Las reacciones principales frente al estrés académico en los estudiantes de Enfermería son: Inquietud, Irritabilidad, Desconfianza, Inseguridad y Ansiedad.

Por último, los estudiantes de Enfermería, señalan como principales necesidades psicoeducativas, calificándolas como “MUY NECESARIO”: 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; Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías.

REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

1. CONCEPTUALIZACIÓN DEL ESTRÉS ACADÉMICO.-

Existen varias teorías sobre lo que es el estrés y lo que éste implica en nuestro contexto social, sobretodo en el último siglo. No obstante, es necesario destacar que las teorías aclaran que “el estrés es un proceso normal del organismo y de hecho no hay vida sin estrés”. Así, “es normal hasta un cierto punto (eustrés) más allá del cual se convierte en negativo y dañino al organismo y se denomina distrés”[5].

En el artículo “Estrés, Epidemia del siglo XXI”, se proponen la siguiente “definición integradora”: “Se entiende por estrés aquella situación en la cual las demandas externas (sociales) o las demandas internas (psicológicas) superan nuestra capacidad de respuesta. Se provoca así una alarma orgánica que actúa sobre los sistemas nervioso, cardiovascular, endocrino e inmunológico, produciendo un desequilibrio psicofísico y la consiguiente aparición de la enfermedad”. De acuerdo a esto, coligen, “cualquier circunstancia que nos demande una respuesta psicofísica superior a nuestra capacidad de respuesta puede provocar estrés”[5].

En la actualidad se entiende que el término estrés “hace referencia a una sobrecarga emocional que experimenta el individuo, vinculada a una exigencia desproporcionada del ambiente, y que se manifiesta en un estado de nerviosismo porque requiere un sobre-esfuerzo por parte del individuo, poniéndole en riesgo de enfermar. En definitiva, el estrés es la respuesta fisiológica y psicológica del cuerpo ante un estímulo (estresor), que puede ser un evento, objeto o persona”[6].

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. (Martín, 2007)[7]. y, 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. (Polo y otros, 1996)[8].

Los estudios superiores que representan el punto culminante del estrés académico por las altas cargas de trabajo, también coinciden con una etapa de la vida en la que el estudiante debe enfrentarse a muchos cambios en su vida (Arnett, 2000); 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 (Beck, Taylor y Robbins, 2003)[9], lo que potenciaría sus efectos.

La mayoría de autores se refieren a los estresores académicos, como eventos ocurridos dentro del ámbito universitario que generan potencialmente estrés académico en los estudiantes. (Bedoya, 2006)[10]. Mientras que Kohn y Frazer define a los estresores como factores causales: "notas finales, el excesivo trabajo para casa, los exámenes" (Misra, 2000)[11]. 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)[12]. Sin embargo con lo expuesto, la mayoría de autores concuerdan que los exámenes son uno de los estresores más importantes de la vida estudiantil.

2. REACCIÓN ADAPTATIVA DEL ORGANISMO FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO.-

Frente a la exposición de estresores, Fisiológicamente se producen respuestas mediadas por el eje hipotálamo-hipofisario-adrenal y otras respuestas hormonales, comprendiendo tres fases consecutivas: Reacción de alarma; Fase de resistencia; Fase de agotamiento (Pérez, y otros, 2000)[13]. 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 nos refiramos. (Polo, y otros)[14].A partir de estas consideraciones, nace el concepto de ESTRATEGIAS DE

AFRONTAMIENTO, que se refiere a la capacidad de algunos individuos con altos niveles de autoeficacia que tienden a usar conductas de afrontamiento activo y centradas en el problema, mientras que los individuos con una baja autoeficacia usarían más estrategias centradas en la emoción. (Bandura, 1999)[15].

Se hacen evidentes dos tipos de afrontamiento: activo y pasivo. El afrontamiento activo, está conformado por estrategias como la planificación, la reinterpretación positiva y el crecimiento personal[16], dirigidas a la acción, resolución de problemas, reestructuración cognitiva, expresión de emociones y apoyo social[17], que se expresa como proceso mediador entre el optimismo, disposición y el estado de salud física, lo cual había sido sugerido por otros autores[18]. Las estrategias de afrontamiento pasivo, tales como la negación y el distanciamiento conductual[19], se caracteriza por el pesimismo, no dirigidas a la acción evitación de problemas, pensamientos ansiosos, autocritica y retirada social[20].

Las categorías que influyen directa e indirectamente, que se configuran y reconfiguran en estos procesos psicológicos son:

EL OPTIMISMO DISPOSICIONAL: 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[21].

LA AUTOEFICACIA: determina el esfuerzo que invierten las personas en una actividad, como también cuán perseverantes serán frente a los obstáculos, permitiendo así que el sujeto sea el productor de su propio futuro y no un simple predictor (Brannon, 2001)[22]. De esta manera, altos niveles de autoeficacia tienden a prevenir la experiencia del estrés y la baja autoeficacia desemboca en un incremento de la valoración que es amenazante y muy estresante (Jerusalem & Swarcher, 1992 citado en Donna & Tamy, 2002)[23].

EL VIGOR: Se refiere a altos niveles de energía, y a persistir y esforzarse en la labor que se lleva a cabo a pesar de los contratiempos y dificultades[24].

LA DEDICACIÓN: Es los elevados niveles de implicación, entusiasmo, inspiración, orgullo y reto en las tareas ocupacionales.

LA ABSORCIÓN: Hace alusión a altos niveles de concentración y de felicidad durante el desempeño de la actividad laboral[25].

PERFIL COGNITIVO: 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[26].

AUTOCONCEPTO ACADÉMICO: 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)[27].

COMPETENCIA: Un enfoque genérico lo define como las características principales y genéricas de las personas que han realizado los desempeños más eficaces. (Gonczi, 1995)[28]. 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)[29]. 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)[30]. Estos conceptos pueden ser orientados al sector académico.

INTELIGENCIA EMOCIONAL: Se entiende como la habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones propias y las de otras personas[31], que permitiría un mejor procesamiento y asimilación de la información emocional producida por los sucesos vitales cotidianos,

favoreciendo mayores niveles de bienestar y ajuste psicológico en los individuos (Salovey, Bedell, Detweiler, y Mayer, 1999)[32].

3. CONCEPTUALIZACIÓN DE LOS ESCENARIOS ASOCIADOS AL ESTRÉS ACADÉMICO.

RENDIMIENTO ACADÉMICO: Muchos autores lo consideran como "el producto final de la aplicación de su esfuerzo, mediatizado por sus actividades, rasgos y la percepción más o menos correcta de los cometidos asignados"[33].

SALUD MENTAL: 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)[34].

CALIDAD DE VIDA: Se define 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[35].

BIENESTAR PSICOLÓGICO: Resultado de una evaluación valorativa por parte del sujeto con respecto a cómo ha vivido[36].

BIENESTAR SUBJETIVO (BS): 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[37]. Se puede entender como la preponderancia de afectos positivos sobre los negativos; esto se refiere a lo que usualmente una persona puede definir como bienestar cuando predominan los afectos positivos más que los negativos[38].

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). Varios autores coinciden que existen tres constructos en torno al apoyo social, a saber:

recursos de apoyo en redes, conducta de apoyo y apoyo percibido subjetivamente. (Turner, y otros, 1994)[39]; representa un factor protector inespecífico opuesto a la acción nociva del estrés, lo que beneficia la salud y favorece la recuperación de la enfermedad[40].

4. IMPLICACIONES PSICOPATOLÓGICAS DEL ESTRÉS ACADÉMICO.-

La DEPRESIÓN: Enfermedad mental que se presenta con disminución del ánimo, perdida de interés o placer, energía disminuida, sentimientos de culpa o baja autoestima, alteraciones de sueño o apetito, y mala concentración. Se caracterizaría por una alta frecuencia de pensamientos negativos acerca de pérdidas y fracasos, evaluación negativa de uno mismo, culpa, y desesperanza hacía el futuro[41]. Con frecuencia, la depresión se presenta con signos de ansiedad.

ANSIEDAD: se caracterizaría por pensamientos consistentes en posibles daños y amenazas futuras[42]; puede manifestarse mediante respuestas fisiológicas (taquicardia, sudoración, boca seca, diarrea, etc.), respuestas motóricas (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)[42].

DESORDENES ANSIOSOS: Según Clark y Beck (1988) definen que los esquemas específicos de este tipo de trastornos se caracterizan por ser creencias mal adaptativas focalizadas en amenaza física o psicológica, y baja autoeficacia y vulnerabilidad al daño[43].

ESQUEMAS MAL ADAPTATIVOS: según Dowd (2004), pueden estar asociados a la depresión y son: Deprivación Emocional, Inestabilidad/Abandono, Vergüenza/ Defectuosidad y Fracaso[44].

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[45].

APATÍA: 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. Puede ser catalogada como un síntoma o un trastorno que puede llevar a la persona, de manera silenciosa y sin que tenga conciencia de ello, a condiciones de discapacidad laboral, familiar y social. Es la pérdida de la capacidad para el disfrute y el interés[46].

AUSENTISMO: ausencia física e injustificada de un alumno al aula, que tiende a ser considerado en la medida en que es reiterado y consecutivo; además, la existencia de absentismo virtual no siempre contemplado bajo la categoría absentismo: se trata de una situación en la que el alumno se inhibe dentro de la clase y, por así decirlo, está allí sin estar[47].

La TRISTEZA: 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[48].

El SÍNDROME DE BURNOUT, Síndrome de Desgaste Profesional (SDP), Psíquico o del Quemado[49]. Es un trastorno adaptativo o respuesta inapropiada a un estrés crónico que se caracteriza por un marcado cansancio físico y/o psicológico, conocido como cansancio emocional, un alto nivel de despersonalización y la falta de logros o de realización personal en el trabajo[50].

TRASTORNOS PSICOSOMÁTICOS O PSICOFISIOLÓGICOS se refieren a las dolencias físicas cuya aparición, mantenimiento o agravamiento puede relacionarse con factores psicológicos[51]. Son síntomas psicosomáticos las dolencias físicas para las que no se tiene la posibilidad de practicar un diagnóstico médico que las explique, estos síntomas pueden ser aislados y no constituir necesariamente un síndrome que coincida con el cuadro de una enfermedad[52].

5. SÍNTOMAS O MANIFESTACIONES DEL ESTRÉS ACADÉMICO.-

SÍNTOMAS FÍSICOS, se refieren a la aparición de respuestas físicas asociadas al estrés, los autores mencionan entre estos a: Trastornos en el sueño; fatiga crónica (cansancio permanente); dolores de cabeza, migrañas; problemas de digestión, somnolencia. Los SÍNTOMAS COMPORTAMENTALES, se refieren a la frecuencia de comportamientos asociados al estrés (Bedoya, 2006)[53].

TRANSTORNOS EN EL SUEÑO, se derivan de una alteración en la declaración u oscilación de los estados del ser (el sueño, la vigilia (alrededor de 24 horas), los diferentes estadios del sueño), 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)[54].

FÁTIGA CRÓNICA: Cuando 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)[55]. Además, debe de acompañarse de 4 o más de los siguientes síntomas: 1. Dificultades de concentración y pérdida de memoria; 2. Faringitis recurrentes; 3. Adenopatías; 4. Dolor muscular; 5. Dolor articular; 6. Jaquecas de nueva aparición; 7. Sueño no reparador; 8. Fatiga tras el esfuerzo (físico o mental) que persiste más de 24 horas después del mismo[56].

SOMNOLENCIA: tendencia de la persona a quedarse dormido, también conocido como la propensión a dormirse o la habilidad de transición de la

vigilia al sueño. La somnolencia normal ha sido distinguida de la patológica; en el primer caso es el resultado del ritmo circadiano en cambio la segunda resulta de un sueño alterado que lleva al déficit del sueño (Silber, 2006)[57].

HISTORIA DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

El área de la Salud fundada el 11 de septiembre de 1969, como Facultad de Medicina , decisión tomada como necesidad de nuestra provincia y la Región Sur de formar profesionales en el área de la salud que permitan contribuir en la solución de los problemas de la población. [58]

En 1977 se crea la escuela de Enfermería, como segunda escuela de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Loja, respondiendo a la necesidad sentida de formación de profesionales de enfermería en la ciudad y provincia de Loja, la carrera se inicia con 66 estudiantes y con una estructura curricular tradicional pro disciplinas unificado por ASEDEFE, con tres años de formación, distribuidos en seis ciclos, otorgándose el título de ENFERMERA GENERAL. La dirección de la escuela estuvo liderada por la Lic. Betty Espinoza, quien dirigió hasta junio de 1979, continuando la dirección la Lic. Fanny Lozano, hasta Marzo de 1982, distinguida profesional que dejó su plaza de trabajo en la ciudad de Latacunga, para incorporarse al equipo de trabajo de estructura de proyecto de creación de la Escuela de Enfermería y luego continuar su labor como parte de los directivos de la Facultad de Ciencias Médicas y posteriormente como docente.[58]

Como resultado de la formación de esta primera promoción egresan 16 profesionales, con título de enfermeras Generales, y ya hasta 1989 tenían diez promociones con cerca de 332 profesionales. En 1987 dio paso la reestructuración de la formación de profesionales de Enfermería, con 4 años de formación, con una malla curricular de tres años de formación científico-técnico y un año de internado rotativo, en que integran sus conocimientos recibidos en los años anteriores. Para 1990, la Universidad

Nacional de Loja impulsa la reforma académica mediante la implementación del SAMOT, cuyo propósito fundamental es mejorar su accionar basándose en la estrategia de vinculación con la colectividad, en correspondencia con los problemas regionales y nacionales. Para 1997 se da inicio al programa carrera de Enfermería en la provincia de Zamora Chinchipe, formándose una promoción, de las cuales egresaron 22 profesionales, los mismos que se encuentran laborando en distintos cantones de la provincia en 1998, se da inicio al primer curso complementario de Licenciatura en Enfermería modalidad semipresencial, ejecutado en la ciudad de Quito, formándose hasta el 2001, 55 profesionales.[58]

En 1999, se implementa la carrera de enfermería en la extensión de Zaruma, de las cuales egresaron 23 profesionales. Para al año 2002, se reemplazó su estructura por Áreas académico-Administrativas, en correspondencia a grandes campos problemáticos de la realidad con el afán de contribuir desde sus prácticas profesionales al desarrollo sustentable del país, de la región, para mejorar las 12 condiciones de vida de la población, pero lo que la Escuela de Enfermería pasa a ser la Carrera de Enfermería[58].

La Carrera de Enfermería es un proceso de formación de talentos humanos, a nivel de licenciatura, que responde a la problemática de salud del país, mediante una organización curricular que plantea el desarrollo de prácticas científico, técnicas y culturales basadas en el conocimiento de las ciencias biológicas, sociales y administrativas, dando sustento al proceso de atención integral de enfermería, mediante acciones de promoción de la salud, prevención y cuidado a las personas durante la enfermedad, con calidad, calidez y pertinencia.[59]

VISIÓN

La Carrera de Enfermería es una unidad de educación superior de alta calidad académica, acreditada, comprometida con el desarrollo regional y nacional, en permanente interacción institucional y con otros actores sociales; formadora de profesionales en enfermería con bases científico-

técnicas y humanísticas; defiende los derechos humanos, la justicia social y el ambiente; respeta la plurietnicidad e interculturalidad; incide en el desarrollo sustentable de la región siete y del País[59].

MISIÓN

La carrera forma profesionales de tercer nivel en Enfermería, con capacidades científico–técnicas y humanísticas; participa en programas de investigación que contribuyen a resolver las problemáticas de salud local, regional y nacional, respetando el ambiente y la cultura; brinda servicios especializados en enfermería, en el marco de la vinculación con la sociedad; realiza el seguimiento y apoyo a sus graduados y graduadas[59]

METODOLOGÍA

Esta Tesis de grado ha sido realizada como parte del macro proyecto "**PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PREGRADO DEL ÁREA DE LA SALUD HUMANA. ENERO – JULIO 2013".** Teniendo como base este estudio, se procedió a llevar a cabo este trabajo investigativo durante el primer semestre del año 2014 en los estudiantes de la carrera de Enfermería del ASH de la Universidad Nacional de Loja.

1. CARACTERÍSTICAS METODOLÓGICAS:

a. TIPO DE ESTUDIO.- Estudio de corte transversal; descriptivo y analítico; que emplea procedimientos cuantitativos, puesto que se realizó una sola medición, presenta la distribución del estrés académico, fuentes de estrés, y otras variables.

b. UNIVERSO.- Constituido por los estudiantes regulares de la carrera de Enfermería, que según las listas otorgadas por la carrera consta de 270 estudiantes.

CARRERA DE ENFERMERIA					
MODULO I					
PARALELO	**HOMBRES**	**%**	**MUJERES**	**%**	**TOTAL**
1	4	11%	31	89%	35
2	7	20%	28	80%	35
3	9	26%	25	74%	34
MODULO IV					
PARALELO	**HOMBRES**	**%**	**MUJERES**	**%**	**TOTAL**
1	5	24%	16	76%	21
2	4	19%	17	81%	21
MODULO VII					
PARALELO	**HOMBRES**	**%**	**MUJERES**	**%**	**TOTAL**
A	3	15%	17	85%	20
B	3	15%	17	85%	20
C	0	0	19	100	19
D	3	18%	14	82%	17
E	3	17%	15	83%	18
F	1	3%	29	97%	30
TOTAL	42	16%	228	84%	**270**
MUESTRA	**211**				

c. UNIDAD DE ESTUDIO.- Estudiantes de cada módulo de la carrera de Enfermería del Área de la Salud de la Universidad Nacional de Loja, debidamente matriculados.

d. MUESTRA.- La muestra constituyeron los estudiantes de la carrera de enfermería que cumplieron con los criterios de inclusión comprendiendo un total de 211 estudiantes.

e. CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN.- Participaron en este estudio: Todos los estudiantes, de los dos géneros (masculino y femenino), matriculados, que asistieron normalmente a clase el día de la aplicación de las encuestas; con edades comprendidas entre 18 y 27 años cumplidos. No participaron los estudiantes fuera de los rangos de edad descritos. Ningún alumno mostró negativa a la hora de participar, no habían estudiantes bajo tratamiento psiquiátrico.

2. PROCEDIMIENTO GENERAL:

Los intervinientes en el macro proyecto, realizaron la prueba piloto con cien estudiantes de la Universidad Nacional de Loja, en la Carrera de Medicina Veterinaria, con quienes se midió las dificultades de entendimiento de los ítems contenidos en cada uno de los instrumentos con que se trabajó en este proyecto; de esta manera se estimó el tiempo de respuesta de cada uno de los instrumentos y el total; se valoró la voluntad de los estudiantes para participar, haciendo realizable la aplicación de los instrumentos con la debida explicación de cada uno de ellos. Con permiso de las autoridades del Área de la Salud Humana de la Universidad Nacional de Loja, se seleccionó a los alumnos de Enfermería y se solicitó la colaboración de sus maestros para la aplicación del estudio.

A los estudiantes se les explicó que se trata de un proyecto de investigación con fines científicos, cuyo objetivo es aportar conocimiento para con él contribuir a las mejoras del bienestar universitario; y que el mismo guardará máxima confidencialidad. Se pidió llenar las respuestas con la mayor sinceridad. A continuación se procedió entregando los diferentes instrumentos de investigación, explicando cada uno de ellos, el significado de ciertos términos según solicitaban los estudiantes, luego estos fueron sometidos a control de calidad para establecer si todos estuvieron adecuadamente llenados.

Los datos obtenidos en los instrumentos de investigación aplicados, fueron ingresados en el programa EpiInfo6; información que pasó bajo un control de calidad. A demás, fue necesario digitar en el programa Excel parte de la información para realizar los análisis correlacionados. La información fue organizada en tablas. La información procesada se analizó individualmente por cada reactivo, con lo que se realizó el respectivo análisis de resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones.

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

presente investigación requirió que se cumpliese con los siguientes procedimientos en cada uno de los instrumentos:

f. **INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADEMICO:** Contiene un primer ítem de filtro cuya respuesta es en términos dicotómicos (si-no) permitiendo decretar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario. A continuación, un ítem en un escala tipo Likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) para identificar en qué nivel de intensidad del estrés académico se encuentra el encuestado. (VER ANEXO 2)

g. CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL.- Se solicitó a los estudiantes que conteste los ítems, marcando con una (X) la opción con la que se sienta más identificado. Las preguntas indagan aquellas molestias que el estudiante haya experimentado en las últimas tres semanas. Las opciones son: *No, para nada*; *No más de lo habitual*; *Bastante más que lo habitual*; *Mucho más que lo habitual*. Los ámbitos que investiga fueron organizados de la siguiente manera: 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.

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). Este resultado 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 significaría que goza de una buena salud general. Con estas referencias y los resultados ya establecidos, se organizó la información en quintiles, donde el Quintil 1, significa 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. (VER ANEXO 4)

h. **FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO.-** El instrumento permite 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 genera al estudiante. Aquí se presentan situaciones académicas estresantes que reportan los estudiantes universitarios. De esta manera 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 su evaluación tiene un 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. (VER ANEXO 3)

i. **ESCALA DE BIENESTAR SUBJETIVO DE SANCHEZ CASANOVA.-** Está escala evalúa el grado de bienestar psicológico; busca valorar el estado de felicidad o bienestar. Las respuestas se evalúan en una escala de Likert 5 grados (0 (Nunca) a 4 (Siempre), de modo que a mayor puntuación, mayor índice de Bienestar Psicológico. Se pidió al estudiante que observe las afirmaciones; marcando, sin pensar mucho, la respuesta con la que se identifique. 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 equivaldría a un muy deteriorado bienestar subjetivo. La información se organizó en quintiles, donde, el Quintil 1, significa 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. (VER ANEXO 5)

j. **ESCALA BIENESTAR PSICOLÓGICO, BIEPS-J.-** Las dimensiones evaluadas por la escala de Bienestar Psicológico. BIEPS-J., son: Control de situaciones, Vínculos psicosociales, Proyectos personales, Aceptación de sí mismo. Para procesar la información se procedió de la siguiente manera: A cada situación o vivencia se otorgó el siguiente puntaje. 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 puntaje es: 0. Con estos valores y los resultados ya establecidos, se organizó la información en cuartiles, significando, el Cuartil 1, bienestar malo; Cuartil 2, bienestar regular; Cuartil 3, bienestar bueno; Cuartil 4, muy bueno. Esta prueba es objetiva, autoadministrable, válida y confiable para la evaluación de la percepción subjetiva del bienestar psicológico en los adolescentes". (VER ANEXO 6)

k. **AUTORREPORTE VIVENCIAL.-** Los estudiantes evaluaron los términos (vivencias) de acuerdo con el nivel de profundidad con que él experimentó dichas emociones y para lo cual se le presentan tres categorías, que son: escasamente, moderadamente e intensamente. Para procesar la información, 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. La proporción de cada uno de los ítems en el contexto de todos, permitirá formular un orden de prelación; y, el porcentaje en cada uno de los ítems, considerando las cinco principales alternativas. (VER ANEXO 7)

I. **CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS**.- Tiene 15 reactivos que evalúan las necesidades de asistencia y apoyo en áreas educativas y psicológicas que reportan los estudiantes universitarios. Los estudiantes evaluaron y marcaron con una X qué tanto ellos consideran que son una necesidad, escogiendo en 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, permitirá formular un orden de prelación; y, el porcentaje en cada uno de los ítems, considerando las cinco principales alternativas. (VER ANEXO 8)

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.**- Es 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, SANTOS DE JESUCRISTO DE LOS ULTIMOS DIAS (MORMON) 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. (VER ANEXO 1)

6.- CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN ESTUDIADA

- El género femenino predomina con el 82,90% de la población general, frente al masculino que representa el 17,10%.

- El 64% de los estudiantes pertenecen al grupo de edad menores de 21 años, el 27,5% al grupo entre los 22-25 años, y el 8,5% se encuentra entre los 25 o más años.

- El 64,90% percibe su condición socioeconómica como “media baja”, seguida de la condición “media alta” con 26,10%, la “popular” se ubica en tercer lugar con un 8,50%; y por último la “alta” con un 0,50%.

- El mayor porcentaje de los estudiantes son solteros con un 89,60%, frente a los casados que representan el 7,10%, le siguen los de unión libre con un 2,80%, y en la minoría el estado divorciado con 0,50%.

- La mayor parte de la población se declaran católicos con un 93,80%, en segundo lugar con un 3,30% se declaran de otras religiones, mientras que un 1,40% son cristianos evangélicos, los testigos de Jehová, mormones, y ateos, representan la minoría con un 0,50%.

- En esta población el mayor porcentaje pertenece al sector urbano con un 91% frente a los del sector rural que representa 9%.

- Según el nivel académico esta población en su mayoría pertenece al primer ciclo con un 43,60%, le sigue el internado con un 37% de la población perteneciendo a la minoría los estudiantes del cuarto ciclo con un 19,40%.

EXPOSICIÓN DE RESULTADOS

EXPOSICION DE LOS RESULTADOS POR OBJETIVOS.

OBJETIVO ESPECÍFICO 1: DETERMINAR LA PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO.

1. PREVALENCIA DE ESTRÉS ACADÉMICO

TABLA N° 1		
PREVALENCIA DE ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA (TOTAL Y POR GÉNERO)		
ESTRÉS ACADEMICO	**PREVALENCIA**	**LIMITE DE CONFIANZA**
TOTAL	83,40%	88,2 - 77,7%
FEMENINO	82,80%	88,1 - 76,3%
MASCULINO	86,50%	95,5 - 71,2%
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014		
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI		

El 83,40% de los estudiantes respondieron SI haber presentado estrés académico; El género femenino presenta el 82,80%, mientras el género masculino presenta el 86,50%.

TABLA N° 2			
NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO TOTAL Y POR GÉNERO			
NIVEL	**TOTAL**	**GENERO FEMENINO**	**GENERO MASCULINO**
1	2,30%	2,80%	0,00%
2	11,90%	11,80%	12,50%
3	52,30%	52,10%	53,10%
4	29,00%	29,20%	28,10%
5	4,50%	4,20%	6,30%
FUENTE: ENCUESTAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014			
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI			

En el nivel de intensidad de estrés académico percibido por los estudiantes en general, se ubican en el nivel 3. Según el género, la mayor prevalencia de estrés académico se encuentra en el nivel 3 con un 52,10% en mujeres y 53,10% en hombres y en mínimo porcentaje los niveles 1 y 5.

2. FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO

2.1 VALORACIÓN GENERAL DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO

TABLA N°3				
PRINCIPALES FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA. PORCENTAJES				
SITUACIONES	ALTERNATIVAS DE RESPUESTAS			POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE
	MUY ESTRESANTE	POCO ESTRESANTE	NADA ESTRESANTE	
	%	%	%	%
Hacer un examen	44,5	53,1	2,4	97,6
Sobrecarga académica	62,1	33,6	4,3	95,7
Exponer un tema en clase	30,8	61,1	8,1	91,9
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas	58,8	32,7	8,5	91,5
Esperar una calificación	54,0	37,4	8,5	91,4
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014				
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI				

Las principales cinco causas de estrés académico en los estudiantes de Enfermería, sumando las opciones “poco estresantes” y “muy estresantes”, de mayor a menor: Hacer un examen con 97,6%; Sobrecarga académica con 95,7%; Exponer un tema en clases con 91,9%; Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas con 91,5% y Esperar una calificación con 91,4%.

OBJETIVO ESPECÍFICO 2: VALORAR EL ESTADO GENERAL DE SALUD DE LOS ESTUDIANTES

1. VALORACION GENERAL DEL ESTADO DE SALUD GENERAL DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA

TABLA N° 4			
ESTADO DE SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA			
NIVELES	**FRECUENCIA**	**PORCENTAJE**	**LIMITE DE CONFIANZA**
1 EXCELENTE	46	21,8	16,4 - 28%
2 BUENO	44	20,9	15,6 - 27%
3 REGULAR	46	21,8	16,4 - 28%
4 DETERIORADO	37	17,5	12,7 - 23,4%
5 MUY DETERIORADO	38	18,0	13,1 - 23,9%
TOTAL	211	100,0	
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE SALUD GENERAL APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014			
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI			

Los estudiantes de la carrera de Enfermería muestran un excelente y buen estado de salud mental en un 42,7%, el 21,8 presenta un estado de salud mental regular y 35,5% un deteriorado y muy deteriorado estado de salud mental.

OBJETIVO ESPECÍFICO 3: EVIDENCIAR LA PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

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

TABLA N° 5			
VALORACIÓN DE LA PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (ESCALA SÁNCHEZ CASANOVA)			
NIVELES	**FRECUENCIA**	**PORCENTAJE**	**LIMITE DE CONFIANZA**
1 MUY DETERIORADO	43	20,4	15,2 - 26,5 %
2 DETERIORADO	44	20,9	15,6 - 27 %
3 REGULAR	42	19,9	14,7 - 25,9 %
4 BUENO	40	19	13,9 - 24,9 %
5 EXCELENTE	42	19,9	14,7 - 25,9 %
TOTAL	211	100	
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE SALUD GENERAL APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014			
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI			

En el 41,3% de los estudiantes la percepción subjetiva de bienestar psicológico se encuentra deteriorado y muy deteriorado, en el 19,9% es regular, y en el 38,9% es bueno y excelente.

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 N° 6			
NIVELES DE BIENESTAR SUBJETIVO ESCALA BIEPS-J (Jóvenes - Adolescentes)			
NIVELES	**FRECUENCIA**	**PORCENTAJE**	**LIMITE DE CONFIANZA**
1 MALO	43	20,40%	15,2 - 26,5%
2 REGULAR	55	26,10%	20,3 - 32,5%
3 BUENO	56	26,50%	20,7 - 33%
4 MUY BUENO	57	27%	21,1 - 33,5%
TOTAL	211	100%	
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE SALUD GENERAL APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014			
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI			

El 27% de los estudiantes de enfermería presenta un nivel de bienestar subjetivo muy bueno, le sigue el nivel de bienestar subjetivo bueno con 26,5%, a continuación el regular con 26,1%, y en ultimo porcentaje el malo con 20,4%.

OBJETIVO ESPECÍFICO 5: PERCIBIR CIERTAS REACCIONES O ESTADOS EMOCIONALES

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

TABLA N° 7				
EVALUACIÓN DE LAS CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS MEDIANTE EL CUESTIONARIO DE AUTORREPORTE VIVENCIAL (FRECUENCIAS Y PORCENTAJES)				
VIVENCIA	ESCASAMENTE	MODERADAMENTE	INTENSAMENTE	MODERADAMENTE + INTENSAMENTE
	%	%	%	%
INQUIETUD	23,2	65,4	11,4	76,8
IRRITABILIDAD	35,1	50,2	14,7	64,9
DESCONFIANZA	36	52,6	11,4	64
INSEGURIDAD	83,4	53,6	8,1	61,7
ANSIEDAD	39,3	49,3	11,4	60,7
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE ESCALA DE AUTORREPORTE VIVENCIAL APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014				
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI				

ANÁLISIS: De manera general las principales vivencias que tienen mayor porcentaje en los estudiantes de la carrera de Enfermería, al hacer una sumatoria de los niveles “Moderadamente + Intensamente”, tenemos: Inquietud con un 76,8%, Irritabilidad con 64,9%, Desconfianza 64%, Inseguridad 61,7% y Ansiedad 60,7%.

OBJETIVO ESPECÍFICO 6: ESTABLECER LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS

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

TABLA N° 8			
NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERIA (FRECUENCIAS Y PORCENTAJES)			
SITUACIONES	NADA NECESARIO	POCO NECESARIO	MUY NECESARIO
	%	%	%
Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje	2,80	11,80	85,30
Orientación profesional	2,80	14,70	82,50
Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno	2,40	17,50	80,10
Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes	4,70	15,20	80,10
Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías	3,30	18,00	78,70
FUENTE: ENCUESTAS DE CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014			
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI			

Las principales necesidades psicoeducativas de los estudiantes de la carrera de Enfermería, calificadas en la alternativa “MUY NECESARIO” son: Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje con el 85,30%, Orientación profesional con el 82,50%, Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno con el 80,10%. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes con un 80,10%; Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías con 78,70%.

DISCUSIÓN

Según la OMS, a inicios del presente siglo, las enfermedades provocadas por el estrés habrán superado a las enfermedades infecciosas y se estima que en el año 2010 en América Latina y el Caribe, se tendrían más de 88 millones de personas con trastornos afectivos desencadenados por el estrés, y es que los estresores de la vida originan que las personas se ubiquen en una situación incómoda emocional y somáticamente, debiendo buscar la forma de cómo responder ante sus problemas[60].

Teniendo como concepto de estrés académico, a aquel que se produce relacionado con el ambiente educativo: 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[61].

En relación al primer objetivo: "**Determinar la prevalencia y fuentes de estrés académico".** Tenemos que la prevalencia general de estrés académico en los estudiantes de la carrera de Enfermería, es de 83,40%, con un intervalo de confianza entre 77,7% al 88,2%. En el género femenino se presenta en un 82,80% con intervalo de confianza 76,3% al 88,1% y en el género masculino en un 86,50% con intervalo de confianza 71,2% al 95,5%. Como se observa, la prevalencia de estrés en esta población de estudio, es considerablemente alta en comparación a quienes no presentan estrés académico. En comparación con los resultados 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" los resultados muestran "una prevalencia de estrés de 36,3%, mayor en mujeres que en hombres ($p<0,05$)"; lo cual no concuerda con este

estudio, que presenta una mayor prevalencia en el género masculino, asimismo, el estudio mencionado, afirma que los estudiantes de Medicina tienen 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 ($p < 0,01$). Destacan que se encontró una correlación positiva entre estrés y enfermedad infecciosa (0,05)[62].

Las principales fuentes de estrés académico en los estudiantes de la carrera de Enfermería, son: Hacer un examen con un 97,60%, Sobrecarga académica con un 95,70%, Exponer un tema en clases con 91,90%, Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas con un 91,50% y Esperar una calificación en un 91,40%. Estos resultados en comparación a Sánchez et al, que realizaron una investigación sobre "Estrés académico en estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de Trujillo" con el objetivo de determinar las características del estrés académico, en una muestra de 159 alumnos; concluyendo que: el nivel de estrés fue medianamente alto, los estresores predominantes fueron sobrecarga de tareas 26%, evaluaciones 25% y exceso de responsabilidad 17%[63]. Los tipos de estresores coinciden en ambos estudios, aunque los porcentajes de las fuentes de estrés académico en mi estudio, son mayores a las del estudio con el que se compara, esto puede ser debido a que la muestra estudiada en mi investigación es mayor a la estudiada en la Universidad Nacional de Trujillo.

El segundo objetivo ***"Valoración general del estado de salud general de los estudiantes de enfermería";*** En los resultados de este estudio, existe un excelente y buen estado de salud mental en un 42,7%, seguido de un deteriorado y muy deteriorado estado de salud mental con un 35,5% y en menor porcentaje, el 21,8% presenta un estado de salud mental regular. Estos resultados no concuerdan con la comparación con un estudio realizado 228 estudiantes de la carrera de Enfermería de la Pontificia Universidad Católica de Chile donde los resultados por ítems del test arrojan que el 68% se percibe con

agobio y tensión constante, el 50% con problemas de concentración, el 42,7% con menor capacidad para disfrutar de la vida diaria, el 41,7% refiere sentirse deprimido, el 40% pérdida de sueño y el 37,3% menor capacidad para enfrentar problemas[64]. Los resultados en el estudio mencionado son evidentemente elevados mostrando un deterioro de la salud mental, sin embargo en mi estudio, el estrés académico percibido por los estudiantes de Enfermería no tiene relación con la salud mental de los mismos.

En cuanto al tercer objetivo específico: ***"Evidenciar la percepción subjetiva de bienestar psicológico";*** según los resultados, los estudiantes de Enfermería revelan en el 41,3% de los estudiantes la percepción subjetiva de bienestar psicológico se encuentra deteriorado y muy deteriorado, en el 38,9% es bueno y excelente y en menor porcentaje en el 19,9% es regular. Señalando que las primeras cinco manifestaciones de bienestar, felicidad y satisfacción con la vida son: "Considero que mi familia me quiere" con un 84,8%, "Tengo muchas ganas de vivir" con un 81,1%, "Creo que valgo tanto como cualquier otra persona" con un 78,2%, "Tengo confianza en mí mismo" con 74,9%, "Creo que puedo superar mis errores y debilidades" con 74,5%. Estos resultados concuerdan con un estudio sobre malestar subjetivo, publicado en la revista chilena scielo, aplicado en estudiantes de Enfermería, revela que obtuvieron una prevalencia del 36% de síntomas sugerentes de probables problemas de salud mental. Entre los síntomas más frecuentes señalan "sentirse deprimido" con un 41,7% y "menor capacidad para disfrutar la vida diaria" con un 42,7%. La mayor prevalencia de malestar psicológico se evidenció en los estudiantes de tercer (38,2%), cuarto (43,7%) y quinto (36,6%) año de la carrera. Los autores concluyen que el malestar psicológico se asocia 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[65]. Como podemos ver, estos dos estudios se relacionan en cuanto a la percepción subjetiva de bienestar psicológico.

El cuarto objetivo ***"Evaluar los niveles de bienestar subjetivo";*** Los resultados demuestran el 27% presenta un nivel muy bueno, el 26,5% un nivel bueno, el 26,1% tiene un nivel de bienestar subjetivo regular y el 20,4% de los estudiantes de enfermería presenta un nivel de bienestar subjetivo malo. Los estudiantes de Enfermería en el nivel CONTROL DE SITUACIONES, responden la mayoría positivamente con un 66,94%, en el nivel VÍNCULOS PSICOSOCIALES, responden positivamente en un 64,61%, en el nivel PROYECTOS PERSONALES están de acuerdo el 74,72%, en ACEPTACIÓN DE SÍ MISMO está de acuerdo el 52,92%. Lo que nos permite valorar que la mayoría de los estudiantes tienen un bienestar subjetivo muy bueno, los resultados en este estudio, concuerdan al compararlos con un estudio realizado en la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), donde se estudió una población de 1.434 estudiantes de primer ingreso, donde los resultados indican que los estudiantes presentan altos niveles de bienestar psicológico y bajos niveles de ansiedad con distribuciones cercanas a la curva normal y una correlación negativa estadísticamente significativa al 0.01 entre la ansiedad y el bienestar psicológico[66]. Los dos estudios concuerdan, aunque las poblaciones son diferentes en número de muestra y nivel académico de los estudiantes.

Quinto objetivo: ***"Percibir distintas reacciones o estados emocionales",***

Según el instrumento Auto reporte Vivencial, las principales vivencias que tienen mayor porcentaje en los estudiantes de la carrera de Enfermería, al hacer una sumatoria de los niveles "Moderadamente + Intensamente", tenemos "Inquietud" con un 76,8%, "Irritabilidad" con 64,9%, "Desconfianza" 64%, "Inseguridad" 61,7% y "Ansiedad" 60,7%. Haciendo una comparación con un estudio realizado en la Universidad Católica de Chile, donde el 25% de los alumnos presenta manifestaciones de tensión como: intranquilidad, angustia e irritabilidad intensa, dejando a la ansiedad como la reacción menos frecuente[67]. Así podemos concordar que la ansiedad funciona de forma adaptativa (Toledino

2009)[67], mientras la Inquietud es la reacción emocional inicial frente a situaciones de amenaza o estresantes.

Berrrios realizó una investigación sobre "Nivel de vulnerabilidad frente al estrés y mecanismos de afrontamiento en estudiantes de Enfermería de la U.N.M.S.M." con el objetivo de determinar el nivel de vulnerabilidad frente al estrés y los mecanismos de afrontamiento que emplean los estudiantes; con un estudio descriptivo de corte transversal, en una muestra de 130 estudiantes; concluyendo lo siguiente: La vulnerabilidad frente al estrés se encuentra en un nivel medio con tendencia a alto, siendo el indicador más preponderante el hecho de conformarse con facilidad, el realizar ejercicios y tener amigos, y la estrategia de afrontamiento es la acción positiva hedonista (41%) destacando la actitud de ignorar el problema, fijarse en lo positivo, seguida de una acción positiva esforzada (36%)[68]. Estos sucesos pueden relacionarse en este estudio también, puesto que la mayoría de estudiantes no niegan su vulnerabilidad ante las emociones negativas que les ocasionan los estresores académicos, sin embargo, esto no impide en ellos una acción positiva.

Sexto objetivo: ***"Establecer las necesidades psicoeducativas".***

Las principales necesidades psicoeducativas son: "Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje" con el 85,30%; "Orientación profesional" con el 28,50%; "Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno" con un 80,10%; "Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes" con un 80,10%; "Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías" con un 78,70%. Los estudiantes de FUNDES por el contrario, señalan como principales necesidades a las relacionadas con la búsqueda de apoyo social, la focalización en la solución de problemas y la religión (Vera, 2004)[69]. De esta manera concordamos con Martín (2007) que afirma que una menor intensidad del estrés académico se lograría con "Apoyo social, mediante la

organización de grupos de pares y amigos quienes ayudan a contener las crisis académicas y personales", considerando importante el diseño y ejecución de programas educativos para los estudiantes, orientándolos sobre un buen manejo del tiempo, la resolución efectiva de conflictos, el uso de estrategias encaminadas a la asertividad y la programación de actividades académicas extracurriculares que disminuyen los efectos nocivos del estrés y su posible acumulación patológica"[70]. La universidad debe responder a estas solicitudes por parte de los estudiantes, prestando mucha atención en el problema que es amplio; estas necesidades deben ser consideradas y evaluadas para una propuesta integral.

CONCLUSIONES

1. Los resultados muestran una alta prevalencia de estrés académico en los estudiantes de la carrera de Enfermería con 83,4%, presentándose en mayor porcentaje en el género masculino con 86,5% frente al femenino que tuvo el 82,8%.

2. El nivel de intensidad de estrés académico percibido por los estudiantes en general y por género, muestran una distribución similar, ubicando sus mayores porcentajes en el nivel 3 de intensidad de estrés. Los niveles 1 y 5 porcentualmente son los más bajos, pero en el nivel 5, el porcentaje es levemente mayor en el género masculino.

3. Las principales fuentes de estrés académico en los estudiantes de la carrera de Enfermería se relacionan con el sistema académico y de evaluación y son: Hacer un examen con 97,6%; Sobrecarga académica con 95,7%; Exponer un tema en clases con 91,9%; Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas con 91,5% y Esperar una calificación con 91,4%.

4. En esta muestra de estudio la mayoría de estudiantes muestran un excelente y buen estado de salud mental en un 42,7%, seguido de un deteriorado y muy deteriorado estado de salud mental en un 35,5%, y en menor porcentaje el estado de salud mental regular con 21,8%.

5. En este estudio los resultados revelaron que la mayoría de estudiantes presentan una percepción subjetiva del bienestar psicológico deteriorado y muy deteriorado con 41,3%. Le sigue el estado bueno y excelente con 38,9% y con menor porcentaje el estado regular 19,9%.

6. Según los resultados la mayoría que representa el 27% de los estudiantes de enfermería presenta un nivel de bienestar subjetivo muy bueno, le sigue el nivel de bienestar subjetivo bueno con 26,5%, a continuación el regular con 26,1%, y en ultimo porcentaje el malo con 20,4%.

7. Las reacciones principales frente al estrés académico en los estudiantes de Enfermería son: Inquietud con un 76,8%, Irritabilidad con 64,9%, Desconfianza 64%, Inseguridad 61,7% y Ansiedad 60,7%.

8. Las principales necesidades psicoeducativas, de los estudiantes de la carrera de Enfermería son: Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje con el 85,30%, Orientación profesional con el 82,50%, Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno con el 80,10%. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes con un 80,10%; y como última necesidad psicoeducativa, los estudiantes sugieren disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías con 78,70%.

RECOMENDACIONES

Debido a la prevalencia de estrés académico evidenciada en este estudio, es necesario que la Universidad como ente formador de profesionales, se preocupe por las circunstancias en las que se están desenvolviendo sus estudiantes.

Se recomienda a las autoridades de la Universidad, organizar talleres que aborden las circunstancias estresantes de los estudiantes, promoviendo charlas educacionales y motivacionales que les ayuden a mejorar su perspectiva frente a sus problemas o dificultades personales y académicas ya que todo estudiante requiere conocer maneras o técnicas de afrontamiento en caso de situaciones adversas interpersonales y académicas, además de buscar mantener y mejorar la autoestima y la aceptación de sí mismo en su entorno.

Se recomienda al departamento de Bienestar Universitario, orientar sus esfuerzos en identificar a los estudiantes que estén atravesando problemas de estrés y que se vea afectado su rendimiento académico, para de esta manera se busque opciones de tratamiento a este grupo afectado.

Debido a que los estudiantes señalan como factores estresantes a las situaciones que se relacionan con el sistema académico y de evaluación, se recomienda a los docentes, mejorar el abordaje de las asignaturas, considerando la carga académica necesaria y las verdaderas necesidades en los aprendizajes, buscando organizar los horarios que permitan las horas de estudio y desarrollo de trabajos académicos solicitados por la institución y los docentes

Resulta necesaria la formación en técnicas de estudio y habilidades de aprendizaje, por parte de las diferentes Áreas de la Universidad Nacional de Loja, durante un periodo temprano, antes del primer nivel de estudio. A demás de una mejor orientación vocacional y profesional antes de su ingreso al primer nivel académico. Adicionalmente garantizar un sistema de tutorías para

garantizar el aprendizaje según el nivel de complejidad de la asignatura y la adiestramiento acerca de mejoramiento en las técnicas de estudio y organización del tiempo, para que de esa manera puedan distribuir adecuadamente sus horas de descanso.

El alumnado debe incentivar dentro de su organización social académica, la actividad física y actividades recreacionales que les permitan a los estudiantes controlar el nivel de estrés académico y la consiguiente presentación de enfermedades.

Ya que en este grupo de estudio se evidencia un predominio en los aspectos positivos, es indispensable que las familias enfoquen sus esfuerzos en buscar el fortalecimiento de los vínculos familiares, las relaciones sociales y de grupo, que les permita a los estudiantes identificar y mejorar los errores.

BIBLIOGRAFÍA

1. Sierra, J.C, Ortega, V., Zubeitad, I., *Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar.-* En Revista Mal-estar e Subjetividade / Fortaleza/ v.III / n. 1/ p. 10-59/Mar.2003

2. Martín M. Isabel María.Estrés académico en estudiantes universitarios.- Universidad de Sevilla.- Dirección electrónica: http://www.cop.es/delegaci/andocci/files/contenidos/VOL25_1_7.pdf

3. Berrío, N. y Mazo, R. Academic Stress. Vol. 3. No. 2. Julio -Diciembre de 2011. [20 de abril 2015]. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf

4. Llanga, L. Manzano, F. ¨Estrés de las internas rotativas de enfermería de la universidad nacional de chimborazo y su influencia en el desarrollo de las prácticas hospitalarias durante el periodo enero a junio 2010¨. Riobamba 22 de noviembre 2010. [20 de abril 2015]. Disponible en http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/123456789/217/1/CS-EEN-30A005.pdf

5. Texto tomado en forma no literal del libro "Estrés: epidemia del siglo XXI. Cómo entenderlo, entenderse y vencerlo". Dr. Daniel López Rosetti. Editorial Lumen. 3º Edición.

6. Sierra, J.C, Ortega, V., Zubeitad, I., *Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar.-* En Revista Mal-estar e Subjetividade / Fortaleza/ v.III / n. 1/ p. 10-59/Mar.2003

7. Martín M. Isabel María.Estrés académico en estudiantes universitarios.- Universidad de Sevilla.- Dirección electrónica: http://www.cop.es/delegaci/andocci/files/contenidos/VOL25_1_7.pdf

8. Polo, A.; Hernández, J. M.; Poza, C.- Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. Universidad Autónoma de Madrid. Dirección electrónica: http://www.unileon.es/estudiantes/atencion_universitario/articulo.pdf

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

10. 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. Publicado el 23 de octubre del 2006.Pags: 15-20

11. 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, 41-51.

12. 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).

13. Sandi Pérez C. y Calés J.Mª. (2000). Estrés: consecuencias psicológicas, fisiológicas y clínicas. Madrid: Sanz y Torres.

14. Polo, A.; Hernández, J. M.; Poza, C.- Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. Universidad Autónoma de Madrid. Dirección electrónica: http://www.unileon.es/estudiantes/atencion_universitario/articulo.pdf

15. 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.

16. Augusto, J.M. y Martinez, R. (1998). Afrontamiento al estres y salud: panorama actual de la investigacion. *Boletin de Psicologia, 58*, 31-48.

17. (CSI) de Tobin, Holroyd y Reynolds (1984) en su versión española (Otero etal, 1998).

18. Carver et al, 1993; Stanton y Zinder, 1993

19. Avia, M.D. y Vazquez, C. (1998). *Optimismo inteligente*. Madrid: Alianza

20. (CSI) de Tobin, Holroyd y Reynolds (1984) en su versión española (Otero etal, 1998).

21. Gillham, Shatte, Reivich y Seligman, 2001

22. Brannon, L. (2001). Psicología de la salud. Madrid: Thomson Paraninfo.

23. Bresó, E. y Salanova, M. (2005). Efectos significativos del uso de las creencias de ineficacia como componente del burnout académico en estudiantes universitarios. Jornades de Foment de la Investigació. Recuperado el 5 de agosto de 2005 de http://www.uji.es/bin/publ/edicions/jfi9/psi/6.pdf

24. Salanova, schaufeli, llorens,peiró, y grau, 2000; schaufeli et al., 2002a; salanova 2005).

25. (Extremera Pacheco, N., Durán, A., Rey, L. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON LOS NIVELES DE BURNOUT, ENGAGEMENT Y ESTRÉS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS).

26. Beck, A. T. & Freeman, A. (1995). Terapia cognitiva de los trastornos de la personalidad. Barcelona: Paidós

27. Martín M. Isabel María.Estrés académico en estudiantes universitarios.- Universidad de Sevilla.- Dirección electrónica: http://www.cop.es/delegaci/andocci/files/contenidos/VOL25_1_7.pdf

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

29. 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

30. McClelland, D. C. (1973). Testing for competence rather than for ‘intelligence’, American Psychologist, 28,1, 423-447

31. (Mayer, Salovey, y Caruso, 2000), / Extremera Pacheco, N., Durán, A., Rey, L. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON LOS NIVELES DE BURNOUT, ENGAGEMENT Y ESTRÉS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS).

32. 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

33. Núñez et ál. (1988, p. 98).

34. 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. Pag: 5.

35. Ryff, C. & Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited.Journal of Personality and Social Psychology. 69(4), 719-722.

36. Ryff, C. & Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited.Journal of Personality and Social Psychology. 69(4), 719-722.

37. Veenhoven, R. (1991). “Is Happiness Relative?”, Social Indicators Research, 24: 1-34.

38. Diener, E. (1994). Assessing Subjective Well-Being: Progress and Opportunities. Social Indicators Research, 31, 103-157.

39. Turner y Marino (1994) Social Support and Social Structure: A Descriptive Epidemiology. Journal of Health and Social Behavior, 35, 193-212.

40. Gil HLB, Mello DF, Ferriani MGC, Silva MAI. Perceptions of adolescents students on the consumption of drugs: a case study in Lima, Peru. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2008, 16 (Spe):551-7.

41. Calvete, E. (2005). Género y vulnerabilidad cognitiva a la depresión: el papel de los pensamientos automáticos. Ansiedad y Estrés, 11, 203-214.

42. Pérez MA y Borda M.Estrategias de intervención psicológica para potenciar el rendimiento académico de los alumnos. Revista de Enseñanza Universitaria, nº extraordinario; 2000, 273-280.

43. Beck, A. & Clark, D. (1988). Anxiety and depression: An information processing perspective. AnxietyResearch, 1, 23-36.

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

45. Contini. Norma; Lacunza. Ana, Medina, Susana, Álvarez, Melisa. Soledad y aislamiento adolescente. Universidad Nacional autónoma de México. Publicado en Revista electrónica de Psicología Íztacala. Año 2012. Vol. 15, Num: 1. Disponible en : http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol15num1/

46. García, Juan. Pacientes apáticos : Valoración Psicológica y Neurológica. Instituto Mexicano del Seguro Social. Querétaro. 26 de abril de 2012, disponible en http://www.imss.gob.mx/delegaciones/queretaro/Documents/. Pag: 1-2.

47. García Gracia, M. (2001). El Absentismo Escolar en Zonas Socialmente Desfavorecidas. Ciudad deBarcelona. Tesis Doctoral, Universidad Autónoma de Barcelona.http://www.tdx.cesca.es/TESIS_UAB/AVAILABLE/TDX-0114102-162443/mgg01de16.pdf

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

49. Turnes A. La salud mental, el médico y los profesionales de la salud. El Diario Médico, Salud Hoy. 2002 Septiembre Montevideo, Uruguay.Septiembre de 2002;1.

50. 1- Maslach C, Jackson S. Maslach Burnout Inventory. 2nd Edition. Palo Alto. Consulting Psychologist Press, 1986 (versión española adaptada por Nicolás Seisdedos Cubero, TEA; 1987).

51. López J, Belloch A. La somatización como síntoma y como síndrome: una revisión del trastorno de somatización. Rev Psicopatol Psicol Clin. 2002;7(2):73–93.

52. González MT, Landero R. Síntomas psicosomáticos y teoría transaccional del estrés. Ansiedad Estrés. 2006;12(1):45–61.

53. 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. Publicado el 23 de octubre del 2006.Pags:15-20.

54. Pareja Grande J.A. . El sueño y sus ranstornos. Servicio de Neurología. Hospital Universitario Quirón. Madrid. España, en la revista Medicine. 2011, Pag: 5026-34. Disponible en http://www.elsevier.es/sites/default/files/elsevier/pdf/62/62v10n74a90001253pdf001.pdf

55. White, Glen. Gutiérrez, Richard. Gardner, Scott .Fatiga crónica. Centro de Investigación y Entrenamiento en Vida Independiente Universidad de Kansas Research & Training Center on Independent Living. Edición 2004. Publicado en la revista Condiciones Secundarias de Prevención y Tratamiento, disponible en: http://www.rtcil.org/products/RTCIL%20publications/Health%20Issues/SCI%20Chronic%20Fatigue%20Spanish.pdf.Pag: 3-4

56. Casas Rivero J. Síndrome de Fátiga Crónica. Centro de Asistencia Primaria Sant Andreu de Barcelona- España, Edición 2009. Disponible en: http://www.sepeap.org/imagenes/secciones/Image/_USER_/abril09_art6.pdf. Pag: 277-279.

57. 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.

58. OROSCO,S. Diseño y elaboración de un directorio de egresados/as y graduados/as de la carrera de enfermería periodo “septiembre 2007-diciembre 2008”. Tesis de Pregrado de enfermería. Disponible en: http://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/6957/1/Silvia%20Lourdes%20Orozco%20Serrano.pdf

59. Universidad Nacional de Loja., página electrónica. Disponible en: http://unl.edu.ec/salud/ofertaacademica/carrera-de-enfermer%C3%ADa

60. Murray CJL e Lopez AD. The Global Burden of Diseases. WHO. 1990-2020. Nature America Inc. 1998; (11):1241-43.

61. Martín M. Isabel María. Estrés académico en estudiantes universitarios.- Universidad de Sevilla.- Dirección electrónica: http://www.cop.es/delegaci/andocci/files/contenidos/VOL25_1_7.pdf

62. Carolina Marty M., Matías Lavín G., Maximiliano Figueroa M., Demetrio Larraín de la C., Carlos Cruz M.- Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas.- En Revista Chilena de Neuro Psiquiatría.- Dirección electrónica: www.sonepsyn.cl.-Facultad de Medicina, Universidad de los Andes, Santiago de Chile (CC).2004

63. Sánchez E et al. Estrés Académico en Estudiantes de Medicina. Universidad Nacional de Trujillo. Propuesta de Intervención Pedagógica I Congreso Peruano de Educación Médica. 2001.

64. HERRERA, L. Prevalencia de malestar psicológico en estudiantes de enfermería relacionado con factores sociodemográficos, académicos y familiares. [en línea]. Publicado: 2011. [Citado: 08 de abril del 2015]. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532011000200007

65. Herrera L, 2011. Recuperado en 11 de septiembre de 2014. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-

95532011000200007&lng=es&tlng=es.104067/S0717-95532011000200007

66. Vera,M. (2004). La teoría del afrontamiento del estrés de Lazarus y los moldes cognitivos. Los moldes de la mente: psicología del pensamiento y de las emociones. Universidad de la Laguna. Recuperado de: http://www.moldesmentales.com/otros/mar.htm

67. Toledino, A. (2009). Prevalencia de estrés académico en alumnos de Licenciatura de psicología. Tesis doctoral. Actopán. Universidad Autónoma de Hidalgo. Disponible en: http://www.uaeh.edu.mx/nuestro alumnado/escsup/actopan/licenciatura/Perfil%20de%20estres%20academico%20en%20alumnos.pdf

68. Berrrios F. Nivel de vulnerabilidad frente al estrés y mecanismos de afrontamiento en estudiantes de Enfermería de la U.N.M.S.M. 2005. Disponible en: http://www.cybertesis.edu.pe/sdx/sisbib/imprimer.xsp?id=sisbib.2006.berrios gf-principal&partie=sisbib.2006.berrios gf|TH.5&base=documents

69. 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.

70. Martín M. Isabel María.Estrés académico en estudiantes universitarios.- Universidad de Sevilla.- Dirección electrónica: http://www.cop.es/delegaci/andocci/files/contenidos/VOL25_1_7.pdf

ANEXOS

ANEXO 1. DATOS GENERALES

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA

NO. ENCUESTA:……

NOMBRE:……
C.I:…… **EDAD: ……..**

GÉNERO:

FEMENINO		MASCULINO	

ESTADO CIVIL:

SOLTERO		CASADO		DIVORCIADO		UNIÓN LIBRE		VIUDO	

¿A QUÉ RELIGIÓN PERTENECE?

CATÓLICO	
CRISTIANO - EVANGÉLICO	
TEST. JEHOVA	
JESUCRISTO DE LOS SANTOS DE LOSÚLTIMOS DÍAS	
ADVENTISTA	
ATEO	
OTROS	

¿CÓMO CALIFICA USTED SU SITUACIÓN SOCIOECONÓMICA?

ALTA		MEDIA ALTA		MEDIA BAJA		POPULAR	

¿EN QUÉ SECTOR RESIDE ACTUALMENTE?

SECTOR:

URBANO		RURAL	

MEDICINA	
ENFERMERIA	
ODONTOLOGÍA	
LABORATORIO CLÍNICO	
PSICOLOGÍA CLÍNICA	

CARRERA: MÓDULO: **PARALELO:**

PRIMERO	
SEGUNDO	
CUARTO	
SEXTO	
SEPTIMO	
OCTAVO	
DÉCIMO	
INTERNADO	

ANEXO 2: INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA

NO. ENCUESTA:……
…….

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

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO 3: FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA

No. ENCUESTA:……

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)			

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO 4: CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL
UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA

No . ENCUESTA:…

S[illegible]iante, 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.

ANEXO 5: ESCALA DE SANCHEZ CASANOVA

No. ENCUESTA:……

CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL				
ÁMBITOS QUE INVESTIGA	**NO PARA NADA**	**NO MÁS D HABITUA**	**BASTANTE DE LO HABI**	**MUCHO MÁ LO HABITU**
CANSANCIO - FATIGA - TENSIÓN - CEFALALGIAS (PREGUNTAS: 1,2,3,4,5,7,12)				
¿Ha tenido dolores de cabeza?				
¿Ha tenido la sensación de estar enfermo?				
¿Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar?				
¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?				
¿Se ha sentido cansado y fatigado aún para comer?				
¿Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?				
¿Ha tenido miedo de desmayarse en lugares públicos?				
SUEÑO - CALIDAD DE DESCANSO Y ESTADO DE ANSIEDAD (PREGUNTAS: 6,8,15,17,20)				
¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?				
¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?				
¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?				
¿Constantemente se ha sentido nervioso o a “punto de estallar”?				
¿Ha notado que a veces no puede hacer nada a causa de sus nervios?				
AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS (PREGUNTAS: 9, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 19)				
¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo?				
¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?				
¿Se tarda más tiempo en hacer sus cosas que antes?				
¿Ha pensado que usted no vale nada?				
¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?				
¿Ha pensado en la posibilidad de dejar la universidad?				
¿Ha sentido que no vale la pena vivir?				
¿Siente que no puede esperar nada de la vida?				
ASPECTOS POSITIVOS (PREGUNTAS: 21, 22,23,24,25,26)				
¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?				
¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?				
¿Generalmente siente que hace bien 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?				

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 gustadivertirme.					
6	Me siento jovial.					
7	Busco momentos de distracción y descanso					
8	Tengobuenasuerte.					
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 família 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					

ANEXO 6: ESCALA BIEPS-J (Jóvenes y Adolescentes)

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA

No. ENCUESTA:……

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**
CONTROL DE SITUACIONES (1,5,10,13)			
Creo que me hago cargo de lo que digo o hago			
Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo			
Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en como cambiarlo			
Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar			
VÍNCULOS PSICOSOCIALES (2,8,11)			
Tengo amigos/as en quienes confiar			
Cuento con personas que me ayudan si lo necesito			
Creo que en general me llevo bien con la gente			
PROYECTOS PERSONALES (3,6,12)			
Creo que se lo que quiero hacer con mi vida			
Me importa pensar que haré en el futuro			
Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida			
ACEPTACIÓN DE SI MISMO (4,7,9)			
En general estoy conforme con el cuerpo que tengo			
Generalmente caigo bien a la gente			
Estoy bastante conforme con mi forma de ser			

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO 7: AUTORREPORTE VIVENCIAL

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA

No. ENCUESTA:……

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 <u>ÚLTIMOS TRES MESES</u>**.

AUTORREPORTE VIVENCIAL			
VIVENCIA/ INTENSIDAD	**ESCASAMENTE**	**MODERADAMENTE**	**INTENSAMENTE**
Inquietud			
Desconfianza			
Irritabilidad			
Tristeza			
Apatía			
Miedo			
Inseguridad			
Sufrimiento			
Abatimiento			
Angustia			
Ira			
Rechazo			
Ansiedad			
Desprecio			

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO 8: CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA

No.
ENCUESTA:……

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**
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.			
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.			
Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc.			
Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios.			
Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos.			
Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales.			
Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajo en equipo.			
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.			
Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje.			
Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías.			
Orientación profesional.			
Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil.			
Otras (ANÓTELAS Y CALIFÍQUELAS)			

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO 9: FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO

VALORACIÓN GENERAL DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO. FRECUENCIAS Y PORCENTAJES				
SITUACIONES	**ALTERNATIVAS DE RESPUESTA**			**POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE**
	MUY ESTRESANTE	**POCO ESTRESANTE**	**NADA ESTRESANTE**	
	%	**%**	**%**	**%**
Hacer un examen	44,50	53,10	2,40	97,60
Sobrecarga académica	62,10	33,60	4,30	95,70
Exponer un tema en clase	30,80	61,10	8,10	91,90
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas	58,80	32,70	8,50	91,50
Esperar una calificación	54,00	37,40	8,50	91,40
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc	31,80	53,60	14,70	85,40
Llegar tarde a clases	36,50	48,30	15,20	84,80
Presión por los resultados académicos en función del escalafón	24,40	55,50	15,20	79,90
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc	16,60	63,00	20,40	79,60
Saturación de alumnos en el aula	26,10	51,70	22,30	77,80
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos	24,20	51,20	24,60	75,40
Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual	21,80	48,80	28,40	70,60
Dificultades en la relación profesor – alumno	17,50	52,60	29,90	70,10
Competitividad entre compañeros	19,00	48,80	32,20	67,80
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos	16,10	47,40	36,50	63,50
condiciones en la beca para el estudio individual	25,60	35,10	39,30	60,70
Trabajar en equipo	10,90	48,30	40,80	59,20
Dificultades en la relación compañeros – alumno	6,20	44,10	49,80	50,30
Otras situaciones. ¿Cuáles?	0,00	0,00	0,00	0,00
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014				
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI				

ANEXO 10: FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL GÉNERO FEMENINO

PORCENTAJES FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL GENERO FEMENINO				
SITUACIONES	**MUY ESTRESANTE**	**POCO ESTRESANTE**	**NADA ESTRESANTE**	**POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE**
Hacer un examen	48,60	49,10	2,30	97,70
Sobrecarga académica	64,60	31,40	4,00	96,00
Exponer un tema en clase	32,00	62,30	5,70	94,30
Esperar una calificación	56,60	36,60	6,90	93,20
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas	61,10	30,90	8,00	92,00
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc	33,70	54,30	12,00	88,00
Presión por los resultados académicos en función del escalafón	30,30	56,00	13,70	86,30
Llegar tarde a clases	38,90	45,70	15,40	84,60
Saturación de alumnos en el aula	26,30	54,90	18,90	81,20
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc	16,60	64,60	18,90	81,20
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos	26,90	51,40	21,70	78,30
Dificultades en la relación profesor – alumno	20,00	54,30	25,70	74,30
Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual	20,60	50,90	28,60	71,50
Competitividad entre compañeros	18,90	50,30	30,90	69,20
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos	15,40	49,70	34,90	65,10
condiciones en la beca para el estudio individual	27,40	36,00	36,60	63,40
Trabajar en equipo	9,70	50,90	39,40	60,60
Dificultades en la relación compañeros – alumno	6,90	46,30	46,90	53,20
Otras situaciones. ¿Cuáles?	0,00	0,00	0,00	0,00
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014				
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI				

ANEXO 11: FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL GÉNERO MASCULINO

SITUACIONES	MUY ESTRESANTE	POCO ESTRESANTE	NADA ESTRESANTE	POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE
Hacer un examen	25,00	72,20	2,80	97,20
Sobrecarga académica	50,00	44,40	5,60	94,40
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas	47,20	41,70	11,10	88,90
Llegar tarde a clases	25,00	61,10	13,90	86,10
Esperar una calificación	41,70	41,70	16,70	83,40
Exponer un tema en clase	25,00	55,60	19,40	80,60
Presión por los resultados académicos en función del escalafón	25,00	52,80	22,20	77,80
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc	16,70	55,60	27,80	72,30
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc	22,20	50,00	27,80	72,20
Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual	27,80	38,90	33,30	66,70
Saturación de alumnos en el aula	25,00	36,10	38,90	61,10
Competitividad entre compañeros	19,40	41,70	38,90	61,10
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos	11,10	50,00	38,90	61,10
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos	19,40	36,10	44,40	55,50
Trabajar en equipo	16,70	36,10	47,20	52,80
Dificultades en la relación profesor - alumno	5,60	44,40	50,00	50,00
condiciones en la beca para el estudio individual	16,70	30,60	52,80	47,30
Dificultades en la relación compañeros – alumno	2,80	33,30	63,90	36,10
Otras situaciones. ¿Cuáles?	0,00	0,00	0,00	0,00
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014				
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI				

ANEXO 12: VALORACIÓN DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL PRIMER CICLO

VALORACIÓN POR PORCENTAJES DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN PRIMER CICLO				
SITUACIONES	**ALTERNATIVA DE ESPUESTA**			**POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE**
	MUY ESTRESANTE	**POCO ESTRESANTE**	**NADA ESTRESANTE**	
Sobrecarga académica	59,80	39,10	1,10	98,90
Hacer un examen	45,70	52,20	2,20	97,90
Exponer un tema en clase	42,40	53,30	4,30	95,70
Esperar una calificación	57,60	38,00	4,30	95,60
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas	60,90	30,40	8,70	91,30
Presión por los resultados académicos en función del escalafón	31,50	59,80	8,70	91,30
Llegar tarde a clases	39,10	46,70	14,10	85,80
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc	34,80	50,00	15,20	84,80
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc	25,00	58,70	16,30	83,70
Saturación de alumnos en el aula	32,60	48,90	18,50	81,50
Dificultades en la relación profesor – alumno	23,90	57,60	18,50	81,50
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos	25,00	54,30	20,70	79,30
Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual	26,10	50,00	23,90	76,10
Competitividad entre compañeros	26,10	45,70	28,30	71,80
condiciones en la beca para el estudio individual	32,60	32,60	34,80	65,20
Trabajar en equipo	16,30	47,80	35,90	64,10
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos	17,40	45,70	37,00	63,10
Dificultades en la relación compañeros – alumno	6,50	45,70	47,80	52,20
Otras situaciones. ¿Cuáles?	0,00	0,00	0,00	0,00
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014				
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI				

ANEXO 13: VALORACIÓN DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL CUARTO CICLO

VALORACIÓN POR PORCENTAJES DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN CUARTO CICLO				
SITUACIONES	**ALTERNATIVA DE ESPUESTA**			
	MUY ESTRESANTE	**POCO ESTRESANTE**	**NADA ESTRESANTE**	**POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE**
Hacer un examen	51,20	48,80	0,00	100,00
Sobrecarga académica	65,90	31,70	2,40	97,60
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas	56,10	41,50	2,40	97,60
Esperar una calificación	56,10	39,00	4,90	95,10
Exponer un tema en clase	17,10	70,70	12,20	87,80
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc	29,30	58,50	12,20	87,80
Saturación de alumnos en el aula	26,80	56,10	17,10	82,90
Llegar tarde a clases	31,70	51,20	17,10	82,90
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc	9,80	70,70	19,50	80,50
Presión por los resultados académicos en función del escalafón	29,30	51,20	19,50	80,50
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos	26,80	41,50	31,70	68,30
Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual	22,00	43,90	34,10	65,90
Competitividad entre compañeros	22,00	36,60	41,50	58,60
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos	12,20	46,30	41,50	58,50
Trabajar en equipo	2,40	48,80	48,80	51,20
Dificultades en la relación profesor – alumno	7,30	43,90	48,80	51,20
condiciones en la beca para el estudio individual	19,50	29,30	51,20	48,80
Dificultades en la relación compañeros – alumno	2,40	36,60	61,00	39,00
Otras situaciones. ¿Cuáles?	0,00	0,00	0,00	0,00
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014				
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI				

ANEXO 14: VALORACIÓN DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL INTERNADO

VALORACIÓN POR PORCENTAJES DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL INTERNADO				
SITUACIONES	**ALTERNATIVA DE ESPUESTA**			
	MUY ESTRESANTE	**POCO ESTRESANTE**	**NADA ESTRESANTE**	**POCO ESTRESANTE + MUY ESTRESANTE**
Hacer un examen	39,70	56,40	3,80	96,10
Sobrecarga académica	62,80	28,20	9,00	91,00
Exponer un tema en clase	24,40	65,40	10,30	89,80
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas	57,70	30,80	11,50	88,50
Realizar trabajos obligatorios para aprobar la asignatura: búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc	29,50	55,10	15,40	84,60
Esperar una calificación	48,70	35,90	15,40	84,60
Llegar tarde a clases	35,90	48,70	15,40	84,60
Presión por los resultados académicos en función del escalafón	26,90	52,60	20,50	79,50
Disponibilidad de tiempo de máquina para la realización de trabajos	21,80	52,60	25,60	74,40
Intervenir/participar en clase: responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, etc	10,30	64,10	25,60	74,40
Saturación de alumnos en el aula	17,90	52,60	29,50	70,50
Competitividad entre compañeros	9,00	59,00	32,10	68,00
Disponibilidad de bibliografía para el estudio individual	16,70	50,00	33,30	66,70
Dificultades en la relación profesor – alumno	15,40	51,30	33,30	66,70
Acceso a la biblioteca para la revisión de documentos	16,70	50,00	33,30	66,70
condiciones en la beca para el estudio individual	20,50	41,00	38,50	61,50
Trabajar en equipo	9,00	48,70	42,30	57,70
Dificultades en la relación compañeros – alumno	7,70	46,20	46,20	53,90
Otras situaciones. ¿Cuáles?	0,00	0,00	0,00	0,00
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014				
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI				

ANEXO 15: ESTADO DE SALUD MENTAL EN EL GÉNERO FEMENINO

CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL EN GENERO FEMENINO (PORCENTAJES)					
AMBITOS QUE INVESTIGA	**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 (PREGUNTAS: 1,2,3,4,5,7,12)					
¿Ha tenido la sensación de estar enfermo?	34,3	36.60	25,7	3,4	29,1
¿Ha tenido dolores de cabeza?	25,1	46,9	20,6	7,4	28,0
¿Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar?	37,1	38,3	16,0	8,6	24,6
¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?	29,7	46,3	17,1	6,9	24,0
¿Se ha sentido cansado y fatigado aún para comer?	46,9	32,6	14,9	5,7	20,6
¿Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?	22,3	58,9	16,6	2,3	18,9
¿Ha tenido miedo de desmayarse en lugares públicos?	71,4	15,4	10,3	2,9	13,2
PROMEDIO	**38,1**	**39,7**	**17,3**	**5,3**	**22,6**
SUEÑO - CALIDAD DE DESCANSO Y ESTADO DE ANSIEDAD (PREGUNTAS: 6,8,15,17,20)					
¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?	19,4	41,1	28,6	10,9	39,5
¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?	27,4	34,9	26,9	10,9	37,8
¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?	31,4	42,3	18,9	7,4	26,3
¿Constantemente se ha sentido nervioso o a "punto de estallar"?	45,1	38,9	10,9	5,1	16,0
¿Ha notado que a veces no puede hacer nada a causa de sus nervios?	48,6	37,1	10,3	4,0	14,3
PROMEDIO	**34,4**	**38,9**	**19,1**	**7,7**	**26,8**
AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS (PREGUNTAS: 9, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 19)					
¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo?	37,7	40,0	17,1	5,1	22,2
¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?	34,9	44,0	16,0	5,1	21,1
¿Se tarda más tiempo en hacer sus cosas que antes?	42,3	41,7	12,0	4,0	16,0
¿Ha pensado que usted no vale nada?	82,9	9,1	4,6	3,4	8,0
¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?	67,4	24,6	5,7	2,3	8,0
¿Ha pensado en la posibilidad de dejar la universidad?	79,4	13,1	5,1	2,3	7,4
¿Siente que no puede esperar nada de la vida?	78,3	16,0	2,9	2,9	5,8
¿Ha sentido que no vale la pena vivir?	82,9	11,4	4,6	1,1	5,7
PROMEDIO	**63,2**	**25,0**	**8,5**	**3,3**	**11,8**
ASPECTOS POSITIVOS (PREGUNTAS: 21, 22,23,24,25,26)					
22. ¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?	1,7	28,0	46,3	24,0	70,3
¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?	3,4	28,6	40,0	28,0	68,0
¿Generalmente siente que hace bien las cosas?	1,7	34,3	46,9	17,1	64,0
¿Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas?	3,4	40,0	34,3	22,3	56,6
¿Se ha sentido lleno de vida y energía?	2,9	41,1	30,9	25,1	56,0
¿Siente que puede concentrarse en todo lo que hace?	5,1	49,1	33,1	12,6	45,7
PROMEDIO	**3,0**	**36,9**	**38,6**	**21,5**	**60,1**
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE SALUD GENERAL APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014					
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI					

ANEXO 16: ESTADO DE SALUD MENTAL EN EL GÉNERO MASCULINO

CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL EN GENERO MASCULINO (PORCENTAJES)					
AMBITOS QUE INVESTIGA	**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 (PREGUNTAS: 1,2,3,4,5,7,12)					
¿Se ha sentido cansado y sin fuerzas para nada?	30,6	55,6	8,3	5,6	13,9
¿Ha tenido la sensación de estar enfermo?	38,9	52,8	5,6	2,8	8,4
¿Ha tenido dolores de cabeza?	52,8	25,0	22,2	0,0	22,2
¿Ha sentido pesadez en la cabeza o la sensación de que ésta le va estallar?	58,3	25,0	16,7	0,0	16,7
¿Ha tenido miedo de desmayarse en lugares públicos?	75,0	19,4	5,6	0,0	5,6
¿Se ha sentido cansado y fatigado aún para comer?	55,6	27,8	16,7	0,0	16,7
¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?	47,2	41,7	11,1	0,0	11,1
PROMEDIO	**51,2**	**35,33**	**12,31**	**1,20**	**13,51**
SUEÑO - CALIDAD DE DESCANSO Y ESTADO DE ANSIEDAD (PREGUNTAS: 6,8,15,17,20)					
¿Al despertarse siente que no descansó lo suficiente?	16,7	44,4	30,6	8,3	38,9
¿Ha dormido menos por tener preocupaciones?	27,8	27,8	30,6	13,9	44,5
¿Ha pasado noches inquietas o intranquilas?	30,6	44,4	13,9	11,1	25,0
¿Constantemente se ha sentido nervioso o a "punto de estallar"?	52,8	33,3	8,3	5,6	13,9
¿Ha notado que a veces no puede hacer nada a causa de sus nervios?	52,8	41,7	2,8	2,8	5,6
PROMEDIO	**36,14**	**38,32**	**17,24**	**8,34**	**25,58**
AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS (PREGUNTAS: 9, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 19)					
¿Ha pensado que usted no vale nada?	86,10	8,30	2,80	2,80	5,60
¿Se tarda más tiempo en hacer sus cosas que antes?	52,80	41,70	5,60	0,00	5,60
¿Ha sentido miedo ante todo lo que tiene que hacer?	52,80	41,70	5,60	0,00	5,60
¿Ha tenido la sensación de que la gente se le queda viendo?	47,20	38,90	11,10	2,80	13,90
¿Ha perdido confianza y fe en sí mismo?	77,80	19,40	2,80	0,00	2,80
¿Siente que no puede esperar nada de la vida?	80,60	13,90	5,60	0,00	5,60
¿Ha sentido que no vale la pena vivir?	83,30	8,30	5,60	2,80	8,40
¿Ha pensado en la posibilidad de dejar la universidad?	69,40	25,00	5,60	0,00	5,60
PROMEDIO	**68,75**	**24,65**	**5,59**	**1,05**	**6,64**
ASPECTOS POSITIVOS (PREGUNTAS: 21, 22,23,24,25,26)					
¿Generalmente siente que hace bien las cosas?	0,00	30,60	44,40	25,00	69,40
¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?	2,80	13,90	44,40	38,90	83,30
¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?	0,00	16,70	58,30	25,00	83,30
¿Se ha sentido lleno de vida y energía?	2,80	25,00	36,10	36,10	72,20
25. ¿Siente que puede concentrarse en todo lo que hace?	0,00	41,70	47,20	11,10	58,30
26. ¿Se ha sentido capaz de enfrentar sus problemas?	0,00	13,90	58,30	27,80	86,10
PROMEDIO	**0,93**	**23,63**	**48,12**	**27,32**	**75,43**
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE SALUD GENERAL APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014					
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI					

ANEXO 17: ESTADO DE SALUD MENTAL POR NIVEL DE ESTUDIO

VALORACIÓN DE LA SALUD MENTAL POR CICLO DE ESTUDIO															
ÁMBITOS QUE INVESIGA	PRIMER CICLO					CUARTO CICLO					INTERNADO				
	NO PARA NADA	NO MAS DE LO HABITUAL	BASTANTE MAS DE LO HABITUAL	MUCHO MAS DE LO HABITUAL	BASTANTE MAS Y MUCHO MAS DE LO HABITUAL	NO PARA NADA	NO MAS DE LO HABITUAL	BASTANTE MAS DE LO HABITUAL	MUCHO MAS DE LO HABITUAL	BASTANTE MAS Y MUCHO MAS DE LO HABITUAL	NO PARA NADA	NO MAS DE LO HABITUAL	BASTANTE MAS DE LO HABITUAL	MUCHO MAS DE LO HABITUAL	BASTANTE MAS Y MUCHO MAS DE LO HABITUAL
CANSANCIO - FATIGA - TENSIÓN - CEFALALGIAS	37,3	37,7	19,1	5,9	25,0	39,7	42,9	15,0	2,4	17,4	44,3	37,4	14,1	4,2	18,3
SUEÑO - CALIDAD DE DESCANSO Y ESTADO DE ANSIEDAD	28,7	42,6	20,2	8,5	28,7	29,8	44,9	19,0	6,3	25,3	44,4	31,0	16,9	7,7	24,6
AUTOPERCEPCIÓN DE LA RELACIÓN CONSIGO MISMO Y CON OTROS	59,2	28,1	10,5	2,2	12,6	63,7	27,5	7,6	1,2	8,8	70,2	19,9	5,3	4,6	9,9
ASPECTOS POSITIVOS	2,7	36,1	41,7	19,6	61,2	2,0	35,0	39,8	23,2	63,0	3,0	32,7	38,7	25,6	64,3
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE SALUD GENERAL APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014															
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI															

ANEXO 18: PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL GÉNERO FEMENINO

PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLOGICO EN GENERO FEMENINO (PORCENTAJES)						
SITUACIONES A EVALUAR	**NUNCA**	**ALGUNAS VECES**	**MUCHAS VECES**	**CASI SIEMPRE**	**SIEMPRE**	**CASI SIEMPRE + SIEMPRE**
Considero que mi familia me quiere.	1,1	6,3	8,6	15,4	68,6	84
Tengo muchas ganas de vivir	0,6	8	12	16	63,4	79,4
Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	0,6	7,4	15,4	20	56,6	76,6
Creo que puedo superar mi errores y debilidades	0,6	8,6	17,1	31,4	42,3	73,7
Tengo confianza en mí mismo	1,1	14,9	12,6	23,4	48	71,4
Me gusta lo que hago	0	12	17,1	26,9	44	70,9
Disfruto de las comidas	1,7	11,4	18,3	28	40,6	68,6
Me siento bien conmigo mismo.	1,7	10,9	19,4	25,1	42,9	68
Me enfrento a las tareas con buen ánimo.	0	14,9	17,7	40,6	26,9	67,5
siento en capacidad de realizar mi trabajo	0	12,6	21,7	36	29,7	65,7
Me gusta salir y compartir con la gente.	1,1	17,7	16,6	25,1	39,4	64,5
Me creo útil y necesario para la gente.	1,1	13,7	23,4	30,9	30,9	61,8
Busco momentos de distracción y descanso	0	18,9	20	35,4	25,7	61,1
Me gusta divertirme.	0	20	21,1	22,9	36	58,9
Me siento optimista	0	16	25,1	32	26,9	58,9
Me siento jovial.	1,1	18,3	22,9	23,4	34,3	57,7
Creo que me sucederán cosas agradables.	2,9	18,3	21,7	33,1	24	57,1
Me gusta transmitir mi felicidad a los demás	0,6	17,7	24,6	27,4	29,7	57,1
Pienso que como persona he logrado lo que quería.	2,3	20	21,7	32	24	56
Me siento*"en forma".*	4	21,1	18,9	24,6	31,4	56
Creo que tengo buena salud	2,3	20,6	21,7	38,9	16,6	55,5
Considero que generalmente tengo buen humor	2,9	22,3	21,1	28,6	25,1	53,7
Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo	2,3	23,4	24	28,6	21,7	50,3
Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas	1,7	20	29,1	29,1	20	49,1
Se me han abierto muchas puertas en la vida.	1,7	26,3	22,9	28	21,1	49,1
Todo me parece interesante.	0,6	24,6	26,3	29,7	18,9	48,6
Siento que todo me va bien.	1,7	24,6	27,4	25,1	21,1	46,2
Duermo bien y de forma tranquila	4	36	18,9	25,1	16	41,1
Estoy ilusionada/o	3,4	39,4	20	20,6	16,6	37,2
Tengo buena suerte.	4,6	45,1	16	23,4	10,9	34,3
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE BIENESTAR SUBJETIVO SANCHEZ CASANOVA APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014						
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI						

ANEXO 19: PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL GÉNERO MASCULINO

PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN GENERO MASCULINO (PORCENTAJES)						
SITUACIONES A EVALUAR	**NUNCA**	**ALGUNAS VECES**	**MUCHAS VECES**	**CASI SIEMPRE**	**SIEMPRE**	**CASI SIEMPRE + SIEMPRE**
Tengo confianza en mí mismo	0	5,6	2,8	38,9	52,8	91,7
Considero que mi familia me quiere.	0	2,8	8,3	19,4	69,4	88,8
Tengo muchas ganas de vivir	0	2,8	8,3	19,4	69,4	88,8
Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	0	0	13,9	16,7	69,4	86,1
siento en capacidad de realizar mi trabajo	0	5,6	8,3	33,3	52,8	86,1
Disfruto de las comidas	0	2,8	11,1	36,1	50	86,1
Me siento optimista	2,8	5,6	8,3	41,7	41,7	83,4
Me enfrento a las tareas con buen ánimo.	0	5,6	11,1	50	33,3	83,3
Me gusta lo que hago	0	5,6	11,1	22,2	61,1	83,3
Me gusta salir y compartir con la gente.	0	8,3	13,9	30,6	47,2	77,8
Me gusta divertirme.	0	11,1	11,1	25	52,8	77,8
Creo que puedo superar mi errores y debilidades	0	2,8	19,4	33,3	44,4	77,7
Me siento bien conmigo mismo.	0	11,1	13,9	36,1	38,9	75
Creo que tengo buena salud	0	11,1	13,9	50	25	75
Considero que generalmente tengo buen humor	0	8,3	16,7	33,3	41,7	75
Todo me parece interesante.	0	13,9	13,9	36,1	36,1	72,2
Me creo útil y necesario para la gente.	2,8	2,8	22,2	27,8	44,4	72,2
Siento que todo me va bien.	0	13,9	13,9	50	22,2	72,2
Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas	0	16,7	16,7	27,8	38,9	66,7
Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo	0	8,3	25	44,4	22,2	66,6
Creo que me sucederán cosas agradables.	0	8,3	27,8	25	38,9	63,9
Me siento*"en forma".*	0	16,7	22,2	30,6	30,6	61,2
Me gusta transmitir mi felicidad a los demás	5,6	13,9	19,4	27,8	33,3	61,1
Busco momentos de distracción y descanso	0	11,1	27,8	22,2	38,9	61,1
Pienso que como persona he logrado lo que quería.	0	16,7	22,2	33,3	27,8	61,1
Me siento jovial.	0	11,1	30,6	19,4	38,9	58,3
Se me han abierto muchas puertas en la vida.	0	19,4	25	22,2	33,3	55,5
Estoy ilusionada/o	5,6	25	22,2	19,4	27,8	47,2
Duermo bien y de forma tranquila	5,6	30,6	22,2	25	16,7	41,7
Tengo buena suerte.	8,3	44,4	19,4	13,9	13,9	27,8
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE BIENESTAR SUBJETIVO SANCHEZ CASANOVA APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014						
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI						

ANEXO 20: PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL PRIMER CICLO

PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLOGICO EN EL PRIMER CICLO (PORCENTAJES)						
SITUACIONES A EVALUAR	**NUNCA**	**ALGUNAS VECES**	**MUCHAS VECES**	**CASI SIEMPRE**	**SIEMPRE**	**CASI SIEMPRE + SIEMPRE**
Considero que mi familia me quiere.	0	6,5	8,7	15,2	69,6	84,8
Tengo muchas ganas de vivir	0	6,5	10,9	13	69,6	82,6
Tengo confianza en mí mismo	1,1	12	9,8	28,3	48,9	77,2
Disfruto de las comidas	1,1	10,9	14,1	45,7	28,3	74
Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	0	5,4	20,7	17,4	56,5	73,9
Creo que puedo superar mi errores y debilidades	0	4,3	21,7	29,3	44,6	73,9
Me gusta lo que hago	0	13	16,3	30,4	40,2	70,6
Me enfrento a las tareas con buen ánimo.	0	15,2	16,3	52,2	16,3	68,5
Me siento bien conmigo mismo.	0	9,8	23,9	31,5	34,8	66,3
Me siento optimista	0	13	25	35,9	26,1	62
siento en capacidad de realizar mi trabajo	0	10,9	28,3	33,7	27,2	60,9
Creo que tengo buena salud	1,1	16,3	21,7	48,9	12	60,9
Me gusta salir y compartir con la gente.	2,2	17,4	19,6	25	35,9	60,9
Me gusta divertirme.	0	18,5	20,7	22,8	38	60,8
Me creo útil y necesario para la gente.	0	10,9	29,3	34,8	25	59,8
Busco momentos de distracción y descanso	0	16,3	27,2	37	19,6	56,6
Creo que me sucederán cosas agradables.	1,1	16,3	27,2	35,9	19,6	55,5
Me gusta transmitir mi felicidad a los demás	1,1	17,4	27,2	31,5	22,8	54,3
Me siento jovial.	1,1	16,3	29,3	25	28,3	53,3
Todo me parece interesante.	1,1	23,9	22,8	38	14,1	52,1
Me siento*"en forma".*	2,2	25	21,7	27,2	23,9	51,1
Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas	1,1	23,9	28,3	30,4	16,3	46,7
Pienso que como persona he logrado lo que quería.	1,1	20,7	31,5	30,4	16,3	46,7
Se me han abierto muchas puertas en la vida.	0	29,3	29,3	23,9	17,4	41,3
Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo	2,2	28,3	28,3	26,1	15,2	41,3
Siento que todo me va bien.	1,1	25	33,7	28,3	12	40,3
Estoy ilusionada/o	4,3	37	22,8	23,9	12	35,9
Duermo bien y de forma tranquila	5,4	38	21,7	20,7	14,1	34,8
Tengo buena suerte.	4,3	48,9	21,7	20,7	4,3	25
Considero que generalmente tengo buen humor	4,3	21,7	21,7	1,5	20,7	22,2
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE BIENESTAR SUBJETIVO SANCHEZ CASANOVA APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014						
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI						

ANEXO 21: PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN CUARTO CICLO

BIENESTAR SUBJETIVO EN EL CUARTO CICLO (PORCENTAJES)						
SITUACIONES A EVALUAR	NUNCA	ALGUNAS VECES	MUCHAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	CASI SIEMPRE + SIEMPRE
Considero que mi familia me quiere.	2,4	2,4	7,3	19,5	68,3	87,8
Me gusta lo que hago	0	12,2	7,3	39	41,5	80,5
Tengo muchas ganas de vivir	0	7,3	14,6	24,4	53,7	78,1
Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	0	4,9	17,1	19,5	58,5	78
Me siento bien conmigo mismo.	2,4	7,3	14,6	31,7	43,9	75,6
siento en capacidad de realizar mi trabajo	0	17,1	9,8	39	34,1	73,1
Me enfrento a las tareas con buen ánimo.	0	12,2	17,1	43,9	26,8	70,7
Me gusta salir y compartir con la gente.	0	19,5	9,8	34,1	36,6	70,7
Tengo confianza en mí mismo	0	17,1	12,2	34,1	36,6	70,7
Busco momentos de distracción y descanso	0	17,1	14,6	39	29,3	68,3
Creo que puedo superar mi errores y debilidades	0	9,8	22	31,7	36,6	68,3
Disfruto de las comidas	0	9,8	22	24,4	43,9	68,3
Me gusta divertirme.	0	19,5	14,6	29,3	36,6	65,9
Se me han abierto muchas puertas en la vida.	2,4	14,6	19,5	41,5	22	63,5
Me gusta transmitir mi felicidad a los demás	4,9	12,2	19,5	29,3	34,1	63,4
Siento que todo me va bien.	2,4	17,1	17,1	46,3	17,1	63,4
Me siento optimista	2,4	12,2	22	31,1	31,7	62,8
Me creo útil y necesario para la gente.	4,9	12,2	22	22	39	61
Me siento*"en forma".*	4,9	17,1	17,1	31,7	29,3	61
Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas	4,9	9,8	26,8	29,3	29,3	58,6
Pienso que como persona he logrado lo que quería.	2,4	19,5	19,5	36,6	22	58,6
Me siento jovial.	0	22	19,5	24,4	34,1	58,5
Considero que generalmente tengo buen humor	0	22	19,5	39	19,5	58,5
Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo	2,4	17,1	24,4	43,9	12,2	56,1
Creo que tengo buena salud	0	19,5	26,8	43,9	9,8	53,7
Creo que me sucederán cosas agradables.	4,9	19,5	22	22	31,7	53,7
Todo me parece interesante.	0	22	26,8	29,3	22	51,3
Estoy ilusionada/o	4,9	29,3	22	22	22	44
Duermo bien y de forma tranquila	4,9	36,6	17,1	26,8	14,6	41,4
Tengo buena suerte.	7,3	43,9	14,6	17,1	17,1	34,2
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE BIENESTAR SUBJETIVO SANCHEZ CASANOVA APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014						
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI						

ANEXO 22: PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL INTERNADO

PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL INTERNADO (PORCENTAJES)						
SITUACIONES A EVALUAR	**NUNCA**	**ALGUNAS VECES**	**MUCHAS VECES**	**CASI SIEMPRE**	**SIEMPRE**	**CASI SIEMPRE + SIEMPRE**
Considero que mi familia me quiere.	1,3	6,4	9	15,4	67,9	83,3
Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	1,3	7,7	7,7	21,8	61,5	83,3
Tengo muchas ganas de vivir	1,3	7,7	10,3	16,7	64,1	80,8
Creo que puedo superar mi errores y debilidades	1,3	10,3	10,3	34,6	43,6	78,2
siento en capacidad de realizar mi trabajo	0	9	14,1	35,9	41	76,9
Tengo confianza en mí mismo	1,3	12,8	11,5	19,2	55,1	74,3
Me gusta salir y compartir con la gente.	0	12,8	15,4	23,1	48,7	71,8
Me enfrento a las tareas con buen ánimo.	0	11,5	16,7	29,5	42,3	71,8
Me gusta lo que hago	0	7,7	20,5	14,1	57,7	71,8
Disfruto de las comidas	2,6	9	17,9	12,8	57,7	70,5
Me siento bien conmigo mismo.	2,6	14,1	14,1	19,2	50	69,2
Me creo útil y necesario para la gente.	1,3	12,8	16,7	29,5	39,7	69,2
Pienso que como persona he logrado lo que quería.	2,6	17,9	11,5	32,1	35,9	68
Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo	1,3	14,1	19,2	30,8	34,6	65,4
Me siento optimista	0	16,7	19,2	32,1	32,1	64,2
Creo que me sucederán cosas agradables.	2,6	15,4	17,9	32,1	32,1	64,2
Busco momentos de distracción y descanso	0	19,2	17,9	25,6	37,2	62,8
Me siento jovial.	1,3	15,4	20,5	19,2	43,6	62,8
Considero que generalmente tengo buen humor	1,3	16,7	19,2	21,8	41	62,8
Me gusta divertirme.	0	17,9	20,5	20,5	41	61,5
Me siento*"en forma".*	3,8	16,7	17,9	20,5	41	61,5
Me gusta transmitir mi felicidad a los demás	0	19,2	21,8	21,8	37,2	59
Creo que tengo buena salud	3,8	21,8	15,4	29,5	29,5	59
Siento que todo me va bien.	1,3	23,1	19,2	21,8	34,6	56,4
Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas	0	19,2	25,6	26,9	28,2	55,1
Todo me parece interesante.	0	21,8	24,4	23,1	30,8	53,9
Se me han abierto muchas puertas en la vida.	2,6	25,6	17,9	23,1	30,8	53,9
Duermo bien y de forma tranquila	2,6	30,8	17,9	29,5	19,2	48,7
Tengo buena suerte.	5,1	41	11,5	25,6	16,7	42,3
Estoy ilusionada/o	2,6	41	16,7	15,4	24,4	39,8
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE BIENESTAR SUBJETIVO APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014						
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI						

ANEXO 23: VALORACIÓN DEL BIENESTAR SUBJETIVO, POR GÉNERO

VALORACIÓN DE BIENES TAR SUBJETIVO MEDIANTE LA ESCALA BIEPS-J (JÓVENES Y ADOLESCENTES) POR GENERO						
SITUACIONES	**GENERO FEMENINO**			**GENERO MASCULINO**		
	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)						
Creo que me hago cargo de lo que digo o hago	6,9	20	73,1	25	11,1	63,9
Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo	7,4	22,9	69,7	13,9	27,8	58,3
Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo	6,9	40	53,1	11,1	27,8	61,1
Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar	5,1	21,1	73,7	13,9	11,1	75
PROMEDIO	**6,57**	**26**	**67,43**	**15,97**	**19,44**	**64,58**
VÍNCULOS PSICOSOCIALES (2,8,11)						
Tengo amigos/as en quienes confiar	6,9	24,6	68,6	19,4	27,8	52,8
Cuento con personas que me ayudan si lo necesito	5,1	26,3	68,6	11,1	19,4	69,4
Creo que en general me llevo bien con la gente	3,4	38,3	58,3	13,9	22,2	63,9
PROMEDIO	**5,14**	**29,71**	**65,14**	**14,81**	**23,15**	**62,04**
PROYECTOS PERSONALES (3,6,12)						
Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida	9,7	16,6	73,7	13,9	5,6	80,6
Me importa pensar que haré en el futuro	9,7	16,6	73,7	19,4	11,1	69,4
Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida	5,7	18,3	76	13,9	8,3	77,8
PROMEDIO	**8,38**	**17,14**	**74,48**	**15,74**	**8,33**	**75,93**
ACEPTACIÓN DE SI MISMO (4,7,9)						
En general estoy conforme con el cuerpo que tengo	9,1	28,6	62,3	11,1	19,4	69,4
Generalmente caigo bien a la gente	3,4	65,1	31,4	11,1	50	38,9
Estoy bastante conforme con mi forma de ser	5,7	31,4	62,9	11,1	27,8	61,1
PROMEDIO	**6,1**	**41,71**	**52,19**	**11,11**	**32,41**	**56,48**
FUENTE: ENCUESTAS BIEPS-J APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014						
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI						

ANEXO 24: VALORACIÓN DEL BIENESTAR SUBJETIVO POR MÓDULOS

VALORACIÓN DE BIENES TAR SUBJETIVO MEDIANTE LA ESCALA BIEPS-J (JÓVENES Y ADOLESCENTES) MÓDULO									
SITUACIONES	**PRIMER CICLO**			**CUARTO CICLO**			**INTERNADO**		
	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**
CONTROL DE SITUACIONES (1,5,10,13)									
1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago	5,40	25,00	69,60	9,80	12,20	78,00	15,40	14,10	70,50
5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo	6,50	33,70	59,80	9,80	9,80	80,50	10,30	19,20	70,50
10. Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo	6,50	43,50	50,00	4,90	34,10	61,00	10,30	33,30	56,40
13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar	4,30	22,80	72,80	7,30	9,80	82,90	9,00	20,50	70,50
PROMEDIO	**5,71**	**31,25**	**63,04**	**7,93**	**16,46**	**75,61**	**11,22**	**21,79**	**66,99**
VÍNCULOS PSICOSOCIALES (2,8,11)									
2. Tengo amigos/as en quienes confiar	6,50	23,90	69,60	9,80	34,10	56,10	11,50	21,80	66,70
8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito	4,30	26,10	69,60	2,40	22,00	75,60	10,30	25,60	64,10
11. Creo que en general me llevo bien con la gente	3,30	42,40	54,30	4,90	34,10	61,00	7,70	28,20	64,10
PROMEDIO	**4,71**	**30,80**	**64,49**	**5,69**	**30,08**	**64,23**	**9,83**	**25,21**	**64,96**
PROYECTOS PERSONALES (3,6,12)									
3. Creo que se lo que quiero hacer con mi vida	8,70	19,60	71,70	12,20	4,90	82,90	11,50	14,10	74,40
6. Me importa pensar que haré en el futuro	6,50	18,50	75,00	17,10	9,80	73,20	14,10	15,40	70,50
12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida	5,40	14,10	80,40	9,80	19,50	70,70	7,70	17,90	74,40
PROMEDIO	**6,88**	**17,39**	**75,72**	**13,01**	**11,38**	**75,61**	**11,11**	**15,81**	**73,08**
ACEPTACIÓN DE SI MISMO (4,7,9)									
4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo	9,80	29,30	60,90	9,80	24,40	65,90	9,00	25,60	65,40
7. Generalmente caigo bien a la gente	2,20	70,70	27,20	2,40	61,00	36,60	9,00	53,80	37,20
9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser	5,40	33,70	60,90	4,90	39,00	56,10	9,00	23,10	67,90
PROMEDIO	**5,80**	**44,57**	**49,64**	**5,69**	**41,46**	**52,85**	**8,97**	**34,19**	**56,84**
FUENTE: ENCUESTAS BIEPS-J APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014									
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI									

ANEXO 25: PRINCIPALES RACCIONES Y ESTADOS EMOCIONALES FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO

EVALUACIÓN DE LAS CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS MEDIANTE EL CUESTIONARIO DE AUTORREPORTE VIVENCIAL (FRECUENCIAS Y PORCENTAJES)				
VIVENCIA/ INTENSIDAD	**ESCASAMENTE**	**MODERADAMENTE**	**INTENSAMENTE**	**MODERADAMENTE + INTENSAMENTE**
	%	**%**	**%**	**%**
INQUIETUD	23,2	65,4	11,4	76,8
IRRITABILIDAD	35,1	50,2	14,7	64,9
DESCONFIANZA	36	52,6	11,4	64
INSEGURIDAD	83,4	53,6	8,1	61,7
ANSIEDAD	39,3	49,3	11,4	60,7
MIEDO	40,8	47,9	11,4	59,3
IRA	44,5	46	9,5	55,5
TRISTEZA	45	42,2	12,8	55
ANGUSTIA	46	40,3	13,7	54
SUFRIMIENTO	47,4	39,8	12,8	52,6
APATÍA	60,7	36,5	2,8	39,3
ABATIMIENTO	61,1	34,6	4,3	38,9
RECHAZO	74,4	22,7	2,8	25,5
DESPRECIO	78,2	19	2,8	21,8
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE ESCALA DE AUTORREPORTE VIVENCIAL APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014				
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI				

ANEXO 26: REACCIONES Y ESTADOS EMOCIONALES FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO POR GÉNERO

EVALUACIÓN DE LAS CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS MEDIANTE EL CUESTIONARIO DE AUTORREPORTE VIVENCIAL POR GÉNERO (PORCENTAJES)								
VIVENCIA	**FEMENINO**				**MASCULINO**			
	ESCASAMENTE	**MODERADAMENTE**	**INTENSAMENTE**	**MODERADAMENTE + INTENSAMENTE**	**ESCASAMENTE**	**MODERADAMENTE**	**INTENSAMENTE**	**MODERADAMENTE + INTENSAMENTE**
INQUIETUD	20,6	68,6	10,9	79,5	36,1	50	13,9	63,9
IRA	42,3	47,4	10,3	57,7	55,6	38,9	5,6	44,5
DESCONFIANZA	30,3	56,6	13,1	69,7	63,9	33,3	2,8	36,1
INSEGURIDAD	36	54,9	9,1	64	50	47,2	2,8	50
TRISTEZA	40,6	45,7	13,7	59,4	66,7	25	8,3	33,3
MIEDO	37,7	49,7	12,6	62,3	55,6	38,9	5,6	44,5
IRRITABILIDAD	33,1	50,3	16,6	66,9	44,4	50	5,6	55,6
SUFRIMIENTO	44,6	41,1	14,3	55,4	61,1	33,3	5,6	38,9
ANSIEDAD	37,1	50,9	12	62,9	50	41,7	8,3	50
ANGUSTIA	43,4	40,6	16	56,6	58,3	38,9	2,8	41,7
ABATIMIENTO	60	35,4	4,6	40	66,7	30,6	2,8	33,4
APATÍA	59,4	37,7	2,9	40,6	66,7	30,6	2,8	33,4
RECHAZO	73,1	24	2,9	26,9	80,6	16,7	2,8	19,5
DESPRECIO	76,6	20,6	2,9	23,5	86,1	11,1	2,8	13,9
FUENTE: ENCUESTAS SOBRE ESCALA DE AUTORREPORTE VIVENCIAL APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014								
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI								

ANEXO 27: REACCIONES Y ESTADOS EMOCIONALES FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO, POR NIVEL DE ESTUDIO

EVALUACIÓN DE LAS CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS MEDIANTE EL CUESTIONARIO DE AUTORREPORTE VIVENCIAL POR NIVEL DE ESTUDIO (PORCENTAJES)												
VIVENCIA	PRIMER CICLO				CUARTO CICLO				INTERNADO			
	ESCASAMENTE	MODERADAMENTE	INTENSAMENTE	MODERADAMENTE + INTENSAMENTE	ESCASAMENTE	MODERADAMENTE	INTENSAMENTE	MODERADAMENTE + INTENSAMENTE	ESCASAMENTE	MODERADAMENTE	INTENSAMENTE	MODERADAMENTE + INTENSAMENTE
INQUIETUD	16,3	72,8	10,9	83,7	24,4	68,3	7,3	75,6	30,8	55,1	14,1	69,2
IRRITABILIDAD	28,3	57,6	14,1	71,7	53,7	41,5	4,9	46,4	33,3	53,8	12,8	66,6
DESCONFIANZA	35,9	55,4	8,7	64,1	39	53,7	7,3	61	35,9	52,6	11,5	64,1
ANGUSTIA	41,3	41,3	17,4	58,7	41,5	48,8	9,8	58,6	37,2	51,3	11,5	62,8
SUFRIMIENTO	41,3	44,6	14,1	58,7	41,5	46,3	12,2	58,5	39,7	43,6	16,7	60,3
IRA	37	50	13	63	39	53,7	7,3	61	42,3	50	7,7	57,7
MIEDO	44,6	42,4	13	55,4	39	43,9	17,1	61	44,9	42,3	12,8	55,1
INSEGURIDAD	34,8	56,5	8,7	65,2	36,6	46,3	17,1	63,4	48,7	43,6	7,7	51,3
TRISTEZA	35,9	51,1	13	64,1	65,9	22	12,2	34,2	53,8	33,3	12,8	46,1
ANSIEDAD	44,6	47,8	7,6	55,4	41,5	51,2	7,3	58,5	57,7	29,5	12,8	42,3
ABATIMIENTO	54,3	40,2	5,4	45,6	65,9	29,3	4,9	34,2	64,1	32,1	3,8	35,9
APATÍA	50	46,7	3,3	50	70,7	26,8	2,4	29,2	70,5	28,2	1,3	29,5
RECHAZO	70,7	23,9	5,4	29,3	78	22	0	22	76,9	21,8	1,3	23,1
DESPRECIO	77,2	19,6	3,3	22,9	78	19,5	2,4	21,9	79,5	17,9	2,6	20,5

FUENTE: ENCUESTAS SOBRE ESCALA DE AUTORREPORTE VIVENCIAL APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014

ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI

ANEXO 28: EVALUACION DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS

NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERIA (FRECUENCIAS Y PORCENTAJES)						
SITUACIONES	**NADA NECESARIO**		**POCO NECESARIO**		**MUY NECESARIO**	
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje	6	2,80	25	11,80	180	85,30
14. Orientación profesional	6	2,80	31	14,70	174	82,50
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno	5	2,40	37	17,50	169	80,10
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes	10	4,70	32	15,20	169	80,10
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías	7	3,30	38	18,00	166	78,70
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales	8	3,80	40	19,00	163	77,30
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias	10	4,70	38	18,00	163	77,30
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje	10	4,70	38	18,00	163	77,30
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales	9	4,30	40	19,00	162	76,80
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del autoconcepto, la autoestima y el autocontrol emocional	10	4,70	46	21,80	155	73,50
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc	12	5,70	46	21,80	153	72,50
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos	10	4,70	49	23,20	152	72,00
9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajos en equipo	8	3,80	55	26,10	148	70,10
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil	11	5,20	54	25,60	146	69,20
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios	8	3,80	58	27,50	145	68,70
16. Otras necesidades	0	0,00	0	0,00	0	0,00
FUENTE: ENCUESTAS DE CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014						
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI						

ANEXO 29: EVALUACIÓN DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL GÉNERO FEMENINO

NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL GÉNERO FEMENINO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERIA (PORCENTAJES)			
SITUACIONES	**NADA NECESARIO**	**POCO NECESARIO**	**MUY NECESARIO**
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje	1,70	11,40	86,90
14. Orientación profesional	2,90	12,60	84,60
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes	4,00	12,60	83,40
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías	1,70	17,10	81,10
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno	1,70	17,70	80,60
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales	2,90	17,10	80,00
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias	3,40	17,70	78,90
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje	3,40	17,70	78,90
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales	2,90	19,40	77,70
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc	5,10	21,10	73,70
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del autoconcepto, la autoestima y el autocontrol emocional	4,00	22,30	73,70
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos	2,90	24,00	73,10
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios	2,30	26,30	71,40
9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajos en equipo	2,90	26,30	70,90
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil	4,00	25,70	70,30
16. Otras necesidades	0,00	0,00	0,00
FUENTE: ENCUESTAS DE CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014			
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI			

ANEXO 30: EVALUACION DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL GÉNERO MASCULINO

NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL GÉNERO MASCULINO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERIA (PORCENTAJES)			
SITUACIONES	**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	5,60	16,70	77,80
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje	8,30	13,90	77,80
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales	11,10	16,70	72,20
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del autoconcepto, la autoestima y el autocontrol emocional	8,30	19,40	72,20
14. Orientación profesional	2,80	25,00	72,20
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias	11,10	19,40	69,40
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje	11,10	19,40	69,40
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc	8,30	25,00	66,70
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos	13,90	19,40	66,70
9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajos en equipo	8,30	25,00	66,70
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías	11,10	22,20	66,70
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes	8,30	27,80	63,90
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales	8,30	27,80	63,90
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil	11,10	25,00	63,90
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios	11,10	33,30	55,60
16. Otras necesidades	0,00	0,00	0,00
FUENTE: ENCUESTAS DE CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014			
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI			

ANEXO 31: EVALUACION DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL PRIMER CICLO

NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER CICLO DE LA CARRERA DE ENFERMERIA (PORCENTAJES)			
SITUACIONES	**NADA NECESARIO**	**POCO NECESARIO**	**MUY NECESARIO**
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje	1,10	16,30	82,60
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes	3,30	15,20	81,50
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias	5,40	13,00	81,50
14. Orientación profesional	2,20	18,50	79,30
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje	3,30	19,60	77,20
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías	3,30	19,60	77,20
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno	2,20	21,70	76,10
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales	1,10	22,80	76,10
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales	2,20	22,80	75,00
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del autoconcepto, la autoestima y el autocontrol emocional	5,40	20,70	73,90
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc	4,30	25,00	70,70
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos	5,40	23,90	70,70
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios	2,20	29,30	68,50
9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajos en equipo	3,30	31,50	65,20
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil	5,40	31,50	63,00
16. Otras necesidades	0,00	0,00	0,00
FUENTE: ENCUESTAS DE CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014			
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI			

ANEXO 32: EVALUACIÓN DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL CUARTO CICLO

NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS LOS ESTUDIANTES DEL CUARTO CICLO DE LA CARRERA DE ENFERMERIA (PORCENTAJES)			
SITUACIONES	**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	0,00	7,30	92,70
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje	0,00	7,30	92,70
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales	2,40	9,80	87,80
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje	2,40	12,20	85,40
14. Orientación profesional	2,40	12,20	85,40
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc	4,90	14,60	80,50
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales	2,40	17,10	80,50
9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajos en equipo	0,00	19,50	80,50
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías	2,40	17,10	80,50
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes	2,40	19,50	78,00
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del autoconcepto, la autoestima y el autocontrol emocional	2,40	22,00	75,60
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias	0,00	24,40	75,60
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil	2,40	22,00	75,60
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos	2,40	24,40	73,20
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios	2,40	26,80	70,70
16. Otras necesidades	0,00	0,00	0,00
FUENTE: ENCUESTAS DE CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014			
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI			

ANEXO 33: EVALUACIÓN DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL INTERNADO

NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS LOS ESTUDIANTES DEL INTERNADO DE LA CARRERA DE ENFERMERIA (PORCENTAJES)			
SITUACIONES	**NADA NECESARIO**	**POCO NECESARIO**	**MUY NECESARIO**
2. Formación en técnicas, habilidades y planificación del estudio, estrategias de aprendizaje	6,40	9,00	84,60
14. Orientación profesional	3,80	11,50	84,60
3. Control y manejo de la ansiedad y el estrés ante la realización de los exámenes	7,70	12,80	79,50
13. Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos en la propia facultad: tutorías	3,80	16,70	79,50
1. Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno	3,80	17,90	78,20
8. Formación en técnicas de exposición oral, de trabajos y/o realización de exámenes orales	7,70	15,40	76,90
4. Apoyo y Orientación en situaciones en crisis: rupturas afectivas, fallecimientos de allegados, depresión, crisis emocionales	7,70	19,20	73,10
7. Formación en técnicas de elaboración de trabajos escritos	5,10	21,80	73,10
11. Organización del tiempo para cumplir con las demandas y exigencias universitarias	6,40	20,50	73,10
12. Atención educativa y psicológica a los estudiantes con necesidades educativas especiales: problemas de aprendizaje	7,70	19,20	73,10
15. Orientación en relación con problemas de convivencia en la Residencia Estudiantil	6,40	20,50	73,10
10. Apoyo y/o asesoría psicológica en el fortalecimiento del autoconcepto, la autoestima y el autocontrol emocional	5,10	23,10	71,80
5. Orientación y apoyo en hábitos de vida saludables: ejercicio físico, dejar de fumar, de beber, trastornos del sueño, etc	7,70	21,80	70,50
9. Formación en habilidades sociales, técnicas de comunicación, negociación, de relaciones interpersonales y trabajos en equipo	6,40	23,10	70,50
6. Apoyo en el proceso de adaptación al inicio de los estudios universitarios	6,40	25,60	67,90
16. Otras necesidades	0,00	0,00	0,00
FUENTE: ENCUESTAS DE CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA FEBRERO 2014			
ELABORADO POR: YURI ZULAY JIMENEZ TACURI			

ÍNDICE

PORTADA……i
CERTIFICACIÓN DE APROBACIÓN..... ii
AUTORÍA: iii
CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS iv
DEDICATORIA..... v
AGRADECIMIENTOS vi
TÍTULO..... 1
RESUMEN..... 2
ABSTRACT 4
INTRODUCCIÓN..... 6
REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA..... 10
1.CONCEPTUALIZACIÓN DEL ESTRÉS ACADÉMICO..... 10
2.REACCIÓN ADAPTATIVA DEL ORGANISMO FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO.- 11
3.CONCEPTUALIZACIÓN DE LOS ESCENARIOS ASOCIADOS AL ESTRÉS ACADÉMICO. 14
4.IMPLICACIONES PSICOPATOLÓGICAS DEL ESTRÉS ACADÉMICO.-..... 15
5.SÍNTOMAS O MANIFESTACIONES DEL ESTRÉS ACADÉMICO.-..... 17
HISTORIA DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA..... 18
VISIÓN 19
MISIÓN..... 20
METODOLOGÍA 21
1.CARACTERÍSTICAS METODOLÓGICAS:..... 21
2.PROCEDIMIENTO GENERAL: 23
3.PROCEDIMIENTO PARA LA CALIFICACIÓN DE LA INFORMACIÓN DE CADA UNO DE LOS INSTRUMENTOS Y SU SIGNIFICADO.- 23
4.ESCALAS DE LAS VARIABLE INDEPENDIENTES. 27
6.CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN ESTUDIADA 28
EXPOSICIÓN DE RESULTADOS..... 30
EXPOSICION DE LOS RESULTADOS POR OBJETIVOS...... 30
OBJETIVO ESPECÍFICO 1: DETERMINAR LA PREVALENCIA Y FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO. 30
TABLA N° 1..... 30
PREVALENCIA DE ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA (TOTAL Y POR GÉNERO) 30

TABLA N° 2 30
NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO TOTAL Y POR GÉNERO 30
TABLA N°3 31
PRINCIPALES FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA. PORCENTAJES 31
OBJETIVO ESPECÍFICO 2: VALORAR EL ESTADO GENERAL DE SALUD DE LOS ESTUDIANTES 32
TABLA N° 4 32
ESTADO DE SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA 32
OBJETIVO ESPECÍFICO 3: EVIDENCIAR LA PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO 33
TABLA N° 5 33
VALORACIÓN DE LA PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (ESCALA SÁNCHEZ CASANOVA) 33
OBJETIVO ESPECÍFICO 4: EVALUAR LOS NIVELES DE BIENESTAR SUBJETIVO (BIENESTAR PSICOLÓGICO) 34
TABLA N° 6 34
NIVELES DE BIENESTAR SUBJETIVO ESCALA BIEPS-J (Jóvenes - Adolescentes) 34
OBJETIVO ESPECÍFICO 5: PERCIBIR CIERTAS REACCIONES O ESTADOS EMOCIONALES 35
TABLA N° 7 35
EVALUACIÓN DE LAS CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS MEDIANTE EL CUESTIONARIO DE AUTORREPORTE VIVENCIAL (FRECUENCIAS Y PORCENTAJES) 35
OBJETIVO ESPECÍFICO 6: ESTABLECER LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS 36
TABLA N° 8 36
NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERIA (FRECUENCIAS Y PORCENTAJES) 36
DISCUSIÓN 37
CONCLUSIONES 43
RECOMENDACIONES 45
BIBLIOGRAFÍA **47**
ANEXOS **55**
ANEXO 1. DATOS GENERALES 55
ANEXO 2: INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO 56
ANEXO 3: FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO 57
ANEXO 4: CUESTIONARIO DE SALUD GENERAL 58
ANEXO 5: ESCALA DE SANCHEZ CASANOVA 58
ANEXO 6: ESCALA BIEPS-J (Jóvenes y Adolescentes) 60

ANEXO 7: AUTORREPORTE VIVENCIAL 61
ANEXO 8: CUESTIONARIO DE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS 62
ANEXO 9: FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO 63
ANEXO 10: FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL GÉNERO FEMENINO .. 64
ANEXO 11: FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL GÉNERO MASCULINO 65
ANEXO 12: VALORACIÓN DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL PRIMER CICLO 66
ANEXO 13: VALORACIÓN DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL CUARTO CICLO 67
ANEXO 14: VALORACIÓN DE LAS FUENTES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN EL INTERNADO 68
ANEXO 15: ESTADO DE SALUD MENTAL EN EL GÉNERO FEMENINO 69
ANEXO 16: ESTADO DE SALUD MENTAL EN EL GÉNERO MASCULINO 70
ANEXO 17: ESTADO DE SALUD MENTAL POR NIVEL DE ESTUDIO 71
ANEXO 18: PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL GÉNERO FEMENINO 72
ANEXO 19: PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL GÉNERO MASCULINO 73
ANEXO 20: PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL PRIMER CICLO 74
ANEXO 21: PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN CUARTO CICLO 75
ANEXO 22: PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL INTERNADO 76
ANEXO 23: VALORACIÓN DEL BIENESTAR SUBJETIVO, POR GÉNERO 77
ANEXO 24: VALORACIÓN DEL BIENESTAR SUBJETIVO POR MÓDULOS 78
ANEXO 25: PRINCIPALES RACCIONES Y ESTADOS EMOCIONALES FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO 79
ANEXO 26: REACCIONES Y ESTADOS EMOCIONALES FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO POR GÉNERO 80
ANEXO 27: REACCIONES Y ESTADOS EMOCIONALES FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO, POR NIVEL DE ESTUDIO 81
ANEXO 28: EVALUACION DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS 82
ANEXO 29: EVALUACIÓN DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL GÉNERO FEMENINO 83
ANEXO 30: EVALUACION DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL GÉNERO MASCULINO 84
ANEXO 31: EVALUACION DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL PRIMER CICLO 85
ANEXO 32: EVALUACIÓN DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL CUARTO CICLO 86

ANEXO 33: EVALUACIÓN DE LAS NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS EN EL INTERNADO 87
ÍNDICE 88