UNIVERSIDAD DE IXTLAHUACA CUI

LICENCIATURA DE CIRUJANO DENTISTA

INCORPORADA A LA UNAM

No. DE ACUERDO CIRE 12/11 DE FECHA 24 DE MAYO DE 2011

CLAVE 8968 – 22

"NIVEL DE ESTRES EN LOS ALUMNOS DE LA LICENCIATURA DE CIRUJANO DENTISTA EN LA UNIVERSIDAD DE IXTLAHUACA CUI, 2017"

TESIS

QUE PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE

CIRUJANO DENTISTA

PRESENTA:

P.C.D. Ivonne Álvarez Fuentes

P.C.D. Lucero González Mendoza

ASESOR DE TESIS

C.D. Verónica Soto Dueñas

IXTLAHUACA, ESTADO DE MÉXICO, OCTUBRE 2018.

Universidad Nacional Autónoma de México
UNAM
Biblioteca Central
Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

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.

“Nivel de estrés en los alumnos de la Licenciatura de Cirujano Dentista en la Universidad de Ixtlahuaca CUI, 2017 “

Índice

1. Antecedentes……..…….…….....3
2. Planteamiento del Problema……..……..….…….14
3. Justificación……..….15
4. Hipótesis…….……..……16
5. Objetivos

5.1. General……..…….....……17

5.2. Específicos……...……...17

6. Material y Métodos

6.1. Diseño del estudio……..…….....…18

6.2. Población y Muestra……...18

6.3. Muestreo……...…….……..18

6.4. Criterios selección…….…….….18

6.5. Definición de Variables

6.5.1 Dependiente…….……19

6.5.2 Independiente……19

6.6. Procedimiento…….…….20

7. Resultados ……...……21
8. Discusión…….……..….....30
9. Conclusiones…….……33
10. Bibliografía ……...……35
11. Anexos…….……..…..……...….....37

1. Antecedentes

La práctica odontológica requiere de habilidades clínicas y de gestión con el paciente. El alumno de odontología realiza tratamientos preventivos e invasivos en las personas que requieren destreza manual y eso genera un alto nivel de estrés a comparación de otras profesiones, así en 1984 la Dental Magnament reveló que el 16.1% considero la profesión odontológica como extremadamente estresante. (Gonzalo, 2008)

Algunas situaciones a las que comúnmente se enfrentan los estudiantes son completar los requisitos del ciclo, lograr buenas notas, miedo a fracasar en el curso, la puntualidad de los pacientes, los cuales pueden o no presentarse a sus citas, el cambio de hábitos de sueño, vacaciones, descanso, hábitos alimenticios, una mayor carga de trabajo y nuevas responsabilidades, con lleva a estar en un proceso de estrés, que sí, la situación se complica, la calidad de trabajo no será adecuada y se perjudicará el rendimiento académico del estudiante. (Chávez, 2014)

El estrés es un proceso que se origina cuando las demandas ambientales superan la capacidad adaptativa de un organismo. Esto puede dar lugar a cambios biológicos y psicológicos, que a su vez pueden ser causantes de enfermedad. Cuando el estrés actúa mucho tiempo sobre el individuo y se incrementa puede dar lugar a alteraciones patológicas, e incluso puede llegar a producir una enfermedad. Si esta ya existía, puede alterar su evolución o retrasar su curación. (Amparo, 2015)

Seyle considero que durante el proceso de estrés se manifiestan diversas enfermedades como (cardiacas, hipertensión arterial y trastornos emocionales o mentales) debido a cambios fisiológicos dependientes de un prolongado estrés en los órganos, de igual manera, comprobó que no solo agentes físicos nocivos son productores del estrés, si no también, intervienen demandas sociales y del entorno del individuo que requiere una capacidad mayor de adaptación. (Nathaly, 2011)

El estrés académico es considerado como un fenómeno complejo que considera diversas variables como; los estresores académicos, la experiencia sobre el estrés y todo esto tiene inicio en la universidad, ya que, representa un conjunto de situaciones altamente estresantes, debido a que la persona no tiene control en su nuevo ambiente. (Sarubbi, 2013)

Martínez Díaz y Díaz Gómez definen el estrés escolar como el malestar que el estudiante presenta debido a factores físicos o emocionales, ya sean de carácter interrelacional o ambiental. De igual manera puede ejercerse una presión significativa en cada estudiante para afrontar el rendimiento académico, habilidad cognitiva para resolver problemas, exámenes, relación con los compañeros y docentes, habilidad para relacionar lo aprendido con la realidad. (Alfonso, 2011)

La OMS considera que el estrés a nivel mundial se ha convertido en un problema de salud que afecta a millones de personas, que no distingue entre las condiciones laborales, económicas o culturales. El estrés se presenta con mayor frecuencia en los grupos etarios que enfrentan un alto grado de exigencias, como los jóvenes que entran a la universidad. (Montalvo Prieto, 2015)

Existen diversos factores que juegan un papel importante dentro del estrés académico, de los cuales cabe mencionar; biológicos (como edad, sexo), psicosociales (como conducta, apoyo social), socioeconómicos (como lugar de residencia, estado económico) y psicosocioedutativos (como el concepto propio académico, tipo o grado de estudios alcanzados), estos factores intervienen en el proceso del estrés desde su aparición hasta las consecuencia en cada persona. (Sarubbi, 2013)

El sentimiento indefinido de inseguridad es una de las consecuencias más comunes del estrés, que se manifiesta con: palpitaciones, sequedad de la boca, nauseas, vomito, tics localizados, temblor de pies y manos, irritabilidad, temor, angustia, bloqueo

afectivo, timidez o agresividad, pensamientos obsesivos de preocupación, lo que afecta el estado ansioso y aumenta por consiguiente el estrés. (Gonzalo, 2008)

También es definido por Seyle como un factor del Síndrome General de Adaptación (SGA), y se ha reconocido como resultado de una dinámica medioambiental o social que se le hace al organismo e induce una demanda, física o psicológica, provocando un estado de ansiedad. Existen signos psíquicos u orgánicos que hacen que se pueda percibir este estado de estrés en las actividades diarias. (Chávez, 2014)

En este Síndrome General de Adaptación el organismo desarrolla tres fases; Fase de alarma que sucede ante la aparición de un peligro o estresor produciendo una reacción de alarma durante la que baja la resistencia por debajo de lo normal. Es muy importante resaltar que todos los procesos que se producen son reacciones encaminadas a preparar el organismo para la acción de afrontar una tarea o esfuerzo. (Cuixart, 2000)

Fase de resistencia o adaptación es en la cual el organismo intenta superar, adaptarse o afrontar la presencia de los factores que percibe como una amenaza o del agente nocivo.
Fase de agotamiento: que ocurre cuando la agresión se repite con frecuencia o es de larga duración, y cuando los recursos de la persona para conseguir un nivel de adaptación no son suficientes. (Cuixart, 2000)

El modelo biopsicosocial relaciona una situación determinada y la vivencia de esta con las consecuencias fisiológicas del organismo, hemos visto que cualquier situación que reconocemos como proceso cognitivo da señales de la corteza cerebral al hipotálamo, sistema nervioso vegetativo (automático), a la médula de las glándulas suprarrenales, que responden liberando adrenalina y noradrenalina, que son las llamadas hormonas del estrés; estas hormonas movilizan nuestro cuerpo y nos hacen luchar o abandonar. (Cuixart, 2000)

Según la percepción que se tenga de las demandas de trabajo, la respuesta del organismo será diferente; ya Selye distinguía entre reacciones agradables o eutrés y desagradables o distrés. (Cuixart, 2000)

Esfuerzo y eutrés en este grupo se puede incluir a las personas que desarrollan un tipo de trabajo de gran control personal, creatividad, y muy dedicados a su trabajo. Se encuentran por ejemplo, los empresarios, los artistas, los científicos, los artesanos, etc., pues en este tipo de profesiones se suelen realizar trabajos con un alto grado de autocontrol y autonomía. En estos casos se produce un aumento de la secreción de catecolaminas, y el cortisol se halla muy bajo o inexistente, el hecho de que el cortisol esté bajo hace decrecer el riesgo de sufrir un ataque cardíaco. (Cuixart, 2000)

No esfuerzo y eutrés en este caso, la no actividad se acepta como algo positivo, dándose un descanso de cuerpo y mente y el nivel de las hormonas está bajo. (Cuixart, 2000)

Esfuerzo y distrés esta situación se da en aquellos trabajos que implican elevadas exigencias de producción, pero en los que la persona tiene un bajo control de la situación. Es común en los trabajos repetitivos, y en los trabajos en cadena. El esfuerzo va acompañado de un aumento de la secreción de las catecolaminas que, a su vez, provoca efectos negativos, lo que tiende a aumentar la secreción de ambas hormonas: catecolaminas y cortisol. (Cuixart, 2000)

Poco esfuerzo y distrés se presenta en personas sin empleo y en trabajos que requieren mayor esfuerzo, en los que se tiene muy poca o ninguna autonomía. Se acompaña de una liberación de hormonas del estrés, en particular de cortisol. (Cuixart, 2000)

Walter B. Cannon fisiólogo norteamericano definió a la homeostasis como las relaciones fisiológicas coordinadas que mantienen en equilibrio la mayoría de los

estados en el cuerpo de los organismos vivos, y la cual está dirigida por el sistema nervioso autónomo. (Daneri, 2012)

La respuesta fisiológica es la reacción que se produce en el organismo ante los estímulos estresores, el organismo tiene una serie de reacciones fisiológicas que suponen la activación del eje hipofisosuprarrenal y del sistema nervioso vegetativo. (Cuixart, 2000)

El sistema nervioso vegetativo (SNV) es el conjunto de estructuras nerviosas que se encarga de regular el funcionamiento de los órganos internos y controla algunas de sus funciones de manera involuntaria e inconsciente. Ambos sistemas producen la liberación de hormonas, sustancias elaboradas en las glándulas que, transportadas a través de la sangre, excitan, inhiben o regulan la actividad de los órganos. (Cuixart, 2000)

El sistema nervioso vegetativo mantiene la homeostasis del organismo. La activación simpática supone la secreción de catecolaminas, que son la adrenalina segregada por parte de la médula suprarrenal, especialmente en casos de estrés psíquico y de ansiedad y la noradrenalina segregada por las terminaciones nerviosas simpáticas, aumentando su concentración principalmente en el estrés de tipo físico, en situaciones de alto riesgo o de agresividad. (Cuixart, 2000)

Estas hormonas son las encargadas de poner el cuerpo en estado de alerta preparándolo para luchar o huir, son las que permiten enlazar el fenómeno del estrés con los fenómenos psicofisiológicos de la emoción. (Cuixart, 2000)

Ambas intervienen en los siguientes procesos dilatación de las pupilas, dilatación bronquial, movilización de los ácidos grasos, pudiendo dar lugar a un incremento de lípidos en sangre (posible arterioesclerosis), aumento de la coagulación, incremento del rendimiento cardíaco que puede generar hipertensión arterial, vasodilatación muscular y vasoconstricción cutánea, reducción de los niveles de estrógenos y

testosterona, que son hormonas que estimulan el desarrollo de las características sexuales secundarias masculinas, inhibición de la secreción de prolactina, que influye sobre la glándula mamaria he incremento de la producción de tiroxina, que favorece el metabolismo energético y la síntesis de proteínas, etc. (Cuixart, 2000)

El eje hipofisosuprarrenal (HSP) está compuesto por el hipotálamo, que es una estructura nerviosa situada en la base del cerebro que actúa de enlace entre el sistema endocrino y el sistema nervioso, la hipófisis, una glándula situada asimismo en la base del cerebro, y las glándulas suprarrenales, que se encuentran sobre el polo superior de cada uno de los riñones y que están compuestas por la corteza y la médula. (Cuixart, 2000)

El eje HSP se activa con las agresiones físicas como con las psíquicas que al activarse, el hipotálamo segrega la hormona CRF (factor liberador de corticotropina), que actúa sobre la hipófisis y provoca la secreción de la hormona adenocorticotropa (ACTH). Esta secreción incide sobre la corteza de las glándulas suprarrenales, dando lugar a la producción de corticoides que pasan al torrente circulatorio y producen múltiple incidencia orgánica. Los corticoides que se liberan debido a la ACTH son los glucocorticoides el más importante es el cortisol que facilita la excreción de agua, el mantenimiento de la presión arterial afectado a los procesos infecciosos y produciendo una degradación de las proteínas intracelulares. Tiene, asimismo, una acción hiperglucemiante (aumenta la concentración de glucosa en sangre) y se produce una aumento de calcio y de fosfatos liberados por los riñones, y de lípidos. (Cuixart, 2000)

Cualquier suceso que genere una respuesta emocional, puede causar estrés. Esto incluye tanto situaciones emocionalmente positivas como situaciones emocionalmente negativas. El estrés también surge por malestares menores, como esperar demasiado en una fila o en el tráfico. Sin embargo, no existe un estímulo al cual todas las personas reaccionen de la misma forma y sean influenciadas con la misma intensidad, es decir, no existe un estímulo “estresor” estándar que afecte con la misma intensidad a todas

las personas, por ello que, situaciones que provocan estrés en una persona pueden ser insignificantes o placenteras para otra. (Nathaly, 2011)

El Síndrome de Burnout ha sido definido desde el año 1980 por Edelwich y Brodsky quienes lo definen como una pérdida progresiva de idealismo, energía y propósito, mientras que Maslach en 1981 lo define como una condición de agotamiento, despersonalización y disminución de la realización personal. De igual manera estudios psicológicos lo definen como un desgate emocional y físico que se desarrolla dentro de un ambiente profesional o laboral. (Divaris K, 2012)

Es connotado como síndrome por la relación a nivel psicológico, físico, social y entorno de cada individuo; genera deterioro en las relaciones interpersonales, depresión, cinismo, ansiedad, irritabilidad y dificultad de concentración. Es común el distanciamiento de otras personas y los problemas conductuales pueden progresar hacia conductas de alto riesgo como resultado: juegos de azar, comportamientos que exponen la propia salud y conductas orientadas al suicidio, entre otros. El cansancio del que se habla sucede a nivel emocional, a nivel de relación con otras personas y a nivel del propio sentimiento de autorrealización. (Divaris K, 2012)

En el año 2010 en un estudio realizado en México se evaluó a 60 estudiantes de odontología de una universidad pública con carga académica completa y práctica clínica. Contestaron el test Perfil de Estrés de Nowack y el Inventario del Síndrome de Burnout de Maslach, para identificar las variables protectoras ante este síndrome. Los resultados fueron asociación significativa entre las situaciones de estrés y la baja fuerza cognitiva con el cansancio emocional, sentir poco bienestar psicológico con despersonalización, la falta de minimización de la amenaza y el bajo bienestar psicológico con la falta de realización profesional del síndrome de burnout. Los niveles de burnout en estos estudiantes son altos: 27% con cansancio emocional, 37% con despersonalización y el 50% con baja realización profesional. El burnout es un síndrome de consecuencia por estrés crónico que afecta, entre otras, a personas que

atienden a otros, se dimensiona con cansancio emocional, despersonalización y baja realización profesional. (Miravalles, 2010)

Los padecimientos que puede padecer la persona debido al síndrome, son: insomnio, deterioro cardiovascular, úlceras, pérdida de peso, dolores musculares, migrañas, problemas de sueño, desórdenes gastrointestinales, alergias, asma, fatiga crónica, problemas con los ciclos menstruales o incluso daños a nivel cerebral. (Forbes Álvarez , 2011)

Existen varios instrumentos para evaluar el nivel de estrés como el “Perfil de estrés” desarrollado por Nowack en 2010, el cual evalúa 15 áreas relacionadas con el estrés y el riesgo de salud en las personas. Este instrumento evalúa a personas de 20 a 68 años de edad y puede ser aplicado de forma individual o colectiva y toma realizarlo aproximadamente 25 minutos. Así también, existe otro instrumento llamado “Dental Environment Stress Questionaire”. Fue creado por Garbee y col. en 1980 y validado al español por Fonseca y col. en 2012, el cual será aplicado en este estudio. Consta de 30 enunciados los cuales deben ser categorizados según el nivel de estrés que le genera a la persona. (Chávez, 2014)

En el año 2011 realizaron un estudio en la Universidad de Jordania Abu- Ghazaleh y colaboradores con el propósito de investigar el nivel de estrés psicológico y las fuentes de percepción de estrés entre los estudiantes de odontología de pregrado utilizando dos cuestionarios “General Health Questionaire y el Dental Environment Questionaire. El estudio se realizó a 520 estudiantes una tasa de respuesta del 74%,donde las mujeres obtuvieron un nivel de estrés 73% frente a 63% de los hombres, demostrando un alto índice de estrés psicológico, dando como resultado que tanto los alumnos de preclínica como los de clínica mostraron un alto nivel de estrés, los alumnos de preclínica por exámenes, notas, cantidad de trabajo y falta de tiempo para relajarse; alumnos de clínica por realizar y a completar los requerimientos clínicos, pacientes que

llegan tarde a sus citas y la atmosfera creada por los docentes, y que el sexo femenino obtuvo un porcentaje mayor al sexo masculino. (Abu-Ghazaleh S, 2011)

Harikian y colaboradores realizaron un estudio en el año 2011 a 38 estudiantes en una Institución odontológica en Bangalore, India, el objetivo del estudio era identificar las fuentes de auto-reporte de la tensión entre el último año de pregrado de dicha Institución mediante la aplicación del Dental Environment Questionaire, de los 38 factores estresores reportaron que el 70% de los estudiantes, dentro de este porcentaje el 85% de los estudiantes reportaron que era debido a los exámenes, al manejo de casos complejos, falta de cooperación del paciente, dificultad del curso y completar los requisitos clínicos. Es importante mencionar que en este estudio no se encontraron diferencias estadísticamente significativas por el sexo. (Harikiran A, 2012)

Tangade y colaboradores en el año 2011 realizaron un estudió en estudiantes de la Universidad Rohailkhand, India su objetivo de estudió fue identificar los factores estresantes, el cual se realizó en 304 estudiantes, utilizando el cuestionario Dental Environment Stress. Los resultados de su investigación arrojaron que los alumnos del último año presentaron puntajes más altos de estrés, así mismo, se pudo observar que el sexo masculino presento mayor nivel de estrés que el sexo femenino de la misma licenciatura. (Tangade P, 2011)

Se realizó un estudio en la facultad de odontología de la Universidad de Atenas sobre la percepción de estrés, concluyó que los residentes en los programas clínicos reportaban mayor nivel de este en comparación con los residentes de los programas no clínicos, esto se realizó a 90 estudiantes de posgrado en el 2012 por Divaris y colaboradores, demostrando no haber diferencia estadística en relación al sexo. (Divaris K, 2012)

En la Universidad Health y Sciencce situada en Pradesh, India se realizó un estudio a estudiantes de odontología con el propósito de investigar la percepción de estrés, el instrumento de estudio fue la versión modificada del cuestionario Dental Environment

Stress, dicho estudio se realizó a 343 estudiantes, por Kaipa y colaboradores en el 2012, concluyeron que se presentó un nivel moderado de estrés, siendo los alumnos de último año quienes presentaron los niveles más altos, en este estudio no se encontró diferencia en relación al sexo. (Kaipa S, 2012)

Sedky realizó un estudio a 537 estudiantes de odontología de la universidad de Pharos en Alejandría Egipto mediante el Dental Environment Stress analizando los factores como el sexo, nivel de estrés de pregrado y la residencia con los padres, concluyendo que el sexo femenino experimenta más estrés que el sexo masculino, los estudiantes mayores demostraron mayor problema de estrés que los estudiantes jóvenes y que los estudiantes que viven lejos de sus padres mostraron más altos niveles de estrés todo esto realizado en el 2012. (N., 2012)

En la Facultad de Odontología de la Universidad King Abdul Aziz en Jeddah Arabia Saudita en el año 2013 Al-Samadani y Al-Dharrab evaluaron a 232 estudiantes de 343 con el objetivo de determinar la prevalencia de estrés de dichos estudiantes, concluyendo que existen altos niveles, los factores que generaron mayor estrés fueron los exámenes o notas, la cantidad de trabajo y desaprobar un curso o año. (Al-Samadani K, 2013)

En el año 2014 se realizó un estudio con el objetivo de analizar el estrés comparando alumnos de preclínica y clínica de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas de la Escuela de Odontología en Lima Perú este estudio fue realizado por Edith Chávez su grupo de estudio fue de 222 estudiantes de primero hasta decimo utilizando el mismo instrumento dental Environment stress Questionnaire analizo las variables de edad, sexo y grado académico. Se concluyó que los alumnos de pre-clínica estaban conformados por un 52.7% y de clínica por un 47.3%, observándose que el año que presentaba mayor nivel de estrés eran los alumnos de cuarto año con un 27%, seguido por los alumnos de tercer año con un porcentaje de 19% y no se encontró diferencia estadísticamente significativa del estrés en relación al sexo. (Chávez, 2014)

Amparo Montalvo Prieto y colaboradores realizaron una investigación con el objetivo de identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes del área de la salud de una Universidad Pública de Cartagena- Colombia. Utilizaron varios instrumentos, tales como, el inventario SISCO el cual consto de 15 ítems recogiendo datos relevantes para este estudio. La muestra abarco 266 alumnos de la universidad divididos en 4 áreas (medicina, odontología, enfermería, Química Farmacéutica), demostrando que el 87. 5 % del área de odontología presentaba estrés durante los primeros tres semestres de la carrera. (Montalvo Prieto, 2015)

Existen diversos métodos mediante los cuales se puede controlar el estrés entre los estudiantes como, hábitos de salud y bienestar como son (ejercicio, descanso, correcta alimentación, comportamientos preventivos), entorno de apoyo (familia, entorno social, trabajo/ escuela), estilo de afrontamiento (valoración positiva, minimización de la amenaza y concentración en el problema), bienestar psicológico (emociones de autoestima), todo esto se debe trabajar en conjunto para lograr que el estrés no se vea como amenaza hacia la salud de cada estudiante. (Lourdes, 2010)

2. Planteamiento del problema

En la actualidad el estudiar una licenciatura siempre es motivo de estrés, ya que, por lo regular siempre se adquirieren responsabilidades nuevas, un gasto económico, cambio de domicilio, lo que conlleva múltiples esfuerzos y dedicación. En algunos casos los alumnos son sometidos a jornadas mayores a ocho horas en especial estudiantes de odontología quienes tienden a modificar su estilo de vida debido a las altas exigencias académicas, prácticas y clínicas, además, de tener que establecer una relación de confianza con los pacientes para lograr los créditos que la materia demanda. En diversos estudios se ha demostrado que más del 50% de los estudiantes generan estrés y agotamiento físico o psicológico teniendo riesgos para su salud y en algunas ocasiones renunciar a la carrera. (Preciado Serrano, 2010)

Algunos investigadores, han propuesto medidas factoriales de rasgos de personalidad en asociación con la respuesta al estrés, llevando todo esto a diversas investigaciones, análisis, dando como resultados desgastes físicos y psicológicos en los estudiantes, descartando la idea de un posible Síndrome de Burno (Daneri, 2012)ut en los estudiantes. (Forbes Álvarez , 2011)

El proyecto de tesis tuvo como objetivo, identificar cuáles eran los niveles de estrés que presentaban los alumnos de la Licenciatura de Cirujano Dentista y que factores estaban asociados para poder sugerir alternativas y mejorar su rendimiento en la Universidad. Es por eso que, surgió la siguiente pregunta de investigación ¿Cuál es el nivel de estrés en los alumnos de los últimos 3 grados de la Licenciatura de Cirujano Dentista de la Universidad de Ixtlahuaca CUI?, para ello se llevó a cabo la aplicación de una encuesta avalada en el 2012 por el Doctor Fonseca al español, en la que las preguntas nos determinaron en cuál de los 4 niveles de estrés se encontraban los alumnos para así comparar las variables de estudio de nuestra investigación con investigaciones previas con la intención de implementar estrategias que minimicen el nivel de estrés. (Chávez, 2014)

3. Justificación

El estrés es considerado como una respuesta emocional, originada cuando las demandas del entorno ambiental de una persona superan su capacidad de adaptación. (Gonzalo, 2008)

Cuando se estudia una Licenciatura siempre es motivo de estrés para el alumno, ya que, por lo regular siempre se adquieren responsabilidades nuevas, gastos económicos y en algunas ocasiones cambio de domicilio. Este padecimiento ha sido estudiado desde 1984, la odontología ha sido considerada como una de las Licenciaturas más estresante. (Gonzalo, 2008)

El presente proyecto de tesis se enfocó en los niveles de estrés, teniendo como base estudios previos realizados en Europa, Asia y América, en los cuales se han encontrado altos índices de estrés en los alumnos de odontología, y que no han disminuido debido a estrategias mal empleadas. (Chávez, 2014)

El propósito de este proyecto de tesis fue evaluar los niveles de estrés que tienen los alumnos de los últimos 3 grados académicos de la Licenciatura de Cirujano Dentista de la Universidad CUI, ya que, existe una mayor demanda de clínicas, carga horaria y requisitos de graduación. Determinando cuales fueron los factores del estrés para poder dar alternativas que permitan disminuirlo, generando un mejor entorno tanto para los alumnos como para los docentes, teniendo como resultado un mejor desempeño del alumnado y por consiguiente una mejor atención del servicio de odontología.

4. Hipótesis

H_1= El nivel de estrés en los estudiantes de los grados 3ro, 4to y 5to de la Licenciatura de Cirujano Dentista en la Universidad de Ixtlahuaca CUI es alto.

H_0= El nivel de estrés en los estudiantes de los grados 3ro, 4to y 5to de la Licenciatura de Cirujano Dentista en la Universidad de Ixtlahuaca CUI no existe o es bajo.

H_A= El nivel de estrés en estudiantes de los grados 3ro, 4to y 5to de la Licenciatura de Cirujano Dentista en la Universidad de Ixtlahuaca CUI es moderado.

5. Objetivos

5.1 Objetivo General

- Determinar el nivel de estrés en los alumnos de la Licenciatura de Cirujano Dentista en la Universidad de Ixtlahuaca CUI, 2017.

5.2 Objetivos Específicos

- Identificar los factores que originan estrés en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de la Licenciatura de Cirujano Dentista en la Universidad de Ixtlahuaca CUI.
- Identificar el grado académico en donde existe mayor estrés.
- Determinar el sexo que presenta mayor estrés dentro de la Licenciatura.
- Identificar el turno que presenta mayor nivel de estrés.

6. Materiales y Métodos

6.1. Diseño del estudio

El diseño del estudio fue de tipo observacional, descriptivo, prospectivo y transversal.

6.2. Población y muestra

La unidad de análisis estuvo conformada por 150 estudiantes matriculados actualmente en la Universidad de Ixtlahuaca CUI de la Licenciatura en Cirujano Dentista pertenecientes a los grados 3°, 4° y 5°.

6.3 Muestreo

Cuota y conveniencia

6.4 Criterios de selección

Criterios de inclusión:

- Estudiantes de 3ro, 4to y 5to año de la Licenciatura de Cirujano Dentista de la Universidad de Ixtlahuaca CUI.
- Estudiantes que acepten firmar el consentimiento informado.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que hayan dejado un ciclo académico.

Criterios de eliminación:

- Estudiantes que son recursadores.

6.5. Definición de variables

6.5.1. Dependiente

Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Unidad de medida	Tipo de variable	Escala de medición
Estrés	Síndrome general de adaptación como resultado de una dinámica medioambiental o social que se le hace al organismo e induce una demanda física o psicológica	Cuestionario Dental Evironment Stress validado al español por el Dr. FONSECA en el año 2012.	1 (no existe nivel de estrés), 2 (nivel bajo de estrés), 3 (nivel moderado de estrés) y 4 (nivel alto de estrés).	Cualitativo	Ordinal

6.5.2. Independientes

Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Unidad de medida	Tipo de variable	Escala de medición
Sexo	Características fisiológicas visibles	Cuestionario Dental Evironment Stress (DES)	Femenino Masculino	Cualitativo	Nominal
Turno	Número de horas durante la semana de las asignaturas cursadas	Cuestionario Dental Evironment Stress (DES)	Horas por semana	Cualitativo	Nominal
Grado académico	Año académico	Cuestionario Dental Evironment Stress (DES)	3er año, 4to año y 5to año	Cualitativo	Ordinal

6.6 Procedimiento

El proyecto de tesis tuvo como objetivo analizar el nivel de estrés que se encuentra en los alumnos de los últimos 3 grados de la Licenciatura de Cirujano Dentista de esta Universidad, tomando como muestra alumnos de cada grado (150 alumnos) llevando a cabo la aplicación de una encuesta avalada en el 2012 por el Doctor Fonseca.

En dicha encuesta las preguntas nos determinaron en cuál de los 4 niveles de estrés se encontraban los alumnos, siendo 1 (no existe nivel de estrés), 2 (nivel bajo de estrés), 3 (nivel moderado de estrés), 4 (nivel alto de estrés) para así comparar las variables de estudio de nuestra investigación con investigaciones ya realizadas previamente con el mismo objetivo, así como validando nuestros resultados con artículos encontrados recientemente acerca de este tema.

De igual manera este análisis nos ayudará para implementar estrategias que permitan que los alumnos no estén dentro de un ambiente de estrés y así evitar agotamientos físicos, psicológicos y psicosociales permitiendo que se tenga un mejor rendimiento, todo esto en conjunto con la dirección de la carrera, profesores y alumnos.

Cabe destacar que se contó con los recursos financieros y humanos (tutor, alumnos, Universidad) para llevar a cabo esta investigación dentro de la Licenciatura de Cirujano Dentista.

7. Resultados

El presente estudio tuvo como finalidad determinar el nivel de estrés de los estudiantes de tercero, cuarto y quinto de la Licenciatura de Cirujano Dentista de la Universidad de Ixtlahuaca en el año 2017-2018, teniendo como variables el turno, sexo y grado.

Se realizó una encuesta a 150 alumnos, a través del cuestionario Dental Environment Modificado, creado por Garbee y col. validado al español por Fonseca y col., que consto de 25 preguntas. Los alumnos fueron en su mayoría mujeres 72%. Otros datos descriptivos se muestran en la tabla 1.

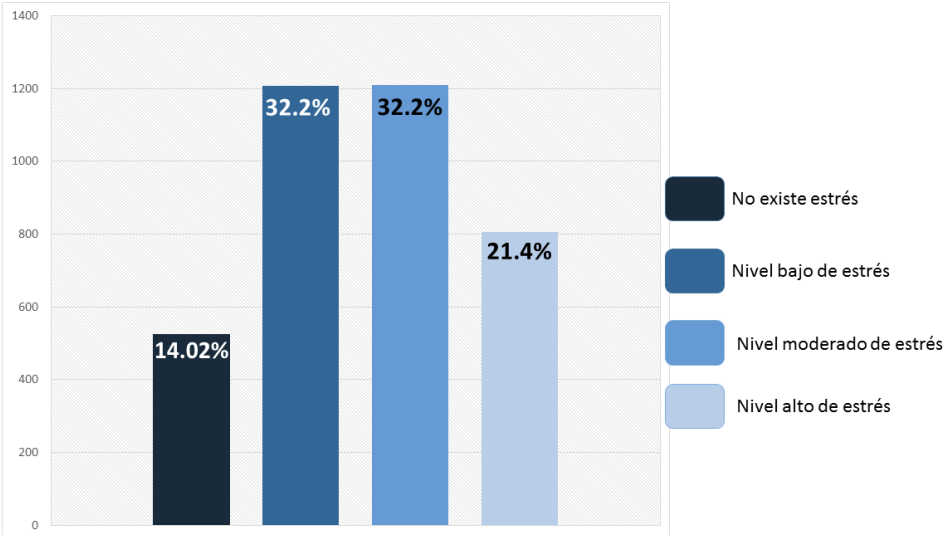
El nivel predominante de estrés en los estudiantes de los tres grados fue nivel bajo y nivel moderado al presentar un valor de 32.2%, el nivel alto presentó mayor frecuencia con 21.4% que la categoría no existe estrés 14.2% (grafica 1).

Tabla 1. Análisis descriptivo de la muestra

Sexo	Turno		Grado			Total
	Matutino	Vespertino	Tercer grado	Cuarto grado	Quinto grado	
Masculino	32 (26)	10 (37)	21 (38.9)	12 (22.2)	9 (21.4)	42
Femenino	91 (74)	17 (63)	33 (61.1)	42 (77.8)	33 (78.6)	108
Total	123	27	54	54	42	150

Fuente: propia

Grafica 1. Nivel de estrés en los alumnos



Fuente: propia

El análisis descriptivo de acuerdo a la variable de sexo, se encontró una diferencia estadística en 13 de las 25 preguntas (preguntas 25, 24, 23, 18, 14, 12, 11, 9, 7, 6, 5, 4, 2) el sexo femenino presenta un mayor nivel de estrés siendo su frecuencia nivel alto con un 24.5%, nivel moderado 33.2%, nivel bajo con 29.7% y no existe estrés 12.5%, el sexo masculino presentó un nivel bajo de estrés siendo su frecuencia nivel alto 13.7%, nivel moderado 29.8%, nivel bajo 38.5% y no existe estrés 17.9% más datos se muestran en la tabla 2 y 4.

En relación al grado, se encontró diferencia estadística en 9 de las 25 preguntas (preguntas 1, 4, 9, 10, 13, 14, 16, 17, 20), el quinto grado presentó un mayor porcentaje de estrés con valores en nivel alto 27.4%, nivel moderado 34.0%, nivel bajo 25.8% y no existe estrés 12.6%, seguido del cuarto año con un nivel de estrés moderado, siendo los valores nivel alto 22%, nivel moderado 33.1%, nivel bajo 30.5% y no existe estrés 14.2% y por ultimo tercer grado el cual presentó un nivel bajo de estrés con valores en nivel alto 16.7%, nivel moderado 30.7%, nivel bajo 38.2% y no existe estrés 14.2% más datos se muestran en la tabla 2 y 4.

Con relación al turno no se encontró una diferencia estadística excepto en la pregunta 19 (estrés debido a la relación entre alumnos de distintos grados y grupos) donde se observó que el turno matutino presentaba un nivel alto de 22.04% mientras el turno vespertino 18.9% más datos se muestran en la tabla 2 y 4.

Tabla 2. Nivel de estrés según variables

	No existe estrés	Nivel bajo de estrés	Nivel moderado de estrés	Nivel alto de estrés	Total
n=	526 (14.02)	1,208 (32.2)	1,210 (32.2)	806 (21.4)	3750
Sexo					
Masculino	188 (17.9)	405 (38.5)	313 (29.8)	144 (13.7)	1050
Femenino	338 (12.5)	803 (29.7)	897 (33.2)	662 (24.5)	2700
Grado					
Tercero	192 (14.2)	517 (38.2)	415 (30.7)	226 (16.7)	1350
Cuarto	193 (14.2)	412 (30.5)	448 (33.1)	297 (22)	1350
Quinto	133 (12.6)	271 (25.8)	358 (34.0)	288 (27.4)	1050
Turno					
Matutino	459 (14.9)	945 (30.7)	993 (32.2)	678 (22.04)	3075
Vespertino	67 (9.9)	263 (38.9)	217 (32.1)	128 (18.9)	675

Fuente: propia

Tabla 3. Nivel de estrés según ítems

Reactivos por ítem	No existe estrés	Nivel bajo de estrés	Nivel moderado de estrés	Nivel alto de estrés	Total
Desempeño académico					
1.Estrés debido a la cantidad de trabajo en clase	17 (11.3)	55 (36.7)	70 (46.7)	8 (5.3)	150
2. Estrés debido a la dificultad de trabajo en clase	11 (7.3)	56 (37.3)	72 (48)	11 (7.3)	150
5. Estrés por exámenes y calificaciones	2 (1.3)	14 (9.3)	54 (36.0)	80 (53.3)	150
10. Estrés debido a los requisitos para la graduación	16 (10.7)	53 (35.3)	46 (30.7)	35 (23.3)	150
14. Estrés debido a la falta de tiempo para realizar tareas asignadas por la facultad	14 (9.3)	49 (32.7)	62 (41.3)	25 (16.7)	150
17. Estrés debido a la falta de tiempo libre para ocupaciones personales	18 (12.0)	54 (36.0)	52 (34.7)	26 (17.3)	150
18. Estrés debido al temor de no aprobar el curso o el año.	6 (4.0)	14 (9.3)	46 (30.7)	84 (56.0)	150
22. Estrés debido al retraso en la recepción de notas.	26 (17.3)	60 (40.0)	48 (32.0)	16 (10.7)	150
Total	110 (9.1)	355 (29.5)	450 (37.5)	285 (23.7)	1200
Dificultad inseguridad sobre el futuro profesional					
6. Estrés debido a la dificultad para aprender habilidades manuales de precisión	12 (8.0)	62 (41.3)	50 (33.3)	26 (17.3)	150
7. Estrés debido a la dificultad en el aprendizaje de procedimientos clínicos.	18 (12.0)	59 (39.3)	53 (35.3)	20 (13.3)	150
8. Estrés debido a la falta de seguridad para ser un alumno de odontología exitoso.	35 (23.3)	47 (31.3)	44 (29.3)	24 (16.0)	150
12. Estrés debido a la inseguridad relativa al futuro profesional.	23 (15.3)	53 (35.3)	50 (33.3)	24 (16.0)	150
Total	88 (14.6)	221 (36.8)	197 (32.8)	94 (15.6)	600
Responsabilidad con los pacientes					
4. Estrés por los pacientes que llegan tarde o no llegan a sus citas.	2 (1.3)	10 (6.7)	27 (18.0)	111 (74.0)	150
16. Estrés debido a la falta de comunicación o cooperación de los pacientes.	17 (11.3)	34 (22.7)	52 (34.7)	47 (31.3)	150
21. Estrés debido al miedo a tratar con pacientes con enfermedades contagiosas.	36 (24.0)	53 (35.3)	38 (25.3)	23 (15.3)	150
23. Estrés debido a la responsabilidad para el cuidado integral del paciente.	15 (10.0)	45 (30.0)	65 (43.3)	25 (16.7)	150
Total	70 (11.6)	142 (23.6)	182 (30.3)	206 (34.3)	600

Fuente: propia

Reactivos por ítem	No existe estrés	Nivel bajo de estrés	Nivel moderado de estrés	Nivel alto de estrés	Total
Factores individuales e institucionales					
9. Estrés debido a las disposiciones de la Licenciatura de Cirujano Dentista.	18 (12.0)	49 (32.7)	54 (36.0)	29 (19.3)	150
11. Estrés debido a las expectativas de la escuela y lo que en realidad es.	16 (10.7)	54 (36.0)	54 (36.0)	26 (17.3)	150
13. Estrés debido a la situación económica personal y/o familiar.	14 (9.3)	28 (18.7)	54 (36.0)	54 (36.0)	150
15. Estrés debido a la opinión de los docentes sobre tu desempeño-	24 (16.0)	54 (36.0)	48 (32.0)	24 (16.0)	150
24. Estrés debido a la ausencia de docentes en la clínica.	18 (12.0)	57 (38.0)	45 (30.0)	30 (20.0)	150
Total	90 (12)	242 (32.2)	255 (34)	163 (21.7)	750
Relaciones interpersonales					
3. Estrés debido a la competencia por las calificaciones	10 (6.7)	58 (38.7)	52 (34.7)	30 (20.0)	150
19. Estrés debido a la relación entre alumnos de distintos grados y grupos.	59 (39.3)	67 (44.7)	17 (11.3)	7 (4.7)	150
20. Estrés por descuidar tú vida personal.	42 (28.0)	62 (41.3)	32 (21.3)	14 (9.3)	150
25. Estrés debido al compañerismo en el salón de clases o clínicas	57 (38.0)	61 (40.7)	25 (16.7)	7 (4.7)	150
Total	168 (28)	248 (41.3)	126 (21)	58 (9.6)	600

Fuente: propia

De acuerdo a los ítems conformados en el cuestionario Dental Environment Stress modificado creado por Garbee y col., se encontró que el ítem que presentó mayor nivel de estrés fue responsabilidad con los pacientes teniendo como valores nivel alto de estrés 34.3%, nivel moderado 30.3%, nivel bajo 23.6% y no existe estrés con 11.6%, y el ítem con menor estrés fue relaciones interpersonales teniendo como valores nivel alto 9.6%, nivel moderado 21%, nivel bajo 41.3% y no existe estrés con 28% más datos se muestran el tabla 3.

Tabla 4. Análisis estadístico según variables

Reactivo		Sexo			Turno			Grado			
		M	F	*p≤0.05*	m	v	*p≤0.05*	3°	4°	5°	*p≤0.05*
1	No existe estrés	4	13	0.53	14	3	0.95	8	2	7	0.002
	Nivel bajo de estrés	22	33		45	10		28	16	11	
	Nivel moderado estrés	16	54		58	12		17	34	19	
	Nivel alto estrés	0	8		6	2		1	2	5	
2	No existe estrés	6	5	0.001	10	1	0.17	4	3	4	0.36
	Nivel bajo de estrés	22	34		41	15		25	18	13	
	Nivel moderado estrés	13	59		63	9		21	27	24	
	Nivel alto estrés	1	10		9	2		4	6	1	
3	No existe estrés	2	8	0.161	9	1	0.61	6	4	0	0.09
	Nivel bajo de estrés	20	38		48	10		26	15	17	
	Nivel moderado estrés	16	36		40	12		15	22	15	
	Nivel alto estrés	4	26		26	4		7	13	10	
4	No existe estrés	0	2	0.020	1	1	0.35	0	2	0	0.02
	Nivel bajo de estrés	4	6		7	3		2	6	2	
	Nivel moderado estrés	13	14		21	6		16	8	3	
	Nivel alto estrés	25	86		94	17		36	38	37	
5	No existe estrés	2	0	0.001	2	0	0.90	1	1	0	0.65
	Nivel bajo de estrés	8	6		11	3		4	6	4	
	Nivel moderado estrés	22	32		44	10		24	15	15	
	Nivel alto estrés	10	70		66	14		25	32	23	
6	No existe estrés	6	6	0.001	9	3	0.32	4	2	6	0.18
	Nivel bajo de estrés	25	37		48	14		27	20	15	
	Nivel moderado estrés	6	44		45	5		17	18	15	
	Nivel alto estrés	5	21		21	5		6	14	6	
7	No existe estrés	8	10	0.001	15	3	0.76	7	4	7	0.31
	Nivel bajo de estrés	24	35		47	12		24	21	14	
	Nivel moderado estrés	8	45		43	10		20	18	15	
	Nivel alto estrés	2	18		18	2		3	11	6	
8	No existe estrés	13	22	0.07	33	2	0.14	10	12	13	0.47
	Nivel bajo de estrés	14	33		37	10		19	15	13	
	Nivel moderado estrés	11	33		33	11		19	17	8	
	Nivel alto estrés	4	20		20	4		6	10	8	
9	No existe estrés	8	10	0.01	17	1	0.28	10	5	3	0.02
	Nivel bajo de estrés	16	33		37	12		22	20	7	
	Nivel moderado estrés	14	40		46	8		16	16	22	
	Nivel alto estrés	4	25		23	6		6	13	10	

M= Masculino
F= Femenino
m= Matutino
v= Vespertino

Fuente: propia

Reactivo		Sexo			Turno			Grado			
		M	**F**	***p≤0.05***	**m**	**v**	***p≤0.05***	**3°**	**4°**	**5°**	***p≤0.05***
10	No existe estrés	5	11	0.281	15	1	0.57	5	8	3	0.001
	Nivel bajo de estrés	15	38		43	10		29	17	7	
	Nivel moderado estrés	17	29		36	10		15	18	13	
	Nivel alto estrés	5	30		29	6		5	11	19	
11	No existe estrés	9	7	0.04	14	2	0.27	8	5	3	0.34
	Nivel bajo de estrés	13	41		48	6		23	18	13	
	Nivel moderado estrés	17	37		41	13		18	18	18	
	Nivel alto estrés	3	23		20	6		5	13	8	
12	No existe estrés	11	12	0.007	21	2	0.54	9	8	6	0.07
	Nivel bajo de estrés	17	36		41	12		23	23	7	
	Nivel moderado estrés	10	40		41	9		15	17	18	
	Nivel alto estrés	4	20		20	4		7	6	11	
13	No existe estrés	6	8	0.046	12	2	0.69	2	10	2	0.02
	Nivel bajo de estrés	11	17		21	7		14	10	4	
	Nivel moderado estrés	14	40		46	8		21	14	19	
	Nivel alto estrés	11	43		44	10		17	20	17	
14	No existe estrés	5	9	0.04	12	2	0.77	5	7	2	0.02
	Nivel bajo de estrés	17	32		40	9		26	12	11	
	Nivel moderado estrés	17	45		49	13		20	23	19	
	Nivel alto estrés	3	22		22	3		3	12	10	
15	No existe estrés	10	14	0.141	22	2	0.19	11	9	4	0.24
	Nivel bajo de estrés	14	40		41	13		20	17	17	
	Nivel moderado estrés	14	34		38	10		18	20	10	
	Nivel alto estrés	4	20		22	2		5	8	11	
16	No existe estrés	4	13	0.279	15	2	0.24	4	9	4	0.007
	Nivel bajo de estrés	14	20		24	10		12	19	3	
	Nivel moderado estrés	13	39		45	7		23	14	15	
	Nivel alto estrés	11	36		39	8		15	12	20	
17	No existe estrés	3	15	0.88	15	3	0.11	9	6	3	0.03
	Nivel bajo de estrés	16	38		40	14		23	19	12	
	Nivel moderado estrés	20	32		43	9		19	20	13	
	Nivel alto estrés	3	23		25	1		3	9	14	
18	No existe estrés	3	3	0.03	5	1	0.87	2	1	3	0.25
	Nivel bajo de estrés	5	9		12	2		6	5	3	
	Nivel moderado estrés	16	30		36	10		20	19	7	
	Nivel alto estrés	18	66		70	14		26	29	29	

M= Masculino
F= Femenino
m= Matutino
v= Vespertino

Fuente: propia

Reactivo		Sexo			Turno			Grado			
		M	**F**	***p≤0.05***	**m**	**v**	***p≤0.05***	**3°**	**4°**	**5°**	***p≤0.05***
19	No existe estrés	19	40	0.3	54	5	0.003	21	22	16	0.20
	Nivel bajo de estrés	18	49		47	20		29	21	17	
	Nivel moderado estrés	3	14		17	0		1	9	7	
	Nivel alto estrés	2	5		5	2		3	2	2	
20	No existe estrés	12	30	0.45	34	8	0.08	16	21	5	0.001
	Nivel bajo de estrés	21	41		46	16		31	18	13	
	Nivel moderado estrés	4	28		30	2		3	12	17	
	Nivel alto estrés	5	9		13	1		4	3	7	
21	No existe estrés	10	26	0.32	31	5	0.79	12	13	11	0.54
	Nivel bajo de estrés	19	34		42	11		19	20	14	
	Nivel moderado estrés	8	30		32	6		12	17	9	
	Nivel alto estrés	5	18		18	5		11	4	8	
22	No existe estrés	7	19	0.39	23	3	0.60	11	9	6	0.12
	Nivel bajo de estrés	20	40		49	11		27	22	11	
	Nivel moderado estrés	12	36		37	11		13	18	17	
	Nivel alto estrés	3	13		14	2		3	5	8	
23	No existe estrés	7	8	0.041	12	3	0.48	3	7	5	0.65
	Nivel bajo de estrés	15	30		39	6		19	17	9	
	Nivel moderado estrés	15	50		50	15		24	22	19	
	Nivel alto estrés	5	20		22	3		8	8	9	
24	No existe estrés	7	11	0.03	17	1	0.34	7	4	7	0.23
	Nivel bajo de estrés	20	37		44	13		23	15	19	
	Nivel moderado estrés	9	36		36	9		14	21	10	
	Nivel alto estrés	6	24		26	4		10	14	6	
25	No existe estrés	21	36	0.049	47	10	0.42	25	19	13	0.14
	Nivel bajo de estrés	15	46		47	14		24	22	15	
	Nivel moderado estrés	5	20		23	2		3	11	11	
	Nivel alto estrés	1	6		6	1		2	2	3	

M= Masculino
F= Femenino
m= Matutino
v= Vespertino

Fuente: propia

Tabla 5. Opinión de los encuestados, sobre estrategias para reducir el nivel de estrés

Estrategias para reducir el nivel de estrés	Total de alumnos
Banco de pacientes	32 (27.8)
Pago de tratamientos (Sea menor/no se cobre)	17(14.7)
Mantenimiento de unidades e inmobiliario	14 (12.1)
Que la universidad cuente con todo el material de farmacia que se requiere	6 (5.2)
Calidad de docentes	6 (5.2)
Terapia psicológica para pacientes y docentes	5 (4.3)
Horarios establecidos para receso o break	4 (3.4)
Mas clínicas o unidades dentales	4 (3.4)
Propaganda de la licenciatura en redes sociales en general para tener más pacientes	3 (2.6)
Pagos de tratamiento equivalente al material de farmacia proporcionado por la clínica.	3(2.6)
Tiempos de clínica para terminar los tratamientos	3 (2.6)
Comunicación entre alumnos para remitir pacientes (interconsulta)	2 (1.7)
Colegiaturas más accesibles o facilidades de pago	2 (1.7)
Mejorar el esterilizador ya que se entrega el instrumental húmedo	1 (0.8)
No tener clases cuando hay exámenes	1 (0.8)
Mejorar los líquidos de revelado	1 (0.8)
Tener aparato de rayos X para ortopantomografía	1 (0.8)
Comedor comunitario	1 (0.8)
Mejorar el trasporte de la Universidad	1 (0.8)
Mejorar la organización de horarios entre los turnos	1 (0.8)
Convenio con sectores públicos de diferentes municipios	1 (0.8)
Aumento de matrícula docente	1 (0.8)
Actividades recreativas	1 (0.8)
Cursos intensivos de materias complicadas en periodo vacacional	1 (0.8)
Área de fumadores	1 (0.8)
Tiempo para comprar el material e instrumental de listas que piden los docentes	1 (0.8)
Grupos especiales por el cambio de plan de generación	1 (0.8)
Total	115

Fuente: propia

Como hallazgos de este estudio, los encuestados colocaron recomendaciones y/o estrategias para disminuir el nivel de estrés en los estudiantes. Los datos más relevantes fueron los siguientes; banco de pacientes (27.8%), que el pago de tratamientos sea menor o no se cobre (14.7%), mantenimiento de unidades e inmobiliario (12.1%) y que la universidad cuente con todo el material de farmacia que se requiere y calidad de docentes (5.2%). Otros datos estadísticos se muestran en la tabla 5.

8. Discusión

El estrés es considerado como un proceso originado cuando las demandas ambientales superan la capacidad adaptativa de un organismo y en la actualidad puede ser medido por diferentes instrumentos de análisis. En este estudio se aplicó el Dental Evironment Stress (DES), creado por Garbe y col., validado al español por el Dr. Fonseca, para determinar el nivel de estrés de los alumnos de 3°, 4° y 5° grado de la Licenciatura de Cirujano Dentista en la Universidad de Ixtlahuaca CUI. (Amparo, 2015; Chávez, 2014)

Durante la investigación, se llevó a cabo la validación del DES, realizando 2 pruebas piloto a los alumnos de 4° y 3°, debido a que se hicieron modificaciones a las preguntas originales del cuestionario para que se adaptara a la población de estudio donde se utilizaría dicho instrumento de estudio, obteniendo un alfa de Cronbach de 0.91 lo que indica una excelente fiabilidad del instrumento.

Los resultados de este estudio sugieren que el nivel de estrés en los estudiantes se encuentra entre bajo y moderado, sin embargo, existe una mayor tendencia a desarrollar estrés, al presentar un mayor porcentaje de nivel alto de estrés (21.4%) comparado con no existe estrés (14.02%). Estos resultados son similares a estudios previos, donde reportaron que el nivel de estrés en estudiantes de la carrera de odontología es moderado, con mayor tendencia al nivel alto, como lo reportado en este estudio. (Gonzalo, 2008)

Se evaluó a 150 estudiantes, 72% del sexo femenino y 28% del sexo masculino. En los resultados de este estudio el sexo femenino demostró tener mayor grado de estrés comparado con el sexo masculino, estos hallazgos son similares a lo reportado por Abu-Ghazaleh y Sedky donde el sexo femenino presentó mayores cifras de estrés. Nuestros resultados difieren de Tangade y col. quienes reportaron que sexo masculino presentaba mayor grado de estrés. Lo que indica que el nivel de estrés según el sexo, pudiera estar influenciado por diversos factores como; condiciones culturales, sociales,

psicológicas e inclusive fisiológicas. (Abu-Ghazaleh S, 2011; Tangade P,2011: N.,2012)

Diversos estudios han demostrado que el sexo femenino es más prevalente en carreras como odontología. En la Universidad de Ixtlahuaca, de la Licenciatura de Cirujano Dentista, existe mayor matricula de estudiantes femeninos, por lo que, el estrés influenciado por el sexo, podría deberse a que en nuestro estudio se presentó un mayor número de estudiantes femeninos. (Daneri, 2012)

El síndrome de Burnott ha sido descrito como un trastorno adaptativo crónico que altera la calidad de vida de las personas, caracterizado por una condición de agotamiento, despersonalización y disminución de la realización personal. Distintos estudios han descrito esta condición en sujetos que requieren contacto directo con personas, aquellos que se encuentran bajo niveles altos de estrés y ansiedad. Sin embargo, esta condición también ha sido descrito en estudiantes de ciencias biomédicas, como odontología y medicina. Este estudio no indago sobre la presencia de este síndrome en estudiantes de la Universidad de Ixtlahuaca, por lo que, futuros estudios podrían ser desarrollados en la búsqueda de esta condición que afecta el desarrollo del estudiante. (Chávez, 2014; Divaris K, 2012)

En esta investigación se determinó el nivel de estrés mediante el DES, conformado por 25 preguntas, las cuales agruparon 5 ítems, dentro de los cuales cabe mencionar que el que tuvo mayor prevalencia de estrés fue relaciones interpersonales con 75% seguido de un 50% para responsabilidad con los pacientes y el desempeño académico con 25%, dificultad e inseguridades sobre su futuro profesional y factores individuales e institucionales con un 20%, estas cifras guardan relación con estudios previos, Abu-Ghazaleh y Al-Samadani mencionaron en sus estudio que los alumnos de preclínica estaban estresados por exámenes, notas y competencia por las calificaciones, mismos datos que se evaluaron con altos niveles en este proyecto debido a las altas demandas de las asignaturas de la licenciatura. (Abu-Ghazaleh S, 2011; Al-Samadani K, 2013)

Otra variable de la investigación fue el grado de estudio, donde el 5° tuvo mayor porcentaje de estrés, seguido de 4° y por ultimo 3°, datos que son similares a los de Harikianen y Tangade en el año el año 2011 y Kaipa en el 2012, quienes mencionan en sus estudios que el 5° año de la carrera presenta mayor índice de estrés mientras que Edith Chávez en 2014 menciona que el grado con mayor índice de estrés es el 4° seguido por los alumnos de 3° año, resultados que difieren con los de esta investigación. (Harikiran A, 2012; Kaipa S, 2012; Chávez, 2014)

El estrés en los estudiantes de la licenciatura de Cirujano Dentista es moderado, originado principalmente por relaciones interpersonales (competencia por las calificaciones, relación entre alumnos, descuidar vida personal) responsabilidad con los pacientes y desempeño académico (exámenes, calificaciones, cantidad de trabajo). Se estableció que el género y el grado académico son factores predisponentes para el desarrollo de estrés en los estudiantes.

Esta investigación describió el nivel de estrés en los estudiantes de tercero, cuarto y quinto grado de esta licenciatura. Dichas generaciones se encuentran bajo el plan de estudios UNAM 2007- 2013, por lo que, futuras investigaciones podrían evaluar el nivel de estrés en estudiantes del nuevo plan de estudios UNAM 2014-2021.

Este estudio nos permitió conocer que en la Licenciatura de Cirujano Dentista de la Universidad de Ixtlahuaca existe estrés, así como definir su importancia y conocer de qué manera repercute en el desempeño de los alumnos y en el tratamiento que reciben los pacientes.

9. Conclusiones

Los resultados del estudio permiten concluir que se encontró un estrés moderado a nivel general en la Licenciatura de Cirujano Dentista en tercero, cuarto y quinto año de la Universidad de Ixtlahuaca. Se concluye que el sexo femenino tiene mayor predisposición de estrés que los alumnos del sexo masculino de la Licenciatura.

No sé encontraron diferencias estadísticamente significativas en que el turno sea un factor predisponente para el estrés. En cuestión al grado se demostró estadísticamente que 5°to año presenta un nivel de estrés mayor, seguido por 4°to año y por ultimo 3°er año, concluyendo que el grado si es un factor predisponente para el estrés debido a las altas exigencias. Se concluye que el ítem que causa mayor impacto en nuestro estudio es relaciones interpersonales dentro de las cuales cabe mencionar, compañerismo, vida personal y competencia por calificaciones entre los alumnos.

Derivado de los resultados de este estudio, nos permitimos realizar las siguientes recomendaciones; En este estudio, los estudiantes expresaron estrés por falta de pacientes, en Universidades como la UNAM, donde existe un banco de pacientes y una clínica de admisión, permite los servicios asistenciales sean de mejor y mayor calidad. En la Licenciatura de Cirujano Dentista UICUI, al ser una Universidad relativamente joven cabe la posibilidad de desarrollar este tipo de estrategias en el mejoramiento de la atención clínica, remisión de pacientes y disminución de estrés en los estudiantes.

En las escuelas de odontología se debería de implementar el área de banco de pacientes donde los alumnos tengan mayor facilidad para terminar los tratamientos solicitados de cada asignatura o bien que la clínica de admisión cumpla las funciones para las cuales fue propuesta. Según las estrategias para reducir el nivel de estrés en los alumnos sugieren que los pagos de los tratamientos sean menores o que se brinde

todo el material que se requiere para cada tratamiento en tiempo y forma por parte de la farmacia de la licenciatura.

Se sugiere que las materias clínicas de cada grado tengan convenio para que el paciente sea manejado de manera integral (interconsulta). Mejorar la infraestructura, así como el mantenimiento de las unidades dentales, rayos X, líquidos de revelado e inmobiliario para que se brinde un servicio de excelencia. La licenciatura debe de proporcionar y fomentar actividades recreativas, lúdicas y deportivas en los tiempos libres para así mejorar el ambiente estudiantil y disminuir el estrés académico.

10. Bibliografía

Abu-Ghazaleh S, R. L. (2011). Psycological Stress Among Dental Students at the University of jordan. *J Dent Educ*, 1107-14.

Alfonso, Á. B. (2011). Estres academico. 2-4.

Al-Samadani K, A.-D. A. (2013). The perception of Stress among Clinical Dental students. *World Journal of Dentistry*, 24-8.

Amparo, M. P. (2015). ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL. *Ciencias Biomedicas*, 310-311.

Chávez, E. S. (S.F de 2014). *REPSITORIO ACADEMICO UPC*. Recuperado el 20 de SEPTIEMBRE de 2017, de Asociación de la percepción de estrés de los estudiantes: http://repositorioacademico.upc.edu.pe/upc/bitstream/10757/337368/1/Tesis+original.pdf

Cuixart, S. N. (2000). Fisiologia del estres . En S. N. Cuixart. España.

Daneri, F. (S.F. de S.F. de 2012). *biologia del comportamiento.* Obtenido de Universidad de Buenos Aires: file:///C:/Users/ODONTOLOGIA/Downloads/ESTRES%202%20MUJERESA%20Y%20HOMBRES.pdf

Divaris K, P. A. (2012). Stress and burnout in postgraduate dental education . *Eur J Dent Educ*, 35-42.

Forbes Álvarez , R. (2011). El síndrome de burnout: síntomas, causas. *CEGESTI*, 1.

Gonzalo, D. J. (2008). DISPOSITIVOS DESENCADENANTES DE ESTRÉS Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA. *Revista Facultad de Odontología Universidad de Antioquia*, 49-50.

Harikiran A, S. J. (2012). Perceived source of stress among. *Indian J Dent Res*, 331-6.

Kaipa S, M. S. (2012). Perceived source of Stress among dental students in South India . *Annals & Essences of Dentistry*, 43-51.

Lourdes, P. S. (2010). Perfil de estres y sindrome de burnout en estudiantes mexicanos de odontologia de una universidad publica. *revista Chil Neuro.Psiquiat*, 11- 14.

Miravalles, J. (2010). Cuestionario de Maslach Burnout Inventory. *Gabinete Psicológico*.

Montalvo Prieto, A. (2015). ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL AREA DE LA SALUD EN UNA UNIVERSIDAD PUBLICA DE CARTAGENA COLOMBIA. *REVISTA DE CIENCIAS BIOMEDICAS*, 311-314.

N., S. (2012). Perceived Source of Stress among Junior & Mid-Senior Egyptian Dental students. *Int J Healt Sci*, 141-57.

Nathaly, G. B. (2011). Estres Academico. *Revista de PSicologia*, 67-69.

Preciado Serrano, M. (S.F. de Marzo de 2010). *Perfil de estrés y síndrome de Burnout en estudiantes mexicanos de odontologia de una universidad publica.* Obtenido de Perfil de estrés y síndrome de Burnout en estudiantes mexicanos de odontologia de una universidad publica: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272010000200002

Sarubbi, D. R. (2013). Factores causales del estres en los estudiantes universitarios. *Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Tucumán.*, 291-293.

Tangade P, M. A. (2011). Assessment of Stress Level among Dental. *Indian Outlook. Dent Res J*, 95-101.

11. Anexos

Anexo 1: Oficio para realizar encuestas

Universidad de Ixtlahuaca CUI
Licenciatura de Cirujano Dentista
Incorporación a la UNAM

Asunto: Solicitud para realizar encuestas.

Ixtlahuaca, Méx., a 11 de Octubre de 2017.

M. EN C. ELIZABETH SÁNCHEZ GUTIERREZ
DIRECTORA TÉCNICA
PRESENTE

Quienes suscriben P.C.D Lucero González Mendoza e Ivonne Álvarez Fuentes, egresadas de esta institución, por este medio le reiteramos un cordial saludo y a la vez nos permitimos solicitar a usted la autorización de ingresar a las instalaciones de la escuela para realizar encuestas en todos los grados de la licenciatura de Cirujano Dentista dentro del horario de clases de los alumnos, con la finalidad de recopilar datos para un proyecto de tesis que lleva por nombre "Nivel de estrés en los alumnos de la Licenciatura de Cirujano Dentista de la Universidad de Ixtlahuaca año, 2017" , siendo asesora la C.D. Verónica Soto Dueñas.

El proyecto de tesis tiene como objetivo analizar el nivel de estrés que se encuentra en los alumnos de los 5 grados de la carrera de Cirujano Dentista de esta Universidad, llevando a cabo la aplicación de una encuesta avalada en el 2011, en la que las preguntas nos determinaran en cuál de los 4 niveles de estrés se encuentran los alumnos para así comparar las variables de estudio de nuestra investigación con investigaciones ya realizadas con el mismo objetivo.

Vo Bo

Agradeciendo de antemano su fina atención y en espera de una respuesta favorable a dicha petición, quedamos de usted.

ATENTAMENTE

P.C.D Ivonne Álvarez Fuentes

P.C.D Lucero González Mendoza

C.D. Verónica Soto Dueñas

Vo Bo

Anexo 2: Consentimiento Informado

Universidad de Ixtlahuaca CUI
Licenciatura de Cirujano Dentista
Incorporación a la UNAM

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Ixtlahuaca, México a _____ de _____ de 2018.

El estudiante _____ de _____ año de la Universidad de Ixtlahuaca CUI.

Declaro y manifiesto que en pleno uso de mis facultades mentales que se me ha explicado de manera clara y completa el trabajo de investigación a realizar, comprendo la petición de los egresados de la Licenciatura de Cirujano de la Universidad de Ixtlahuaca CUI y apruebo mi participación en el proyecto.

Comprendo y apruebo la necesidad de realizar toma de fotografía de mi persona y recolección de datos.
Doy mi consentimiento a los egresados Lucero González Mendoza e Ivonne Álvarez Fuentes para realizar el estudio, considerando las recomendaciones proporcionadas con los resultados.

_____
Nombre y Firma del estudiante.

_____ _____
P.C.D. Ivonne Álvarez Fuentes P.C.D. Lucero González Mendoza
Nombre y firma de los egresados de la Licenciatura responsables de la investigación.

Anexo 3: Cuestionario de estrés dental

A continuación, se presenta una serie enunciados. Marque con una "X" en una categoría de respuesta, siendo 1 (no existe nivel de estrés), 2 (nivel bajo de estrés), 3 (nivel moderado de estrés) y 4 (nivel alto de estrés).

Grado: _____ Genero: _____ Turno:_____

	1	2	3	4
1.- Estrés debido a la cantidad de clases.				
2.-Estrés debido a la dificultad de las clases.				
3.-Estrés debido a la competencia por las calificaciones.				
4.-Estrés por los pacientes que llega tarde o no llegan a sus citas				
5.-Estrés por exámenes y calificaciones.				
6.-Estrés debido a la dificultad para aprender habilidades manuales de precisión.				
7.-Estrés debido a la dificultad en el aprendizaje de procedimientos clínicos.				
8.-Estrés debido a la falta de seguridad para ser un alumno de odontología exitoso				
9.-Estrés debido a las disposiciones de la Licenciatura de Cirujano Dentista				
10.-Estrés debido a los requisitos para la graduación.				
11.-Estrés debido a las expectativas de la escuela y lo que en realidad es.				
12.-Estrés debido a la inseguridad relativa al futuro profesional.				
13.-Estrés debido a la situación económica personal y/o familiar.				
14.-Estrés debido a la falta de tiempo para realizar las tareas asignadas por la facultad.				

15.-Estrés debido a la opinión de los docentes sobre tu desempeño.				
16.-Estrés debido a la falta de comunicación o cooperación de los pacientes.				
17.-Estrés debido a la falta de tiempo libre para ocupaciones personales.				
18.-Estrés debido al temor de no aprobar el curso o el año.				
19.-Estrés debido a la relación entre alumnos de distintos grados y grupos.				
20.-Estrés por descuidar tú vida personal.				
21.-Estrés debido al miedo a tratar con pacientes con enfermedades contagiosas.				
22.-Estrés debido al retraso en la recepción de notas.				
23.-Estrés debido a la responsabilidad para el cuidado integral del paciente.				
24.- Estrés debido a la ausencia de docentes en clínica.				
25.- Estrés debido al compañerismo en el salón de clases o clínicas.				

Anexo 4: Ítems de la encuesta

DESEMPEÑO ACADÉMICO

1.-Estrés debido a la cantidad de trabajo en clase.
2.-Estrés debido a la dificultad de trabajo en clase.
5.-Estrés por exámenes y calificaciones.
10.-Estrés debido a los requisitos para la graduación.
14.-Estrés debido a la falta de tiempo para realizar las tareas asignadas por la facultad.
17.-Estrés debido a la falta de tiempo libre para ocupaciones personales.
18.-Estrés debido al temor de no aprobar el curso o el año.
22.-Estrés debido al retraso en la recepción de notas.

DIFICULTADES E INSEGURIDADES SOBRE SU FUTURO PROFESIONAL

6.-Estrés debido a la dificultad para aprender habilidades manuales de precisión.
7.-Estrés debido a la dificultad en el aprendizaje de procedimientos clínicos.
8.-Estrés debido a la falta de seguridad para ser un alumno de odontología exitoso.
12.-Estrés debido a la inseguridad relativa al futuro profesional.

RESPONSABILIDAD CON LOS PACIENTES

4.-Estrés por los pacientes que llegan tarde o no llegan a sus citas.
16.-Estrés debido a la falta de comunicación o cooperación de los pacientes.
21.-Estrés debido al miedo a tratar con pacientes con enfermedades contagiosas.
23.-Estrés debido a la responsabilidad para el cuidado integral del paciente.

FACTORES INDIVIDUALES E INSTITUCIONALES

9.-Estrés debido a las disposiciones de la Licenciatura de Ciruja Dentista.
11.-Estrés debido a las expectativas de la escuela y lo en realidad es.
13.-Estrés debido a la situación económica personal y/o familiar.
15.-Estrés debido a la opinión de los docentes sobre tu desempeño.
24.- Estrés debido a la ausencia de docentes en la clínica.

RELACIONES INTERPERSONALES

3.-Estrés debido a la competencia por las calificaciones.
19.-Estrés debido a la relación entre alumnos de distintos grados y grupos.
20.-Estrés por descuidar tú vida personal.
25.- Estrés debido al compañerismo en el salón de clases o clínicas.

Anexo 5: Evidencias fotográficas.