



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE
MÉXICO**



FACULTAD DE ODONTOLOGÍA

NIVELES DE ANSIEDAD RELACIONADOS CON EL
ESTRÉS ACADÉMICO EN UNA MUESTRA DE
ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE
ODONTOLOGÍA UNAM. 2019.

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

C I R U J A N O D E N T I S T A

P R E S E N T A:

URIEL ALVARADO CASTILLO

TUTORA: Mtra. ARCELIA FELICITAS MELÉNDEZ OCAMPO

MÉXICO, Cd. Mx.

2019



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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.

Durante el tiempo que pasé por los pasillos de la Facultad de Odontología, sucedieron cosas que llenaron mi vida de alegrías y tristezas, tuve momentos de altibajos emocionales y físicos, pero a pesar de todo, llegar a al momento de culminar mis estudios de la carrera que escogí, es una sensación incomparable y satisfactoria, pero sobre todo emocional, me alegra haber conocido personas increíbles, profesores y profesoras que ayudaron a afirmar mis deseos por continuar la carrera, aunque tuviese que derramar algunas lágrimas con ello, quizás estas situaciones nos ayudan a forjar nuestro carácter y nuestra persona, y quizás no hubiera llegado hasta este punto si no hubiera cursado por esas experiencias, así que, a pesar de todo, agradezco todo eso y a ellos.

Mamá

Mami hermosa, esta tesina es la prueba de que tus esfuerzos por ayudarnos a salir adelante no han sido ni será en vano, te agradezco por todos tus consejos, tu apoyo, tus abrazos, y desde que me dejaste por primera vez a tomar una clase en el kínder garden hasta cuando a las 3 de la mañana nos desvelábamos juntos y me decías siempre *no te preocupes hijo, ya casi terminas* aunque sabias que me faltaban 4, 3 o 2 años y así siempre, en mis momentos de angustia, estabas ahí, quiero que sepas que a pesar que quizás no seré el hijo perfecto o tendré completamente las cualidades de la personas que deseas que yo sea, tu siempre estarás para mí. Honestamente las palabras jamás serán suficientes para poder demostrarte mi gratitud por todo lo que tú siempre has hecho por mí, te amo mamá.

Papá

Papá, para mi eres el mayor ejemplo de una persona trabajadora, que aun cuando pasamos momentos de carencia en la familia nunca te decaíste y la decisión más sensata que tomaste fue trabajar y esforzarte más, gracias por enseñarme a que nunca debo de rendirme y al contrario, seguir adelante, quizás ser el hijo mayor siempre ha sido una responsabilidad muy grande para mí, a veces siento que el titulo de “el mayor” o “el ejemplo” es una palabra muy fuerte, que las podemos decir a la ligera, pero quiero que sepas que mi intención siempre ha sido ser un orgullo para ti, te agradezco por que se que aunque tu no lo dices a menudo, se que me quieres y que crees en mí, probablemente sin tu apoyo jamás hubiera podido llegar a este punto, y tal vez no soy ni seré el hijo perfecto pero siempre quiero que tu estés orgulloso de mi, te amo mucho, gracias por todo, papá.

Joel, Gabriel, Evelin

Hermanos, los conozco de toda la vida (literalmente) y llegar hasta este momento, es un logro que comparto con ustedes por que gracias a Dios y a nuestros padres, culmino esta etapa de mi vida y espero que, sirva como

escalón para que ustedes también lleguen muy alto, estoy seguro que ustedes también lograran cosas increíbles, por que yo mismo se lo mucho que cuesta llegar y terminar una carrera, pero vamos, no es imposible, si yo pude, ustedes llegarán incluso mas alto, los amo a cada uno de ustedes, que bien sé que aunque nos peleamos o discutimos, somos una familia y siempre vamos a estar juntos, gracias por estar conmigo en momentos difíciles, en momentos de duda y por quererme por quien soy y estoy orgulloso de ser, los amo.

Mamá Mary

Mi mami hermosa, desde el momento de mi concepción sabías a lo que me iba a dedicar y escogiste mi nombre, *un nombre de doctor*, decías, mami, quiero que sepas que eres una de las razones mas importantes por las cuales me esfuerzo día con día para poder salir adelante y así poder apoyarte, eres uno de mis mayores ejemplos de una persona trabajadora y esforzada pero lo que mas tengo en mente al verte es la preciosa energía que tienes, llena de luz y amor, siempre te extraño y me pone feliz cada que te veo, gracias por todo mamita, te amo.

A mis familiares, tíos, tías, abuelos, primos

Creo que una de las razones por las cuales siempre estaré agradecido es y será cuando en mi familia, tuvimos problemas y mal entendidos, estuvieron ahí, para apoyarnos, para ayudarnos, y darnos una mano, todos a su manera, me alegra saber que están ahí, cuando necesitamos de su apoyo y ánimos, todos son especiales a su manera y les agradezco por todo.

Jessi

Amiga, que te puedo decir, en estos años desde que ambos entramos a la carrera, pasamos por cosas increíbles y otras que nos hicieron sentir mal, conocemos tantas cosas del uno como del otro, y quizás fuiste mi mayor cómplice en todas las cosas que hicimos en la carrera, pero mira hasta donde hemos llegado, al punto donde estoy seguro de decir que eres mi mejor amiga, gracias por todas las cosas que hemos hecho, por los lugares a donde hemos ido, por lo que hemos comido, por las risas, las lágrimas, por cada una de las experiencias que hemos tenido juntos, me pone muy feliz llegar a este momento sabiendo que podemos confiar entre nosotros y bien sabes que te considero como una hermana más, y no puedo esperar por las cosas que aun nos falta vivir juntos, nuestra amistad apenas empieza.

A mis amigos y amigas

Estoy muy feliz de llegar a este momento donde puedo decir que estoy rodeado de gente increíble, que sin pensarlo dos veces me brindo su apoyo y su mano incondicionalmente, que se que metería las manos al fuego por mí, como mis niñas del 5 , Jazz, Dianita, Joha, quien diría que la vida las

pondría en mi vida para vivir momentos increíbles, divertidos, amigas, cuantas cosas nos esperan, las amo demasiado, gracias por que desde un chiste cuando estaba triste hasta los consejos cuando tenía dudas, todo lo que ustedes han hecho por mí, lo atesoro en mi corazón, las amo tanto, o mi mejor amigo Quique, que cuando me sentía preocupado por mis materias me daba su apoyo y nos desvelábamos juntos hablando de tantas cosas, quizás el mejor recuerdo que tengo de ti, fue cuando nos conocimos y no me olvido de Fer Camacho, la prima de todos, y una persona increíble y tan ocurrente, muchas de las materias que eran pesadas o cansadas, estando contigo eran más fáciles.

Maestra Arcelia

Hola doctora, en este corto tiempo que pasé siendo su asesorado, aprendí muchas cosas, que quizás jamás me hubiera atrevido a hacer, sinceramente tenía mucho miedo realizando este trabajo, pero creo que usted fue un pilar muy importante en esto, para ser sincero, cuando escribí los agradecimientos consideré muy importante incluirla a usted, pero no quería que pareciera un tipo de labia o querer ganarme su favor, pero cuando hablamos me recordó lo importante de ser agradecido, y usted me ayudó muchísimo, a dejar de tener miedo y a querer seguir adelante, me recordó cuan importante es querer seguir adelante, y sobre estoy agradecido de haber conocido a alguien con una calidad de persona tan cálida, agradable y noble, muchas gracias, porque usted fue quizás la última docente que tuve en la facultad y como ya mencioné, el tiempo fue corto, pero, las enseñanzas fueron muchas, gracias por formar parte de esta etapa tan importante de mi vida.

“El mundo es de los que se atreven a soñar”

-Maestra Arcelia Felicitas Meléndez Ocampo

INDICE

Página	
1. INTRODUCCIÓN	6
2. ANTECEDENTES	7
3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	17
4. JUSTIFICACIÓN	19
5. HIPOTESIS	20
6. OBJETIVOS	21
6.1 General	21
6.2 Específicos	21
7. METODOLOGÍA	22
7.1 Material y método	22
7.2 Tipo de estudio	22
7.3 Población de estudio	22
7.4 Muestra	23
7.5 Criterios de inclusión	23
7.6 Criterios de exclusión	23
7.7 Variables de estudio	23
7.8 Variable independiente y variable dependiente	23
7.9 Análisis de la información	23
8. Resultados	25
9. Conclusiones	35
10. Referencias Bibliográficas	36
Anexos	40

1.INTRODUCCIÓN

La carrera de cirujano dentista es una de las carreras más demandantes, tanto física como mentalmente, el alumno universitario se encuentra en constantes altibajos, además de factores de su vida cotidiana como asuntos familiares, económicos e incluso psicológicos que influyen en el desempeño académico obteniendo resultados no muy satisfactorios en distintos casos.

Si bien, el concepto de ansiedad es definido ampliamente más adelante, a grandes rasgos el individuo en cuestión experimenta un estado de angustia a eventos intangibles e incluso inexistentes, dependiendo el grado de afección puede generar algunos síntomas que afectan la salud física del mismo.

Actualmente se tiene conocimiento que el estrés es uno de los problemas que aqueja a un gran porcentaje de la población en el mundo y México no es la excepción. Los universitarios son un sector que a lo largo de su carrera se encuentran en riesgo de padecer algún tipo de estrés derivado de las situaciones académicas, a este tipo de estrés se le denomina como Estrés académico.

Uno de los problemas que se está enfrentando la Facultad De Odontología de La UNAM es el crecimiento de porcentajes de suicidios en los alumnos del plantel, por ello, la ansiedad y el estrés académico es un asunto preocupante y uno de los actuales objetivos a localizar y disminuir de la actual directora Elba Rosa Leyba Huerta.

Mediante un estudio transversal se pretendió conocer la relación de la ansiedad con el estrés académico y si este es un factor determinante para desarrollarlo, así como conocer si el estrés académico está directamente relacionado con el desempeño estudiantil de los alumnos de la Facultad de Odontología UNAM.

2. ANTECEDENTES

A lo largo de la historia el concepto de ansiedad ha sido un tema muy controversial ya que, con el paso del tiempo, su definición ha cambiado constantemente, e incluso, llegó a confundirse o usarse como sinónimo para otros conceptos relacionados o en algunos casos, que llegan a ser muy similares tanto en los síntomas como en la forma en la que se presenta.

2.1 Ansiedad

Tyler en 1982 Define a la ansiedad como una reacción adaptativa de emergencia ante situaciones que el individuo puede interpretar como amenaza o peligro para su integridad psicofísica de manera que genera estímulos en el sistema nervioso simpático y de liberación de catecolaminas, responsables de la respuesta somática de la ansiedad.¹

La Real Academia Española menciona que el termino ansiedad deriva del latín *anxietas* y lo define como un estado de agitación, inquietud y angustia. Mientras que Marks en 1986 lo define como el resultado de las manifestaciones físicas y psicológicas de la sensación de peligro irreal y se manifiestan en estados de crisis e incluso de pánico además de síntomas obsesivos o histéricos. Es característico de la ansiedad que los síntomas se presenten ante acontecimientos futuros, indefinibles e impredecibles.²

Distintos autores tienden a utilizar el término de miedo para referirse a la ansiedad debido a sus características similares, sin embargo, es necesario destacar que una de las características del miedo es cuando los estímulos se encuentran presentes y tangibles. Johnson y Melamed en 1979 diferencian estos dos conceptos de manera que la ansiedad es una respuesta difusa que puede ocurrir de un momento a otro sin algún factor real que estimule al individuo y describiéndola como *una*

aprehensión del mismo individuo a pesar de que ambas son mecanismos de supervivencia de adaptación.²

En la actualidad, la ansiedad es considerada como uno de los trastornos mentales más comunes en Estados Unidos y en México. Se estima que el 25% de la población a lo largo de su vida experimentará algún tipo de Trastorno de Ansiedad. Uno de cada ocho norteamericanos entre 18 y 54 años padece algún tipo de trastorno de ansiedad. Estas cifras representan a más de 19 millones de personas.³

2.2 Factores De Riesgo para ansiedad

Los principales factores de riesgo para desarrollar el trastorno de ansiedad surgen como una interacción entre factores intrínsecos y extrínsecos que pueden llevar al individuo a desarrollarla en sus distintos niveles, algunos ejemplos pueden ser:⁴⁻⁶

- Diferencias en la química y función cerebral
- Predisposición genética (aun no se identifica el gen específico que determine padecer algún tipo de ansiedad)
- Percepción de obstáculos y amenazas
- Desarrollo (eventos traumáticos) y personalidad (timidez, temor de percepción del individuo mismo hacia los demás).
- Género (las mujeres tienen más probabilidad de desarrollar TAG que el género masculino).

2.3 Síntomas de la Ansiedad

Los síntomas del Trastorno de Ansiedad Generalizada más comunes se enlistan en este estudio⁵:

- Preocupación persistente por circunstancias u obstáculos desproporcionados con el impacto real.
- Sobre pensar situaciones y resultados viendo ante todo los peores resultados.
- Dificultad para lidiar con situaciones complicadas.
- Temor por tomar las decisiones erróneas.
- Incapacidad para olvidarse de las preocupaciones.
- Dificultad para relajarse o disminuir la euforia.
- Irritabilidad.
- Cansancio.
- Insomnio.
- Nerviosismo.
- Tensión muscular.
- Enfermedades estomacales.



2.4 Estrés

La palabra estrés proviene del latín *conflictus*, refiriéndose a un conflicto en una situación violenta o intensa donde el individuo no sabía el resultado final. Refiriendo al estrés como un proceso de supervivencia y adaptación ante obstáculos y amenazas.⁷

Es necesario destacar que Estrés también tiene su raíz en el vocablo *strictus* del latín *strigere* que tiene el significado de “causar tensión”.

Robert Hook utiliza este término para explicar el resultado inadecuado de las estructuras que no resisten las fuerzas generadas por la naturaleza⁸

El término estrés dentro del ámbito médico fue introducido por un médico austrohúngaro conocido como Robert Selye descubre en 1936 que sus pacientes compartían ciertos estados biológicos, aunque sus enfermedades fueran distintas. Desarrolló su propia versión del concepto basándose en la respuesta de los individuos ante eventos que generaran un desequilibrio en su zona de confort.⁸ Se le considera el padre del término del concepto de estrés ya que en 1949 su concepto fue aceptado por la Organización Mundial de la Salud y lo define como *“la Respuesta no específica del organismo ante cualquier demanda exterior”*

Según la Real Academia Española, Estrés es “la tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos a veces graves”.⁹

La definición que nos brinda el Consejo General de La Psicología de España es referida a un proceso en el cual el individuo percibe una situación real como amenazante que tiende a generar un cambio en su bien estar y zona de confort por lo que exigen un sobreesfuerzo ante dicha exigencia.¹⁰

2.5 Causas del Estrés (Factores de riesgo)

Fundamentalmente Existen dos principales fuentes de estrés:⁷

- Fuentes externas: medio ambiente, Familia, área laboral, situaciones académicas, etcétera.

- Fuente interna: viene del mismo individuo, personalidad, experiencias, y la capacidad de enfrentar y solucionar los problemas el mismo.

2.6 Síntomas de estrés

Es bien sabido que el estrés puede llegar a afectar nuestra salud física tanto emocional, de manera que se enlistan algunos de los síntomas más comunes que son desencadenados por el estrés:¹²

- Cefalea
- Tensión muscular
- Problemas gastrointestinales
- Insomnio
- Fatiga
- Problemas cardiovasculares
- Temblor
- Irritabilidad
- Falta de concentración
- En algunos casos más extremos puede propiciar la aparición de alergias y problemas dermatológicos.

Algunos autores han hecho investigaciones acerca de Ansiedad, estrés académico y agotamiento, en el siguiente cuadro se muestra un compendio de distintos estudios que engloban y enriquecen la información recabada en este estudio.

CUADRO 1. Investigación sobre estrés, Burnout y Ansiedad		
Autor Y Revista	objetivo del trabajo o investigación	Resultados
<p>Pérez F, Cartes F¹³</p> <p>Revista: EDUMECENTRO 2015</p> <p>“Estrés y Burnout en Estudiantes de Odontología: Una situación preocupante en la formación personal”</p>	<p>Objetivo: describir las características del estrés y Burnout en la literatura para generar impacto a nivel investigación acerca del tema en Latinoamérica.</p>	<p>El estudio muestra mayor estrés en alumnos de pregrado que recién titulados.</p> <p>Los alumnos que no estudian la carrera por decisión propia cursan por mayor estrés de los que sí.</p> <p>Hay mayores índices de estrés en mujeres que en hombres.</p>
<p>Miravalles J¹⁴</p> <p>“cuestionario de Maslach Burnout Inventory”</p>	<p>Tiene como objetivo medir cuantitativamente el desgaste profesional</p> <p>Mide tres aspectos importantes:</p> <p>Cansancio emocional</p> <p>Despersonalización</p> <p>Realización personal</p>	<p>Este test permite definir mediante una escala de frecuencia y severidad del síndrome de agotamiento emocional y estrés.</p>
<p>De la Ilata Villaseñor Carlos, Lozano E¹⁵</p> <p>“Estrés académico en la práctica clínica del odontólogo en formación</p>	<p>En este artículo se determinan los generadores de estrés de los estudiantes de la Carrera de Cirujano dentista en La Fes Iztacala UNAM.</p>	<p>Resultados del estudio:</p> <p>El 100% de los alumnos ha sufrido estrés académico</p> <p>Alumnos de menor</p>

		<p>grado tienen menor estrés que los de grados más altos</p> <p>Cada persona reacciona de manera distinta al estrés dependiendo su personalidad</p> <p>Los tratamientos realizados son uno de los principales estresores de los alumnos</p> <p>El 35% de los alumnos tienden a estresarse por no comprender como se hacen los tratamientos</p>
<p>Evaristo T, Chein S¹⁶</p> <p>“estrés y desempeño académico en estudiantes de odontología”</p> <p>Revista: Odontología Sanmarquina 2015</p>	<p>Fue evaluar el estrés académico y su repercusión con el desempeño académico de los estudiantes de odontología.</p>	<p>se encontró que el 100% de los estudiantes presentaron en algún momento situación de estrés con una intensidad promedio de 3.5.</p> <p>El rendimiento académico promedio fue de 13.21(basado en el sistema vigesimal 0-20).</p> <p>Se observó que los estudiantes de grado superior tenían mayor rendimiento académico, sin encontrar diferencias destacables según sexo.</p> <p>La asertividad es un</p>

		factor positivo en el rendimiento académico estudiantil.
<p>Agudelo D María, Casadiegos C, Sánchez D¹⁷</p> <p>“CARACTERÍSTICAS DE ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”</p> <p>Revista: International Journal of Psychological Research, vol. 1, núm. 1, 2008, pp. 34-39</p>	<p>Pretende identificar las características ansiosas y depresivas de un grupo de estudiantes universitarios, mediante las Puntuaciones obtenidas en los cuestionarios del BDI, ST/DEP y STAI.</p>	<p>Los datos obtenidos permiten observar que la población femenina es la más vulnerable a presentar trastornos de ansiedad y estados de ánimo.</p>
<p>Maya C¹⁸</p> <p>“ANSIEDAD Y ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA”</p> <p>Universidad de Sevilla, Facultad de Odontología (Tesina)</p>	<p>Conocer la prevalencia, las causas y los efectos que puede ocasionar la presencia de ansiedad y estrés en los estudiantes de Odontología en su rendimiento académico</p>	<p>La prevalencia de ansiedad y estrés en los estudiantes de odontología es bastante alta.</p> <p>Algunos de los factores de riesgo más importantes son: el número excesivo de exámenes, trabajos teóricos y clínicos, además de la sobrecarga de información del temario, las situaciones personales del alumno (económica, familiar y social).</p>
<p>Macbani P, Ruvalcaba J, Vázquez P, Ramírez A, Gonzáles</p>	<p>Describir el estrés académico, estresores y afrontamiento en</p>	<p>El 93% de los sujetos de estudio refiere presentar un</p>

<p>K, Arredondo K, Et Al¹⁹</p> <p>“Estrés académico, estresores y afrontamiento en estudiantes de Odontología en el Centro de Estudios Universitarios Metropolitanos Hidalgo [CEUMH]”</p> <p>Revista : Journal Of Negative & No Positive Results</p>	<p>estudiantes de odontología en el Centro Universitario Metropolitano Hidalgo (CEUMH).</p>	<p>estrés de intensidad de 3.5 en una escala de 1-5. Los principales síntomas fueron: trastornos de sueño , aumento o reducción de alimentos. Las principales estrategias de afrontamiento fueron: elaborar plan y ejecución de tareas, actitud asertiva,</p> <p>Se observo que el nivel de estrés académico de mayor grado fue de 4 en una escala de 1-5.</p>
<p>Cabanach R., Souto A, Victoria F²⁰</p> <p>“Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios”</p> <p>Revista: REVISTA IBEROAMERICANA DE PSICOLOGÍA Y SALUD 2016</p>	<p>Este estudio tiene por objeto la evaluación de los estresores en el entorno académico.</p>	<p>Los factores estresores mas prevalentes fueron deficiencias de enseñanza de profesores, sobrecarga académica, sentimiento de bajo rendimiento, exámenes, tensión social, dificultades de aprendizaje.</p>
<p>Arrieta K; Díaz S,</p>	<p>Estimar la asociación entre síntomas</p>	<p>Se encontró que la prevalencia de los</p>

<p>González F²¹</p> <p>“Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores Relacionados”</p> <p>Revista: Revista colombiana de Psiquiatría</p>	<p>depresivos, ansiosos y de estrés con factores sociodemográficos, académicos y sociales entre estudiantes de odontología.</p>	<p>síntomas de ansiedad fue de 37.4%, depresión 56.6% y estrés de 45.4%.</p> <p>Los factores prevalentes más significativos fueron: falta de apoyo de amigos y familiares, disfunción familiar y económica y poco tiempo para descansar.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La carrera de Cirujano Dentista conlleva una gran responsabilidad sobre el estudiante universitario debido, por un lado, a que es necesario contar con pacientes que presenten el perfil de necesidad de atención para realizar tratamientos específicos en las distintas asignaturas y sus clínicas y por el otro, a factores como el costo de material odontológico que bien sabemos que es elevado y en ocasiones debemos esperar a que nuestros padres los compren con oportunidad razón por la que, en algunos casos, se pierde al paciente con tratamientos más completos y complejos a realizar con los que se adquiere más destreza clínica. Respecto al número de tratamientos requeridos en las distintas clínicas, esto crea ansiedad y constante competencia entre los compañeros por conseguir el número de pacientes requerido y más aún, emitir un mejor diagnóstico clínico.

En algunos casos, la distancia que se recorre desde el hogar hasta la Facultad de Odontología o a sus clínicas periféricas, aunado al perfil psicosocial de nuestras familias como disfuncionalidad, ausencia de alguno de los padres, estudiar y trabajar o limitantes económicas son algunos de los factores que propician el desarrollo del estrés académico, ansiedad y depresión en los alumnos de la Facultad de Odontología UNAM. Desgraciadamente, algunos alumnos pueden presentar algún tipo de ansiedad, incluso sin que se tenga consciencia de ello razón por la que es algo difícil de identificar entender si el estrés académico es consecuencia de los factores extrínsecos o si depende de un problema psicológico como lo es la ansiedad y en su caso más severo, la depresión.

Por último, teniendo en cuenta la considerable carga académica que tienen los profesores debido al número de alumnos a formar y la exigencia de trabajos para aprobarnos, pocas veces pueden identificar al

alumno en riesgo para remitirlo al apoyo psicológico que brinda la UNAM y nuestra Facultad carece, hasta el momento, de este apoyo, por lo tanto, la pregunta de investigación vertebral del presente estudio es:

¿cuál es la prevalencia de ansiedad que presenta una muestra de alumnos de quinto año de la Carrera de Cirujano Dentista de la UNAM y si existe algún grado de correlación de esta variable con el estrés académico que se genera en ellos?

4. JUSTIFICACIÓN

Realizar el presente estudio en una muestra de alumnos de quinto año que se están formando a la luz del Nuevo Plan de estudio permitió conocer el perfil epidemiológico de ansiedad y estrés académico y compararlo con los resultados obtenidos por la última generación de egresados del plan de estudios anterior.

Además, si consideramos que la Propuesta de trabajo para la Facultad de Odontología 2018-2022 por parte de la directora Dra. Rosa Leyva Huerta en el sentido de crear la Unidad de Atención y Acompañamiento Universitario proponiendo tres áreas de atención privilegiando dentro de estas a la psicológica para dar apoyo psicológico dirigido a los alumnos la información recabada permitirá tener una aproximación al problema y apoyar alumnos en riesgo.²²

5. HIPOTESIS

Ho¹

No existe correlación entre ansiedad y estrés académico en los alumnos de quinto año

Ha¹

Existe correlación entre ansiedad y estrés académico

Ho²

No existen diferencias estadísticas significativamente significativas de nivel de ansiedad y estrés académico por sexo

Ha²

Existen diferencias estadísticamente significativas de ansiedad y estrés académico por sexo.

6. OBJETIVOS

6.1 GENERAL

Determinar el perfil de ansiedad y estrés académico en una muestra de estudiantes universitarios que cursan el quinto año de la carrera de cirujano dentista y determinar su relación.

6.2 ESPECIFICOS

- Determinar el perfil de ansiedad por edad y sexo
- Determinar el perfil de estrés académico por edad y sexo
- Determinar si existe correlación entre ambas variables

7. METODOLOGÍA

7.1 MATERIAL Y MÉTODO

Participantes: Selección

El presente estudio tuvo lugar en la Facultad de Odontología UNAM y en La clínica Periférica Azcapotzalco “Víctor Manuel Díaz Pliego”, con la selección de Alumnos que cursan el quinto y segundo año de la carrera de Cirujano dentista.

Se realizaron dos escalas en modalidad de encuesta para medir el nivel de ansiedad y el nivel de estrés académico que cursan durante el ciclo escolar.

Los participantes se clasificaron en dos grupos:

- Estudiantes de segundo año
- Estudiantes de quinto año

Asimismo, se dividieron en dos grupos correspondientes a su género:

- Masculino
- Femenino

7.2 TIPO DE ESTUDIO

Descriptivo

7.3 POBLACIÓN DE ESTUDIO

Estudiantes universitarios que cursan la carrera de Cirujano dentista en la Facultad de Odontología UNAM de segundo y quinto año.

7.4 MUESTRA

117 alumnos en total, divididos en:

- 85 mujeres (50 de segundo año y 35 de quinto año)
- 32 hombres (13 de segundo año y 19 de quinto año)

7.5 CRITERIOS DE INCLUSIÓN

Alumnos inscritos de forma regular que hayan firmado la autorización para participar en el estudio y que en el día de la encuesta se encontraran presentes.

7.6. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

Alumnos que cumplan con los criterios de inclusión pero que no hayan respondido el cuestionario por completo.

7.7 VARIABLES DE ESTUDIO:

- Edad
- Sexo
- Ansiedad
- Estrés Académico

7.8 VARIABLE INDEPENDIENTE Y VARIABLE DEPENDIENTE

Variable independiente: El año en el que el individuo esté cursando la carrera

Variable dependiente: ansiedad y estrés

7.9 ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

La información se capturó con el programa Excel y se presenta en términos de proporciones y promedios.

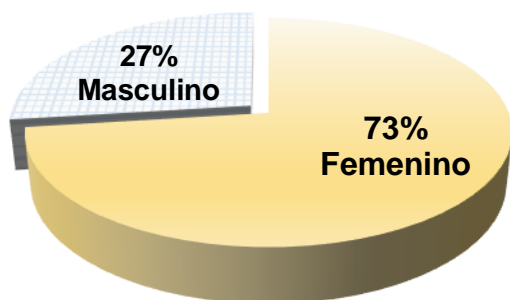
Para determinar si existen diferencias estadísticas se utilizó la prueba T de Student considerando el tamaño de la muestra y para determinar si existe correlación se aplicó la prueba de coeficiente de correlación de Spearman a una significancia de 0.05.

8. RESULTADOS

El estudio se llevó a cabo en la Facultad de Odontología y participaron alumnos de segundo año (50 mujeres y 13 hombres) y quinto año (35 mujeres y 19 hombres).

Del total de la población de estudio, el 73% correspondió al sexo femenino y solo el 27% al masculino. El promedio de edad es de 21.2 años ($DE \pm 1.4$) para el sexo femenino y la edad promedio de los varones es de 22.3 ($DE \pm 2.3$). (Gráfica 1)

Gráfica 1
Distribución porcentual por sexo.
FO. UNAM. 2019



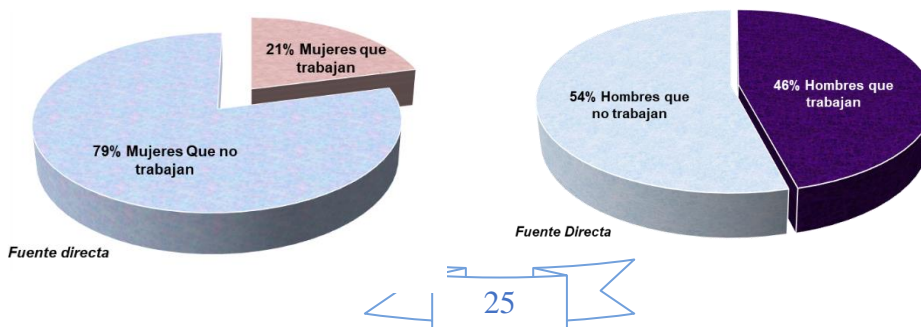
Fuente directa



Facultad De
Odontología. UNAM

Cuando se cuestionó al sexo femenino acerca de si trabajan se observó que la menor proporción (21%) trabajan, respecto al sexo masculino el 46% refirió trabajar. (Gráfica 2)

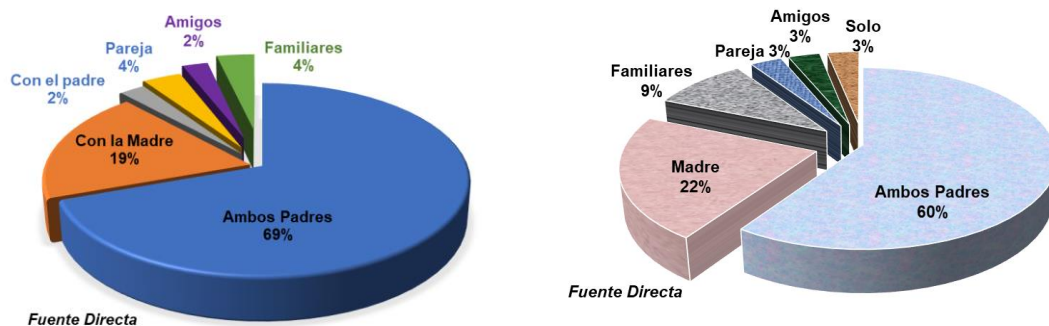
Gráfica 2
Distribución porcentual por sexo de estudiantes que trabajan FO. UNAM.
2019



Fuente Directa

Respecto a la convivencia familiar en ambos sexos más de la mitad reside con sus padres: el 69% de las mujeres refirió vivir con ambos padres (n=59) y el 60% de los varones también. Solo el 2% vive con el padre y el 3% de los varones vive solo. (Gráfica 3)

Gráfica 3 Distribución porcentual de conviven



Uno de los factores de riesgo que potencializa la ansiedad en los estudiantes y por ende aumenta su estrés académico es la relación familiar en la que se desarrollan los estudiantes. Una familia puede ser funcional, aunque no haya una relación afectiva entre sus miembros y también existen las familias disfuncionales, al respecto, el 48% de las mujeres catalogaron a su familia como funcional y solo el 6% mencionó vivir entre una familia disfuncional.

El 69% de los varones catalogan a su familia como funcional y solo el 6% la identifican como disfuncional. Aunque el tamaño de muestra de los varones es menor al de las mujeres, al convertir a porcentajes se equiparan al convertirlos en proporciones.

Ansiedad y estrés académico

Con la finalidad de explorar la variable ansiedad se utilizó el índice de Beck que está dividido en 23 ítems con 4 opciones de respuesta donde cada una corresponde como: No (0), Levemente (1), Moderadamente (2) y Severamente (3). En el Cuadro 2 se englobaron las respuestas de los

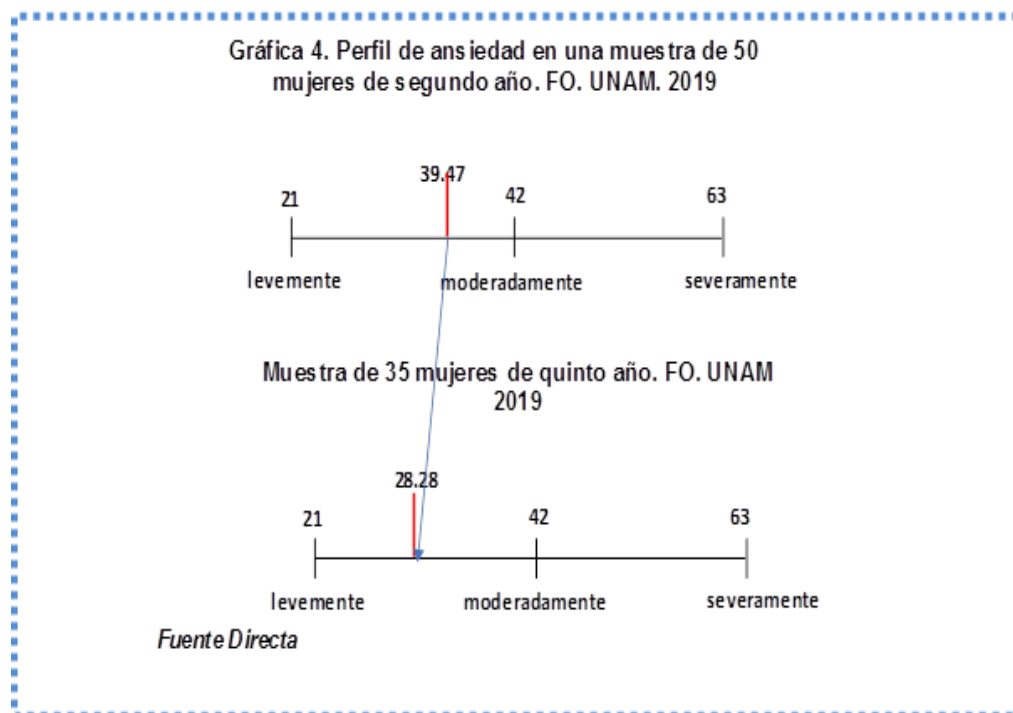
117 individuos con el número respectivo de personas que seleccionaron dicha respuesta, percatándonos que, en la mayoría, los resultados son mayoritarios a respuestas negativas o síntomas leves, que podrían generar la suposición de que los alumnos de odontología se mantienen con un perfil de ansiedad bajo.

Cuadro 2. Perfil de Ansiedad global Facultad de Odontología. UNAM. 2019.					
Item	Dx	No	Levemente	Moderadamente	Severamente
1	Torpe o entumecido	<u>52</u>	35	27	3
2	Acalorado	<u>45</u>	<u>45</u>	23	4
3	Con temblor en las piernas	<u>79</u>	23	10	5
4	Incapaz de relajarse	<u>40</u>	<u>40</u>	27	10
5	Con temor a que ocurra lo peor	<u>54</u>	31	16	16
6	Mareado	<u>43</u>	22	34	18
7	Taquicardia	<u>74</u>	19	16	8
8	inestable	<u>63</u>	29	15	10
9	Atemorizado o asustado	<u>53</u>	37	15	12
10	Nervioso	20	<u>42</u>	41	14
11	Sensación de bloqueo	<u>54</u>	35	21	7
12	Temblores de manos	<u>71</u>	25	13	8
13	Inquieto, inseguro	<u>48</u>	37	23	9
14	Miedo de perder el control	<u>85</u>	24	6	2
15	Sensación de ahogo	<u>92</u>	16	4	5
16	Temor a morir	<u>102</u>	8	5	2
17	Con miedo	<u>74</u>	26	11	6
18	Con problemas	<u>62</u>	29	17	9

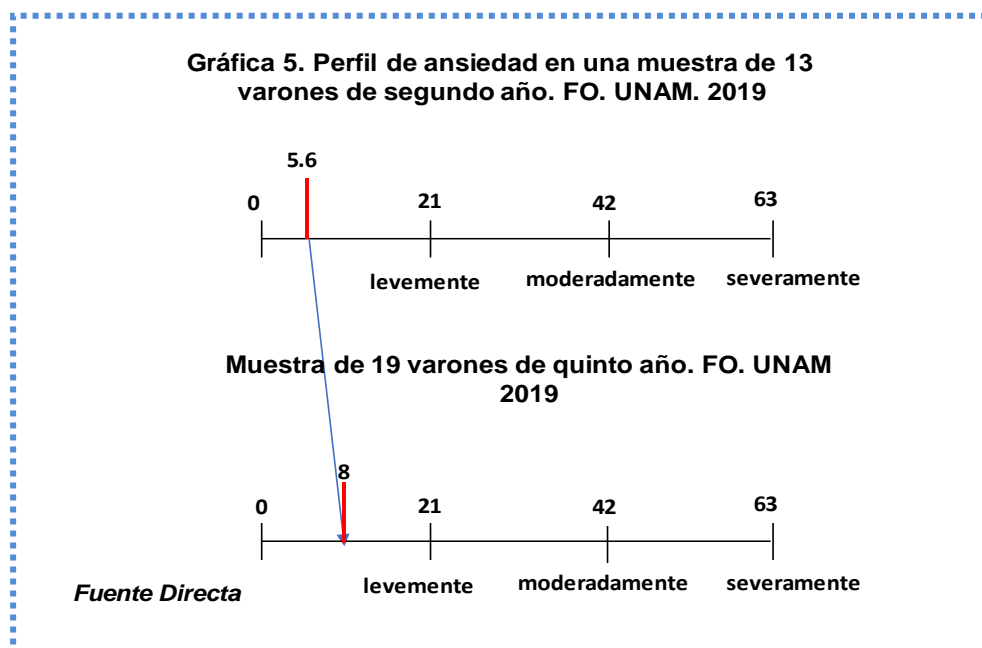
	digestivos				
19	Con desvanecimientos	<u>95</u>	17	3	2
20	Con rubor facial	<u>74</u>	26	11	6
21	Con sudores fríos o calientes	72	27	13	5

Sin embargo, al realizar un análisis separando a los alumnos y alumnas pudimos darnos cuenta que dicha situación nos dio un panorama mucho más real.

En la gráfica 4 podemos observar el perfil de ansiedad comparando a las alumnas de segundo año con las de quinto año donde mediante una escala de 21 como mínimo para considerarse como un perfil Leve, 42 a moderadamente y 63 a severamente. En la muestra de las alumnas de segundo año pudimos determinar que tienen un perfil de ansiedad con valor a 39.47 aproximándose a moderadamente. En cuanto a las alumnas de quinto año, se observa que el nivel de ansiedad disminuyó más de diez puntos dando como resultado un valor de 28.28.



Mientras tanto, al realizar el análisis obtenido de los alumnos de segundo año, se observó que los resultados fueron completamente distintos al de la muestra femenina, ya que los alumnos de segundo año presentaron un perfil de ansiedad muchísimo más bajo correspondiendo a 5.6, mientras tanto, los alumnos de quinto año aumentan a un valor de 8, a pesar de esto, los valores no fueron realmente significativos. (Gráfica 5)



Para medir el nivel de estrés académico, se utilizó la escala de estrés percibido, modificando ítems para obtener resultados calificados como negativos, algunas veces, casi siempre o siempre de manera que se pudiera obtener una correlación entre el perfil de ansiedad y estrés académico, obteniéndose resultados que sugieren que los alumnos se mantuvieron en un perfil de estrés académico de leve a moderado. (Cuadro 3)

Cuadro 3. Perfil de Estrés académico global Facultad de Odontología. UNAM. 2019.

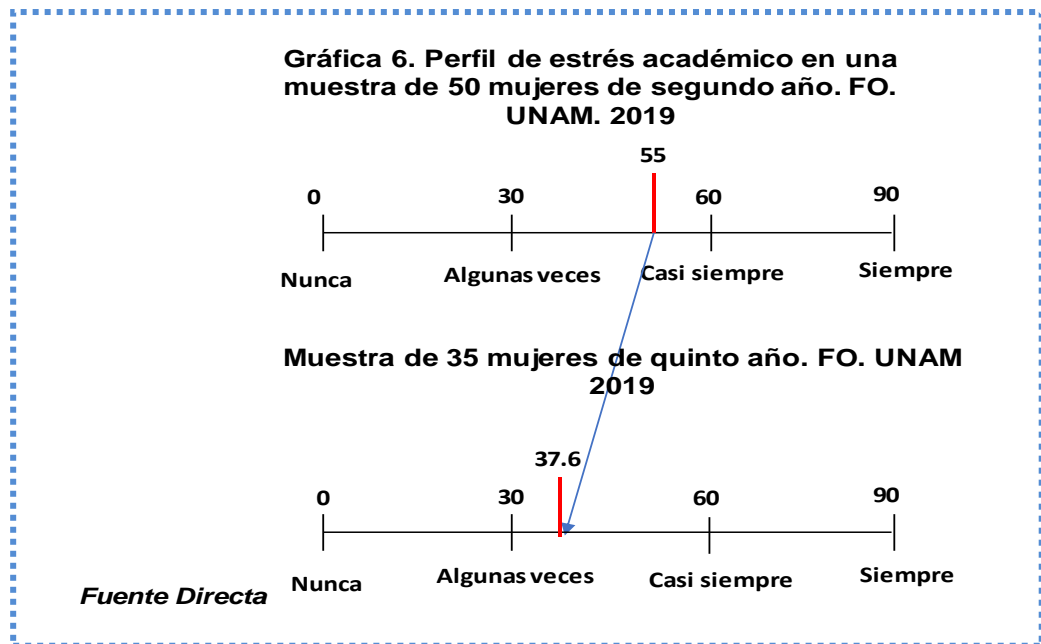
Item	Dx	Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	Competencia con los compañeros de grupo	38	<u>56</u>	20	3
2	Sobrecarga de trabajo	16	<u>53</u>	35	13
3	Personalidad y carácter del profesor	22	<u>58</u>	22	15
4	Evaluaciones	30	<u>49</u>	35	3
5	Tipo de trabajo del profesor	<u>54</u>	31	16	16
6	No entender los temas	29	<u>58</u>	19	11
7	Participar en clase	22	<u>51</u>	17	27
8	Tiempo limitado en clase	<u>44</u>	<u>41</u>	23	9
9	Trastornos de sueño	41	<u>46</u>	18	12
10	Fatiga crónica	<u>56</u>	31	19	11
11	Dolor de cabeza o migraña	<u>55</u>	40	13	9
12	Problemas digestivos	<u>63</u>	35	9	10
13	Morderse las uñas, rascarse, frotarse	<u>58</u>	31	13	15
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir	22	<u>43</u>	32	20
15	Inquietud	44	<u>45</u>	16	12
16	Decaimiento	<u>50</u>	44	9	14
17	Angustia	42	<u>46</u>	12	17

Item	Dx	Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
18	Problemas de concentración	29	<u>64</u>	14	10
19	Irritabilidad	<u>48</u>	40	17	12
20	Tendencia a discutir	<u>60</u>	43	7	7
21	Aislamiento	<u>53</u>	43	10	11
22	Desgano para realizar tareas	37	<u>50</u>	15	15
23	Falta de concentración	39	<u>49</u>	17	12
24	Cambio de hábitos alimenticios	38	<u>51</u>	17	11
25	Defender ideas	19	30	<u>38</u>	30
26	Elabora planes de tareas	26	<u>44</u>	30	17
27	Reconocer aciertos	24	<u>43</u>	37	13
28	Religioso	<u>57</u>	34	17	9
29	Investiga la situación	31	<u>39</u>	26	21
30	Comenta los problemas	25	<u>48</u>	30	14

Para obtener un resultado más certero se dividieron los resultados obtenidos en el cuadro 3 y se dividieron en sexos para así también comparar las diferencias entre segundo y quinto año.

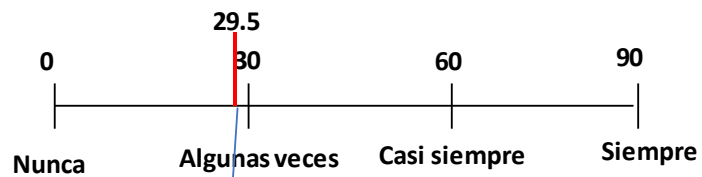
En la gráfica 6 se observa el perfil de estrés académico en las mujeres y una vez más se compararon los resultados entre las alumnas de segundo y quinto grado. Pudimos observar que las mujeres de segundo año obtuvieron un puntaje de 55 aproximándose a un porcentaje a “casi siempre” relativo al resultado correspondiente a un estrés académico moderado.

Por otra parte, en las alumnas de quinto año se pudo observar el resultado de 37.6, cercano el resultado “algunas veces” relativo a un perfil de estrés académico leve, dando como resultado una disminución de su perfil de estrés académico con respecto a las mujeres de segundo año.

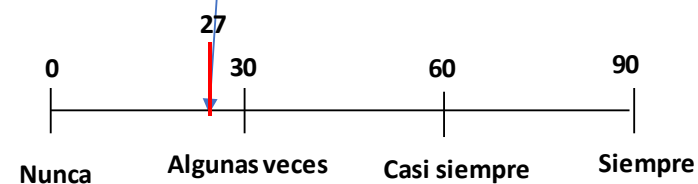


Con respecto a los alumnos, los hombres de segundo año presentaron un perfil de estrés académico más bajo con respecto a las mujeres en una proporción un poco más de la mitad que sus compañeras de grupo (29.5), mientras que los alumnos de quinto año, al igual que en su perfil de ansiedad, los valores obtenidos disminuyeron, sin embargo, en menor cantidad que con las mujeres dando un resultado de 27 puntos, ambos resultados se aproximan a un perfil de estrés académico leve.

Gráfica 7. Perfil de estrés académico en una muestra de 13 mujeres de segundo año. FO. UNAM. 2019



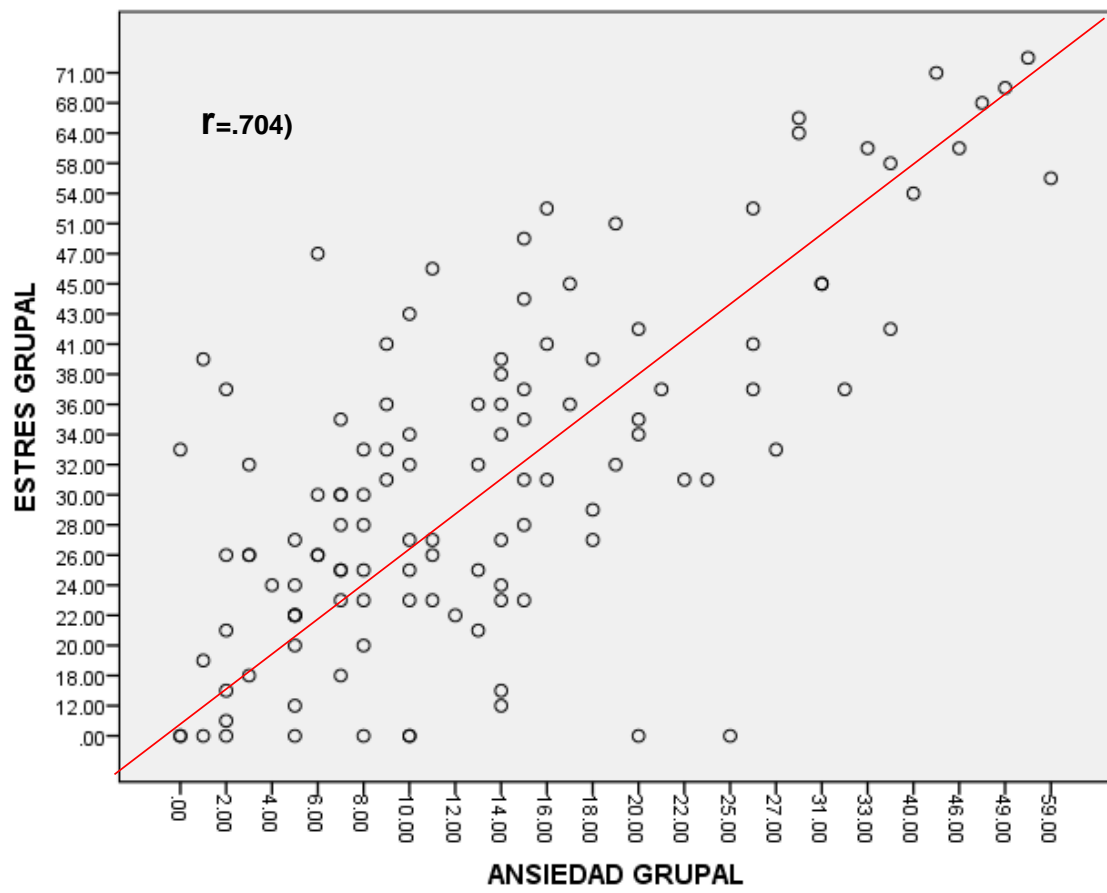
Muestra de 19 mujeres de quinto año. FO. UNAM 2019



Fuente Directa

Para determinar si existe correlación se aplicó la prueba de coeficiente de correlación de Spearman a una significancia de 0.05 en los resultados obtenidos del perfil de ansiedad y el de estrés académico los resultados pusieron en evidencia que la correlación es de .704 ($p=.000$), las variables estrés académico y ansiedad están positivamente correlacionadas.

Grafica 8
Correlación ansiedad-estrés. FO. UNAM.2019.



9. CONCLUSIONES

- Existe una alta correlación entre el perfil de ansiedad y estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Odontología UNAM, tanto en los alumnos como alumnas, la correlación entre ambos padecimientos es la misma, validando nuestra primera hipótesis.
- Hay una diferencia estadística significativa entre alumnos y alumnas de la Facultad de Odontología UNAM en cuanto al perfil de ansiedad y estrés académico.
- Las alumnas de la Facultad de Odontología cursan por un mayor perfil de ansiedad y estrés académico durante la carrera que los alumnos.
- Las alumnas de quinto año cursan por un perfil de ansiedad y estrés académico mucho menor que las que se encuentran en segundo año.
- Los alumnos de quinto año cursan por un perfil de ansiedad mayor que los de segundo año, pero con diferencias no realmente significativos en comparación con las alumnas.
- Los resultados globales muestran que los mayores generadores de estrés en alumnos y alumnas son la sobre carga de trabajos, la forma de evaluación de los profesores, competencia entre los compañeros de grupo, problemas para concentrarse y la personalidad y carácter del profesor.
- Los síntomas mas comunes de ansiedad en los alumnos y alumnas de la Facultad de Odontología UNAM son “acalorado”, incapaz de relajarse y nerviosismo.

BIBLIOGRAFIA

1. Vallejo J. Trastornos afectivos: ansiedad y depresión. 2nd ed. Barcelona España: Masson; 1999.
2. Sierra J, Ortega V, Zubeidat I, Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Revista Mal-estar E Subjetivade [Internet]. 2003;3(1):10 - 59. Recuperado de: <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/27130102>
3. Virues Elizondo R. Estudio sobre ansiedad [Internet]. Psicologiacientifica.com. 2005 [Consultado el 5 de septiembre 2019]. Disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio/>
4. Generalized anxiety disorder. In: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders DSM-5 [Internet]. Dsm.psychiatryonline.org. 2013 [Consultado el 16 de septiembre 2019]. Disponible en: <http://dsm.psychiatryonline.org>
5. Mochcovitch M. A systematic review of fMRI studies in generalized anxiety disorder: Evaluating its neural and cognitive basis. Journal of affective disorders. 2014;(167):339
6. Gillamón N. Ansiedad y herencia | Clínica de la Ansiedad [Internet]. Clinicadeansiedad.com. [consultado el 16 de septiembre 2019]. Disponible en: <https://clinicadeansiedad.com/problemas/introduccion/ansiedad-y-herencia/>
7. Campos Roldan M. “La relación psico neural en el estrés o de las neuronas A la cognición social: Una Revisión empírica”. Revista de investigación en Psicología, Vol. 10, No 1. 2007.
8. Bernard C, Dagonet F. Introduction à l'étude de la médecine expérimentale. Paris: Flammarion; 2013.

9. El estrés. Como identificarlo y Superarlo. 4th ed. Bogotá, Colombia: Ediciones de La U; 2018.
10. El Estrés [Internet]. Cop.es. 2019 [consultado el 20 de septiembre 2019]. Disponible en: <https://www.cop.es/colegiados/ca00088/pag13.htm>
11. Arango Pereira M "UNA REVISIÓN TEÓRICA SOBRE EL ESTRÉS Y ALGUNOS ASPECTOS RELEVANTES DE ÉSTE EN EL ÁMBITO EDUCATIVO" Revista Educación (33) 171-190, ISSN: 0379-7082, 2009 Costa Rica
12. Pérez Núñez D, García Viamontes J, García González T, Ortiz Vázquez D, Centelles Cabrerías M. Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. Rev cubana Med Gen Integr [Internet]. 2014 Sep [citado 2019 Sep 12]; 30(3): 354-363. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252014000300009&lng=es.
13. Pérez F, Cartes R. Estrés y burnout en estudiantes de Odontología: una situación preocupante en la formación profesional. Edumecentro [Internet]. 2015 [citado 2019 Oct 4];7(2): [aprox. 11 p.]. Disponible en: <http://www.revedumecentro.sld.cu/index.php/edumc/article/view/570>
14. Cuestionario de Maslach Burnout Inventory [Internet]. <http://www.javiermiravalles.es/>. 2019 [cited 28 September 2019]. Available from: <http://www.javiermiravalles.es/>
15. De La Llata C, Lozano E. Estrés académico en la práctica clínica del odontólogo en formación. México, Ciudad de México: Revista de Educación y Desarrollo 44; 2019.
16. Evaristo-Chiyong T, Chein-Villacampa S. Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología. OS [Internet]. 21oct.2015 [citado 28 Septiembre .2019];18(1):23-7. Available from:

<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/odont/article/view/11336>

- 17 Agudelo Vélez D, Casadiegos Garzón C, Sánchez Ortiz D. <i xmlns="http://www.w3.org/1999/xhtml">CARACTERÍSTICAS DE ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. </i> International Journal of Psychological Research [Internet]. 2008;1(1):34-39. Recuperado de: http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/299023503006
- 18 Maya C. ANSIEDAD Y ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA [Licenciatura]. Facultad de Odontología, Universidad de Sevilla; 2016.
- 19 Macbani P, Ruvalcaba J, Vásquez P, Ramírez A, González K, Arredondo K, Monroy K, Tandehuitl N, García M, Trejo A. Estrés académico, estresores y afrontamiento en estudiantes de Odontología en el Centro de Estudios Universitarios Metropolitano Hidalgo[CEUMH]. JONNPR. 2018;3(7):522-530. DOI: 10.19230/jonnpr.2512
- 20 Canabach R, Sousto Gestal A, Franco V. Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios [Internet]. elsevier.es. 2016 [revisado el 24 septiembre 2019]. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-iberoamericana-psicologia-salud-152-articulo-escala-estresores-academicos-evaluacion-los-S2171206916300138>
- 21 Arrieta K, Díaz S, González F. Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores relacionados. rev.colomb.psiquiatr. [Internet]. 2013 Apr [Citado el 2019 Oct 06]; 42(2): 173-181. Disponible en:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502013000200004&lng=en.

22 Leyba E. Plan de Desarrollo Institucional 2018-2022 Dra. Elba Rosa Leyva Huerta [Internet]. Odonto.unam.mx. 2018 [Revisado el 7 de octubre del 2019]. Disponible en: <http://www.odonto.unam.mx/sites/default/files/inline-files/Plan%20de%20desarrollo%202018-2022%20OK%203.pdf>

ANEXOS



FACULTAD DE ODONTOLOGÍA
COORDINACIÓN SEMINARIO TITULACIÓN EPIDEMIOLOGÍA
Y SALUD PÚBLICA

GRUPO _____

El presente cuestionario tiene como objetivo determinar la prevalencia de ansiedad, algunos factores asociados y su correlación con el estrés académico. La información se manejará con ética y profesionalismo guardando la secrecía de tu identidad y dará forma a una tesis de grado.

Edad		Sexo	M	F	Trabajas y estudias	No	Si	En qué trabajas	
------	--	------	---	---	---------------------	----	----	-----------------	--

Como consideras la relación entre tu familia	Funcional	Disfuncional	Amorosa
----------------------------------------------	-----------	--------------	---------

Vives:	Ambos padres	Con tu madre	Con tu padre	Solo	CON TU PAREJA	CON AMIGOS	CON FAMILIARES
--------	--------------	--------------	--------------	------	---------------	------------	----------------

Tienes pareja	Si	¿Lo (la) amas?	Si	No		Si no tienes pareja... desearías tenerla?	Si	No
---------------	----	----------------	----	----	--	-------------------------------------------	----	----

Item	No	Levemente	Moderadamente	Severamente
En el último mes me siento:				
1 Torpe o entumecido				
2 Acalorado				
3 Con temblor en las piernas				
4 Incapaz de relajarse				
5 Con temor a que ocurra lo peor				
6 Mareado, o que se me "va la cabeza"				
7 Con latidos del corazón fuertes y acelerados				
8 Inestable				
9 Atemorizado o asustado				
10 Nervioso				
11 Con sensación de bloqueo				
12 Con temblores en las manos				
13 Inquieto, inseguro				
14 Con miedo a perder el control				
15 Con sensación de ahogo				
16 Con temor a morir				
17 Con miedo				
18 Con problemas digestivos				
19 Con desvanecimientos				
20 Con rubor facial				
21 Con sudores, fríos o calientes				

Estoy informado del objetivo de estudio, respondí conscientemente y se me ha explicado que no se revelara mi identidad.

Firma _____

En caso de seleccionar la alternativa "no", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "sí", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? Sí No
2. Señala tu nivel de preocupación o nerviosismo: 1) poco 2) regular 3) mucho.

Item	Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
3 La competencia con los compañeros del grupo				
4 Sobrecarga de tareas y trabajos escolares				
5 La personalidad y carácter del profesor				
6 Las evaluaciones del profesor (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc)				
7 El tipo de trabajo que pide el profesor (fichas de trabajo, consultas de temas, mapas conceptuales)				
8 No entender los temas que se abordan en clase				
9 Responder a preguntas o exposiciones en clase				
10 Tiempo limitado para responder a preguntas				
Trastornos físicos				
11 Trastornos del sueño				
12 Fatiga crónica				
13 Dolor de cabeza o migraña				
14 Problemas digestivos (diarrea, dolor abdominal)				
15 Morderse las uñas, rascarse, frotarse, etc.				
16 Somnolencia o mayor necesidad de dormir				
Reacciones psicológicas				
17 Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)				
18 Decaimiento (sentimientos de depresión y tristeza)				
19 Ansiedad, angustia y/desperación				
20 Problemas de concentración				
21 Aumento de irritabilidad o sentimiento de agresividad				
Reacciones comportamentales				
22 Conflictos o tendencia a discutir				
23 Aislamiento de los demás				
24 Desgano para realizar tareas escolares				
25 Problemas de concentración				
26 Aumento o reducción de alimentos				
Habilidades para enfrentar situaciones preocupantes				
27 Defiendo mis preferencias, sentimientos e ideas sin dañar a otros				
28 Elaboro un plan de ejecución de tareas				
29 Me reconozco y elogio mis aciertos				
30 Soy creyente o suelo pedir guía y apoyo en los preceptos de mi religión				
31 Busco información sobre la situación				
32 Comento la situación que me aqueja				

¿Esta es la carrera que deseabas estudiar?	<input type="checkbox"/> Sí	<input type="checkbox"/> No
Si no es la carrera que deseabas... ¿por qué continuaste?		