

**UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.**

INCORPORACIÓN N° 8727-25 A LA

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

---

---



UNIVERSIDAD  
DON VASCO, A. C.

**ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

*DIFERENCIA EN EL NIVEL DE ESTRÉS ENTRE NIÑOS  
Y NIÑAS DEL COLEGIO PIERRE FAURE*

**T E S I S**

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**María Jesús Milagros Pérez Mendoza**

Asesora: Lic. Perla Lizbeth Uribe Carmona

Uruapan, Michoacán. a 28 de abril de 2016.



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## AGRADECIMIENTOS

A Dios, por darme la vida y ser mi guiador.

A mi madre, María de Jesús Mendoza Magaña, que es la razón principal de mí existir; porque sin ella no hubiera podido lograr lo que ahora soy, por su sacrificio y esfuerzo por darme una carrera para mi futuro y por creer en mi capacidad. Aunque pasamos por momentos difíciles, siempre me brindó su cariño y comprensión.

A mi esposo, Carlos Alexis Coco Pimentel, porque siempre me apoyó en los momentos difíciles y me dio ánimo para lograrlo, me acompañó en mis noches de desvelo, me motivó y siempre me brindó su amor.

A mi amada hija, Melanie Milagros Coco Pérez, por ser mi fuente de motivación e inspiración para poder superarme cada día más y así poder luchar para que la vida nos depare un futuro mejor; porque fue paciente conmigo, porque comprendió que hubo momentos difíciles y que a veces no podíamos pasar tiempo juntas para jugar, porque me supo esperar siempre con su gran sonrisa y cariño.

A mi hermana, Ángeles Zumara Medellín Mendoza, por sus palabras de aliento que no me dejaron decaer para que siguiera adelante y cumpliera con mis ideales.

A mis maestros, compañeros y amigos presentes y pasados, quienes sin esperar algo a cambio, compartieron su conocimiento, alegrías y tristezas. A todas aquellas personas que durante estos cuatro años, estuvieron a mi lado apoyándome y lograron que este sueño se hiciera realidad.

A la vida, por el impulso y darme la oportunidad de ir trascendiendo e ir logrando todo lo que soy, así como también a la escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco A.C.

Gracias a todos.

# ÍNDICE

## **Introducción.**

Antecedentes.....	1
Planteamiento del problema.....	5
Objetivos.....	7
Pregunta de investigación.....	8
Hipótesis.....	8
Operacionalización de la variable.....	9
Justificación.....	9
Marco de referencia.....	11

## **Capítulo 1. Estrés.**

1.1. Definición de estrés.....	13
1.1.1. Estrés vs. ansiedad.....	15
1.2. Tipos de estrés.....	18
1.3. Sintomatología del estrés.....	24
1.4. Causas del estrés.....	27
1.5. Consecuencias del estrés.....	29

## **Capítulo 2. Niñez.**

2.1. Definición de niñez.....	35
2.2. Características de la niñez.....	37
2.3. Desarrollo del niño.....	39

2.3.1. Físico.....	39
2.3.2. Cognitivo.....	41
2.3.3. Afectivo.....	45
2.3.4. Social.....	46
2.3.5. Moral.....	49
2.4. Estrés en el niño.....	52

### **Capítulo 3. Metodología, análisis e interpretación de resultados.**

3.1. Descripción metodológica.....	58
3.1.1. Tipo de enfoque.....	58
3.1.2. Tipo de diseño.....	60
3.1.3. Tipo de estudio.....	61
3.1.4. Tipo de alcance.....	61
3.1.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	62
3.2. Población y muestra.....	63
3.3. Descripción del proceso de investigación.....	64
3.4. Análisis e interpretación de resultados.....	67
3.4.1. Análisis del nivel de estrés en los niños del Colegio Pierre Faure.....	68
3.4.2. Análisis del nivel de estrés en las niñas del Colegio Pierre Faure.....	70
3.4.3. Análisis de la diferencia en el nivel de estrés entre niños y niñas estudiantes del Colegio Pierre Faure.....	72
Conclusiones.....	75

Bibliografía.....	78
Mesografía.....	82
Anexos.	

# INTRODUCCIÓN

En el presente estudio se examinan los componentes relacionados con el estrés en niños de primaria. Para ello, es necesaria una contextualización basada en investigaciones previas sobre dicho tópico.

## **Antecedentes.**

A continuación se mencionará el concepto de la, variable estrés para que se tome en cuenta su definición y se puedan comprender con mayor facilidad las siguientes investigaciones.

Según Fontana (1992: 3), “el estrés es una exigencia a las capacidades de adaptación de la mente y el cuerpo. Si estas capacidades permiten que la persona controle tal exigencia y disfrute la estimulación implicada, entonces el estrés es bienvenido y provechoso. Si no lo permiten y la exigencia resulta debilitante, entonces el estrés es molesto y estéril.”

Mencionado lo anterior, la autora del presente estudio se ha dado a la tarea de encontrar varias investigaciones relacionadas con el estrés en los niños, de las cuales se mencionaran algunas para conocer cómo se llevaron a cabo y los resultados obtenidos.

Se detectó una investigación que se realizó sobre “Habilidades sociales y estrés infantil”, cuyos autores fueron Vega y cols. (2009). En dicho trabajo participaron como sujetos de estudio 212 niños, de los cuales 102 eran niñas y 110 niños, entre 8 y 11 años de edad, quienes cursaban cuarto, quinto y sexto grado de primaria. Una de ellas era la escuela Fidel Velázquez, situada en el Estado de México, y otra se ubicaba en la otra zona metropolitana de Morelia.

Esta investigación se llevó a cabo en los salones de clase que proporcionan las escuelas y el material que se ocupó fue el Inventario de Estrés Infantil (IEI) y la escala MESSY que se encarga de evaluar habilidades sociales.

Los resultados de dicha investigación mostraron relaciones significativas entre estrés alto y habilidades sociales, pero no entre estrés bajo o nulo y las mismas.

El inventario obtuvo un puntaje de 183 DT=29.19, lo que indican que los individuos están moderadamente estresados. Aun cuando se identificó esta condición en los niños en la puntuación total, se encontraron diferencias que resultaron estadísticamente significativas entre las áreas escolar, social y familiar- ( $F(1.211)=8097.83;p<0.001$ ).

Por otro lado, sobre la escala MEEESY, en el área de habilidades sociales la fiabilidad fue de 0.9166, el promedio fue de 47.10 (DT=14.18) que los ubica en habilidades sociales moderadas. En conclusión, los resultados mostraron

concordancia con el marco de referencia asumido en el trabajo, pues se encontraron correlaciones y regresiones significativas, aunque moderadas, entre estrés y habilidades sociales y ausencia de relaciones significativas cuando los infantes no están estresados.

Otra investigación que se encontró lleva por título “Evaluación del estrés infantil”, por medio del Inventario Infantil de Estresores Cotidianos (IIEC), realizada por Trianes y cols. (2009).

La administración del instrumento se realizó en una muestra de 1094 alumnos de Educación Primaria (533 niños y 561 niñas) con edades comprendidas entre 8 y 12 años. La muestra procedió de 17 centros escolares públicos de áreas urbanas y rurales de Málaga, España, correspondientes a un nivel socioeconómico medio. Además se obtuvo la participación de un subgrupo de 98 participantes (58 niños y 40 niñas), con una edad media de 10-18 años para la elaboración del retest.

La versión final del Inventario Infantil de Estresores Cotidianos (IIEC) se compone de 25 ítems dicotómicos, 12 referentes a los ámbitos de salud, 6 de escuela y 7 de familia.

Los resultados que se obtuvieron en esta investigación mediante la suma de las respuestas afirmativas de los ítems, fueron indicativos de un alto grado de estrés

cotidiano auto percibido, con un rango de 0 a 25 puntos, así como una desviación típica de 3.82 con un rango de 0 a 20 puntos.

Con objeto de analizar las diferencias en estrés cotidiano por género y curso (tercero a sexto de primaria), fue realizado un análisis de varianza 2x4. Los resultados no arrojan diferencias según el género [ $F(1,905)=0,11;p=0,74$ ] o el curso [ $F(3,905)=2,43p=0,06$ ]. La interacción entre ambos factores tampoco fue significativa [ $F(3,905)=0,52p=0,52$ ].

En conclusión, esta investigación permitió conocer y estimar con mayor precisión los índices de salud de esta población normativa, pues el estrés vivido es una variable que interviene en modelos complejos de causalidad de la salud infantil y de otros síntomas psíquicos y físicos.

Por último, Martínez-Otero (2012) realizó una investigación denominada “Estrés en la infancia”, con una muestra de escolares de la zona sur de Madrid. Tras seleccionar el Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI), se aplicó la prueba de forma colectiva en el primer trimestre del curso.

La muestra estuvo constituida por 156 alumnos (84 niños y 72 niñas), pertenecientes a 5º de Enseñanza Primaria de cuatro centros escolares (1 público y 3 privados concertados) de la zona sur de Madrid capital, y con una edad media de 9.9 años.

Los resultados de esta investigación fueron los siguientes: En los niños se presentó estrés leve, con una puntuación directa entre 9 y 11, así como estrés grave, con una puntuación directa igual o superior a 12; mientras que en las niñas se presentó estrés leve, puntuación directa entre 10 y 12, así como estrés grave, con una puntuación directa igual o superior a 13.

Hay diferencias estadísticamente significativas en los valores medios de las puntuaciones directas de las escalas estrés escolar ( $p=0.0266$ ), estrés familiar ( $p=0.0091$ ) y estrés total ( $p=0.0027$ ). Se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la distribución del estrés total según el género. Hay mayor presencia de niños en los niveles de estrés (leve y grave) ( $p=0.0027$ ).

En conclusión, con este estudio se puso de manifiesto la necesidad de seguir investigando el estrés infantil y se trató sobre todo, de impulsar la convivencia en entornos escolares inclusivos y con apropiados canales de comunicación. Los lazos entre familia y escuela permiten mejorar la educación, prevenir el estrés y canalizarlo de la mejor forma una vez que se detecta.

### **Planteamiento del problema.**

Actualmente el estrés se ha convertido en una problemática común en los niños, ya que la mayoría de ellos en algún momento de su vida, se ha enfrentado a situaciones que le generan cierto nivel de estrés.

Los niños se estresan en la infancia porque es un período que se caracteriza por cambios, adaptaciones, situaciones donde se sienten desprotegidos, amenazados, impotentes o que no pueden controlar; los infantes deben hacer frente a esas nuevas situaciones para poder superar las transiciones de una etapa a otra; y precisamente esos factores o situaciones pueden producir tensión, llevándolos a comportarse de una manera distinta a la acostumbrada, de modo que pueden realizar conductas que antes no presentaban.

Cada niño vive el estrés y lo presenta de diferentes maneras, tanto en el ámbito biológico como psicológico, asimismo, varía la intensidad y duración de este. Los síntomas que el niño presente como respuesta ante el estrés, van a depender del entorno familiar, social, salud física, emocional y escolar, ya que para la edad y capacidad que presentan los niños, cualquier nueva situación o cambio son vistos como angustiantes.

Cabe mencionar que esta investigación se elaboró para comprobar la existencia de una diferencia significativa en el nivel de estrés entre niños y niñas, ya que es un dato incierto y se pretende conocer la influencia que el género podría tener respecto a dicha variable.

## **Objetivos.**

Con la finalidad de aprovechar de la mejor manera los recursos disponibles y para asegurar la adecuada consecución de las tareas inherentes al presente trabajo, se formularon los lineamientos siguientes.

### **Objetivo general.**

Analizar la diferencia en el nivel de estrés entre niños y niñas de 6 a 12 años en el Colegio Pierre Faure, de la ciudad de Uruapan, Michoacán.

### **Objetivos particulares.**

1. Definir el concepto de estrés.
2. Identificar teóricamente los factores estresantes en los niños.
3. Definir el concepto de niñez.
4. Describir las etapas de la niñez.
5. Conocer el nivel de estrés de los niños y niñas de primaria de 6 a 12 años mediante la aplicación del Inventario de Estrés Infantil.
6. Comparar los niveles de estrés que presentan los niños y niñas de primaria de 6 a 12 años.

## **Pregunta de investigación.**

Los individuos se estresan en la infancia porque es un período que se caracteriza por cambios, adaptaciones y situaciones en las que se sienten desprotegidos, amenazados, impotentes o que no pueden controlar; cada niño vive el estrés y lo presenta de diferentes maneras o reacciones tanto a nivel biológico como psicológico. Por lo cual se pretende conocer si hay diferencia entre el nivel de estrés entre niños y niñas o si se presenta en los dos géneros de la misma forma, ya que los niños presentan características muy diferentes a las niñas, por lo que surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Existe una diferencia significativa en el nivel de estrés entre niños y niñas de 6 a 12 años en el Colegio Pierre Faure, de la ciudad de Uruapan, Michoacán?

## **Hipótesis.**

En función de la realidad esperada y del objetivo general, fue posible formular dos explicaciones tentativas sobre la problemática examinada. Dichas afirmaciones se enuncian a continuación.

### **Hipótesis de trabajo.**

Existe una diferencia significativa en el nivel de estrés entre niños y niñas de 6 a 12 años en el Colegio Pierre Faure, de la ciudad de Uruapan, Michoacán.

### **Hipótesis nula.**

No existe una diferencia significativa en el nivel de estrés entre niños y niñas de 6 a 12 años en el Colegio Pierre Faure, de la ciudad de Uruapan, Michoacán

### **Operacionalización de la variable.**

Para medir la variable estrés, se aplicó el Inventario de Estrés Infantil (IEI) (Vega y cols.; 2004). Este instrumento se compone de 63 ítems, los cuales se encuentran divididos en tres áreas: hay 20 reactivos para el área familiar, 22 para el área escolar y 21 para el área social.

### **Justificación.**

Es necesario resaltar la importancia que tiene el estudio del estrés en los niños de primaria, en cuyo caso se recomienda que sea desde la perspectiva de la psicología, ya que es la ciencia indicada para realizar una investigación de esta naturaleza. Esto se puede afirmar ya que con la psicología, a través del uso de

diferentes técnicas, métodos y estrategias, puede contribuir con el estudio de los principales factores que provocan que el niño se vea afectado por factores emocionales.

Con esta investigación se beneficiará directamente a los docentes y alumnos del Colegio Pierre Faure, pues se darán a conocer los resultados de las pruebas para que los docentes puedan identificar si los niños presentan estrés y asimismo, mejoren algunas técnicas en clase para disminuir el estrés en sus alumnos y para elevar el rendimiento de estos en todos sus aspectos.

Al psicólogo y al estudio en este campo, les aportará las herramientas necesarias para conocer tal problemática y apropiarse de un conocimiento e investigación y asimismo, se encuentre una posible solución que permita brindar alguna base para que disminuya el estrés infantil.

Los padres de familia y la sociedad se beneficiarán de tal manera que conozcan que el factor estrés infantil, influye tanto en el rendimiento académico como en las diferentes áreas de su vida, para que así detecten las posibles causas del estrés en sus hijos y traten de comprenderlos o ayudarlos, para que juntos superen tal problemática y no afecte en la vida del menor.

## **Marco de referencia.**

La presente investigación se realizó con 79 alumnos de primaria, quedando la muestra conformada por 45 niños y 34 niñas de los grados de primero a sexto grado, con un rango de edad que va desde los 6 a los 12 años. La población de estudio, fueron los estudiantes de la escuela primaria llamada Colegio Pierre Faure, turno matutino, su línea telefónica es 52-4-88-43. Tal institución se encuentra ubicada en la calle Doctor R. Alvarado #12, Col. Morelos, en la zona centro, en la ciudad de Uruapan, Michoacán.

El colegio Pierre Faure fue fundado por Teresa Moreno, Maribel Mendoza y Manuel Espinosa Escobar, que es el actualmente director. Ellos decidieron nombrar al “Colegio Pierre Faure” en honor al sacerdote y pedagogo francés Pierre Faure, quien entre sus diversas actividades inculcaba educación a los niños; dicha institución posee una trayectoria de 20 años.

Su Misión es: Impartir una educación de calidez y calidad, mientras que su Visión consiste en: Formar niños capaces de integrarse a la sociedad de manera positiva y con valores.

El lugar cuenta con una extensión de aproximadamente 10x40 metros cuadrados. Dicho Colegio se encuentra conformado por una área de dirección,

oficina de maestros, un patio de receso, una cooperativa, 15 salones de clases y sanitarios para niños y niñas.

Las funciones que presta el Colegio Pierre Faure son: educación preescolar, primaria y secundaria; cuenta con 130 alumnos en total, con un rango de edad que va desde los 4 hasta los 15 años. La institución se encuentra integrada por aproximadamente 20 empleados, los cuales incluyen intendente, secretaria administrativa, maestros titulares, subdirector y director.

# CAPÍTULO 1

## ESTRÉS

El concepto del estrés se ha popularizado sin que la mayoría de las personas tengan claro en qué consiste, siendo que dicha característica es una reacción normal en la vida, pues se encuentra presente a cualquier edad, ya que todos han sentido estrés en algún momento de sus vidas. Esta variable es producto de una inadaptación a una sociedad competitiva y cambiante, provocada por el éxito o el fracaso, la salud o la enfermedad, la alegría o la tristeza. Es decir, todo acontecimiento de la vida personal o social a la que el ser humano da una respuesta tanto adecuada como inadecuada, por esto mismo, a continuación se definirá el concepto del estrés más a fondo, para que quede mejor comprendido, así como los tipos del estrés, sus síntomas, causas y consecuencias.

### **1.1. Definición de estrés.**

“En términos de sus orígenes stress tiene que ver con la constricción u opresión de algún tipo, tomando en cuenta en el contexto que ocurre” (Fontana; 1992: 2)

Según Fontana (1992: 3), “el estrés es una exigencia a las capacidades de adaptación de la mente y el cuerpo. Si estas capacidades permiten que la persona controle tal exigencia y disfrute la estimulación implicada, entonces el estrés es

bienvenido y provechoso. Si no lo permiten y la exigencia resulta debilitante, entonces el estrés es molesto y estéril.”

Lo cual quiere decir que el estrés puede ser positivo o negativo (o estar entre ambos) y que los acontecimientos no son los que determinan que estén o no estresados, sino la forma de reaccionar a estos sucesos y la capacidad que tiene cada quien para adaptarse, ya sea si estas herramientas son eficaces, el sujeto responderá de la mejor manera y si no, entonces cederá.

Selye (citado por Palmero; 1995: 12), quien es considerado como padre del estrés, introdujo el concepto de estrés en un principio como síndrome de solo estar enfermo. Considera que el estrés “es la respuesta inespecífica del organismo ante cualquier exigencia, es decir, el estrés no se refiere a la demanda ambiental, como parecería desprenderse de su origen del campo de la física, sino que refiere a sus consecuencias.”

La definición que proporciona la Organización Mundial de la Salud (OMS, mencionada por Palmero; 1995), señala que el estrés es el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción.

Según Lazarus y Folkman, “el estrés inicia con el supuesto de que no todas las personas se preocupan por igual, por lo que el estrés psicológico es visto como una reacción particular entre el individuo y su entorno, que es evaluado por este

como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar. Así, el grado en el que un acontecimiento es estresante está determinado por la confluencia de factores personales y situacionales, la manera en que las personas interpretan las situaciones es importante para determinar un evento estresante. La apreciación del individuo depende de sus estrategias de afrontamiento: si las estrategias de afrontamiento son insuficientes o rebasadas por los eventos ambientales entonces se presenta un episodio estresante” (referidos por Palmero; 1995: 425).

Mencionado lo anterior, se puede observar que realmente todos los sujetos han tenido estrés en algún momento de sus vidas, y que este puede ser causado por cualquier cambio o situación nueva que se presente y solo es cuestión de adaptarse, para lo cual, en el siguiente apartado se revisará cuando el estrés pasa a formar parte de la ansiedad y deja de ser solo estrés.

#### **1.1.1. Estrés vs. ansiedad.**

En la actualidad, casi todo cuanto rodea al individuo (trabajo, familia, circunstancias personales), genera grandes dosis de tensión, que producen en él un estado de inquietud y malestar, que en muchos casos desencadena graves dolencias físicas.

Según Palmero (1995), puede haber cierta confusión entre los conceptos de estrés y ansiedad. El primero se inicia ante un conjunto de demandas ambientales que recibe el individuo, a las que debe dar una respuesta adecuada, poniendo en marcha sus recursos de afrontamiento.

Palmero (1995) menciona que cuando la demanda del ambiente (social, educativa, laboral, por mencionar algunas) es excesiva en relación con los recursos de afrontamiento que posee el individuo, este desarrollará una serie de reacciones adaptativas, de movilización de recursos, que implican activación fisiológica. A su vez, esta reacción se acompaña de una serie de reacciones negativas, entre las que destacan la ansiedad, la ira y la depresión.

Asimismo, el estrés suele tener como manifestación la ansiedad, en cuyo caso se trata de una respuesta emocional provocada por un agente desencadenante (denominado agente estresante) interno o externo. La ansiedad, además de ser una respuesta emocional al estrés, puede ser una reacción emocional de alerta ante una amenaza que puede originarse sin agentes estresantes.

De hecho, en el trastorno de la ansiedad, la sintomatología ansiosa no depende de la existencia de agentes estresantes, si bien quienes la padecen son más vulnerables a las situaciones de estrés. Este produce ansiedad, pero el individuo que padece ansiedad no necesariamente presenta estrés.

Palmero (1995) indica que estrés es sinónimo de cambio. Cualquier circunstancia que cause un cambio en las rutinas de vida es causa de estrés. No importa si se trata de un cambio positivo o negativo, ambos son estresores. Por ejemplo: cuando se encuentra a la persona soñada, eso es estrés; si alguien se fractura un brazo, es estrés. Aun los cambios imaginarios son estresores (de hecho los cambios imaginarios corresponden con lo que se denominan preocupaciones). No importa si la situación es positiva o negativa, buena o mala, real o imaginada, cualquier cambio produce estrés.

Asimismo, el autor anterior menciona que el estrés es habitual en el devenir cotidiano. Lo que distingue y caracteriza la vida y al ser vivo es la adaptación al cambio. Cualquier modificación a la que el sujeto deba adaptarse representa estrés. En cambio, la ansiedad es un estado de ánimo que se caracteriza por un afecto marcadamente negativo y síntomas corporales de tensión, en el cual una persona aprensiva piensa que hay un peligro en el futuro o desgracia. La ansiedad puede involucrar sentimientos, conductas y respuestas psicológicas.

También menciona que la ansiedad es una sensación vaga de temor o aprensión, es un estado similar, en términos de alteración fisiológica, al miedo. Debe señalarse que la ansiedad no siempre se manifiesta, algunas veces está latente y se expresa en forma de fobias, pensamientos obsesivos y conductas compulsivas.

La causa del estrés es la presencia de un “factor estresante” y la ansiedad es el estrés que continua después de que el factor estresante ha desaparecido, aunque cabe mencionar que no depende una de otra, pues ya que se puede tener solo estrés y no necesariamente pasar a la ansiedad, asimismo, para evitar confusión, a continuación se explicaran los tipos de estrés que existen y en qué medida permiten ser una persona funcional.

## **1.2. Tipos de estrés.**

El estrés posee diversos tipos, ya que existen desde el positivo, que permite ser una persona funcional y en cierto momento, es un estrés que puede motivar para ejercer actividades cotidianas, hasta el estrés negativo el cual priva y no permite ser funcional.

A continuación se mencionan los diferentes tipos de estrés según Selye (referido por Palmero; 1995), los cuales son:

1. Eustrés: (estrés positivo) Representa a aquel estrés donde el individuo interactúa con su estresor, pero mantiene su mente abierta y creativa, prepara al cuerpo y mente para una función óptima. En este estado de estrés, el individuo deriva placer, alegría, bienestar y equilibrio, experiencias agradables y satisfactorias.

El sujeto con estrés positivo se caracteriza por ser creativo y motivado, es lo que lo mantiene viviendo y trabajando. El individuo expresa y manifiesta sus talentos especiales y su imaginación e iniciativa en forma original.

Los individuos con eustrés se enfrentan y resuelven problemas. Los estresantes positivos pueden ser una gran alegría, éxito profesional, el éxito de un examen, satisfacción sentimental, la satisfacción de un trabajo agradable, reunión de amigos, muestras de simpatía o admiración, incluso una cita amorosa.

El eustrés es un estado importante para la salud del ser humano, el cual resulta una diversidad de beneficios y efectos positivos, tales como el mejoramiento del nivel de conocimiento, ejecuciones cognoscitivas y de comportamiento superior, proveyendo la motivación excitante. Es un estrés para ser buscado con avidez y utilizado como auxiliador para el crecimiento personal y profesional. Por lo tanto, el estrés positivo es indispensable para el funcionamiento y desarrollo humano. No es posible concebir la vida sin estímulos externos; la ausencia de estrés positivo es la muerte (Selye, referido por Palmero; 1995).

2. Distrés: (estrés negativo) Según Selye (referido por Palmero; 1995), representa aquel estrés que perjudica o resulta desagradable. Este tipo de estrés produce una sobrecarga de trabajo no asimilable, la cual eventualmente desencadena un desequilibrio fisiológico y psicológico que termina en una reducción en la productividad del individuo, la aparición de

enfermedades psicosomáticas y un envejecimiento acelerado. Es todo lo que produce una sensación desagradable. La vida cotidiana se encuentra repleta de los estresantes negativos, tales como un mal ambiente de trabajo, el fracaso, la ruptura familiar o un duelo.

3. Estrés agudo: Es la forma de estrés más común. Surge de las exigencias y presiones del pasado reciente y las exigencias y presiones anticipadas del futuro cercano. El estrés agudo es emocionalmente y fascinante en pequeñas dosis, pero cuando es demasiado resulta agotador.

Como ejemplos de estrés agudo, se puede tomar el siguiente ejemplo: una baja rápida por una pendiente de esquí difícil, es estimulante temprano por la mañana; la misma baja al final del día, resulta agotadora y desgastante. Esquiar más allá de los propios límites puede derivar en agonía psicológica, dolores de cabeza tensionales, malestar estomacal y otros síntomas. Afortunadamente, la mayoría de las personas reconocen los síntomas de estrés agudo, esto conforma una lista de lo que ha ido mal en sus vidas: el accidente automovilístico que abolló el parachoques, la pérdida de un contrato importante, un plazo de entrega que deben cumplir, los problemas ocasionales de su hijo y demás.

Dado que es a corto plazo, el estrés agudo no tiene tiempo suficiente para causar los daños importantes asociados con el estrés a largo plazo. Los síntomas más comunes son: agonía emocional, problemas musculares que incluyen dolores

de cabeza tensos, dolor de espalda, dolor en la mandíbula y las tensiones musculares que derivan un desgarro muscular, problemas de tendones y ligamentos. Así como también problemas estomacales e intestinales y sobreexcitación pasajera, que deriva en elevación de la presión sanguínea. El estrés agudo puede presentarse en la vida de cualquiera, por lo que es muy tratable y manejable.

4. Estrés agudo episódico: Las personas que tienen este tipo de estrés son aquellas cuyas vidas son tan desordenadas que siempre están apuradas, pero siempre llegan tarde. Si algo puede salir mal, les sale mal. Asumen muchas responsabilidades, tienen demasiadas tareas entre manos y no pueden organizar la cantidad de exigencias autoimpuestas ni las presiones que reclaman su atención. Parecen estar perpetuamente en las garras de estrés agudo.

Es común que las personas con reacciones de estrés agudo estén demasiado agitadas, tengan mal carácter, sean irritables, ansiosas y estén tensas. Suelen describirse como personas con “muchísima energía nerviosa”. Siempre apuradas, tienden a ser cortantes y a veces su irritabilidad se transmite como hostilidad. Las relaciones interpersonales se deterioran con rapidez cuando otros responden con hostilidad real. El trabajo se vuelve muy estresante para ellas.

Otra forma de estrés agudo episódico surge de la preocupación incesante. Estas personas ven el desastre a la vuelta de la esquina y prevén con pesimismo

una catástrofe en cada situación. El mundo es un lugar peligroso, poco gratificante y punitivo, en donde lo peor siempre está por suceder. Los que ven todo mal también tienden a agitarse demasiado y a estar tensos, pero están más ansiosos y deprimidos que enojados y hostiles.

A menudo el estilo de vida y los rasgos de personalidad están tan arraigados y son habituales en estas personas, que no ven nada negativo en la forma en como conducen sus vidas. Culpan a otros individuos y hechos externos de sus males. Con frecuencia, ven su estilo de vida, sus patrones de interacción con los demás y sus formas de percibir el mundo, como parte integral de lo que son y lo que hacen. Estas personas pueden ser sumamente resistentes al cambio, solo la promesa de alivio y malestar de sus síntomas pueden mantenerlas en tratamiento y encaminadas en su programa de recuperación.

5. Estrés crónico: Si bien el estrés agudo puede ser emocionante y fascinante, el estrés crónico no lo es. Este es el estrés agotador que desgasta a las personas día tras día, año tras año. El estrés crónico destruye al cuerpo, la mente y la vida. Hace estragos mediante el desgaste a largo plazo. Es el estrés de la pobreza, las familias disfuncionales, de verse atrapados en un matrimonio o en un empleo o carrera que se detesta.

El estrés crónico surge cuando una persona nunca ve una salida a una situación deprimente. Es el estrés de las exigencias y presiones implacables durante

periodos aparentemente interminables; sin esperanzas, la persona abandona la búsqueda de soluciones.

Algunos tipos de estrés crónico provienen de experiencias traumáticas de la niñez que se interiorizaron y se mantienen dolorosas y presentes constantemente.

Algunas experiencias afectan profundamente la personalidad, ya que se genera una visión del mundo, o un sistema de creencias, que provoca un estrés interminable para la persona (por ejemplo, el mundo es un lugar amenazante, las personas descubrirán que finge lo que no es, debe ser perfecto todo el tiempo). Cuando la personalidad o las convicciones y creencias profundamente arraigadas deben reformularse, la recuperación exige el autoexamen activo, a menudo con ayuda de un profesional.

El peor aspecto del estrés crónico es que las personas se acostumbran a él, se olvidan que está allí. Las personas toman conciencia de inmediato del estrés agudo porque es nuevo, pero ignoran el estrés crónico porque es algo viejo, familiar y a veces hasta casi resulta cómodo.

El estrés crónico mata a través del suicidio, la violencia, el ataque al corazón, la apoplejía e incluso el cáncer. Las personas se desgastan hasta llegar a una crisis nerviosa final y fatal. Debido a que los recursos físicos y mentales, se ven consumidos por el desgaste a largo plazo; los síntomas del estrés crónico son

difíciles de tratar y pueden requerir tratamiento médico, de conducta y manejo del estrés.

Considerando lo anterior, se puede entender que el estrés y sus tipos pueden llegar a ser muy graves para las personas que lo presentan y pueden tener diferentes reacciones e ir privándolos de ser funcionales, hasta llegar al grado de requerir ayuda externa, por lo cual a continuación se mencionaran los síntomas del estrés para conocer cómo se puede detectar.

### **1.3. Sintomatología del estrés.**

El estrés no solamente afecta a las personas en lo físico o psicológico, sino que también puede llegar a afectar en algunos órganos y funciones de todo el organismo. Los síntomas más comunes según Palmero (1995), son:

1. Depresión o ansiedad.
2. Dolores de cabeza.
3. Insomnio.
4. Indigestión.
5. Salpullidos.
6. Nerviosismo.
7. Palpitaciones rápidas.
8. Diarrea o estreñimiento.

9. Boca y garganta secas.
10. Tensión muscular.
11. Tics.
12. Vómito.
13. Náuseas.
14. Taquicardia.
15. Disfunción sexual.
16. Sensación de falta de aire.
17. Nudo en el pecho.
18. Calambres frecuentes.
19. Pesadillas.
20. Sudoración.

Los síntomas conductuales, los cuales se presentan con pensamientos o conductas aparte de los síntomas físicos, incluyen:

1. Sentimiento de profunda tristeza interior sin razón aparente.
2. Llorar sin razón aparente.
3. Cambios repentinos en el trabajo, escuela o en la profesión.
4. Alejarse de las relaciones familiares.
5. Patrones de sueño anormales.
6. Sueños intensos.
7. Desorientación física.

8. Incremento de las “conversaciones con uno mismo”.
9. Sentimientos de soledad.
10. Fatiga mental y física.
11. Irritabilidad persistente.
12. Apatía.
13. Falta de concentración.
14. Falta de memoria.
15. Aumento de la agresividad.
16. Pérdida del apetito.
17. Falta de confianza en uno mismo.
18. Preocupación excesiva.
19. Sentimiento de inutilidad.
20. Melancolía.
21. Intranquilidad.
22. Conducta compulsiva.
23. Dificultad para tomar decisiones.
24. Equivocaciones frecuentes.
25. Consumo de tabaco y alcohol.
26. Poca disposición para asumir responsabilidades.
27. Quejas numerosas, sin presentar soluciones.
28. Falta de relación con los demás.
29. Llegar tarde.

Como se pudo observar, existe una infinidad de síntomas en el estrés desde los síntomas físicos hasta los conductuales que involucran ciertos pensamientos y conductas como resultado del estrés.

Ya que se conocen los síntomas del estrés, ahora se hablará sobre cuáles son las posibles causas para que surja este fenómeno.

#### **1.4. Causas del estrés.**

Como se mencionó anteriormente, el estrés se presenta por diferentes situaciones o cambios nuevos que repercuten en las personas, provocándoles algún tipo de estrés, ya sea desde el positivo hasta el negativo, así como también les provoca ciertos síntomas dependiendo del grado de estrés que sienten, por lo cual ahora se tomarán en cuenta algunas causas del porque surge el estrés. Lazarus y Cohen (referidos por Palmero; 1995), hablan de tres tipos:

- Los cambios mayores, o estresores únicos, que hacen referencia a cataclismos y cambios dramáticos de las condiciones en el entorno de vida de las personas, y que habitualmente afectan a un gran número de ellas.
  
- Los cambios menores, o estresores múltiples, que afectan solamente a una persona o a un pequeño grupo de ellas, y que se corresponde con cambios significativos y con trascendencia vital para las personas.

- Los estresores cotidianos o microestresores, que se refieren al cúmulo de molestias, imprevistos y alteraciones en las pequeñas rutinas cotidianas.

Aunque también se clasifican en cuatro áreas más específicas, según Fontana (1992), las cuales son:

- a) Fisiológicas: estas causas están relacionadas con las enfermedades y lesiones del cuerpo, que aumentan la tensión interior de la persona produciendo un nivel de estrés que se vuelve contraproducente hacia sí mismo. Por ejemplo, una enfermedad orgánica produce una reacción negativa en el campo emocional.
- b) Psicológicas: se relacionan con la vulnerabilidad emocional y cognitiva, incluyen crisis vitales por determinados cambios: infancia, adolescencia, y madurez; relaciones interpersonales conflictivas o insuficientes; condiciones frustrantes de trabajo o estudio: exigencia o competitividad, monotonía, normas incongruentes, insatisfacción vocacional, entre otras.
- c) Sociales: los cambios que cada época trae en esta esfera, nuevos retos a afrontar, o bien, cambios tecnológicos acelerados que la persona no puede integrar.

- d) Ambientales: Polución ambiental, alimentación desnaturalizada con tóxicos industriales, lugares de trabajo con poca seguridad o con carga electrostática, microorganismos patógenos, catástrofes y otros factores.

Como se mencionó existen diversas causas por las cuales se genera el estrés, desde las fisiológicas hasta las ambientales, todo repercute en las personas: desde el hecho de cambiarse de casa genera cierto estrés hasta el presentar algún examen o el que haya polución ambiental; respecto a las causas ya vistas, también existen consecuencias, que pueden surgir tanto en el ámbito familiar como en lo emocional y personal, las cuales se mencionan a continuación.

### **1.5. Consecuencias del estrés.**

El estrés trae consigo ciertas consecuencias en la vida de las personas, ya que puede afectar en el aspecto físico, así como también puede provocar consecuencias en el área social, familiar, emocional

Las hormonas del estrés son perjudiciales para el cerebro, pues los niveles elevados de cortisol pueden causar daños en el hipocampo, que desempeña un papel decisivo en la memoria, sobre todo lo que afecta al recuerdo de actividades recientes.

No obstante, en condiciones apropiadas (situaciones de emergencia), los cambios provocados por el estrés son convenientes, pues preparan al individuo de manera adecuada para responder oportunamente y poner su vida a salvo.

Pero las consecuencias del estrés no afectan solo al individuo que lo padece, sino que también alcanzan a las personas que lo rodean: familia, compañeros de trabajo o escuela, amigos y a los ámbitos en que se desenvuelve. Según Fontana (1992), existen diferentes consecuencias, las cuales son:

- Consecuencias del estrés en el ámbito familiar:
  - Alteraciones generales en la dinámica familiar.
  - Malas relaciones con otros familiares.
  - Alteraciones en relación con los hijos, que pueden repercutir en su desarrollo afectivo y social.
  - Alteraciones en la relación de pareja, que pueden llegar a ocasionar incluso la ruptura de la misma.
  - Trastornos en la economía familiar.
  
- Consecuencias del estrés en el ámbito social:
  - Pérdida del interés en la colaboración ciudadana y actos sociales.
  - Alejamiento de los amigos o compañeros, por el aislamiento personal.

- Aumento considerable de accidentes de tráfico debido a los cambios de comportamiento, por aumento de consumo de alcohol, o bien, por alteraciones en el ámbito emocional.
- Sobrecarga en los servicios de atención primaria y urgencias por los síntomas que produce la situación del estrés y por los gastos económicos sanitarios que genera un diagnóstico certero.
  
- Consecuencias del estrés en el ámbito personal:
  - Alteraciones psicológicas y orgánicas.
  - Aumento en el riesgo de accidentes en la escuela o laborales.
  - Peligro de automedicación.
  - Aumento en el consumo de fármacos, como analgésicos, hipnóticos para dormir o para paliar los síntomas derivados del estrés.
  - Alteraciones por cambios en el comportamiento como en la alimentación, o consumo de ciertas sustancias.
  
- Consecuencias del estrés en el ámbito laboral o escolar:
  - Mal humor y descontento.
  - Bajo rendimiento por enfermedad, prolongada más de lo necesario.
  - Deterioro de las relaciones con los superiores y compañeros por discusiones, actitudes negativas o menor paciencia.
  - Incumplimiento del horario como llegar tarde y salir antes de lo debido.

- Agobiar a los compañeros con problemas personales.
  
- Consecuencias del estrés en el ámbito psicológico:
  - Ciertos niveles de estrés parecen ser psicológicamente benéficos. Agregan interés a la vida, ponen alertas a los individuos, los ayudan a pensar más rápido, a trabajar de modo más intenso y los alienta a sentirse útiles y apreciados, con un propósito definido para su vida y objetivos precisos por alcanzar. Sin embargo cuando el estrés va más allá de los niveles óptimos, agota la energía psicológica, deteriora el desempeño y a menudo deja al sujeto con un sentimiento de inutilidad y subestima, con escasos propósitos y objetivos inalcanzables.
  
- Consecuencias cognoscitivas del estrés:
  - Deterioro de la memoria a corto y largo plazo, pues disminuye el recuerdo y el reconocimiento incluso de material familiar.
  - La persona no puede evaluar con precisión las condiciones existentes, ni percibir sus consecuencias.
  
- Consecuencias emocionales del estrés:

- Aumento de los problemas de personalidad existentes ya que empeoran la ansiedad, sobre-sensibilidad, la defensibilidad y la hostilidad existentes.
  - Se debilitan los códigos de conducta y control de los impulsos sexuales (o la inversa, pueden volverse exageradamente rígidos).
  - Aparecen la depresión e impotencia, el ánimo se deprime y surge una sensación de imposibilidad para influir en los acontecimientos o en los propios sentimientos acerca de ellos y de uno mismo.
  - Pérdida repentina de autoestima, aparecen sentimientos de incompetencia y de autodesvaloración.
- Consecuencias conductuales generales del estrés:
    - Aumento de problemas del habla, aumenta la tartamudez.
    - Disminución de los intereses y el entusiasmo, los objetivos y las metas vitales se olvidan, se dejan de lado los pasatiempos.
    - Aumento de ausentismo.
    - Pueden hacerse amenazas de suicidio, se dicen frases como “acabar con todo”, o “es inútil continuar”.

He aquí la importancia de que los padres, familiares, amigos y maestros presten atención a los acontecimientos que rodean al niño, debido a que muchas veces piensan que estos problemas que presentan, se borrarán o disminuirán, cuando más bien sucede lo contrario: se van incrementando gradualmente, hasta

lograr que el niño presente un alto nivel de estrés y lo perjudique en los distintos ámbitos donde se desenvuelve.

Para conocer con más detenimiento sobre los niños y la manera en que reaccionan ante el estrés, a continuación se presenta el segundo capítulo, en el cual se mencionan las características de la niñez y todo lo relacionado con las diferentes áreas de su desarrollo.

## CAPÍTULO 2

### NIÑEZ

En el presente capítulo se abordan diversos temas relacionados con la etapa de la niñez, comenzando con su concepto, asimismo, también se mencionarán los distintos ámbitos del desarrollo que atraviesan los niños como son: físico, cognitivo, afectivo, social y moral, además de mencionar las características que conforman a la niñez y cómo afecta el estrés en esta etapa.

#### **2.1. Definición de niñez.**

El la niñez es una etapa fundamental en la que los niños atraviesan por distintos cambios, en los cuales se deben adaptar y saber responder a ellos. A continuación se mencionaran algunas definiciones para que se comprenda mejor el concepto de la niñez.

Craig (2001) señala que el periodo de la niñez media es de los 6 a los 12 años de edad aproximadamente.

Según Moraleda (1999: 137), “la niñez es un periodo que se caracteriza sobre todo por profundas transformaciones psicofisiológicas, pues ya que es un periodo de alteraciones no solo de la armonía corporal, sino también de la psíquica, que en los niños sanos produce tan solo inquietudes, agitación, mientras que los más débiles

sufren de predisposición neuropática, puede originar conflictos y trastornos psicógenos, socialmente es un periodo de adaptación, adaptación a las reglas, al grupo, a la clase, acompañado no muchas veces de conflictos y frustraciones, es un periodo de asimilación durante el cual el niño no solo almacena un cúmulo de conocimientos considerables para su edad, sino que aprende igualmente los mecanismos sociales y las actitudes”

En el mismo sentido, “se considera a la niñez como un periodo de inocencia, en la cual los padres de familia tratan de proteger a sus hijos contra los excesos y los pecados del mundo de los adultos”. (Craig; 2001: 10)

En otra definición, “la niñez es una etapa dedicada a la comprensión de todos los aspectos del desarrollo humano, desde el nacimiento hasta llegar a la adolescencia, entre el momento del nacimiento y aproximadamente hasta los 12 años una persona se considera niño o niña, la niñez, también llamada infancia, es la etapa donde el ser humano realiza el mayor porcentaje de crecimiento” (Rice; 1997: 126)

Como ya se mencionó anteriormente, la niñez es una etapa que implica muchos cambios para los niños, lo cual muchas veces les resulta difícil, ya que son varias las adaptaciones por las que tienen que cursar e irse acoplando poco a poco a estas. Para comprender mejor estos cambios, es importante conocer cómo se conforman sus características y su desarrollo, desde lo físico hasta la parte moral.

## **2.2. Características de la niñez.**

Es importante conocer las características que representan a la niñez, ya que es una etapa en la cual los individuos desarrollan o presentan ciertas conductas en los diferentes contextos en los que se encuentran. De acuerdo con Craig (2001), la mayoría de los niños presentan las siguientes características:

Se presentan cambios importantes en general, inicia un periodo arduo para llegar a ser una persona independiente. Su ingreso a la escuela lo lleva a seleccionar a sus amigos, en ocasiones a seleccionar su forma de vestir y a buscar responsabilidades que le den satisfacción. Sus conversaciones también se ven modificadas, ya que habla de su familia, sus animales preferidos, los viajes, las películas, programas de televisión y generalmente, se siente más libre para tratar esos temas con sus compañeros.

Asimismo, comienza a desaparecer el interés por las actividades familiares y los juegos individuales ceden su lugar a los colectivos. Sus compañeros de clase adquieren una importancia central, el egocentrismo disminuye, se comienza a pensar de manera lógica pero concreta, las destrezas de memoria y lenguaje aumentan, generalmente.

También a veces en esta etapa surgen temores, ya que los niños por lo general le temen a la oscuridad, a las noticias (como informes sobre la amenaza de una guerra nuclear o el secuestro de un niño), el permanecer solo, el que les apliquen pruebas y exámenes escolares, resultados escolares, lesiones en su cuerpo, a los rayos y truenos, a la muerte y a la oscuridad.

Craig (2001), también destaca las siguientes características:

- Los niños son imaginativos.
- Creativos.
- Les gusta mucho el juego.
- Traviosos.
- Sensibles.
- Vulnerables.
- Despreocupados.
- Perdonan y olvidan fácilmente.
- Están ansiosos por aprender pero se distraen fácilmente.
- Confían en los adultos.

Mencionado lo anterior, se concluye que es muy común que en esta etapa los niños sean más despreocupados y les interese más el juego, además de que se centran en aprender actividades nuevas, experimentar y descubrir. A continuación se

describirá en qué consiste la etapa del desarrollo de la niñez, para comprender mejor la relación que tienen estas características con su desarrollo.

### **2.3. Desarrollo del niño.**

La infancia es una época de descubrimiento perceptual y motor, los infantes aprenden a reconocer rostros, alimentos y rutinas conocidas, exploran flores, insectos, juguetes y su propio cuerpo. Cada día les brinda oportunidades para descubrir personas, objetos y procesos en el ambiente. El descubrimiento no solamente es interesante, sino que además facilita el aprendizaje y la adaptación. Mencionado esto, es importante conocer las diferentes áreas que hacen apto al niño para su desarrollo en esta etapa como son: física, cognitiva, afectiva, social y moral.

#### **2.3.1. Desarrollo físico.**

La descripción del desarrollo físico es una parte muy importante dentro de estas características, ya que permite comprender un poco mejor los cambios por los que van atravesando los niños y como reaccionan frente a estos. En razón de ello, se mencionan a continuación.

Craig (2001) señala que la niñez media es la edad que abarca de los 6 a los 12 años, el crecimiento es más lento y estable durante la niñez media que en los 2 primeros años de vida, el tiempo de crecimiento admite gran variedad, los huesos

crecen a medida que el cuerpo se alarga y se ensancha, los depósitos de grasa disminuyen poco a poco.

La autora menciona que de los 5 a los 6 años surge un aumento estable de estatura y peso, pues ya que el niño normal de 6 años pesa 20.4 kg. y mide poco más de un metro; hay aumento de la fuerza en ambos sexos, mayor uso de todas las partes del cuerpo, mejoramiento de las habilidades motoras gruesas y realización individual de las habilidades motoras; a partir de los 6 años, el niño pierde sus dientes primarios o de leche.

También menciona que de los 7 a los 8 años hay un aumento constante de estatura y peso, aumento en la fuerza de ambos sexos, mayor uso de todas las partes del cuerpo, perfeccionamiento de habilidades gruesas, mejoramiento de habilidades motoras finas, mayor variabilidad en el desempeño de las habilidades motoras, pero todavía se realizan individualmente. A los 8 años el cerebro alcanza 90 por ciento de su tamaño adulto, lo cual favorece su funcionamiento más eficaz.

Asimismo, de los 9 a los 10 años se da el inicio del estirón del crecimiento en las niñas, el crecimiento gradual prosigue hasta los 9 años en las niñas y a los 11 años en los varones, hay un aumento de la fuerza en las niñas acompañado de la pérdida de flexibilidad, conciencia y desarrollo de todas las partes y sistemas del cuerpo, existe la capacidad de combinar las habilidades motoras con mayor fluidez y se da el mejoramiento del equilibrio.

A la edad de los 11 o 12, años las niñas suelen ser más altas y pesadas que los varones, se presenta el inicio del estirón del crecimiento de los varones, así como un juicio exacto al interceptar los objetos en movimiento, combinación continua de habilidades motoras más fluidas, mejoramiento continuo de las habilidades motoras finas y, además, un aumento constante de la variabilidad en la ejecución de las habilidades motoras.

Respecto a las etapas de desarrollo físico del niño revisadas anteriormente, se observa que para llegar a la niñez, el niño tiene que transcurrir un largo proceso y que además, resulta de gran importancia porque es la etapa en la cual surge mayor número de crecimiento, cambios y desarrollo, tanto físicos como cognoscitivos y afectivos, por lo cual es necesario revisar el desarrollo cognoscitivo para comparar si también esta área es igual de compleja dentro del desarrollo del niño.

### **2.3.2. Desarrollo cognitivo.**

De acuerdo con Piaget (1980), la etapa del desarrollo cognitivo también es de gran importancia, ya que permite comprender mejor las habilidades y logros que el niño va adquiriendo poco a poco, dependiendo de su edad, las cuales se explican a continuación.

En la edad de entre 7 y 11 años, los niños entran en la etapa de las operaciones concretas, llamadas así porque los niños piensan de manera más lógica que antes porque pueden considerar múltiples aspectos de una situación. Sin embargo, todavía están limitados a pensar en situaciones reales en el aquí y ahora, de modo que su análisis de las situaciones tiene aún ciertos límites.

Los niños en la etapa de operaciones concretas realizan muchas tareas a un nivel mucho más alto del que podían en la etapa preoperacional. Tienen mejor comprensión de conceptos espaciales, de la causalidad, la categorización, el razonamiento inductivo y deductivo y de la conservación.

- Espacio y causalidad: el niño puede entender mejor las relaciones espaciales, tiene una idea más clara de la distancia entre un lugar y otro y de cuanto tardaran en llegar ahí, puede recordar con más facilidad la ruta y las señales a lo largo del camino, tiene habilidad para usar mapas, modelos y para comunicar información espacial mejoran con la edad; aunque niños de seis años pueden buscar y encontrar objetos ocultos, por lo regular no dan instrucciones claras para encontrar los objetos porque carecen del vocabulario apropiado.
- Categorización: las habilidades para categorizar ayudan a los niños a pensar lógicamente, la categorización incluye habilidades tan sofisticadas como la seriación, la inferencia transitiva y la inclusión de clase.

- **Seriación:** es cuando los niños pueden arreglar los objetos en una serie de acuerdo con una o más dimensiones como peso (del más ligero al más pesado) o color (del más claro al más oscuro). Un niño de 7 u 8 años de edad capta la relación entre un grupo de objetos de madera al verlos y arreglarlos en orden de tamaño.
- **Inferencia transitiva:** es la habilidad para reconocer una relación entre dos objetos, al conocer la relación entre cada uno de ellos y un tercer objeto.
- **Inclusión de clase:** es la habilidad de establecer la relación entre el todo y sus partes. Los infantes pueden percibir la relación entre un conjunto y sus partes.
- **Razonamiento inductivo y deductivo:** de acuerdo con Piaget (1980), los niños en la etapa de las operaciones concretas usan el razonamiento inductivo. A partir de observaciones acerca de miembros particulares de una clase de personas, animales, objetos o eventos, llegan a conclusiones generales acerca de la clase como un todo.
- **Razonamiento deductivo:** el cual Piaget (1980), creía que solo se desarrolla hasta la adolescencia. Este tipo de razonamiento lógico avanza de una premisa general acerca de una clase a una conclusión acerca de un

integrante o integrantes particulares de clases. Si la premisa es verdadera para la clase entera y el razonamiento es adecuado, entonces las conclusiones pueden ser ciertas.

- **Conservación:** es otro término popularmente conocido en la teoría de Piaget (1980), el cual se refiere a la permanencia en cantidad o medida de sustancias u objetos aunque se cambien de posición y su forma varíe. Por ejemplo: si se pone una cierta cantidad de líquido en un envase alto en forma de tubo de ensayo y se vierte la misma cantidad de líquido en un envase con un diámetro cuatro veces más ancho, el niño que ya asimiló el concepto de la conservación dice que es la misma cantidad de líquido el que hay en un envase y en el otro. Por lo contrario, el niño que no ha asimilado este concepto afirma que hay una mayor cantidad de líquido en el envase que tiene forma de tubo de ensayo.
- **Números y matemáticas:** el desarrollo de la lógica, depende de la colaboración con otros. La cooperación también contribuye al conocimiento de reglas y normas que conforman una moralidad de pensamiento impuesta y sancionada por otros, en ocasiones, los individuos pueden verse incapaces de resolver un problema planteado verbalmente.

Como se puede observar, en el área de desarrollo cognoscitivo también se generan grandes logros y cambios, los cuales los niños van experimentando y

adquiriendo poco a poco, por medio de las habilidades que cada uno va integrando de acuerdo a su edad. Otro aspecto importante dentro del desarrollo del niño es el desarrollo afectivo, el cual se abordará a continuación.

### **2.3.3. Desarrollo afectivo.**

Según Alonso (1996), es esencial satisfacer las necesidades afectivas para lograr un desarrollo armónico e integral; el ser humano necesita afecto, amor, atención, protección, aceptación, respeto, reconocimiento y valoración, desde la lactancia hasta la senectud.

Por lo tanto, esta necesidad implica el dar amor como recibirlo, ya que una persona que no ha recibido amor, no es capaz de darlo. Cuando la familia satisface las necesidades afectivas del pequeño, puede vaticinarse que será una persona segura de sí misma, armónica, confiada, en el caso contrario, será un ser inseguro, agresivo, desconfiado, porque la ausencia de amor impide la expansión de la personalidad; ha habido casos de bebés que se dejan morir al sentirse rechazados por sus padres, la falta de amor causa daños físicos y psíquicos. (Alonso; 1996).

Asimismo, Alonso (1996) menciona que los pequeños necesitan un medio estable, tranquilo, incluso rutinario, un mundo que les brinde protección donde disfruten de libertad de acción. El medio familiar proporciona seguridad al niño con la

satisfacción de las principales necesidades, también el respeto al menor es básico para su desarrollo individual y para que aprenda a respetar a los demás, a ser independiente, libre hasta donde su libertad no afecte a otros, un niño que sabe que es respetado, expresará sus sentimientos y opiniones sin temor al castigo, el reconocimiento y la aceptación por parte de los demás favorece la autoestima, cuando esto no ocurre, el individuo se siente minimizado, frustrado, incapaz de desarrollar su propio potencial.

Es por esto que la parte afectiva es tan importante y necesaria en la vida del ser humano ya que toda persona en cierta manera necesita sentir el amor por alguien para, de esa manera, ser alguien de confianza y poder desenvolverse sin ningún problema en el mundo. Algo que también ayuda a lo anterior y que va de la mano con lo afectivo, es la parte social, que a continuación se revisará.

#### **2.3.4. Desarrollo social.**

Michel (1971) menciona que el medio es el contexto indispensable del ser vivo y debe responder a sus necesidades. El hombre y la sociedad van unidos, estrechamente ligados y por lo tanto, la influencia de grupo es determinante para el individuo. Hay diferentes medios: rurales y urbanos, las condiciones de cada uno son muy diferentes en lo que toca al ambiente, los servicios y los medios de comunicación. Incluso en una misma ciudad, las relaciones de vecindad y de sociabilidad difieren; ya se trate de una unidad habitacional, una zona residencial o

un barrio marginado, la familia y la escuela son los medios de mayor influencia para el niño. En la familia, el niño encuentra la satisfacción de necesidades básicas como alimento, abrigo, seguridad y adquiere sus primeras conductas sociales. En la escuela va a sentir la pertenencia a un grupo y a satisfacer necesidades de conocimiento, de aceptación y de relación con compañeros que pertenecen a diferentes medios sociales.

Una persona se desenvuelve en medios favorables o perjudiciales y por lo tanto, acepta a unos y rechaza a otros, por eso, la relación con el medio va acompañada por juicios de valor. Un medio específico imprime conductas y costumbres que influyen en la elección de otros medios, ya que en cada uno existen intereses y costumbres diferentes (Michel; 1971).

Asimismo, este autor menciona que algunos medios como la familia, son al mismo tiempo grupos, su existencia está basada en la reunión de individuos que mantienen entre ellos relaciones que asignan a cada uno su papel o su lugar en el conjunto. En un grupo existen diferentes puestos de mando, de protección, de oposición crítica y de sumisión, que varían según las circunstancias.

La familia es el medio propicio para que sus miembros asuman responsabilidades y adquieran confianza en sí mismos y autoestima. Cuando el niño llega a la edad escolar, alrededor de los 6 o 7 años, aprende a incorporarse a grupos extraños, cuyos miembros tienen la libertad de aceptarlo o rechazarlo; a partir

de ese momento aprende a comportarse como un miembro más y adquiere una variedad de conductas sociales (Michel; 1971).

Asimismo, el autor refiere que en el grupo, el niño aprende a responsabilizarse de sí mismo, pero también de los demás, es decir, se da cuenta de que existen responsabilidades individuales y colectivas y de que debe identificarse con los intereses y aspiraciones del grupo, respetando su propia autonomía, ahí el niño aprende a conocerse como sujeto y objeto, al mismo tiempo, toma conciencia de su persona y aprende a clasificarse entre otros que son semejantes o diferentes a él. En suma, el grupo es un iniciador de prácticas sociales.

También las necesidades sociales son básicas e implican la pertenencia a un grupo o grupos, a su vez, los grupos sociales han creado una serie de necesidades entre las que se encuentran las de vivencia, vestido y servicios públicos. Las carencias que afligen a la humanidad son enormes, no obstante, recursos sociales como la comunicación, el juego y el aprendizaje, ayudan al individuo a desarrollar su potencial, así haya nacido en un medio rural o urbano, en una colonia popular o en una residencial.

Según Michel (1971), los niños buscan la compañía de la madre y del padre, las principales figuras protectoras; más adelante prefieren la compañía de otros niños. Esta compañía les sirve para comunicarse, la comunicación es una necesidad tan fuerte que su insatisfacción produce frustraciones y daños en la personalidad, en

cambio, una comunicación fluida permite que el niño exprese tanto sus pensamientos y deseos, como sus agresiones y frustraciones.

El desarrollo social del niño pretende que poco a poco este madure y se enseñe a convivir con los demás, lo cual es de gran importancia, ya que con la socialización, el niño se permite crecer personalmente y esto se verá reflejado a lo largo de su vida; junto con la socialización del niño, también se desencadena la parte moral, ya que el niño se debe de enseñar a respetar ciertas normas, tanto del área familiar como en los diferentes escenarios de la sociedad.

#### **2.3.5. Desarrollo moral.**

La formación moral del niño, según Michel (1971), se enlaza íntimamente con el proceso de socialización. Una de las metas de desarrollo es el logro de la autonomía, la cual se alcanza teóricamente hacia los 11 o 12 años, pero en la edad preescolar el niño se inicia ya en la cooperación, la colaboración, la participación y la autonomía; es un proceso de educación social que enseña al individuo a colaborar con los demás y a respetar las reglas sociales, así como a favorecer el desarrollo de la personalidad y de la conciencia de solidaridad entre los individuos.

Por lo general, el adulto ordena la vida del niño, le impone reglas que hacen posible la vida social, pero que son ajenas a la infancia. La educación moral es, por ende, una tarea dedicada, en la cual padres y maestros se encuentran muchas veces

en una encrucijada: algunos se inclinan por el principio de autoridad y se valen de órdenes, castigos y recompensas, esta relación determina por un lado la sumisión del niño y por otro, el autoritarismo del adulto; cuando el niño se siente obligado a acatar el mandato de los adultos, la moral toma el carácter de heterónoma, el pequeño se convierte en un ser dependiente del criterio de los mayores.

Otros adultos prefieren una relación de respeto mutuo, de cooperación, en la que se establecen reglas por mutuo acuerdo, esta es la socialización que transforma cualitativamente la personalidad del niño, solo así surgen valores tales como la comprensión y la colaboración y se establece un sistema de reciprocidades que sustenta la justicia y la dignidad (Michel; 1971).

Ambas tendencias se prolongan en el quehacer educativo, ya que aún se emplean métodos autoritarios que convierten al alumno en objeto pasivo, mientras que métodos como el autogobierno se basan en la responsabilidad y participación activa del alumno.

Según Michel (1971), en la edad escolar es posible favorecer el tránsito del egocentrismo a la socialización y establecer las bases de una creciente cooperación en los campos de moral e intelectual, en ese tránsito, el sujeto traspone el egocentrismo hacia la colaboración con los demás. Cabe mencionar que el egocentrismo es un estado individual, pero el sujeto conquista la personalidad

cuando entra en una relación de cooperación y accede a la ética de la solidaridad y de la reciprocidad.

De acuerdo con Gutiérrez (1991), la primera forma de conciencia moral es la obediencia y la primera idea de la bondad es el cumplimiento de lo ordenado, la moral del niño pequeño es todavía completamente dependiente del juicio de los adultos y por lo tanto, subordinada. El niño es capaz de comprender la orden de no mentir, para el niño pequeño una mentira es tanto más fea cuando más improbable es, independientemente de la intención.

Sobre todo, es importante señalar que para el niño a quien se dirige la mentira, es mucho peor mentir a un adulto que a un niño, pues el adulto puede descubrir la mentira y además, es el que ha ordenado al niño manejarse con veracidad.

La vida en la comunidad infantil desarrolla la independencia del juicio moral y el sentimiento de relaciones recíprocas, la conducta moral es más libre e independiente de influjos momentáneos que antes y la vida afectiva, en general, alcanza un cierto equilibrio (Gutiérrez; 1991).

Mencionado lo anterior, se puede concluir que todo tiene relación en el desarrollo del niño y es importante conocer desde su desarrollo físico, así como también la parte social, cognoscitiva, afectiva y moral del mismo, ya que son áreas

que si no se encuentran bien equilibradas, pueden crear situaciones estresantes para la vida del menor.

#### **2.4. Estrés en el niño.**

Los niños y los adultos tienen diferentes formas de reaccionar frente al estrés, por lo cual se evaluará los factores de estrés que afectan al niño, las situaciones o eventos, así como el impacto que produce el estrés en la vida diaria y en las áreas donde interactúa el niño, como la familia, las relaciones entre iguales y la escuela. Así como también se conocerá el comportamiento que adopta el niño para ajustarse y defenderse del estrés.

“La infancia es un periodo que se caracteriza, sobre todo por el cambio. Los niños y niñas se encuentran en desarrollo. Durante ese periodo, han de ser frente a los retos, con los que se han de cruzar inevitablemente, pueden en determinados casos convertirse en acontecimientos estresantes.” (Trianes; 2002: 14).

Según Narvarte (2007), algunos estímulos que resultan factores de estrés para los niños se desencadenan en la escuela, los cuales son:

- La monotonía: el niño que en el ámbito escolar tiene fallas en la adaptación curricular, vivencia la actividad escolar con monotonía, ante la falta de creatividad y organización del docente.

- El aislamiento: conducta asociada a la discriminación en su expresión más simple. El niño que se siente diferente, el que no logra adaptarse, al que sus compañeros lo rechazan por su conducta, se aísla como consecuencia.
- El trabajo escolar o la tarea constante bajo presión: por lo general, los niños con trastornos mal encauzados en su tratamiento sienten con mucha presión la tarea escolar y, como si esto fuera poco, casi siempre hay clases de apoyo extraescolar, tarea extra y la mayoría de las veces una familia (mamá, papá o abuelo/a) que presiona haciéndolo practicar.

También Narvarte (2007) menciona que ante todas estas situaciones con sus variables, el niño reacciona con mecanismos defensivos como forma de adaptarse a esos factores de estrés que lo perturban. Es más fácil darse cuenta entonces que el estrés proviene de la sensación amenazante que siente el niño sobre alguna situación que atenta contra su seguridad como:

- Pérdida de algún familiar (divorcio o fallecimiento).
- Situaciones traumáticas: accidentes, pérdidas, episodios traumáticos o abandono.
- Ser o sentirse incapaz en clase.
- Ser molestado o agredido verbal o físicamente por otros niños.
- Ser siempre el último para todo.

- Pruebas y exámenes.
- Llevar a casa bajas calificaciones.
- Llegar siempre tarde.
- Quedar siempre en ridículo.
- Sentirse discriminado.
- Sentirse inferior en todo.
- Concurrir a lugares o citas que se vivencian como amenazantes.

Ante estas y muchas otras situaciones estresantes que atraviesan los niños, se activan mecanismos defensivos. Narvarte (2007), los concibe como procesos de origen cognitivo que se articulan como protección de cualquier reacción emotiva-negativa para el niño, permitiendo dar paso a la adaptación y sobrellevando esa situación estresante, para tratar de mantener el equilibrio emocional. Los mecanismos defensivos en los niños son muy precarios y se van complicando y racionalizando a medida que el niño crece y su pensamiento evoluciona.

Los mecanismos defensivos comunes en los niños son:

- La negación: Es una reacción típica de los niños pequeños, es una rotunda negación de aquello que produce peligro.

- La proyección: Es utilizada por los niños más grandes (en edad escolar) consiste en atribuir a otros las características propias que son desagradables e inaceptables.
- La identificación: Se toman como propias algunas características o cualidades de otras personas, aumentando así la seguridad y la autoestima, ocultando de esta manera la sensación de fracaso.

En todos estos casos, la conducta del niño bajo estrés puede ir desde el extremo pasivo al extremo activo y de la extroversión a la introversión. Narvarte (2007) menciona algunas características del niño con estrés, como:

- Falta de autoconfianza.
- Bajo rendimiento académico.
- Postergación de las tareas.
- Son desordenados y despistados.
- Tienen calificaciones que constantemente bajan.
- Presentan dificultad para aceptar las críticas.
- Son poco participativos en clase.
- Fáciles de molestar.
- Siempre se equivocan.
- Temerosos ante nuevas situaciones.
- Se escapan a la fantasía.

- Presentan preocupación constante.
- Sometimiento absoluto ante el fracaso.

Los principales indicadores del estrés infantil, de acuerdo con Narvarte (2007), son:

- Síntomas físicos:
  1. Dolor de cabeza.
  2. Molestia estomacal.
  3. Problemas para dormir.
  4. Pesadillas.
  5. Mayor tendencia a mojar la cama.
  6. Disminución del apetito.
- Síntomas emocionales:
  1. Ansiedad.
  2. Preocupaciones.
  3. Miedo a la oscuridad.
  4. Llanto.
  5. Comportamiento agresivo.
  6. Cambios bruscos de estado de ánimo.

7. Tristeza.

8. Regresión a comportamientos típicos de etapas anteriores al desarrollo.

Se puede concluir que en la niñez, el estrés puede ser provocado por cualquier situación, la cual requiere adaptación o un cambio, por eso es muy importante que los padres, familiares y maestros presten atención a los acontecimientos que rodean al niño, pues ya que en lugar de pensar que los problemas que presenta el menor se pueden borrar o que pueden ser pasajeros y que se les olvidará, resulta ser más bien todo lo contrario y esta situación, en conjunto, termina incrementado el estrés en el menor, logrando que sea el más afectado y que manifieste efectos como los que se expusieron en el presente capítulo.

## **CAPÍTULO 3**

### **METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

En este apartado se explicará la metodología que rige la presente investigación, asimismo, se describirán las técnicas e instrumentos utilizados.

#### **3.1. Descripción metodológica.**

Hernández y cols. (2008) definen el método como la descripción de cómo fue llevada a cabo la investigación, es decir, lo utilizado para la indagación, los instrumentos, elementos y técnicas que se aplicaron para el cumplimiento de las finalidades que conlleva la misma.

##### **3.1.1. Tipo de enfoque.**

Según Hernández y cols. (2008), hay diferentes tipos de enfoques, ya sea el cuantitativo, el cualitativo o el mixto. Esta investigación se fundamenta en el primero, ya que tiene características como, la recolección y análisis de datos para dar respuesta a la hipótesis, se confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer un resultado.

Dicho enfoque, según Hernández y cols. (2008), se distingue por ser un proceso en el cual se obtienen datos específicos del fenómeno ya analizado, mediante el marco teórico.

Algunas de las características de un estudio cuantitativo, son las siguientes:

1. El investigador plantea un problema que sea delimitado y concreto sobre el fenómeno que se estudiará. Las preguntas de investigación tratan sobre situaciones específicas.
2. Ya planteado el problema, se prosigue a la revisión de literatura para dar paso a la elaboración del marco teórico.
3. Enseguida se proponen una o varias hipótesis y estas se someten a prueba mediante diseños de investigación apropiados.
4. Estas hipótesis se generan antes de recolectar y analizar los datos.
5. El acopio de datos se lleva a cabo mediante la utilización de procedimientos estandarizados, es decir, deben tener cierta confiabilidad y validez.
6. Los resultados obtenidos son representados por números y analizados estadísticamente.
7. Los análisis se efectúan con base en las hipótesis y estudios previos para dar una explicación de cómo los resultados encajan con los conocimientos que ya existen.

8. La investigación debe ser lo más objetiva, evitando que se involucren creencias, deseos y temores, para que no influyan o interfieran en el estudio.
9. Se debe seguir un patrón que sea predecible y estructurado.
10. Para la investigación se sigue un proceso, generando validez y confiabilidad, así como conclusiones que aporten nuevos conocimientos (Hernández y cols.; 2008).

En este caso, se pretendió analizar un fenómeno, no dar solución, por lo tanto, se planteó una hipótesis que se sometió a prueba mediante el empleo de los diseños de investigación apropiados. Si los resultados corroboran las hipótesis o son congruentes con estas, se aporta evidencia en su favor, si se rechazan, se descartan en busca de mejores explicaciones y nuevas hipótesis.

### **3.1.2. Tipo de diseño.**

La presente investigación tomó el criterio de no experimental, ya que de acuerdo con Hernández y cols. (2008), este tipo de estudio se realizó sin la manipulación deliberada de la variable y solo se observó los fenómenos en su ambiente natural, para después analizarlos.

Asimismo, de acuerdo con Kerlinger y Lee (citados por Hernández y cols.; 2008: 205), esta modalidad es oportuna si “la variable a investigar no ha sido manipulada o modificada previamente”.

### **3.1.3. Tipo de estudio.**

El diseño de esta investigación es transversal, a lo que Hernández y cols. (2008), señalan que en este tipo de investigación se recolectaron datos en un tiempo único (una sola aplicación), teniendo como objetivo describir la variable de estudio y analizar su incidencia y relación en el contexto.

En el presente caso, únicamente se midió la variable estrés en un momento específico, sin considerar su situación antecedente o posterior.

### **3.1.4. Tipo de alcance.**

Se tiene en el presente trabajo un alcance comparativo, que de acuerdo con Coolican (2005), consistió en examinar las posibles diferencias entre grupos, en este caso se compararon niños y niñas, en cuanto una variable psicológica, la cual fue el estrés.

Asimismo, Caïs (2002) menciona que el investigador realiza un contraste de los casos para llegar a descubrir regularidades que puedan llevar a generalizaciones explicativas, debido a que se confía en los resultados obtenidos por el método comparativo.

### **3.1.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.**

Hernández y cols. (2008), señalan que las ventajas que tienen las técnicas estandarizadas radican en que ya tienen estudios estadísticos que ya prueban su confiabilidad (la aplicación de una misma prueba, al mismo sujeto, varias veces produce los mismos resultados) y validez (que realmente mida la variable que pretende medir), lo cual es un requisito para la validación del proceso de investigación. Los autores hacen énfasis en que para aplicar una prueba estandarizada, el investigador debe poseer conocimiento previo sobre esta, así como un entrenamiento para la interpretación.

Las pruebas psicométricas, según Hernández y cols. (2008), son las encargadas de medir cualidades psíquicas del individuo, constituyen una herramienta tanto para conocer su vida, como el estado emocional, intelectual e inclusive si existe alguna anomalía en el funcionamiento cerebral o simplemente, para ubicar al investigador en la forma de pensar del sujeto.

Como ya se había mencionado anteriormente, para la variable estrés se aplicó el Inventario de Estrés Infantil (IEI) (Vega y cols.; 2004), que se compone de 63 ítems, el cual se encuentra dividido en tres áreas: hay 20 reactivos para el área familiar, 22 para el área escolar y 21 para el área social. Las opciones de respuesta son: muy contento, poco contento, nada contento, nada nervioso, poco nervioso y muy nervioso.

Cada ítem se califica de uno a seis puntos, otorgando un punto a muy contento y seis a muy nervioso, exceptuando los ítems 3, 33 y 60, en los cuales se invirtió la puntuación. Para poder interpretar los resultados que arroja la prueba, se utilizó el puntaje T, por lo que los puntajes que oscilen entre el rango de 40 y 60 se refieren a un nivel de estrés normal y los puntajes que oscilen entre 0 y 39, son los que se encuentran bajos de estrés, asimismo, los que oscilen entre 61 y 100 representan niveles altos de estrés. La confiabilidad de la prueba utilizada es alta, de 0.89, con una validez de 0.8.

### **3.2. Población y muestra.**

Una población, de acuerdo con Hernández y cols. (2008), es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de características, las cuales deben situarse en torno a contenido, lugar y tiempo. Asimismo, se menciona que es poco probable poder trabajar con todos los sujetos, por lo cual es necesario seleccionar una muestra, la cual deberá ser un reflejo de la población.

En el mismo orden de ideas, el autor menciona que una muestra es un subgrupo de la población, y en el presente trabajo se optó por una muestra no probabilística, en la que la elección de los elementos depende de las características de la investigación o de quien realiza la muestra.

Como ya se mencionó anteriormente, para esta investigación se trabajó con una muestra no probabilística, conformada por 45 niños y 34 niñas de primaria, formando así un total de 79 alumnos. La población fue obtenida de la escuela primaria llamada Colegio Pierre Faure, turno matutino. Asimismo, la muestra se tomó de los grados de primero a sexto grado de, conformando un rango de edades que van entre los 6 a 12 años.

### **3.3. Descripción del proceso de investigación.**

Toda investigación se debe llevar a cabo con base en el método científico, es decir, siguiendo una serie de pasos, por lo tanto, a continuación se describe el proceso de la presente. Se comienza por mencionar cómo fue la selección de la muestra y la aplicación del instrumento de medición, hasta el análisis de resultados y la obtención de las conclusiones de esta investigación.

Se delimitó los grados escolares que se utilizarían, que fue de primero de primaria a sexto grado. Se determinó la institución que debería ser privada para los

fines de la investigación, pues se buscó que no hubiera suspensión de actividades escolares que afectaran el adecuado desarrollo de la investigación.

El proceso que se siguió para llegar frente a los alumnos a investigar, fue el siguiente: por primera vez, se entrevistó al director del plantel, exponiéndole el motivo de la visita y la anticipación del propósito de la investigación con casi dos meses, de manera que fuera posible prever cualquier obstáculo que impidiera la tarea de la investigación.

Después de los meses ya mencionados, se realizó una segunda visita, en la cual el director pidió una carta por parte del director de la Escuela de Psicología en donde respaldara los fines de la investigación. Posteriormente se le presentó una copia del inventario que se le aplicaría a los niños y un tiempo aproximado para la contestación de dicho instrumento, con la finalidad de que estuviera totalmente de acuerdo con la mínima interrupción de clases, además, se acordó día y hora de la visita para hacer factible la aplicación del instrumento a los alumnos.

Llegado el día y la hora acordada, se realizó la aplicación del instrumento, el cual fue a las nueve de la mañana para obtener los mejores resultados y disposición de parte de la muestra de investigación. En cada grupo se le hizo una presentación e introducción por parte del director y por parte de la investigadora, en donde se mencionaron la intención y los fines que se buscaban. Se explicaron las indicaciones de la prueba y la confidencialidad que tendrían, para lograr la mayor objetividad

posible. Se continuó con el reparto del instrumento y se esperó sin presión alguna el tiempo necesario de contestación, que fue aproximadamente entre los veinte y treinta minutos por grupo.

La aplicación del instrumento se inició con el grupo de primero de primaria, después con segundo y así sucesivamente, hasta sexto grado de primaria. En cada grupo tuvieron pequeñas dudas como: ¿Cuál es la fecha de hoy? ¿Con lápiz o con pluma? Pero fueron mínimas las dudas, después los estudiantes permanecieron tranquilos y relajados durante el proceso.

Como se mencionó anteriormente, se aplicó el Inventario de Estrés Infantil a la muestra de la población seleccionada, se calificó el test para obtener las puntuaciones, se utilizó la referencia de puntuaciones T y se procedió a vaciar los resultados, se calcularon los porcentajes de estrés en niños y niñas; así como las medidas estadísticas y finalmente se aplicó la prueba “t” de Student para verificar si existían diferencias significativas en el nivel de estrés entre niños y niñas.

Finalmente, al haber obtenido estos datos, se realizó el análisis de los resultados, mediante una comparación entre hallazgos empíricos y las evidencias teóricas encontradas, tomando como referencia las hipótesis y los objetivos planteados durante el proceso de investigación.

### **3.4. Análisis e interpretación de resultados.**

En el presente apartado se dará a conocer el análisis de los datos obtenidos de la aplicación del Inventario de Estrés Infantil (IEI), para verificar la existencia de una diferencia significativa en el nivel de estrés entre niños y niñas de 6 a 12 años, pertenecientes a la primaria Colegio Pierre Faure, de Uruapan, Michoacán, México.

Las medidas que se utilizaron para la realización de este estudio fueron la media aritmética, moda, mediana, desviación estándar y el procedimiento estadístico de la “t” de Student, además, se llevó a cabo un análisis porcentual de los resultados, para asimismo, realizar la interpretación de los datos obtenidos, ya que esto permite conocer con mayor exactitud el nivel de estrés que obtuvo la muestra estudiada.

Mencionado lo anterior, a continuación se explicará en qué consisten cada una de las medidas que se utilizaron para la realización de este estudio, de acuerdo con Hernández y cols. (2008). Las medidas de tendencia central son los valores medios o centrales de una distribución y ayudan a entender las tendencias de estos dentro de una escala de medición.

La media es la medida más utilizada y puede definirse como el promedio aritmético de una distribución, se obtiene sumando todos los valores y luego dividiendo la suma entre el número de casos.

Por su parte la mediana es el valor que divide la distribución por la mitad, es decir, la mitad de los casos caen por debajo de la mediana y la otra mitad se ubica por encima de la misma.

La moda, a su vez es la categoría o puntuación que ocurre con mayor frecuencia, o sea, el puntaje que más se repite.

Siguiendo con la orientación de Hernández y cols. (2008), la desviación estándar es una medida del grado de dispersión de los datos con respecto al valor promedio, dicho de otra manera, es simplemente el promedio o variación esperada con respecto a la media aritmética.

Enseguida se realizará el análisis de la variable estrés mencionado en el inventario utilizado, además, se darán a conocer los resultados obtenidos por separado de los niños y niñas, finalmente, el análisis comparativo.

#### **3.4.1. Análisis del nivel de estrés en los niños del Colegio Pierre Faure.**

A continuación se darán a conocer los resultados obtenidos del análisis del nivel de estrés que presentaron los niños del Colegio Pierre Faure.

Al evaluar la población de estudio, se encontró que los niños obtuvieron una media aritmética de 48.44, una moda de 47.93 y una mediana de 48.49; lo cual

significa que los niños tienen un nivel de estrés medio saludable, que les permite realizar cualquier actividad sin ningún problema. Por otra parte, la desviación estándar es de 10.91 lo cual significa que existe una mayor concentración de los datos alrededor de la media.

Por otro parte, el análisis porcentual fue el siguiente: el 17% de los niños obtuvo un nivel de estrés bajo, el 71% de los niños alcanzó un estrés medio y el 11% de los niños presenta un alto nivel de estrés (ver Anexo 2).

Mencionado lo anterior, se puede analizar que los niños muestran un mayor porcentaje de estrés medio; una posible explicación sería que de acuerdo con Feingold (referido por Barberá y cols.; 2004), los varones muestran más control interno, tienen mayor asertividad, son más dominantes, independientes y racionales, se muestran más influyentes y seguros de sí mismos.

Los niños sufren menor presión social, ya que según Craig (2001), a los hombres se les presiona menos en la niñez por el hecho de ser representantes masculinos de la casa, se les atribuyen desde pequeños mayores beneficios que a las mujeres, desde la crianza que reciben de sus padres en casa, así como en el ámbito escolar y cultural; como ejemplo está el hecho de que el niño no tiene la obligación de recoger su plato después de comer o de lavar su ropa, ni tampoco el pedir permiso para salir con amigos; puede llegar a la hora que quiera, se le inculca que el hombre es el jefe del hogar, se puede ensuciar, es bien visto que lleve

calificaciones bajas en la escuela; también se incluye que pueden ser traviosos, bruscos, rebeldes y groseros, por el simple hecho de ser niños.

### **3.4.2. Análisis del nivel de estrés en las niñas del Colegio Pierre Faure.**

A continuación se darán a conocer los resultados obtenidos del análisis del nivel de estrés que presentaron las niñas del Colegio Pierre Faure.

Las niñas obtuvieron una media aritmética de 52.06, una moda de 49.32 y una mediana de 50.43, lo cual significa que ellas tienen un nivel de estrés medio. Por otro lado, la desviación estándar es de 8.52, lo cual significa que existe una amplia concentración de los datos alrededor de la media.

Además el análisis porcentual fue el siguiente: el 2.9% de las niñas presentaron un nivel bajo de estrés, el 88% de las niñas obtuvieron un nivel de estrés medio y el 8.8% obtuvo un nivel de estrés alto (ver Anexo 1).

Una posible explicación del porqué las niñas tienen un nivel de estrés medio, pero que en comparación con los niños su media aritmética resultó más alta, es porque de acuerdo con Michel (1971), a las niñas desde pequeñas se les presiona más ya que tienen mayor atención social desde cómo deben comportarse, lo que se les tiene permitido hacer y también se les inculcan estas diferencias en casa y en la escuela. Lo anterior abarca el hecho de que las niñas deben de ser inteligentes, no

pueden ir mal en la escuela, tienen que colaborar desde pequeñas con las labores domésticas del hogar, no pueden jugar con los niños o juegos de hombres, se deben sentar con los pies cerrados, deben ser amables, tranquilas, tiernas, dulces, sentimentales, se les viste de rosa, se les espera que no se ensucien, tienen que pedir permiso a sus padres para salir... En fin, a las niñas desde pequeñas se les exige más y se espera mucho más de ellas que de los niños en cuanto a comportamiento, inteligencia, deberes y otros aspectos.

Probablemente es por eso que las niñas se estresan por tratar de cumplir con todas las normas que se les inculcan, aparte, se combinan las preocupaciones que las niñas puedan tener, ya que la etapa de la niñez es complicada porque que se encuentra entre la infancia y la pubertad. Según Moraleda (1999: 137), “la niñez es un periodo que se caracteriza sobre todo por profundas transformaciones psicofisiológicas, alteraciones no solamente de la armonía corporal, sino también de la psíquica, socialmente es un periodo de adaptación, adaptación a las reglas, al grupo, a la clase, acompañado no muchas veces de conflictos y frustraciones, es un periodo de asimilación durante el cual el niño no solo almacena un cúmulo de conocimientos considerables para su edad, sino que aprende igualmente los mecanismos sociales y las actitudes”

Los resultados apoyan las observaciones de Feingold (referido por Barberá y cols.; 2004), quien señala que las niñas presentan mayor ansiedad, se preocupan más por otros, tienen más sensibilidad emocional, se guían más por los sentimientos

que por la razón, son más susceptibles al afecto negativo, son más confiadas y preocupadas, por último, parecen inhibidas por una mayor ansiedad y culpa.

Narvarte (2007) menciona algunas características del niño con estrés con las cuales está de acuerdo y se deduce que las niñas coinciden con estas, por eso es que presentan mayor estrés, manifestado en situaciones como: ansiedad, preocupaciones, miedo y llanto; además, puede ser o sentirse incapaz en clase, ser molestado o agredido verbal o físicamente por otros niños, puede verse afectado por pruebas y exámenes, o bien, llevar a casa bajas calificaciones.

### **3.4.3. Análisis de la diferencia en el nivel de estrés entre niños y niñas estudiantes del Colegio Pierre Faure**

Enseguida se realizará el análisis comparativo del nivel de estrés entre niños y niñas, utilizando el procedimiento estadístico de la “t” de Student, cuya fórmula es:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

Esta fórmula permitió dar respuesta a la pregunta de investigación. Enseguida se presentan los resultados:

Los grados de libertad que se obtuvieron fueron igual a 77, con un resultado  $t=5.1567$ ; posteriormente se comparó el dato obtenido estadísticamente con el que se encuentra en la tabla, el cual fue de 2.37, por lo tanto y en función de un nivel de significancia del 0.1, se concluye que existe una diferencia significativa en el nivel de estrés entre niños y niñas de 6 a 12 años de edad, de Uruapan, Michoacán, debido a que el número estadístico es mayor que el de la tabla (ver Anexo 3).

Por lo que esto significa que las niñas presentan un nivel de estrés medio, pero en comparación con los niños, su media aritmética resultó más alta (ver Anexo 3). Una posible explicación es que las niñas, desde pequeñas, tienen mayor presión social; ya que se les enseña desde como tienen que comportarse, así como los deberes que deben cumplir en su casa, como es el ayudar con las labores domésticas, el que se sienten con los pies cerrados, vestir de rosa, ser inteligentes, amables, no jugar juegos de niños y ser ordenadas.

Probablemente es por eso que se estresan por tratar de cumplir con las normas que se les inculcan, además de las preocupaciones que puedan tener como un examen u otra circunstancia demandante, ya que la niñez es una etapa complicada que se encuentra entre la infancia y la pubertad; es por eso que las niñas manifiestan un mayor estrés que los niños.

Mientras tanto, los niños presentan un menor nivel de estrés, pero en ellos la reacción es diferente; ya que los varones tienen más control interno, son asertivos,

independientes y seguros de sí mismos, desde pequeños tienen más beneficios que las niñas simplemente por ser hombres y, en consecuencia, no tienen que cumplir con tantas normas porque culturalmente no se les demanda.

## CONCLUSIONES

Durante el curso de esta investigación, se buscó estudiar la diferencia que existe en el nivel de estrés entre niños y niñas de 6 a 12 años de edad, de la ciudad de Uruapan, Michoacán. Para llegar a comprobar esta información, se plantearon una serie de objetivos al inicio del presente trabajo.

En lo que concierne a los objetivos, se le dio cumplimiento al objetivo 1 y 2, ya que se definió el concepto de estrés y se identificaron los factores estresantes en los niños. Además, se alcanzaron los objetivos 3 y 4, ya que se logró definir el concepto de la niñez y describir sus etapas. Todo esto por medio de la elaboración de los capítulos teóricos.

También se logró cumplir con el objetivo 5, ya que se conoció el nivel de estrés que presentan los niños varones, quienes obtuvieron una media aritmética de 48.44, lo cual representa que tienen un nivel de estrés medio; en el caso de las niñas, obtuvieron una media aritmética de 52.06, lo que significa que presentan un nivel de estrés medio, pero que en comparación con el de los niños, resultó ser más alto; esto se obtuvo mediante la aplicación del Inventario de Estrés Infantil.

Igualmente, se dio cumplimiento al objetivo 6, comparando los niveles de estrés que presentan los niños y las niñas de primaria, obteniendo como resultado un mayor nivel de estrés en las niñas que en los niños.

Asimismo, al haber cumplido los objetivos particulares y después de realizar el cálculo estadístico, se dio cumplimiento con el objetivo general, que plantea: Analizar la diferencia en el nivel de estrés entre niños y niñas de 6 a 12 años de primaria; y se puede dar respuesta a la pregunta de investigación, la cual tenía como interrogante: ¿Existe una diferencia significativa en el nivel de estrés entre niños y niñas de 6 a 12 años en el Colegio Pierre Faure, de la ciudad de Uruapan, Michoacán? Al respecto, se obtuvo como resultado que sí existe una diferencia significativa en el nivel de estrés entre niñas y niños de primaria.

Por último en lo que concierne a las hipótesis inicialmente planteadas, se aceptó la de trabajo, la cual indica que existe una diferencia significativa en el nivel de estrés entre niños y niñas de 6 a 12 años en el colegio Pierre Faure, de la ciudad de Uruapan, Michoacán.

Los resultados mostraron que los niños tienen un menor nivel de estrés en comparación con la media aritmética de las niñas, que resultó ser más alta, lo cual puede ser considerado como negativo, perjudicable o desagradable, ya que a las niñas desde pequeñas se les exige más y tienen mayores responsabilidades; debido a estas, pueden presentar eventualmente un desequilibrio fisiológico y psicológico, que termina con una reducción en la productibilidad de sus actividades, así como aparición de algunas enfermedades y ambientes de fracaso.

Por otro lado, hay la tendencia a que los niños desarrollen un estrés medio, que puede ser considerado como un estrés positivo, lo cual les permite ser creativos, enfrentarse y resolver sus problemas, además de expresar y manifestar sus talentos especiales, su imaginación e iniciativa en forma única.

## BIBLIOGRAFÍA

Alonso Palacios, María Teresa. (1996)  
La afectividad en el niño.  
Editorial Trillas. México.

Ausubel, D. (1999)  
El desarrollo Infantil.  
Editorial Paidós. México.

Barberá Heredia, Ester; Bonilla Campos, Amparo; Martínez Benlloch, Isabel. (2004)  
Psicología y Género.  
Editorial Pearson Prentice Hall. México.

Barón, Robert A. (2001)  
Salud, estrés y afrontamiento.  
Editorial Trillas. México.

Bilboa Maya, Angie. (2010)  
Gestalt para la Ansiedad.  
Editorial Alfaomega. México.

Bruno, Frank J. (1995)  
Psicología Infantil y Desarrollo.  
Editorial Trillas. México.

Caïs, Jordi. (2002)  
Metodología del análisis comparativo.  
Editorial CIS. Madrid.

Coolican, Hugh. (2005)  
Métodos de investigación y estadística en psicología.  
Editorial Manual Moderno. México.

Craig, Grece J. (2001)  
Desarrollo Psicológico.  
Editorial Pearson Prentice Hall. México.

Crozier, Ray W. (1997)  
Ansiedad.  
Editorial Trillas. México.

Cueli, José. (2004)  
El estrés.  
Editorial Trillas. México.

De la Gándara Martín, Jesús J.; Fuertes Rocañín, José Carlos. (1999)  
Angustia y Ansiedad; Causas, síntomas y tratamiento.  
Editorial Pirámide, S.A. Madrid.

Dubin Nick. (2012)  
La Ansiedad.  
Editorial Trillas. México.

Fontana, D. (1992)  
Control de estrés.  
Editorial Manual moderno. México.

Gutiérrez, Víctor. (1999)  
Psicología del desarrollo Infantil.  
Editorial UNAM. México.

Guízar Montúfar, Rafael. (2001)  
Administración del estrés: Síntomas y causas del estrés.  
Editorial Madrid España.

Hernández Sampieri, Roberto; Fernández Collado, Carlos; Baptista Lucio, Pilar.  
(2008)  
Metodología de la investigación.  
Editorial McGraw-Hill. México, D.F.

Hoffman, Lois. (1995)  
Desarrollo Social.  
Editorial McGraw-Hill. México.

Jiménez Hernández, Manuel. (2000)  
Psicología Infantil.  
Editorial Trillas México.

Lipsitt, Lewis P.; Reese, Hayne W. (1990)  
Desarrollo Infantil.  
Editorial Trillas. México.

Macías Valadez-Tamayo, Guido. (1991)  
Crecer y Pensar.  
Editorial Paidós Mexicana.

Macías Valadez-Tamayo, Guido. (1997)  
Desarrollo Infantil.  
Editorial Trillas. México.

Marill, Robert F. (1980)  
Comprensión del estrés.

Editorial Trillas. México.

Michel, Richard. (1971)  
Desarrollo afectivo del niño, dominios de la psicología.  
Ediciones ISTMO. Madrid.

Moraleda, Mariano. (1999)  
Psicología del desarrollo: infancia, adolescencia, madurez y senectud.  
Editorial Alfaomega, S.A. México.

Narvarte, Mariana. (2001)  
El estrés en los niños.  
Editorial Lexus. México.

Palmero, Francesc. (Coord.) (1995)  
Proceso de estrés. Psicología de la motivación y la emoción.  
Editorial McGraw-Hill. Madrid.

Papalia, Diane E.; Wendkos Olds, Sally. (2010)  
Estrés y afrontamiento.  
Editorial McGraw-Hill. México.

Piaget, Jean. (1980)  
El desarrollo del niño y aprendizaje.  
Editorial SEP. México.

Piaget, Jean. (1992)  
La formación del símbolo en el niño.  
Editorial SEP. México.

Piaget, Jean. (1986)  
Psicología del niño.  
Editorial Morata. España.

Pinel, John P.J. (1996)  
Biopsicología del estrés.  
Editorial Trillas. México.

Rice, Philip F. (1997)  
Desarrollo Humano (Desarrollo infantil, físico, motor y perceptual).  
Editorial Pearson Prentice Hall. México.

Spielberger, Charles. (1979)  
Tensión y ansiedad.  
Editorial Tierra Firme, S.A. de C.V. México.

Trianes, M. (2002)  
Niños con estrés, cómo evitarlo y tratarlo.  
Editorial Alfaomega. México.

Thomson, Ross. (1997)  
Psicología del desarrollo infancia y adolescencia.  
Editorial Panamerica Madrid.

Vigotski, Lev. (2004)  
Desarrollo cultural del niño.  
Editorial Trillas. México.

Zapata, Oscar. (1995)  
Psicopedagogía de la educación motriz en la etapa de aprendizaje.  
Editorial Trillas. México.

Zimbardo, Philip G. (1992)  
Comprensión y control de estrés.  
Editorial Trillas. México.

## MESOGRAFÍA

Martínez-Otero Pérez, Valentín. (2012)

“El estrés en la infancia: estudio de una muestra de escolares de la zona sur de Madrid capital”.

Revista Iberoamericana de Educación. ISSN: 1681-5653 n.º 59/2 – 15/06/12.

Facultad de Educación, Universidad Complutense de Madrid, España.

<http://rieoei.org/deloslectores/5305Mnez-Otero.pdf>

Trianes Torres, M<sup>a</sup> Victoria; Blanca Mena, M<sup>a</sup> José, Fernández Baena, Francisco J.; Escobar Espejo, Milagros; Maldonado Montero, Enrique F.; Muñoz Sánchez, Ángela M<sup>a</sup>. (2009)

“Evaluación del estrés infantil: Inventario Infantil de Estresores Cotidianos (IIEC)”

Universidad de Málaga, España.

Revista Psicothema 2009. Vol. 21, nº 4, pp. 598-603. ISSN EDICIÓN EN PAPEL: 0214-9915.

<http://www.psicothema.com/pdf/3677.pdf>

Vega Valero, Cynthia Zaira; González Betanzos, Fabiola; Anguiano Serrano, Sandra; Nava Quiroz, Carlos; Soria Trujano, Rocío. (2009)

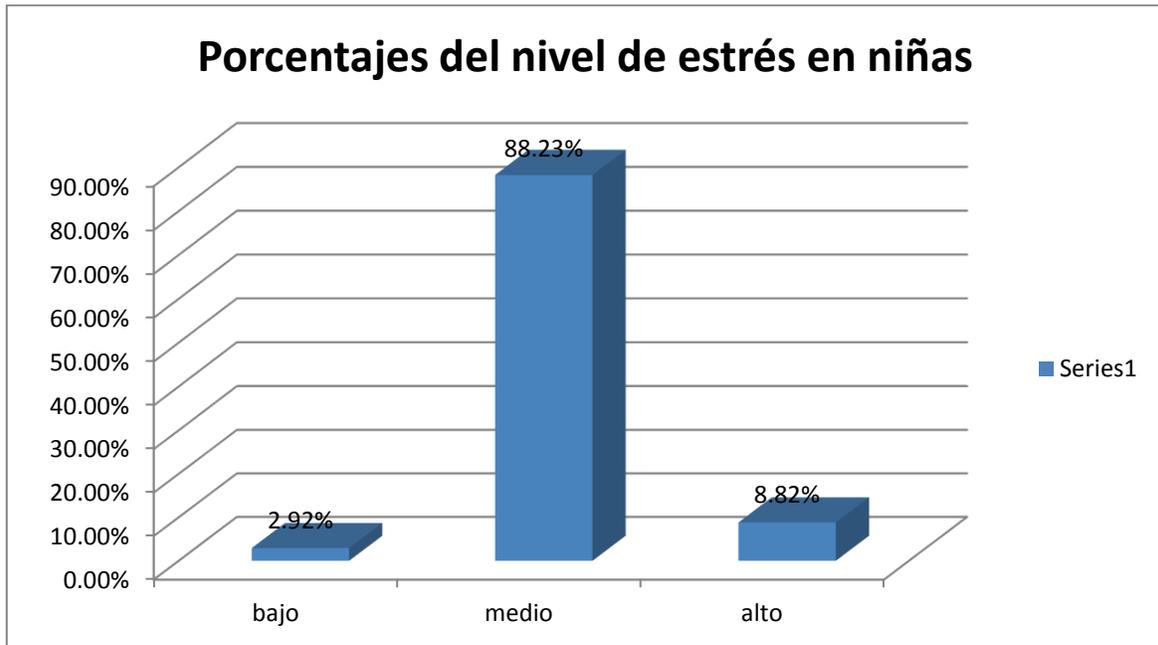
“Habilidades sociales y estrés infantil”

Journal of Behavior, Health & Social Issues, vol. 1, núm. 1, mayo-octubre, 2009, pp. 7-13.

Asociación Mexicana de Comportamiento y Salud, A. C. Distrito Federal, México.

<http://www.redalyc.org/pdf/2822/282221718001.pdf>

## ANEXO 1



## ANEXO 2

