

**ESTRÉS EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN LOS ESTUDIANTES DE
ENFERMERIA**

PRESENTADO POR:

GONZALEZ LAURA

GONZALEZ ANA

NAVARRO NATALIA

SIMANCA GABRIELA

ASESOR:

MOSTAPHA AHMAD

ENFERMERÍA VII

2020-1

CONTENIDO

INTRODUCCION

1. **Marco de referencia**
 - 1.1 Área problemática
 - 1.2 Surgimiento del estudio y justificación
 - 1.3 Planteamiento del problema
 - 1.4 **OBJETIVO**
 - 1.41 Objetivo general
 - 1.5 Definición de conceptos referentes al tema a estudiar

2. **MARCO TEORICO**
 - 2.1 Estado del arte
 - 2.2 Revisión integrativa

3. **MARCO METODOLOGICO**
 - 3.1 Tipo de estudio
 - 3.2 Muestra
 - 3.3 Criterios de inclusión
 - 3.4 Criterios de exclusión
 - 3.5 Técnica para la recolección de la información (pasos de la hermenéutica)
 - 3.6 Aspectos éticos de la investigación

4. **ANÁLISIS DE LAS FUENTES**

5. **NATURALIZACIÓN GLOBAL DE LOS OBJETOS DE ESTUDIO**

6. **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**
 - 6.1 Conclusión
 - 6.2 Recomendaciones

7. **BIBLIOGRAFIA**

INTRODUCCION

Las condiciones de la salud mental de los estudiantes cuando ingresan a la universidad pueden verse afectadas en la medida en que las exigencias académicas, las dificultades en el desarrollo del aprendizaje y la adquisición de destrezas plantean situaciones de fracaso o éxito, que acompañadas con el ritmo de estudio, la intensidad horaria, la exigencia de los docentes, las presiones de grupo, la competitividad entre compañeros, los cambios en los horarios de alimentación y los cambios en el ciclo sueño-vigilia, pueden alterar esas condiciones de salud. (1)

Un tema de fundamental interés es el estrés, ya que es lo que más se ve afectado en los estudiantes universitarios y en especial en los estudiantes de enfermería; este no es más que un estado de cansancio mental provocado por la exigencia de un rendimiento muy superior al normal; suele provocar diversos trastornos físicos y mentales.

El estrés académico es una reacción cada vez más extendida entre los estudiantes de todos los grados, especialmente los universitarios. Si bien una nota normal de nervios ayuda a responder con eficacia a los quehaceres diarios, el estrés desmedido puede disminuir el rendimiento.

También es la reacción normal que se tiene frente a las diversas exigencias y demandas enfrentadas en la universidad, tales como exámenes, trabajos, presentaciones, etc.

Al mismo tiempo estas reacciones los activan y los movilizan para responder con eficacia y conseguir metas y objetivos. Sin embargo, en ocasiones, se puede tener demasiadas exigencias al mismo tiempo, lo que puede agudizar la respuesta y disminuir el rendimiento. También el estrés es una respuesta adaptativa de la persona a su entorno, remite a conceptualizar al estresor como una entidad objetiva, que tiene vida independientemente de la percepción de la persona y que normalmente se presenta como una amenaza a su integridad vital.

Una de las causas de este trastorno es la carga de horario, sistema de evaluaciones, sistema financiero, carga de trabajo, dificultad con material de estudiar, estilo de vida, competencia,

adaptación y exigencia del curso; y entre las principales consecuencias se encontraron, la falta de concentración, fatiga intelectual, inapetencia a las tareas habituales, descuido, fatiga sexual, tristeza, descenso del rendimiento intelectual o físico, nerviosismo, modificación de la frecuencia cardiaca, tensión arterial, metabolismo y actividad física.

La población de estudiantes universitarios ha atraído progresivamente la atención de clínicos e investigadores del campo de la salud mental debido a que ésta puede determinar en buena medida su desempeño académico y social.

1. Marco de referencia

Un tema de fundamental interés y que soporta el desarrollo de una gran parte de los estudios en la población de estudiantes de enfermería es el estrés académico. Las investigaciones han demostrado que tanto los estudiantes de medicina, como los estudiantes de enfermería de pregrado y de postgrado padecen más estrés que otros profesionales o estudiantes de otras carreras; considerando las dificultades particulares de su labor y el nivel de exigencia académica.

El estrés es definido como el conjunto de procesos y respuestas neuroendocrinas, inmunológicas, emocionales y conductuales ante situaciones que significan una demanda de adaptación mayor que lo habitual para el organismo y que son percibidas por el individuo como amenaza o peligro, ya sea para su integridad biológica o psicológica.

Históricamente se ha concebido el estrés desde varias perspectivas: Claude Bernard postuló que lo característico del estrés son los estímulos estresores o situaciones estresantes, mientras que Walter Cannon, más recientemente, afirmó que lo más importante es la respuesta fisiológica y conductual que los estímulos provocan.

El estrés académico es una reacción cada vez más extendida entre los estudiantes de todos los grados, especialmente los universitarios. Si bien una nota normal de nervios ayuda a responder con eficacia a los quehaceres diarios, el estrés desmedido puede disminuir el rendimiento.

Según Orlandini, desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de postgrado, cuando una persona está en un período de aprendizaje experimenta tensión. A ésta se le denomina estrés académico, y ocurre tanto en el estudio que se realiza de manera individual como el que se efectúa en el aula escolar. La etapa del ciclo vital en la que se encuentran la mayoría de los estudiantes universitarios de pregrado, es la adolescencia

tardía. Y es justamente allí, cuando se acentúan algunos problemas de salud mental que no se presentan con tanta frecuencia en etapas previas, como los trastornos del estado de ánimo y la ansiedad. Sumado a lo anterior, las mayores exigencias académicas presentes en la educación superior, son reconocidas por los estudiantes como uno de los factores que generan mayores niveles de estrés.

En varias investigaciones sobre el estrés académico, los estudiantes han hecho evidente que la falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas, la sobrecarga académica, la realización de exámenes, la exposición de trabajos en clase y la realización de trabajos y tareas obligatorias, son eventos generadores de altos niveles de estrés. Los estudiantes de primer año son los que mayores índices de estrés reportan ante la falta de tiempo para cumplir con las actividades y la sobrecarga académica; factores que si bien continúan siendo percibidos como estresantes entre los estudiantes de niveles superiores, se ven en algún grado atenuados con el paso del tiempo.

En los estudios educativos el rendimiento académico se ha definido de diversas maneras, que, sin embargo, no han podido precisar de manera unívoca la naturaleza del problema, lo que ha originado diferentes, e incluso ambiguas, acepciones del vocablo rendimiento.

El rendimiento académico puede concebirse como el nivel de conocimientos, habilidades y destrezas que el alumno adquiere durante el proceso enseñanza-aprendizaje; la evaluación de éste se realiza a través de la valoración que el docente hace del aprendizaje de los educandos matriculados en un curso, grado, ciclo o nivel educativo, lo que va a estar en relación con los objetivos y contenidos de los programas y el desempeño de los escolares en todo el proceso mencionado.

1.1 Área problemática

La población estudiantil es considerada un grupo sometido al estrés día a día. Hay muchos factores que influyen en este como son: la salud física y mental, problemas familiares, económicos, laborales, relaciones intrapersonales, escenarios imprevistos, entre otros.

En la vida de los estudiantes se presentan muchos de estos problemas de distintas maneras que puedan afectar su rendimiento académico al momento de no saber cómo actuar antes diversas situaciones, al no saber cómo solucionarlo y como podría intervenir en su día más adelante, eso sin agregar la auto exigencia, el agotamiento.

A NIVEL MUNDIAL: En el mundo "uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés y en las ciudades, se estima que el 50 por ciento de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo" (Caldera, Pulido y Martínez, 2007, p. 78). Como factor epidemiológico, se considera un aspecto de gravedad, ya que el estrés es un importante generador de diversas patologías.

Además, el estrés está presente en todos los medios y ambientes, incluido el educativo, en donde se centra el objetivo de esta discusión; de ahí que los psicólogos, los docentes y los padres de familia, hayan identificado la necesidad de conocer las implicaciones que tiene sobre el rendimiento de los estudiantes, es decir, el estrés que éstos experimentan en el ámbito académico.

Maldonado, Hidalgo y Otero (2000, citado en Román, Ortiz y Hernández, 2008) plantean que un nivel elevado de estrés académico.

A NIVEL NACIONAL: En Colombia, sólo se encuentran dos estudios enfocados en este tópico (Gutiérrez, Londoño y Mazo, 2009; Berrío y Mazo, 2011). De ahí que la psicología colombiana aún no haya reportado datos teóricos sobre el tema.

Por tanto, la presente revisión proporcionará información significativa sobre las líneas de desarrollo investigativo para la conceptualización del estrés académico, sus definiciones y manifestaciones.

"... el estrés está presente en todos los medios y ambientes, incluido el educativo, en donde se centra el objetivo de esta discusión; de ahí que los psicólogos, los docentes y los padres de familia, hayan identificado la necesidad de conocer las implicaciones que tiene sobre el rendimiento de los estudiantes..."

1.2 Surgimiento del problema y justificación

El estrés constituye uno de los problemas de salud más generalizado actualmente. Es un fenómeno multivariable resultante de la relación entre la persona y los eventos de su medio. Ante el estrés académico que es un factor psicosocial que está estrechamente relacionado con la aparición de enfermedades que traen consigo un riesgo para la salud tanto física como mental de los estudiantes, para su bienestar y rendimiento académico, los estudiantes deben dominar cada vez más las exigencias y retos que les demanda la gran cantidad de recursos físicos y psicológicos para enfrentar esta problemática. Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, nerviosismo e incluso pérdida de control; por ello requieren del reconocimiento y ayuda del personal docente. Siendo el rendimiento académico aquél que se produce relacionado con el ámbito educativo, el estudiante evalúa diversos aspectos del ambiente académico y los clasifica como amenazantes, esto puede fomentar el consumo de drogas, alteración del sueño, evita la responsabilidad y otras transformaciones que repercutan negativamente en el desempeño de su labor como futuros profesionales y en el logro de sus aspiraciones personales.

1.3 Planteamiento del problema

Situaciones altamente estresantes pueden afectar el estilo de vida saludable del estudiante y obtener repercusiones a nivel emocional y cognitivo como por ejemplo al momento de pasar por "una semana de parciales". Al centrarnos en el estrés académico no solo debemos basarnos en los elementos estresores a su alrededor sino también en la actitud de este al afrontar dicho factor, que tanto puede alterar que puede llevarlo a una frustración académica y es ahí donde aparece el interrogante como, ¿Si tengo toda la capacidad para poder afrontar muchas situaciones y seguir adelante?, entre otros más.

Obteniendo como resultado de dicho factor que el estudiante pueda tomar decisiones a la ligera como lo es retirarse de lo que está cursando o incluso cambiarse de la carrera, aparte se aumenta el consumo de sustancias alucinógenas y bebidas energizantes.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar el impacto del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la universidad Simón Bolívar 2021-I

1.5 DEFINICION DE CONCEPTOS REFERENTES AL TEMA A ESTUDIAR

Estrés: es un sentimiento de tensión física o emocional. Puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso

Rendimiento académico: la expresión de capacidades y de características psicológicas del estudiante desarrolladas y actualizadas a través del proceso de enseñanza-aprendizaje

que le posibilita obtener un nivel de funcionamiento y logros académicos a lo largo de un período, año o semestre.

Drogas: Sustancia que se utiliza con la intención de actuar sobre el sistema nervioso con el fin de potenciar el desarrollo físico o intelectual, de alterar el estado de ánimo o de experimentar nuevas sensaciones, y cuyo consumo reiterado puede crear dependencia o puede tener efectos secundarios indeseados

Estilo de vida: los comportamientos de una persona, tanto desde un punto de vista individual como de sus relaciones de grupo, que se construye en torno a una serie de patrones conductuales comunes.

Estudiantes: Es el término que permite denominar al individuo que se encuentra realizando estudios de nivel medio o superior en una institución académica, aunque claro, cabe destacarse que también la palabra la usamos con suma recurrencia como sinónimo de alumno y por caso se aplica a todos los individuos que llevan a cabo un estudio concreto, independientemente del nivel de estudios que esté cursando.

Salud Mental: Es el estado de equilibrio que debe existir entre las personas y el entorno socio-cultural que los rodea, incluye el bienestar emocional, psíquico y social e influye en cómo piensa, siente, actúa y reacciona una persona ante momentos de estrés.

2. MARCO TEORICO

El estrés es uno de los principales factores que influye en el rendimiento del individuo y en general en su calidad de vida. Para la aparición del estrés y sus consecuencias es necesaria la existencia de diversas características en el individuo y en el entorno, así como una determinada entre ellos. (2)

El Diccionario de la Real Academia Española define al estrés como una tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos a veces graves. Este ha sido un tema de interés y preocupación para diversos científicos de la conducta humana, por cuanto sus efectos inciden tanto en la salud física y mental, como en el rendimiento laboral y académico de la persona. (3)

El estrés es la respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento, de un sujeto que busca adaptarse y reajustarse a presiones tanto internas como externas. De esto se desprende que el estrés es una reacción del organismo para que éste se adapte a un esfuerzo corriente, pero debe considerarse que la sobrecarga de situaciones estresantes puede llevar a consecuencias negativas, ya sea en términos de enfermedades médicas. (4)

El estrés constituye uno de los problemas de salud más generalizado actualmente. Es un fenómeno multivariable resultante de la relación entre la persona y los eventos de su medio. Ante el estrés académico, los estudiantes deben dominar cada vez más las exigencias y retos que les demanda la gran cantidad de recursos físicos y psicológicos para enfrentar esta problemática. Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, nerviosismo e incluso pérdida de control; por ello requieren del reconocimiento y ayuda del personal docente. Siendo el rendimiento académico aquél que se produce relacionado con el ámbito educativo, el estudiante evalúa diversos aspectos del ambiente académico y los clasifica como amenazantes, esto puede fomentar el consumo de drogas, alteración del sueño, evita la responsabilidad y otras transformaciones que repercutan negativamente en el desempeño de su labor como futuros profesionales y en el logro de sus aspiraciones personales.

2.1 ESTADO DEL ARTE

Como bien sabemos, el estado del arte o estado del conocimiento que se emplea en un proyecto de investigación, cuyo propósito es efectuar una revisión reflexiva, rigurosa y pormenorizada de los textos y artículos que se abarcan por parte del

investigador acerca de un tema en particular, en este caso “ el estrés en el ámbito universitario” El tema a tratar surge de los intereses del investigador basado en los distintos aspectos y criterios, de manera que conlleve a impactar positivamente en los objetivos propuestos o bien en razón a los resultados prácticos que se puedan llegar a establecer según las necesidades identificadas en el diagnóstico.

Los anteriores criterios dan las pautas sobre lo que se debe buscar a fin de propiciar todo lo que el tema puede llegar a abarcar, con el único fin del mejoramiento y disminución de estrés en el campus universitario.

2.2 REVISION INTEGRATIVA

La revisión integrativa de la literatura se presenta como método de investigación que permite la incorporación de las evidencias en la práctica clínica, teniendo como finalidad reunir y sintetizar los resultados de diversas investigaciones sobre un determinado tema de manera sistemática y ordenada, aportando para la profundización del conocimiento sobre el tema investigado.

3. MARCO METODOLOGICO

3.1 TIPOS DE ESTUDIO

El presente trabajo de investigación es de tipo DESCRIPTIVO.

3.2 MUESTRA

3.3 CRITERIOS DE INCLUSION

- Documentos científicos cuya fecha de publicación estuviera comprendida entre 2017 y 2020.

- Artículos que aborden el tema en cuestión, respetando los objetivos fijados en el trabajo.
- Artículos redactados en castellano o inglés.

3.4 CRITERIOS DE EXCLUSION

- Artículos centrados en el ámbito de toda el área de la salud.
- Artículos de medicina homeopática.

3.5 TECNICA PARA RECOLECCION DE DATOS (PASOS DE LA HERMENEUTICA)

3.6 ASPECTOS ETICOS DE LA INVESTIGACION

Este trabajo se realizó bajo la revisión de artículos académicos y evitando el plagio que según el artículo 218 de código penal, la pena será privativa de libertad no menor de dos ni mayor de ocho años y sesenta a ciento veinte días-multa cuando:

- a. Se dé a conocer a cualquier persona una obra inédita o no divulgada, que haya recibido en confianza del titular del derecho de autor o de alguien en su nombre, sin el consentimiento del titular.
- b. La reproducción, distribución o comunicación pública, se realiza con fines de comercialización, o alterando o suprimiendo, el nombre o seudónimo del autor, productor o titular de los derechos.

4. ANALISIS DE LAS FUENTES

Se realizó revisión bibliográfica sobre el impacto del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería, aspectos de gran importancia que condiciona diferentes factores estresores en estos estudiantes. Para la realización de este trabajo se llevo acabo de una exhaustiva investigación acerca de las diferentes definiciones sobre el estrés y como este impacta en el rendimiento académico de los estudiantes.

En esta investigación logramos encontrar que el estrés académico se dan a conocer muchas implicaciones debido a altos niveles de estrés que experimentan como estados depresivos, ansiedad irritabilidad e insomnio. Los factores que más conllevan al estrés son la sobrecarga de horario, sistema de evaluación, exigencia del curso, dificultad con las materias, descuido y fatiga.

5. NATURALIZACION GLOBAL DE LOS OBJETOS DE ESTUDIO

El objetivo de esta investigación es reconocer las condiciones que propician la naturalización de los contenidos y objetos de estudio a mostrar frente a la situación de los estudiantes universitarios. La metodología empleada corresponde a la cualitativa. Para la

recogida de datos se utilizó la revisión documental y entrevistas a estos. La investigación se realizó en la ciudad de Barranquilla/ Colombia, donde específicamente el área de estudio estuvo conformada por los estudiantes de Enfermería de la universidad Simón Bolívar. La investigación se inició el año 2020, los resultados obtenidos nos permitieron plantear todo aquello que prima en el contexto de la formación profesional y, muy probablemente, durante su paso por la institución en el proceso de aprendizaje.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 CONCLUSION

El tema de fundamental interés es el estrés, ya que nos muestra la afección que este puede causar en los estudiantes universitarios y en especial en los de enfermería; el cansancio mental, físico y psicológico que puede causar es invaluable debido a la carga de estrés académico, la cual se vuelve cada más más extensa, teniendo en cuenta el alto grado en los estudiantes universitarios, las distintas exigencias y los trabajos extra que tienen fueran del campo estudiantil (un porcentaje de estos laboran y estudian), el desequilibrio en la salud y en los malos hábitos del sueño.

Al mismo tiempo también se busca que estas reacciones nos hagan trazar objetivos y trabajar en los aspectos más relevantes para la mejoría de la salud de los mismos, así mismo buscar aumentar el rendimiento educativo dentro y fuera de este, de manera que haya una respuesta adaptativa y en pro a cada uno de ellos, siendo así la interacción de las distintas metodologías que los puedan ayudar con aquello que se quiere lograr, que es la disminución en el impacto del estrés educativo en los estudiantes de enfermería.

6.2 RECOMENDACIONES

- Realizar pausas activas
- Una alimentación correcta dentro del campo estudiantil
- Organizar ideas para disminuir las cargas de trabajo
- Realizar ejercicios mentales y físicos
- Disminuir la carga de trabajo académico

7. BIBLIOGRAFIA

1. Agudelo D, Casadiegos C, Sánchez D. Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *International Journal of Psychological Research* 2008
2. Álvarez M. *Stress. Un Enfoque Psiconeuroendocrino*. 1ª Ed. La Habana: Editorial Científico-Técnica; 1986.
3. Naranjo ML. *Enfoques conductistas, cognitivos y racional emotivos*. 1ª Ed. San José, Costa Rica: Editorial Universidad de Costa Rica; 2004
4. Trianes M, Blanca M, Fernández F, Escobar M, Maldonado E. Evaluación y tratamiento del estrés cotidiano en la infancia. *Papeles del Psicólogo*. 2012;33(1):30-35.
5. Martín I. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología* 2007; 25(1): 87-99.
6. Orlandini A. *El estrés, qué es y cómo evitarlo*. México: FCE; 1999.
7. Bedoya S, Perea M, Ormeño R. Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología. *Rev Estomatol Herediana* 2006;16(1):15-20.
9. BARBOSA, Regina H. (1975). "El rendimiento y sus causas", en: Illich, et al. *Crisis en la didáctica*, Axis, Argentina.