



**UNIVERSIDAD
DE
SOTAVENTO A.C**



Clave: 8859-02

ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE
MÉXICO

FACULTAD DE ENFERMERÍA

**FACTORES ESTRESORES Y NIVEL DE ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE
ENFERMERÍA AL PRIMER CONTACTO CLÍNICO HOSPITALARIO.**

TESIS PROFESIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

PRESENTA:

YOLANDA ANGELICA CRUZ RAFAEL.
PERLA KAREN LOPEZ VAZQUEZ.

ASESORA DE TESIS:

LIC. ADELA MARTÍNEZ PERRY

Coatzacoalcos, Veracruz

Noviembre 2021



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.

**FACTORES ESTRESORES Y NIVEL DE ESTRÉS EN ESTUDIANTES
DE ENFERMERÍA AL PRIMER CONTACTO CLÍNICO
HOSPITALARIO.**

INVESTIGADORES

- 1) PSS Cruz Rafael Yolanda Angélica.
- 2) PSS López Vázquez Perla Karen.

ASESOR DE TESIS.

- 3) LIC.ENF. Baxin Bautista Mirna

IDENTIFICACIÓN DE LOS INVESTIGADORES.

- 1) Pasante de Enfermería en servicio social. C. Manlio Fabio Altamirano. ED "A" Depto. 304. Col. Playa Sol, C.P: 96518. Coatzacoalcos, Ver. Flores Magón 417, Manuel Ávila Camacho, C.P: 96420 Coatzacoalcos, Veracruz-Llave. Tel: (044) 921-114-51-79. Correo electrónico: YACR95@Hotmail.com
- 2) Pasante de Enfermería en servicio social. C. 5 de febrero Col. Bethel, C. P: Flores Magón 417, Manuel Ávila Camacho, C.P 96420 Coatzacoalcos, Veracruz-Llave. Tel: (044) 921-140-35-35. Correo electrónico: pklv093@gmail.com
- 3) Licenciada en Enfermería. Docente de la Universidad de Sotavento. Coatzacoalcos, Veracruz. Tel 9212809046. Dirección: Mártires de Chicago # 205, El Tesoro, 96536 Coatzacoalcos, Ver. Correo electrónico: mirbe_84@hotmail.com

DEDICATORIA

Este trabajo de investigación es dedicado primeramente a Dios porque hemos reconocido que sin Él nada podemos hacer y lo que hasta este día ha sido es gracias a su ayuda y amor a nuestras vidas. Cualquier logro o meta alcanzada es porque Dios nos ha dado de su sabiduría e inteligencia, conscientes de que “Jehová da la sabiduría, y de su boca viene el conocimiento y la inteligencia.”

Así mismo es dedicado a nuestros padres por ser el pilar fundamental en la educación, tanto académica, como de la vida, por su incondicional apoyo perfectamente mantenido a través del tiempo cumpliendo la palabra en Éxodo 20:12 “Honra a tu padre y a tu madre, para que tus días sean prolongados en la tierra que el Señor tu Dios te da.”

A nuestra familia y amigos que siempre creyeron en nosotros dando siempre una palabra de aliento que nos impulsaba a esforzarnos y a alcanzar nuestro objetivo. A todas estas personas mencionadas damos gracias a Dios por estar siempre presentes en nuestra vida. Dios le bendiga.

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a la Universidad de Sotavento por ser quién proporcionó las herramientas necesarias para contribuir a nuestra preparación profesional y por permitir aplicar el proyecto de investigación dentro de sus instalaciones.

Así mismo Lic. Mirna Baxin Bautista asesora de tesis, agradezco su dedicación y paciencia, por transmitir de forma clara sus conocimientos y facilitar el aprendizaje con cada experiencia vivida en su carrera profesional.

A mis maestros gracias por su labor, dedicación y la paciencia demostrada en el apoyo de este paso tan importante. Gracias por su entrega, por compartir su sabiduría y por impulsarme a ser cada día mejor.

RESUMEN

La palabra estrés se deriva del latín “*stringere*”, que significa apretar. Es posible medir el estrés como un estímulo externo al que un individuo está sometido. El objetivo de esta investigación fue identificar los factores estresores predominantes y nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería al primer contacto clínico hospitalario. La investigación fue de tipo cuantitativa, descriptiva, transversal, ya que se identificaron los factores estresantes y el nivel de estrés académico presentes en estudiantes de enfermería en su primer contacto clínico hospitalario obtenidos en situaciones reales, un ambiente natural y en un solo momento. Los resultados obtenidos son: las mujeres reportan un mayor número de factores estresores es decir son las más propensas a sentirse estresadas en diversas situaciones. Las dimensiones de los factores estresores son: impotencia e incertidumbre, falta de competencia y contacto con el sufrimiento. Así mismo, las principales situaciones estresantes son: cometer un error, confundir medicación y punzarse con una aguja infectada o contaminada. Respecto al nivel de estrés el moderado predomina en los estudiantes de enfermería con un 51.4% de la población total, seguido de un nivel leve con un 27% y severo con un 21.6%. Concluyendo que es necesario la enseñanza con nuevas estrategias de aprendizaje y las técnicas de afrontamiento para evitar que el alumno le afecte de forma negativa el estrés académico percibido en su primera práctica clínica hospitalaria.

Palabras claves:

Factores estresor/ Prácticas Clínicas. / Estrés académico/Universitarios.

ABSTRACT

The word stress is derived from the Latin "stringer", which means to squeeze. It is possible measure stress as an external stimulus to which an individual is subjected objective of this research was to identify the predominant stressors and level of academic stress in nursing students at the first dynamic contact hospitable. The research was quantitative, descriptive, transversal, since the stressors and the level of academic stress present in Nursing students in their first hospital clinical contact obtained in real situations, a natural environment and in a single moment. The results obtained are: women report a greater number of stressors is They are the most likely to feel stressed in various situations. The dimensions of the stressors are: impotence and uncertainty, lack of competition and contact with suffering. Likewise, the main situations Stressful are: making a mistake, confusing medication and puncturing with a needle Infected or contaminated. Regarding the level of stress, the moderate prevails in the Nursing students with 51.4% of the total population, followed by a level mild with 27% and severe with 21.6%. Concluding that the teaching with new learning strategies and coping techniques to prevent the student from negatively affecting the perceived academic stress in his first hospital clinical practice.

Keywords: Stress factors / Clinical Practices. / Academic stress / University

INDICE

Capítulo I

Introducción 1

1.1 Descripción del problema.....	1
1.2 Planteamiento del problema	3
1.3 Marco referencial	3
1.4 Importancia de la disciplina.....	10
1.5 Definición de términos.....	11
1.5.1 Operalización de variables.....	12
1.6 Objetivos	15
1.6.1 Objetivo general.....	15
1.6.2 Objetivos específicos.....	15

Capítulo II

Metodología 2

2.1 Tipo de estudio	16
2.2 Población.....	16
2.3 Muestreo y muestra	16
2.4 Criterios de inclusión.....	16
2.5 Criterios de exclusión.....	16
2.6 Material.....	17
2.7 Procedimientos.....	18
2.8 Consideraciones éticas.....	19
2.9 Estrategias de análisis.....	20

Capítulo III

Resultados 3

3.1 Análisis de los datos.....	21
3.2 Discusión.....	30

3.3 Conclusiones.....	34
3.4 Recomendaciones.....	36
Referencias bibliográficas.....	37
Apéndices.....	42
Cronograma.....	48

Capítulo I

Introducción 1

1.1 Descripción del problema

American Psychological Association menciona que en Estados Unidos el 48% de la población cree haber aumentado su nivel de estrés en los últimos cinco años, afectando a la salud, relaciones sociales y productividad laboral los resultados arrojados de una nueva encuesta dada a conocer hoy por la Asociación Americana de Psicología (APA, por sus siglas en inglés). Esta misma asociación reporta que el 28 % de las personas de Estados Unidos mexicanos dice poder controlar el estrés extremadamente bien, mientras que el 77 % reporta haber experimentado síntomas físicos y el 73 % problemas psicológicos relacionados al estrés. Entre los síntomas de estrés figuraron: fatiga 51%; dolores de cabeza 44%; problemas estomacales 34%; tensión muscular 30%; cambios de apetito 23%, rechinar de diente 17%; cambios en la libido o estímulo sexual 15%, y mareos 13%. Por su parte, entre los síntomas psicológicos figuraron: irritabilidad o enojo 50%; nerviosismo 45%; falta de energía 45%; y deseos de llorar 35%. Además, cerca de la mitad de los encuestados 48% reportó insomnio a causa del estrés. ⁽¹⁾ A nivel nacional y local no se encuentran estadísticas del estrés de forma general, es aquí donde nace la importancia en la realización de esta investigación.

Las prácticas clínicas son proporcionales a un nivel alto de estrés en estudiantes de enfermería y sobre todo siendo su primer ciclo clínico en su formación profesional, al enfrentarse a un ambiente de aprendizaje intrahospitalario diferente a lo visto teóricamente y la manera de adaptación tiene una notable diferencia para el aprovechamiento y rendimiento académico o de lo contrario la toma de decisión de continuar o no su formación profesional.

Este estudio se justifica por que proporciona una contribución a la enfermería, ya que es de suma importancia poder contar con información relevante acerca de este tema, siendo un factor común que afecta a toda la población universitaria de diversas formas, desestabilizándole no solamente académicamente sino en su vida

en general y en la manera de tomar soluciones adecuadas para sobrellevar este tipo de acontecimientos.

Es interesante conocer cuáles son las situaciones percibidas como más estresantes por los estudiantes de Enfermería en el desarrollo de sus prácticas clínicas, ya que proporcionará una idea de aquellos aspectos que hay que tener en cuenta en su formación. Del mismo modo brindará la oportunidad de programar futuras intervenciones que engloben actividades para mejorar el afrontamiento de los alumnos ante sus prácticas.

Con lo mencionado, se considera que se puede contribuir, en forma significativa a la formación integral del estudiante, para afrontar los agentes estresores. La finalidad de este trabajo es identificar las situaciones percibidas como más estresantes por los alumnos que llevan a cabo sus primeras prácticas clínicas, además de ver cómo influye en esa percepción variables como la edad, el sexo y la experiencia laboral. Así en un futuro se podrán programar intervenciones que doten al alumno de estrategias para aplicar en sus prácticas clínicas y posteriormente en el ejercicio de su profesión. Estas estrategias podrían ir desde el desarrollo y la potenciación de las habilidades sociales y de comunicación, para mejorar las relaciones interpersonales, con los pacientes, familiares y resto del equipo de salud. En definitiva, se busca favorecer el aprendizaje del alumno, que conlleva a una mejor salud laboral del futuro profesional y en consecuencia una mejor calidad en el cuidado de las personas.

Esta investigación servirá para que tanto educadores como alumnos reflexionen y desarrollen un pensamiento crítico que permita promover un óptimo rendimiento académico ante la presencia de factores estresantes que suele proporcionar muchos estímulos generadores de estrés al contacto con las enfermedades, el dolor, el sufrimiento, la muerte, la necesidad de establecer relaciones con diversos profesionales y pacientes, así como el hecho de tener que desempeñar un nuevo rol para el que aún no están completamente preparados. Por lo anterior planteamos la siguiente pregunta de investigación:

1.2 Planteamiento del problema

¿Cuáles son los Factores de Estrés y Nivel de Estrés Académico en Estudiantes de Enfermería al Primer Contacto Clínico Hospitalario?

1.3 Marco referencial

La palabra estrés se deriva del latín "*stringere*", que significa apretar. Es posible medir el estrés como un estímulo externo al que un individuo está sometido. En 1929 Cannon definió el término de estrés relacionado al estado fisiológico interno de los seres humanos frente a situaciones que lo amenazan, despertando emociones y respuestas químicas, como el aumento de la secreción de adrenalina que da como resultado la reacción conocida como lucha o huida.⁽²⁾

El término Estrés es multidisciplinario y definido según las áreas de estudio como ciencias de la salud, social y educativa. A partir del siglo XVII diversos investigadores como Román Collazo y Hernández Rodríguez encontraron una gran relación entre la capacidad de los procesos mentales para la resistencia de cargas y la capacidad que las personas desarrollan para soportar el Estrés. Es en este mismo año donde se despertó el interés de investigar el estrés en áreas médicas, biológicas y químicas. El padre del estrés Hans Selye elaboró en el siglo XX una teoría basada en la proyección de la enfermedad psicológica y su afectación a los pacientes como un agente lesivo físico. Al realizar investigaciones de campo se percató de síntomas comunes como: agotamiento, pérdida del apetito, baja de peso, astenia, entre otros síntomas indefinidos. Dando seguimiento a su teoría tiempo después demostró como la presión social, así como el ambiente del entorno exige la capacidad de adaptación de forma obligatoria y de no ser así se correría el riesgo de padecer como consecuencia un trastorno.⁽³⁾

El organismo responde a una situación estresante incrementando la producción de ciertas hormonas, como el cortisol y la adrenalina, las cuales dan lugar a modificaciones en la frecuencia cardíaca, la tensión arterial, el metabolismo y la actividad física, todo ello orientado a incrementar el rendimiento general. El estrés se encuentra clasificado en cinco partes estrés psicológico, estrés social, estrés

económico, estrés fisiológico y estrés psicosocial. Existen diversas causas de surgimiento como: un problema laboral, una crisis familiar o de un ataque de ansiedad o inseguridad. Puede ser intermitente, pasajero o crónico. ⁽⁴⁾

El estrés se manifiesta de diversas formas causando alguno de estos síntomas característicos como cefalea, disfagia, acidez, náuseas, mareos, dolor en el pecho, espalda y cuello, micciones frecuentes, disminución de la memoria, sudoración fría, fatiga crónica, crisis de angustia, insomnio, estreñimiento y diarreas. El análisis del estresor se descompone en tres fases: recepción del estresor y filtro de las informaciones sensoriales por el tálamo. Luego, programación de la reacción al estrés (implicado en la toma de decisión, la atención, la memoria a corto plazo) y finalmente, activación de la respuesta del organismo. ⁽⁴⁾

Selye continuó con sus estudios creando un modelo biológico del estrés desarrollándolo en un proceso de tres fases llamado Síndrome General de Adaptación. La primera fase, también llamada reacción de alarma en la cual se indica que, en la primera exposición a un estresor, la resistencia fisiológica en realidad disminuye un poco, mientras el organismo reúne sus fuerzas para la resistencia. Esta etapa se caracteriza por una baja resistencia ante los agentes productores de tensión. La segunda fase o fase de resistencia: depende mucho de la fuerza y la capacidad del individuo. Esta etapa se caracteriza por manifestaciones clínicas y mentales. Por último, la fase de agotamiento es la incapacidad de afrontar la tensión, en este caso el estresor provoca un desbalance del equilibrio interno y fisiológico en el cuerpo, el organismo colapsa y cede ante la enfermedad. Como resultado del estrés continuo durante esta etapa, pueden surgir una variedad de enfermedades psicosomáticas, tales como: hipertensión, ataque al corazón, apoplejía o derrame cerebral, úlceras, trastornos gastrointestinales, asma, cáncer, migraña, alteraciones dermatológicas, entre otras condiciones. ⁽⁵⁾

El estrés tiene diversas ramas de estudio y una de ellas en la cual se fundamenta esta investigación es el Estrés Académico comenzando por las definiciones dadas por los siguientes autores: Orlandini define que *“el estrés académico debe ser producido por una fuente que sea esencialmente del ámbito estudiantil”*. Otra

definición realizada por García Muñoz indica que el “estrés académico se refiere a los procesos cognitivos y afectivos que permiten a los estudiantes percibir el impacto que causan los estresores académicos”, así mismo Caldera, Pulido y Martínez definen al estrés académico como “aquél que se genera por las demandas que impone el ámbito educativo”. Por último, Barraza considera el estrés académico “como un proceso adaptativo y psicológico que puede presentarse cuando el alumno se encuentra sometido a demandas valoradas como estresores que producen un desequilibrio sistémico manifestándose mediante una serie de síntomas obligando a los estudiantes a optar por algunas medidas de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico. El estrés académico se define como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos. Ha sido investigado en relación con variables como género, edad, profesión, estrategias de afrontamiento, entre otros.” (6)

Actualmente los estudiantes universitarios se enfrentan a una serie de retos y exigencias que la formación académica demanda y en muchas ocasiones el no responder adecuadamente a estas situaciones da como resultado la frustración y en algunos la deserción de la carrera profesional. Existen diversos estresores que causan estrés académico, entre los más comunes son las tareas académicas y la falta de tiempo para su realización, también denominada sobrecarga académica, los exámenes o evaluación de los profesores y el excesivo número de horas dedicadas a las clases, que limitan el tiempo de estudio y el necesario para la realización de trabajos. (7)

En las disciplinas de estudio enfocadas a la ciencia de salud la exigencia académica es aún mayor en comparación con otras carreras y demanda una capacidad de adaptación para asegurar su futuro profesional. La transición durante la universidad puede ser muy estresante, no solo en los primeros años si no en diversas situaciones en donde el nivel de estrés va en aumento y un ejemplo de ello es la realización de prácticas preprofesionales y la competitividad de compañeros asociados. (7)

Además de la competencia profesional, los estudiantes de enfermería presentan estrés por el trabajo emocional ejercido al trato con las personas a su cargo. El contacto estudiante enfermero y estudiante paciente es de suma importancia debido a que le permite al estudiante enfrentarse con la realidad, al realizar las prácticas clínicas los estudiantes se incorporan al equipo de trabajo del hospital, se enfrentan a situaciones totalmente nuevas con pacientes y profesionales, es decir, toman contacto real con el trabajo asistencial que van a desarrollar en el futuro. Es aquí donde los estudiantes atraviesan por situaciones estresantes y difíciles presentando temor por falta de preparación, miedo a cometer errores con los pacientes y miedo a contagiarse de alguna enfermedad. La enfermería se convierte en una de las profesiones con mayor número de estresores como el contacto con la muerte, el sufrimiento y el dolor ⁽⁸⁾

Rivera Baños J en una Investigación sobre el estrés, con un enfoque a estrés infantil. Define un factor estresante o estresor a, *“cualquier estímulo capaz de provocar una respuesta de estrés, siendo el estrés esa misma respuesta o reacción a un estresor”* ⁽⁹⁾

MARCO EMPÍRICO.

Se han realizado diversos estudios en diferentes partes del mundo acerca del estrés y los factores estresantes en las prácticas clínicas, de los cuales se tomarán referencia para esta investigación, permitiéndonos finalmente realizar comparaciones acerca de los resultados obtenidos con los de este trabajo de investigación. En Ecuador 2015 Jorge Luis Barsallo Sánchez y Cristina Isabel Moscoso Zúñiga llevaron a cabo una investigación en estudiantes de la Escuela de Medicina de la Universidad de Cuenca titulada: *estrés Académico, Factores de Riesgo e influencia del Estrés Académico sobre el Rendimiento Académico*” los resultados de dicho trabajo de investigación fue encontrar que la prevalencia del estrés académico en dicha universidad es del 91.58%, en donde el 46.7% se

encontró en un nivel moderado, seguido del 36.48% quienes se encontraron en un nivel alto de estrés académico, asociándose al bajo rendimiento académico. ⁽¹⁰⁾

Así mismo, en Chile en el año 2015 se llevó a cabo una investigación titulada: “Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los otros Lagos Osorno”, aplicando el inventario SISCO del estrés académico, de 314 alumnos de la facultad de Enfermería, el 98% de los estudiantes presentó datos de estrés de naturaleza académico. Como hallazgo de esta investigación se encontró que de todos los varones entrevistados el (88,47%) sufren estrés a diferencia de las mujeres con un porcentaje de (96,24%). Dos de los factores detonantes de estrés académico expuestos en dicha investigación son: las evaluaciones de los profesores (95,6%) y la sobrecarga de tareas y trabajos (92,3%). Con respecto a la sintomatología presentada en cuanto a género existió diferencia en la experimentación de varios síntomas sin embargo la mayoría de los alumnos encuestados dicen haber tenido somnolencia (86,3%) y problemas de concentración (77,4%). ⁽¹¹⁾

Las prácticas preprofesionales o prácticas clínicas son de suma importancia para la formación del profesional de enfermería, sin embargo, diversos estudios realizados coinciden que promueven la manifestación de altos niveles de estrés por situaciones enfrentadas como la enfermedad, el sufrimiento, la muerte y las necesidades humanas. Es en esta etapa necesario que el alumno desarrolle estrategias de afrontamiento para sobre llevar el estrés y evitar ser afectado en su rendimiento académico, así como bienestar físico, mental y social. Por esta razón, el estudio efectuado tipo cuantitativo, descriptivo y transversal titulado: “Factores estresores percibidos por los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Católica del Uruguay en la práctica clínica” con una población de 72 estudiantes de Enfermería, de primero a cuarto año, que realizaron sus prácticas clínicas. Con ayuda del cuestionario KEZKAK (Cuestionario Bilingüe de Estresores de los Estudiantes de Enfermería en las Prácticas Clínicas se mostró predominio en factores como: la falta de competencia, el contacto con el sufrimiento, lastimarse, la relación con los compañeros, la diferencia entre la teoría y la práctica, la implicación

emocional y la relación con los profesores. Así mismo con el cuestionario SISCO de estrés académico se encontró efectos en la salud de baja autoestima, sentimiento de agobio y pérdida de sueño. ⁽¹²⁾

Respecto a las comparaciones de nivel de estrés entre sexo masculino y femenino en el año 2016 Herrera Puente expone un caso particular con alumnos de la Universidad del Azuay aplicando el inventario de Estrés Académico en dos períodos, antes y después del proceso de evaluación. Obtuvo como resultado que durante el proceso de evaluaciones el sexo masculino presenta más altos niveles de estrés que sexo femenino. ⁽¹³⁾

Carlos Castillo, Pimienta Tomás Chacón de la Cruz y Gabriela Díaz Veliz en el año 2016 realizaron una investigación con el tema de “Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud” fue un estudio realizado aplicado a estudiantes de 2° año de la facultad de Enfermería y tecnología médica de Facultad de Medicina de la Universidad de Chile. Utilizando el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo para evaluar el nivel de ansiedad y el Inventario de Estrés Académico concluyendo con un nivel de ansiedad bajo es medicina quién se lleva el primer lugar con un 56,6 % y a un nivel de ansiedad severa enfermería con un 20.5%. Los factores detonantes de estrés fueron similares en ambas carreras sin embargo en Enfermería son percibidas mayormente destacando la sobrecarga académica, falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y realización de un examen. ⁽¹⁴⁾

Respaldando la investigación de Carlos Castillo et al en 2016, Lissette Marisol Damián Carmín realizo una investigación con el título de “Estrés Académico y Conductas de Salud” aplicado en Estudiantes Universitarios de Lima de los cuales se entrevistaron 130 estudiantes que cursaban los dos primeros años de estudio de pregrado con ayuda del inventario SISCO Y CEVJU (Estilos de vida de jóvenes Universitarios) se encontró que situaciones generadoras de estrés académico fueron las evaluaciones, falta de tiempo y sobrecarga académica. Por otro lado, los hombres tienden más a consumir sustancias nocivas para la salud como alcohol, tabaco y drogas que las mujeres. ⁽¹⁵⁾

“Estresores en las prácticas clínicas de los estudiantes de enfermería de una universidad pública en Colombia”. Fue una investigación realizada en 2016 por Leidy Yulieth Arias Mosquera y otros colaboradores empleando la metodología de un estudio cuantitativo de tipo transversal realizado durante el primer semestre académico. No se hizo muestreo, participaron 156 de los 224 estudiantes matriculados (69,6% del total). El 88% En el 88% señaló como factor estresante la preocupación de “hacer mal mi trabajo” y “perjudicar al paciente”, “hacer daño físico al paciente”, y “confundirme de medicación”). Se encontró que los dominios del KESKAK con mayores puntajes fueron: falta de competencia (2,2), sobrecarga de trabajo (2,2), contacto con el sufrimiento (2,0) y que el paciente busque una relación íntima (2,0).⁽¹⁶⁾

Por último, encontrado que las mujeres sufren más estrés que los hombres y destacando los siguientes factores estresores: “Estrés por competencia profesional”, “Estrés por interacción con el paciente”, “Estrés por confrontación con el sufrimiento” y “Estrés por relación profesional”, llegando a la conclusión que el nivel de estrés se relaciona con el año académico cursado. Fueron los resultados de la investigación de M.^a José de Dios Duarte et al en el año 2017, el cuestionario KEZKAK fue utilizado como instrumento de evaluación, la población fue conformada por una matrícula de 744 estudiantes, llevando a cabo una muestra compuesta por 289 estudiantes es decir el 39% de la población total.⁽¹⁷⁾

En el año 2018 en Coatzacoalcos Veracruz la alumna Angélica Saraí Cabañas Ramírez et al realizó un trabajo de investigación para la obtención de título de licenciatura de enfermería llamada: factores estresantes en estudiantes de enfermería que realizan prácticas clínicas hospitalarias y comunitarias” de acuerdo con los resultados obtenidos la media de edad fue de 20.82 años, el 82.4% fueron mujeres y el 17.6% hombres. Las mujeres presentaron mayor estrés. Los factores estresores que predominaron fueron: pincharme con una aguja, confundirme de medicación, la diferencia entre lo que aprendemos en clase y lo que vemos en prácticas clínicas. Las dimensiones que predominan fueron impotencia e

incertidumbre contacto con el sufrimiento y no controlar la relación con el paciente.
(18)

1.4 Importancia de la disciplina

El estrés es un factor epidemiológico debido a que es un generador de diversas patologías. Con base en el informe de la universidad de Sussex Inglaterra de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), México es el país con más alto índice de estrés y de los 75 mil infartos que se registran al año, el 25% se relacionan con esta condición.⁽¹⁹⁾ El estrés es un problema de salud que puede acontecer en todos los seres humanos y puede ser causado por distintos factores de naturaleza intrínsecos y extrínsecos. La situación económica, cambios constantes en el ámbito laboral y social, así como la competencia entre compañeros de trabajo y de clases son algunos factores detonantes de estrés en México, siendo este uno de los países con mayor nivel de estrés a nivel mundial. Numerosas investigaciones coinciden que el ingreso a la educación superior sobre todo en los primeros años en donde se encuentran a una serie de situaciones estresantes que representan la necesidad de adaptación y afrontamiento del estudiante para evitar una alteración física, psicológica o social. Los factores detonantes para padecer estrés académico son por periodos de exámenes, cuando se tiene sobrecarga académica en los primeros cursos de carrera, una enseñanza y aprendizaje demasiado centrada en la memorización, cuando hay falta de tiempo, las exigencias de algunas materias, durante las intervenciones en público, en el momento que existe deficiencias metodológicas del profesorado y cuando se obtienen resultados no satisfactorios.⁽²⁰⁾

Es de importancia el estudio de los factores estresores y nivel de estrés académico para analizar en diferentes universidades de facultad en enfermería y realizar comparaciones sobre los resultados obtenidos en esta investigación, contribuyendo a la realización de investigaciones futuras para dar continuidad a la problemática, permitiendo de este modo que se desarrollen acciones necesarias en los estudiantes de enfermería, en el personal docente y administrativo de la institución para promover el afrontamiento del estrés y de este modo prevenir, o limitar los daños según sean los casos en cada individuo, así mismo la

implementación de estrategias metodológicas y ambientes de aprendizajes adecuados para favorecer la formación profesional del alumno.

1.5 Definición de términos

a) Factor estresor:

“Son las situaciones desencadenantes del estrés y pueden ser cualquier estímulo, externo o interno (tanto físico, químico, acústico o somático como sociocultural) que, de manera directa o indirecta, propicie la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo.” ⁽²¹⁾

b) Prácticas clínicas

Asignaturas que dan importancia a la formación práctica ya que permite a los estudiantes conocer la Enfermería como disciplina además de adquirir y desarrollar las competencias profesionales específicas. ⁽²²⁾

c) Estrés académico.

Aquel que se genera por las demandas que impone el ámbito educativo" y que puede afectar tanto a profesores como alumnos. ⁽²³⁾

d) Universitarios

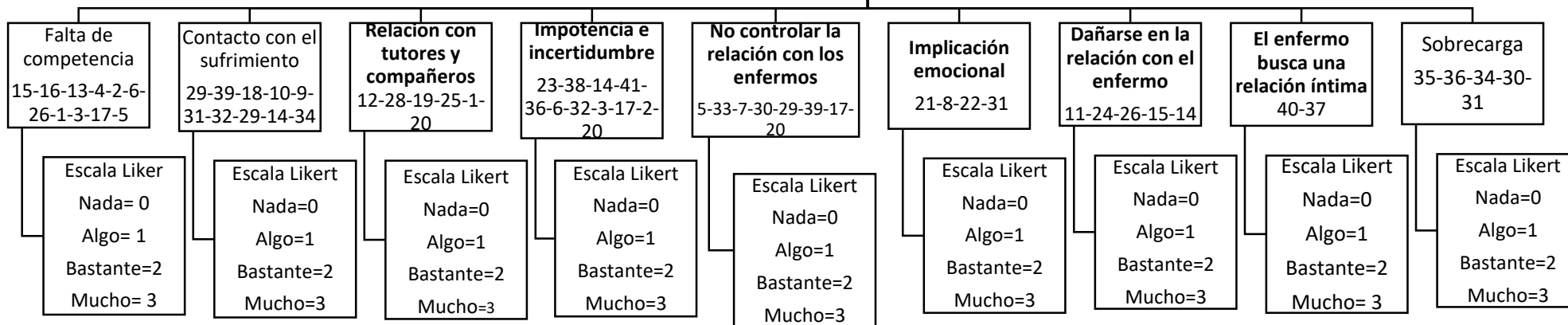
Persona que cursa o ha cursado estudios en una institución de enseñanza superior ⁽²⁴⁾

1.5.1 Operalización de las variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	CATEGORÍA	ESCALA DE MEDICIÓN
EDAD ⁽²⁵⁾	Es el tiempo que ha vivido una persona al día de realizar el estudio. Definición operativa: número de años cumplidos, según fecha de nacimiento. ⁽²⁵⁾	Número de años cumplidos, según fecha de nacimiento. ⁽²⁵⁾	Años	Cuantitativa de Razón
SEXO ⁽²⁵⁾	Es la condición orgánica que distingue al hombre de la mujer y puede ser femenino o masculino. ⁽²⁵⁾	Identificación del sexo. ⁽²⁵⁾	Femenino o masculino	Cualitativa nominal
FACTORES DE ESTRÉS	Son las situaciones desencadenantes del estrés y pueden ser cualquier estímulo, externo o interno que, de manera directa o indirecta, propicie la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo. ⁽²¹⁾	Situaciones de estrés que causan mayor preocupación en los alumnos al primer contacto clínico hospitalario.	Nueve Dimensiones ⁽²⁵⁾	Ordinal
NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO	Aquel que se genera por las demandas que impone el ámbito educativo" y que puede afectar tanto a profesores como alumnos ⁽²³⁾	Nivel de estrés académico que durante los estudiantes de enfermería en su primera práctica clínica hospitalaria.	Estrés leve Estrés moderado Estrés severo ⁽²⁷⁾	Ordinal

FACTORES ESTRESORES. (KEZKAK) "CUESTIONARIO BILINGUE DE ESTRESORES EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN LAS PRÁCTICAS CLÍNICAS."(22)

Son las situaciones desencadenantes del estrés y pueden ser cualquier estímulo, externo o interno (tanto físico, químico, acustico o somático como sociocultural) que de manera directa o indirecta, propicie la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo. (21)

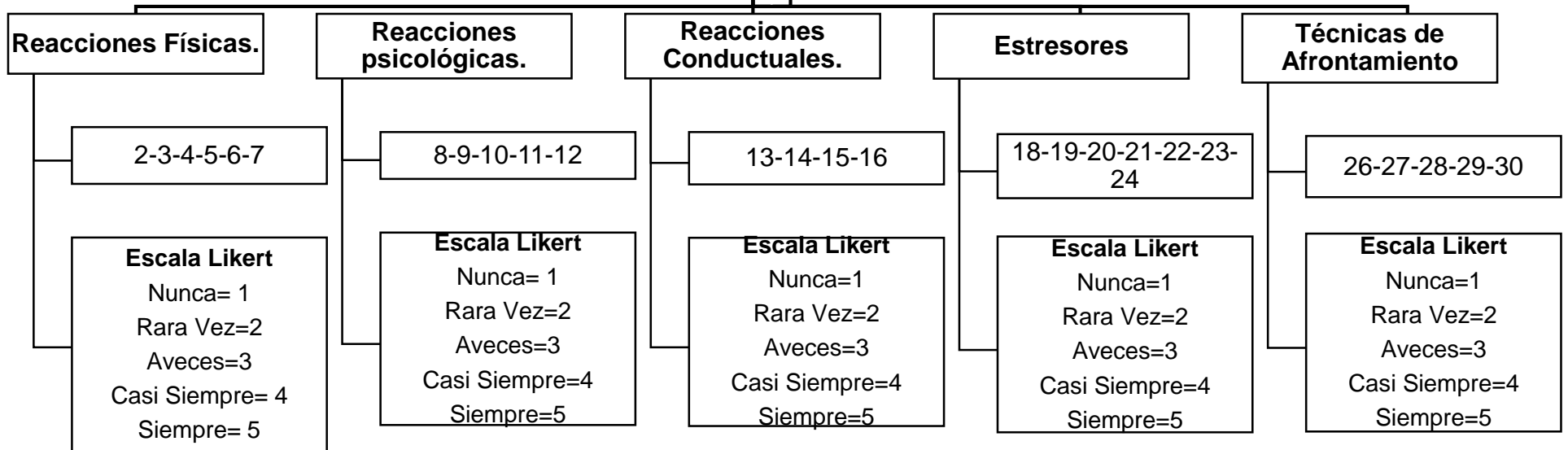


Se obtiene puntuación total y por factores se obtendrá la media de cada ítem, a mayor puntaje mayor estrés.

NIVEL DE ESTRES ACADÉMICO (SISCO)

"Aquel que se genera por las demandas que impone el ambito educativo" y que puede afectar tanto a profesores como alumnos (22)

DIMENSIONES (27)



1.6 Objetivos

1.6.1 Objetivo general

Identificar los factores estresores predominantes y nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería al primer contacto clínico hospitalario.

1.6.2 Objetivos específicos

Determinar los principales factores estresores por género.

Identificar el género que padece mayor nivel de estrés académico.

Describir las situaciones de estrés prevalentes en los estudiantes de enfermería.

Conocer el tipo de reacción con mayor predominio en los estudiantes de enfermería ante el estrés.

CAPÍTULO II

Metodología 2

2.1 Tipo de estudio

Esta investigación fue de tipo cuantitativa, descriptiva, transversal, ya que se identificaron los factores estresantes y el nivel de estrés académico presentes en estudiantes de enfermería en su primer contacto clínico hospitalario obtenidos en situaciones reales, un ambiente natural y en un solo momento. ⁽²⁸⁾

2.2 Población

La población que se utilizó para esta investigación fueron alumnos de 3er semestre de enfermería de la Universidad de Sotavento, Campus Coatzacoalcos; Ver que cursaban su primera práctica clínica hospitalaria; en un período de estudio comprendido del 1 agosto del 2018 al 31 de Julio del 2019.

2.3 Muestreo y muestra

La muestra está conformada por 97 alumnos, seleccionados por un muestreo no probabilístico por conveniencia quedando una muestra total de 79 alumnos y 18 cuestionarios no validos aplicando los criterios de eliminación.

2.4 Criterios de inclusión

Ambos sexos no importando la edad.

Estudiantes de enfermería inscritos en la Universidad de Sotavento Campus Coatzacoalcos.

Estudiantes de Enfermería que cursan su primera práctica clínica hospitalaria.

Los estudiantes que acepten participar en la investigación y firmen el consentimiento informado.

2.5 Criterios de exclusión.

No estar presente en el momento de la realización de los cuestionarios.

Estudiantes de la facultad de enfermería de semestres avanzados que ya cursaron dos o más ciclos de prácticas hospitalarias.

2.6 Material

El primer apartado (Apéndice A) estuvo compuesto por una cédula de identificación de datos personales como edad y sexo; así como dos preguntas complementarias para indagar acerca de antecedentes laborales de los estudiantes.

El segundo (Apéndice B) instrumento fue creado en el año 2003 por Zupiria Gorostidi titulado “KEZKAK: cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas” el cual presentó una alta consistencia interna (α de Cron Bach. 0.93) por lo cual se le consideró un instrumento útil para medir las variables de estudio. El cuestionario lo integran 41 ítems distribuidos en nueve dimensiones con respuestas tipo Likert (Nada = 0, Algo = 1, Bastante = 2 y Mucho = 3), para su evaluación se obtuvo la media y la desviación estándar (DE) y se convierte en porcentaje, donde a mayor valor, mayor presencia de estresores. Las nueve dimensiones establecidas en el cuestionario son: falta de competencia, contacto con el sufrimiento, relación con tutores y compañeros, impotencia e incertidumbre, no controlar la relación con los enfermos, implicación emocional, dañarse en la relación con el enfermo, el enfermo busca una relación íntima y sobrecarga. ⁽²²⁾

Así mismo como último instrumento (Apéndice C) de evaluación fue utilizado el inventario “SISCO de estrés académico” realizado por el Dr. Arturo Barraza Macías aplicado para validación el 28 de mayo del año 2010, presentando un α de Cron Bach de, 0.91 considerándose un instrumento adecuado para la investigación realizada; contiene 41 ítems distribuidos de la siguiente manera: un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (si-no), permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario y un ítem que en un escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5, donde uno es poco y cinco mucho), permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico; acompañado de cinco dimensiones como: reacciones físicas, reacciones psicológicas, reacciones conductuales, situaciones estresantes y por ultimo estrategias de afrontamiento. ⁽²⁷⁾

De los 79 alumnos seleccionados en nuestra investigación que cumplían con los criterios de inclusión y exclusión aplicando el ítem de filtro del cuestionario SISCO

se continuó la investigación con 74 alumnos que contestaron “SI” a la pregunta de ¿has tenido momentos de preocupación y nerviosismo? Los cuales se consideraban candidatos a contestar el inventario de forma completa.

2.7 Procedimiento

Se presentó el tema ante el comité de ética para su aprobación, posteriormente se elaboró un oficio donde se solicitó permiso de la Facultad de enfermería Campus Coatzacoalcos Ver, perteneciente a la Universidad de Sotavento para proceder a la aplicación del instrumentó de evaluación.

Una vez obtenido los permisos requeridos se determinó la muestra enfocada a estudiantes que estuvieran cursando su primera práctica clínica hospitalaria. Previo a la recolección de datos se explicaron los motivos de la presente investigación exponiendo los riesgos mínimos de acuerdo con la Ley General de Salud en materia de investigación con seres humanos, los alumnos que deseen participar y firmen el consentimiento informado se les solicitará que respondan la cédula de identificación, el cuestionario KEZKAK sobre factores estresores al primer contacto clínico hospitalario y por último el cuestionario SISCO de estrés académico.

Una vez obtenida la información recopilada por medio de los instrumentos de evaluación se procederá a la realización de una base de datos en una hoja de Excel y con ayuda del programa SPSS versión 23 se analizarán los datos y se interpretarán en gráficas de barras y tablas en donde serán representadas medidas de tendencia central y medidas de variabilidad dando como resultado un análisis completo de los datos obtenidos en la investigación y posterior a eso darlos a conocer. ⁽²⁹⁾

2.8 Consideraciones éticas

El presente estudio tiene como base fundamental las normas éticas internacionales en primer lugar, del Código de Núremberg donde se menciona la importancia del consentimiento informado, que los estudios deben ser realizados previamente en animales, en instalaciones adecuadas y por personas capacitadas. En segundo lugar, el Pronunciamiento de Helsinki redactado en 1964 durante la 18ª reunión de la Asociación Médica Mundial y por último en el Informe de Belmont basado en tres conceptos básicos: El respeto por las personas, la beneficencia y la justicia. ⁽³⁰⁾

Además, se ajusta a la Ley General de Salud en Materia de Investigación publicado por el Diario Oficial de la Federación el 6 de enero de 1987 con su última reforma el 2 de abril del 2014, donde se enfatiza en su artículo 13 el respeto a la dignidad y los derechos humanos, mientras que en los artículos 20 y 21 se aborda la importancia del consentimiento informado y por último en el artículo 16 se menciona confidencialidad del sujeto de investigación. El estudio se clasifica dentro de la categoría de investigaciones sin riesgo de acuerdo con ley general de salud en su artículo 17. ⁽³¹⁾

La selección de los participantes se realiza de forma equitativa, se les explica el objetivo del estudio y se aclararan las dudas generadas. La participación en el estudio es de forma voluntaria pudiendo retirarse en el momento que así lo consideren. ⁽³¹⁾

Al tratarse de mayores de edad no requieren de un representante legal, una vez que se requisita el consentimiento informado se reporta la información de manera anónima, los datos personales proporcionados por los participantes serán confidenciales, solo identificados por los investigadores del estudio y para los fines de este mismo. ⁽³¹⁾

2.9 Estrategias de análisis

La estrategia de análisis de los datos proporcionados por los instrumentos de evaluación aplicados a los alumnos de enfermería en su primera práctica clínica hospitalaria fue estudiados e interpretados con ayuda de medidas de tendencia central media y desviación estándar, así como porcentajes. El nivel de significancia aceptado será de ≤ 0.05 . La base de datos y análisis se realizarán en el programa SPSS en su versión 23.

CAPÍTULO III

Resultados 3

3.1 Análisis de los datos

En este apartado se describen el análisis de los datos obtenidos en la investigación; destacando especialmente los factores estresores y el nivel de estrés académico con mayor prevalencia en los alumnos de enfermería en su primer contacto clínico hospitalario.

Tabla 1. Confiabilidad del instrumento.

Instrumento	Reactivos	Alpha de Cronbach
KEZKAK	41	0.93
SISCO	29	0.91

Para esta investigación se utilizó el instrumento KEZKAK el cual tiene como objetivo “medir los estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas,” mostrando un Alpha de Cron Bach de 0.93. Así mismo se empleó el cuestionario SISCO, el cual tiene por finalidad reconocer las características del estrés que suelen acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de posgrado durante sus estudios, reflejando una confiabilidad de 0.91; de acuerdo con la investigación realizada por Bojórquez Molina M publicada en la revista científica “Innovation in Engineering, Technology and Education for Competitiveness and Prosperity” los instrumentos utilizados son confiables. (32)

Tabla 2. Datos sociodemográficos.

Variable	F	%
Género		
Mujer	19	75.9%
Hombre	60	24.1%
Has trabajado como auxiliar		
Sí	7	8.9%
No	72	91.1%
Trabajas y estudias		
Sí	8	10.1%
No	71	89.1%

La edad media de los estudiantes de enfermería en el primer contacto clínico es de 19.7 con una desviación estándar de 1.6, la edad mínima de 18 y una máxima de 30 años. Se observa que el género con mayor prevalencia es el femenino con el 75.9%. De los 79 alumnos entrevistados solo un 8.9% han trabajado como auxiliar de enfermería, el 10.1% trabaja y estudia al mismo tiempo.

Tabla 3. Factores estresores puntaje global por género.

Variabes	Media	DE
Puntaje total	2.44	1.118
Puntaje hombres	2.47	1.073
Puntaje mueres	2.48	1.112

Las mujeres reportan un mayor número de factores estresores y se refleja con una media de 2.48 (DE 1.112) es decir son las más propensas a sentirse estresadas en diversas situaciones.

Tabla 4. Dimensiones de factores estresores.

Dimensión	Media	DE
Falta de competencia	18.57	7.800
Contacto con el sufrimiento	13.03	5.558
Relación con tutores y compañeros	7.96	3.821
No controlar la relación con el enfermo	11.89	4.948
Impotencia e incertidumbre	18.77	6.788
Implicación emocional	4.96	2.224
Dañarse en la relación con el enfermo	7.56	3.737
El enfermo busca una relación íntima	3.10	2.036
Sobrecarga	7.15	3.138

Referente a las dimensiones de factores estresores se encontró que las dimensiones con mayor prevalencia fueron: Impotencia e incertidumbre con una media de 18.77 (DE 6.788), falta de competencia 18.57 (DE 7.800) y Contacto con el sufrimiento 13.03 (DE 5.558).

Tabla 5. Principales factores estresores.

ITEMS	Media	DE
Cometer un error	1.99	0.913
Confundir medicación	1.97	0.960
Punzarme con una aguja infectada o contaminada	1.97	1.165
Las diferencias entre lo que aprendemos es clases y lo que vemos en practicas	1.94	0.911
No encontrar al médico cuando la situación lo requiera	1.90	0.900
Contagiarme de alguna enfermedad a través del paciente	1.86	1.118
Realizar mal un procedimiento y perjudicar al paciente	1.84	1.114
Recibir la denuncia de un paciente por hacer algo mal	1.81	1.087
Que el paciente toque ciertas partes de mi cuerpo	1.81	1.144
Encontrarme en alguna situación sin saber que hacer	1.77	0.891

Se muestran los diez principales factores estresores que presentan los estudiantes de enfermería en su primer contacto clínico hospitalario siendo los tres con mayor prevalencia: cometer un error 1.99 (DE 0.913), confundir medicación 1.97 (DE 0.960), punzarme con una aguja infectada o contaminada 1.97 (DE 1.165)

A continuación, en esta sección de tablas se brindarán los resultados obtenidos del análisis de los datos proporcionados por el cuestionario SISCO de estrés académico.

Tabla 6. Alumnos que han tenido momentos de preocupación y nerviosismo.

Variable	Frecuencia	Porcentaje
¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?	SI	74
	NO	5
		93.67
		6.32

Se observa que de la pregunta indagatoria “Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo” se encontró que de los 79 alumnos solo 5 respondieron de forma negativa, constituyendo la muestra final de 74 alumnos para el análisis de Nivel de estrés.

Tabla 7. Nivel de estrés en universitarios.

Nivel de estrés en universitarios	Frecuencia	Porcentaje
Leve	20	27%
Moderado	38	51.4 %
severo	16	21.6 %

De los 74 alumnos que continuaron respondiendo el cuestionario SISCO de estrés académico el nivel de estrés que predomina en la población universitaria es en primer lugar el nivel moderado con un 51.4% (f 38), seguido de un nivel leve con un 27% (f 20) y severo con un 21.6% (f 16).

Tabla 8. Nivel de estrés por género.

Nivel de estrés	Frecuencia	Hombre	Frecuencia	Mujer
Leve	6	8.1	14	18.9
Moderado	10	13.6	28	37.8
Severo	1	1.4	15	20.3

El género femenino es más susceptible a padecer mayor nivel de estrés al arrojar un resultado “moderado” con el 37.8% (f 28) mientras que el sexo masculino solo el 13.6% (f 10)

Tabla 9. Dimensiones de estudio que miden el nivel de estrés académico.

Dimensión	Media	DE
Reacciones físicas	16.16	4.85
Reacciones conductuales	9.43	4.17
Reacciones psicológicas	12.95	5.00
Situaciones estresantes	21.45	7.00
Estrategias de afrontamiento	16.07	5.525

De las cinco dimensiones que dividen al cuestionario SISCO la de mayor prevalencia en los alumnos es “situaciones estresantes” (M 21.45) (DE 7.00) seguida de “reacciones físicas” (M 16.16) (DE 4.85).

Tabla 10. Dimensión de reacciones físicas.

Variable	Media	DE
Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla)	2.23	1.20
Fatiga crónica (cansancio permanente)	2.55	1.17
Dolor de cabeza	2.86	1.19
Rascarse o morderse las uñas.	2.88	1.47
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	3.23	1.35

Como hallazgo de la investigación se encontró que la mayor parte de los alumnos entrevistados tienen problemas de “somnolencia o mayor necesidad de dormir” (media 3.23) y (DE 1.35) cuando se encuentran estresados y como reacción física secundaria “rascarse y morderse las uñas “.

Tabla 11. Reacciones psicológicas.

Variable	Media	DE
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	2.77	1.30
Sentimientos de depresión o tristeza. (decaído)	2.47	1.28
Ansiedad, angustia o desesperación	2.68	1.17
Problemas de concentración	2.81	1.20
Sentimientos de agresividad y aumento de irritabilidad	2.22	1.32

Entre las reacciones psicológicas con mayor prevalencia en los alumnos son los “problemas de concentración” (media 2.81) (DE 1.20), seguido de “inquietud o la incapacidad de relajarse y estar tranquilo” (media 2.77) (DE 1.30).

TABLA 12. Respuestas conductuales.

Variable	Media	DE
Conflictos o tendencia por polemizar o discutir.	2.07	1.20
Aislamiento de los demás.	2.22	1.32
Desgano para realizar labores escolares.	2.47	1.21
Aumento o reducción del consumo de alimentos.	2.68	1.34

La reacción conductual más experimentada en los alumnos de enfermería al primer contacto clínico hospitalario es el “aumento o reducción del consumo de alimentos” (media 2.68) (DE 1.34) y, por otro lado, la menos predominante es “conflictos o la tendencia a polemizar o discutir” (media 2.07) (DE 1.20)

Tabla 13. Situaciones estresantes.

Variable	Media	DE
La competencia con los compañeros de grupo.	2.22	1.17
Sobre carga de tarea y trabajos escolares.	3.46	1.26
La personalidad y carácter del profesor	2.76	1.42
Las evaluaciones de los profesores.	3.62	1.32
El tipo de trabajo que piden los profesores.	3.22	1.25
No entender los temas que abordados en las clases	3.00	1.31
Tiempo ilimitado para hacer el trabajo.	3.20	1.39

Uno de los factores o situaciones que causan mayor preocupación y nerviosismo en los estudiantes de enfermería es las evaluaciones de los profesores (media 3.62) (DE 1.32) seguido de la sobre carga de tarea y trabajos escolares (media 3.46) (DE 1.26). Esto nos confirma la necesidad de la formación de nuevas estrategias de aprendizaje que permitan que el alumno disminuya su nivel de estrés y pueda provechar al máximo lo impartido en clase.

Tabla 14. Estrategias de afrontamiento utilizadas.

Variable	Media	DE
Habilidad asertiva.	3.01	1.34
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.	2.88	1.11
Elogios a si mismo	2.42	1.31
La religiosidad	2.08	1.25
Búsqueda de información sobre la situación	3.21	1.30
Ventilación o confidencias.	2,53	1,30

Las estrategias de afrontamiento más utilizada por los alumnos de enfermería en su primer contacto clínico hospitalario son “la búsqueda de la información sobre la situación “(media 3.21) seguida de la “habilidad asertiva” (media 3.01) la cual engloba defender las preferencias, ideas y sentimientos sin dañar a otros, así mismo la estrategia de afrontamiento menos utilizada es la religiosidad (media 2.08%).

3.2 Discusión

Esta investigación tuvo como propósito identificar los factores estresores predominantes y nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería al primer contacto clínico hospitalario. Como parte complementaria de la investigación era necesario identificar el género que padece mayor nivel de Estrés Académico, describir las situaciones de estrés prevalentes en los estudiantes de enfermería y conocer el tipo de reacción con mayor predominio en los estudiantes de enfermería ante el estrés.

De acuerdo con los datos obtenidos en esta investigación se puede recalcar que la edad mínima fue de 18 años y una máxima de 30 años. Con una mayor prevalencia en la población del género femenino con el 75.9% y un 24.1% de género masculino, datos que coinciden con los proporcionados por Angélica Saraí Cabañas Ramírez en su investigación “Factores estresantes en estudiantes de enfermería que realizan prácticas clínicas hospitalarias y comunitarias” reportando un mayor número de mujeres con un porcentaje de 82.4% y menor cantidad de hombres con un 17.6%, por el contrario en este mismo estudio quien reporta que el 14.8% de los estudiantes trabajaba y estudiaba al mismo tiempo, difiere con los resultados obtenidos en este estudio donde se obtuvo que el 10.1 % combinaba sus estudios con trabajo. Existe una influencia entre el estrés y el género que afecta de forma positiva o negativa en el rendimiento laboral educativo y esta puede variar en cada persona de acuerdo con el manejo psicológico, mental, físico y emocional.

Por otra parte, los resultados obtenidos proporcionados por el cuestionario KEZKAK las dimensiones con mayor prevalencia fueron: Impotencia e incertidumbre, falta de competencia y contacto con el sufrimiento, en comparación con la investigación realizada por Leidy Yulieth Arias Mosquera coinciden en dos dimensiones las cuales son falta de competencia y contacto con el sufrimiento. Los alumnos no se sienten capacitados completamente para la realización de sus prácticas clínicas hospitalarias debido a que son las primeras que se encuentran cursando es aquí donde el docente clínico debe buscar estrategias de aprendizaje para que el alumno pueda retener de una forma fácil la información proporcionada

en clase y de la misma forma aplicarla sin temor en su práctica clínica. Por otro lado, el desarrollo de estrategias de afrontamiento debe ser enseñado y desarrollado en los estudiantes de enfermería para evitar que le afecte a manera personal el sufrimiento del paciente.

Respecto a los ítems de los factores estresores que causan mayor efecto en los estudiantes de enfermería en su primer contacto clínico hospitalario los resultados obtenidos fueron en primer lugar cometer un error, en segundo confundir medicación y por último pinzarme con una aguja infectada o contaminada, al comparar estos resultados obtenidos con la investigación realizada en la Universidad Católica del Uruguay se encontró que son distintos: la falta de competencia toma la primera posición, seguida del contacto con el sufrimiento, la relación con los compañeros, la diferencia entre la teoría y la práctica, la implicación emocional y la relación con los profesores. La poca o nula experiencia en la práctica hospitalaria genera cierto nivel de estrés al pensar que pueden “cometer un error” de cualquier tipo que afecte al paciente, entre los errores entra la posibilidad de “equivocarse de medicación” por la similitud entre los nombres o presentaciones de algunos de ellos. Por otra parte, es necesaria la capacitación a los alumnos para evitar accidentes de trabajo como pincharse con una aguja y que hacer en caso de que esta situación suceda. Para igualar lo teóricamente aprendido en clase se recomienda como parte de una estrategia de aprendizaje la realización de simuladores clínicos que igualen lo vivido en la práctica clínica.

El nivel de estrés moderado predomina en los estudiantes de enfermería con un 51.4% de la población total, seguido de un nivel leve con un 27% y severo con un 21.6%, coincidiendo con los resultados obtenidos por Jorge Luis Barsallo Sánchez en Ecuador en su investigación: *Estrés Académico, Factores de Riesgo e influencia del Estrés Académico sobre el Rendimiento Académico*, el nivel de estrés moderado toma el primer lugar con un 46.7, seguido del 36.48% quienes se encontraron en un nivel alto de estrés académico, por esta razón es necesario la enseñanza de técnicas relajación y afrontamiento que permita manejar de una manera positiva el estrés ya influye en el aprovechamiento escolar.

El género femenino es más susceptible a padecer mayor nivel de estrés al arrojar un resultado “moderado” con un 37.8%, mientras que el sexo masculino solo el 13.6%. Sin embargo, otros estudios como el realizado por Herrera Puente el cual expone un caso particular con alumnos de Universidad del Azuay aplicando el inventario de Estrés Académico en dos períodos, antes y después del proceso de evaluación en donde se obtuvo como resultado que durante el proceso de evaluaciones el sexo masculino presenta más altos niveles de estrés que sexo femenino. Al llegar a una conclusión general con los resultados de los estudios realizados las mujeres padecen mayor estrés que los hombres, pero los hombres se les dificulta afrontar situaciones académicas como la presentación de exámenes dando como consecuencia un bajo rendimiento académico.

Las estrategias de afrontamiento más utilizada por los alumnos de enfermería en su primer contacto clínico hospitalario arrojados en esta investigación son “la búsqueda de la información sobre la situación”, seguida de la “habilidad asertiva” y por último la menos utilizada es la religiosidad. Por otro lado, Carlos Castillo menciona en su investigación que los hombres tienden más a consumir sustancias nocivas para la salud como alcohol, tabaco y drogas como una forma de afrontamiento ante diversas situaciones estresantes.

Las reacciones físicas y psicológicas con mayor predominio en los alumnos fueron la somnolencia o mayor necesidad de dormir, problemas de concentración y los resultados son iguales a la investigación realizada por Lagos Osorno en donde los alumnos refieren experimentar frecuentemente somnolencia y problemas de concentración. Concluimos que la somnolencia y la falta de concentración es parte de la adaptación del estudiante a una exigencia académica mayor a la que estaban acostumbrados.

Sobre las situaciones estresantes, los ítems con mayor puntajes son las evaluaciones de los profesores, seguido de la sobre carga de tarea y trabajos escolares, Carlos Castillo et al destaca que la sobrecarga académica, falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y realización de un examen son las principales situaciones donde se manifiesta el estrés en el alumno siendo

necesario la realización de nuevas estrategias de aprendizaje por el docente para reducir el nivel de estrés y aumentar el rendimiento académico.

3.3 Conclusión

Con base a los resultados y objetivos planteados en la presente investigación de un total de 79 estudiantes de 3er semestre de la facultad en Enfermería de la Universidad de Sotavento, Campus Coatzacoalcos seleccionados por un muestreo de conveniencia se concluye que:

- 1) Las mujeres reportan un mayor número de factores estresores es decir son las más propensas a sentirse estresadas en diversas situaciones. Las dimensiones de los factores estresores son: Impotencia e incertidumbre, falta de competencia y contacto con el sufrimiento. Así mismo, las principales situaciones estresantes son: Cometer un error, confundir medicación y punzarme con una aguja infectada o contaminada. Para igualar lo teóricamente aprendido en clase se recomienda como parte de una estrategia de aprendizaje la realización de simuladores clínicos que igualen lo vivido en la práctica clínica.
- 2) El nivel de estrés moderado predomina en los estudiantes de enfermería con un 51.4% de la población total, seguido de un nivel leve con un 27% y severo con un 21.6%, por otra parte, estudiando el nivel de estrés por genero las mujeres son más susceptible a padecer mayor nivel de estrés al arrojar un resultado “moderado” de un 37.8% mientras que el sexo masculino solo el 13.6%. Por esta razón es necesario la enseñanza de técnicas relajación y afrontamiento que permita manejar de una manera positiva el estrés ya influye en el aprovechamiento escolar.

Dada la trascendencia del estrés detectado en los estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas, se considera necesario aplicar programas de formación en estrategias para la reducción del estrés. Éstos pueden ser muy útiles para ayudar a los futuros profesionales a identificar los agentes estresores, disminuir su percepción del estrés y realizar su trabajo cotidiano disfrutándolo y sin riesgos para su salud. Las situaciones ordenadas de mayor a menor percepción de estrés en los alumnos de este estudio pueden ayudar a priorizar y planificar las intervenciones educativas al permitir identificar con mayor exactitud qué aspectos

vividos en las prácticas clínicas les afectan más y cuáles son percibidos con menor intensidad.

De ese modo, será más fácil que los futuros profesionales de enfermería reaccionen de una forma adaptativa a los estímulos estresantes a los que van a enfrentarse diariamente en su ámbito laboral.

Generalmente, la educación universitaria está inmersa en un complejo proceso de transformación y convergencia. Con el fin de superar los déficits del modelo tradicional y teniendo como meta la excelencia en la educación, los profesionales de la enseñanza deben hacer un esfuerzo por entender cuáles pueden ser las principales barreras que existen para los estudiantes de enfermería, y así poder desarrollar intervenciones que contribuyan a eliminarlas o minimizarlas.

3.4 Recomendación

A razón de los resultados obtenidos en el presente trabajo, se plantean una serie de futuras líneas de investigación en relación con el tema de estudio.

La plantilla escolar de la carrera de enfermería se caracteriza por ser en mayor número de estudiantes del sexo femenino, por lo que es aconsejable que la muestra esté conformada por un número igualitario de hombres y mujeres de esta forma la variable no pueda condicionar alguno de los resultados.

Analizar para futuras investigaciones si las diferencias en los programas educativos y periodos de prácticas clínicas de los estudiantes influyen en la aparición de estrés académico en el primer contacto clínico hospitalario.

Desarrollar un estudio donde se busque relacionar la presencia del estrés académico en el primer contacto clínico de los alumnos que únicamente se dedican a sus estudios en contraparte con los que laboran y los que laboran en alguna área de la salud.

Identificar el estrés padecido por la comunidad estudiantil mediante la aplicación de un cuestionario o instrumento que deba ser contestado de forma general por todos los alumnos y en caso necesario contar a donde referirlos, ya sea a un taller, consejería o apoyo psicológico.

Fomentar talleres para dar a conocer a los estudiantes de enfermería las estrategias de afrontamiento al estrés académico que tienen a su alcance, principalmente antes de su primer contacto hospitalario.

Se deben emplear cursos para docentes enfocados en la mejora de estrategias metodológicas de forma que en la enseñanza se incluyan simuladores de las situaciones reales de un ambiente hospitalario de esta manera ayudar a manejar el estrés durante sus rotaciones en ciclos clínicos.

Referencias bibliográficas

- 1) <https://www.apa.org>. (2019). *El estrés es un problema de salud serio en los Estados Unidos*. [online] Available at: <https://www.apa.org/centrodeapoyo/estres-problema> [Accessed 13 Sep. 2019].
- 2) Moya, M.; Larrosa, S; López, C., López, I., Morales, L., & Simón, A. (2013). Percepción del estrés en estudiantes de enfermería ante sus prácticas clínicas. *Enfermería global*, 31,232-243.
- 3) Alfonso Águila B, Calcines Castillo M, Monteagudo de la Guardia R, Nieves Achon Z. Estrés académico. Edumecentro [Internet]. 2015 [citado 2019 Jun 10];7(2): [aprox. 15 p.]. Disponible en: <http://www.revedumecentro.sld.cu/index.php/edumc/article/view/530>
- 4) Peñafiel Ochoa K de J, Preciado Orrala GS, Solórzano Vélez JA, Salazar Párraga JL. Respuesta metabólica al estrés en pacientes adultos. RECIMUNDO [Internet]. 8feb.2019 [citado 11 jun 2019];3(1):1050-74. Disponible en: <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/405>
- 5) Pérez Núñez David, García Viamontes Jessica, García González Tomás Ernesto, Ortiz Vázquez Daily, Centelles Cabrerías Martha. Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. *Rev. cubana Med Gen Integr* [Internet]. 2014 Sep [citado 2019 Jun 10]; 30(3):354-363. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252014000300009&lng=es.
- 6) Eileen Rosa Escobar Zurita, Bruno Wilfrido Soria De Mesa, Glenis Florangel López Proaño y Dayanara de los Angeles Peñafiel Salazar (2018): "Manejo del estrés académico; revisión crítica", *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo* (agosto 2018). En línea: <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html> //hdl.handle.net/20.500.11763/atlante1808estres-academico
- 7) Alfonso Águila Belkis, Calcines Castillo María, Monteagudo de la Guardia Roxana, Nieves Achon Zaida. Estrés académico. *Rev*

EDUMECENTRO [Internet]. 2015 Jun [citado 2019 Jun 11] ; 7(2): 163-178. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013&lng=es.

- 8) Pulido-Martos Manuel, Augusto-Landa José M., López-Zafra Esther. Nursing students in their clinical practice: the role of emotional intelligence on occupational stressors and well-being. Index Enferm [Internet]. 2016 Sep [citado 2019 Jun 12]; 25(3): 215-219. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962016000200020&lng=es.
- 9) Cremades Puerto, J, Maciá Soler, L, López Montesinos, MJ, Pedraz Marcos, A, González Chorda, VM. Uma nova contribuição para a classificação dos fatores estressores que afetam os profissionais de enfermagem. Revista Latino-Americana de Enfermagem [Internet]. 2017; 25:1-7. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281449566049>
- 10)1. Barzallo Sánchez JL, Moscoso Zúñiga CI. Tesis [Internet]. 2015 [citado el 13 de Junio de 2019]. Recuperado a partir de: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/23899>
- 11)Jerez-Mendoza Mónica, Oyarzo-Barría Carolina. Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Rev. chil. neuro-psiquiatr. [Internet]. 2015 Sep [citado 2019 Jun 11]; 53 (3): 149-157. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272015000300002&lng=es.
- 12) Tessa G. R. Factores estresores percibidos por los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Católica del Uruguay en la práctica clínica. Rev colomb enferm [Internet]. 2015 [Citado 14 junio 2019] ;(Volumen 10): Págs. 27-34. Disponible en: <http://file:///C:/Users/MIKY/Downloads/Dialnet-FactoresEstresoresPercibidosPorLosEstudiantesDeLaF-6547170.pdf>
- 13)Herrera Puente S, Muñoz Vélez D. Estrés académico niveles y diferencias de género en estudiantes universitarios de la Universidad del Azuay [Licenciatura]. Universidad del Azuay; 2016.

- 14)** Carlos Castillo Pimienta, Tomás Chacón de la Cruz, Gabriela Díaz-Véliz, Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud, *Investigación en Educación Médica*, Volumen 5, Issue 20, 2016, Pages 230-237, ISSN 2007-5057, <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007505716000491>)
- 15)** Castillo Pimienta, C, Chacón de la Cruz, T, Díaz-Véliz, G. Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica* [Internet]. 2016;5(20):230-237. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349747925004>
- 16)** Arias Mosquera L, Montoya Gallo L, Villegas Henao A, Rodríguez Gázque M. Estresores en las prácticas clínicas de los estudiantes de enfermería de una universidad pública en Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo* [Internet]. 2018 [Citado 14 junio 2019];(1). Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/326781147_Estresores_en_las_practicas_clinicas_de_los_estudiantes_de_enfermeria_de_una_universidad_publica_en_Colombia#pf1
- 17)** de Dios D, Varela M, Braschi D, Sánchez M. Estrés en estudiantes de enfermería. *Revista Cubana de Educación Médica Superior* [Internet]. 2017 [Citado 14 junio 2019];(3): Páginas: 110-123. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=80402>
- 18)** CABAÑAS RAMIREZ A, GONZÁLEZ SÁNCHEZ N, ZAMORANO MARCELLIS M. “FACTORES ESTRESANTES EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA QUE REALIZAN PRÁCTICAS CLÍNICAS HOSPITALARIAS Y COMUNITARIAS” [LICENCIATURA]. Universidad Veracruzana; 2019.
- 19)** Condoyque-Méndez K, Herrera-Pérez A, Ramírez-Pacheco A, Hernández González P, Hernández-Arrolab L. Nivel de Estrés en los Estudiantes de las Licenciaturas en Enfermería y Nutrición de la Universidad de la Sierra Sur. *Salud y Administración* [Internet]. 2016 [Citado 14 junio 2019];(4,9):15-24. Disponible en: http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num9/A2_Nivel_Estres.pdf

- 20)** Toribio-Ferrer C, Franco-Bárceñasa S. Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Salud y Administración* [Internet]. 2016 [Citado 14 junio 2019];(3):11-18. Disponible en: http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf
- 21)** Morales H. E, Amigo C, J. Álvarez A, Bustamante M. ESTRESORES EMOCIONALES DE ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN PRÁCTICAS CLÍNICAS INTRAHOSPITALARIAS. *Revista Empresarial* [Internet]. 2018 [Citado 20 Junio 2019];(45):12 - 20. Disponible en: <http://file:///C:/Users/MIKY/Downloads/Dialnet-EstresoresEmocionalesDeEstudiantesDeEnfermeriaEnPr-6815242.pdf>
- 22)** Soria Urrutia, A. and González Domínguez, S. (2017). *EVALUACIÓN DEL ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DURANTE LAS PRÁCTICAS CLÍNICAS: ESTUDIO DESCRIPTIVO*. Licenciatura. Tecno Campus. Escola Superior de Ciencies de la Salut.
- 23)** Berrío García N, Mazo Zea R. Academic Stress. Universidad de Antioquia [Internet]. 2011 [cited 21 June 2019] ;(Vol. 3. No. 2.):65-82. Disponible en: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf>
- 24)** Diccionario.reverso.net. (2019). *Definición universitario* | *Diccionario español definición* | *Reverso*. [online] disponible en: <https://diccionario.reverso.net/espanol-definiciones/universitario> [Citado 4 Sep. 2019].
- 25)** Etapas de la investigación [Internet]. Smu.org.uy. 2019 [cited 23 July 2019]. Available from: <https://www.smu.org.uy/cartelera/socio-cultural/prevalen.pdf>
- 26)** Zupiria Gorostidi X, Uranga Iturriotz M, Alberdi Erize M, M. Barandiaran Lasa M. KEZKAK: cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. *Gac Sanit* [Internet]. 2003 [Citado 20 Junio 2019] ;(17(1):37-51. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/gsv17n1/orig5.pdf>
- 27)** A. Barraza. (A.V.). *Inventario SIStémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico*. Segunda versión de 21 ítems. Books-©ECORFAN-México, Durango. 2018.

- 28)** Hernández Sampieri R, Mendoza Torres C. Metodología de la investigación. 5th ed. México: McGraw-Hill Education; 2018.
- 29)** Jiménez R. Metodología de la Investigación. Elementos básicos para la investigación clínica. Editorial Ciencias Médicas, La Habana, 1998.
- 30)** Del Castillo Salazar D, Rodríguez Abrahantes TN. La ética de la investigación científica y su inclusión en las ciencias de la salud. Acta Médica del Centro [Internet]. 2018 [citado 2019 Jun 22]; 12(2):[aprox. 14 p.]. Disponible en: <http://www.revactamedicacentro.sld.cu/index.php/amc/article/view/880>
- 31)** Secretaría de Salud (2014). Ley General de Salud. Leyes y Códigos de México. (16°. Ed.) Reglamento de la Ley General de Salud. México Porrúa
- 32)** Quero Virla, M. Confiabilidad y coeficiente Alpha de Cronbach. Telos [Internet]. 2010;12(2):248-252. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=99315569010>

APRENDICES

A) SOLICITUD DE PERMISO

C) CONSENTIMIENTO INFORMADO

“Factores Estresores y Nivel de Estrés Académico en Estudiantes de Enfermería al primer contacto clínico hospitalario.”

La investigación tiene como objetivo Identificar los Factores Estresores predominantes y nivel de Estrés Académico en Estudiantes de Enfermería al primer contacto clínico hospitalario.

Mi participación consiste en responder la cédula de identificación, dos instrumentos de evaluación que llevan por nombre “KEZKAK: cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas” y por último el cuestionario “SISCO de estrés académico “. Cabe mencionar que las preguntas no ponen en riesgo mi integridad física y emocional, así mismo se me indico que los datos que se proporcionan sean confidenciales.

Yolanda Angélica Cruz Rafael, Perla Karen López Vázquez y Marilú Avelino Mendoza estudiantes de la Lic. En Enfermería de la Universidad de Sotavento: se hacen responsables de esta investigación que se realiza como producto de aprendizaje como requisito de titulación.

Consiento voluntariamente el participar en esta investigación no repercutirá en mis actividades, ni evaluaciones durante mi proceso académico y entiendo que tengo el derecho de retirarme de la investigación en cualquier momento sin que me afecte en ninguna manera. No hare ningún gasto ni recibiré remuneración alguna por la participación en el estudio

Firma del participante

D) CEDULA DE DATOS PERSONALES

Lee cada una de las instrucciones y completa los datos que se te pidan.

Edad:

Sexo:

¿Has trabajado alguna vez en una institución hospitalaria como auxiliar de enfermería?

Si

No

¿Trabajas y estudias al mismo tiempo?

Si

No

E) CUESTIONARIO KEZKAK

Lee cada frase y marca con una "X" dependiendo la preocupación a cada situación expuesta. No hay respuestas buenas ni malas. No emplees demasiado tiempo en cada frase y contesta señalando la respuesta que mejor describa tu preocupación.

#		0 NADA	1 ALGO	2 BASTANTE	3 MUCHO
1	No sentirme integrado/a en el equipo de trabajo de enfermeros y médicos.				
2	Realizar mal un procedimiento y perjudicar al paciente.				
3	Sentir que no puedo ayudar al paciente.				
4	Provocar un daño psicológico al paciente				
5	No saber cómo responder a las expectativas de los pacientes				
6	Hacer daño físico al paciente.				
7	No saber cómo responder al paciente ante alguna pregunta.				
8	Que me afecten las emociones del paciente.				
9	Tener que dar malas noticias.				
10	Tener que hablar con el paciente de su sufrimiento				
11	Que el paciente me trate mal.				
12	La relación con los médicos y enfermeras.				
13	Contagiarme de alguna enfermedad a través del paciente.				
14	Que un paciente que estaba mejorando su estado de salud comience a empeorar.				

15	Punzarme con una aguja infectada o contaminada.				
16	Confundirme de medicación				
17	Cometer un error.				
18	Ver morir a un paciente				
19	La relación con el profesor responsable de prácticas de la escuela				
20	Encontrarme en alguna situación sin saber qué hacer				
21	Implicarme emocional y sentimentalmente con el paciente.				
22	Que mi responsabilidad en el cuidado del paciente sea importante				
23	No darme abasto con los pacientes a mi cargo.				
24	Que el paciente no me respete				
25	La relación con profesor enfermero clínico.				
26	Recibir la denuncia de un paciente por hacer algo mal				
27	Tener que estar con la familia del paciente cuando éste se está muriendo.				
28	La relación con los compañeros estudiantes de enfermería.				
29	Encontrarme ante una situación de urgencia				
30	Tener que estar con un paciente con el que es difícil comunicarse.				
31	Tener que estar con un paciente al que se le ha ocultado una mala noticia.				
32	Tener que realizar procedimientos que producen dolor al paciente.				
33	No saber cómo terminar una plática con el paciente.				
34	Tener que trabajar con pacientes agresivos.				
35	La sobrecarga de trabajo.				
36	Recibir órdenes contradictorias.				
37	Que un enfermo del otro sexo se me insinúe.				
38	No encontrar al médico cuando la situación lo requiere.				
39	Tener que estar con un paciente terminal.				
40	Que el paciente toque ciertas partes de mi cuerpo.				
41	Las diferencias entre lo que aprendemos en clase y lo que vemos en prácticas.				

F) TEST DE ESTRÉS.

A continuación, se presentan un conjunto de preguntas marque con una X la respuesta que cree conveniente con responsabilidad y atendiendo a las indicaciones específicas. El propósito de este trabajo es recoger información sobre la influencia del estrés en el rendimiento académico.

1) ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? Sí _____ No _____

En caso de seleccionar la alternativa “NO” el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “SI” pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2) Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) es mucho.

3)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

4) Señale con que frecuencias tienes las siguientes reacciones físicas psicológicas y comportamientos mentales cuando estabas preocupado o nervioso.

NUNCA	RARA VEZ	AVECES	CASI SIEMPRE.	SIEMPRE.
1	2	3	4	5

REACCIONES FISICAS.	1	2	3	4	5
Trastornos del sueño. (Insomnio o pesadilla.					
Fatiga crónica. (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migraña.					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					

REACCIONES PSICOLOGICAS.	1	2	3	4	5
Inquietud (Incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (Decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración.					
Sentimiento de agresividad y aumento de irritabilidad.					

REACCIONES CONDUCTUALES.	1	2	3	4	5
Conflictos o tendencia por polemizar o discutir.					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar labores escolares.					
Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
Otras (especificar)					

5) Señale con qué frecuencia te inquietan las siguientes situaciones.

ESTRESORES	1	2	3	4	5
La competencia con los compañeros del grupo.					
Sobre carga de tarea y trabajos escolares.					
La personalidad y el carácter del profesor.					
Las evaluaciones de los profesores. (Exámenes, ensayos, trabajos e investigaciones, etc.)					
El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan a las clases. Participación en la clase (responder a preguntas, exposiciones etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otra.					

6) Señale con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o nerviosismo.

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	1	2	3	4	5
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
Elogios a sí mismo.					
La religiosidad. (oraciones y asistencias a misas)					
Búsqueda de información sobre la situación.					
Ventilación o confidencias (Verbalización de la situación que preocupa).					
Otra (Especifique).					

A) CRONOGRAMA

ACTIVIDADES	REALIZADO 2018-2019													
	A	S	O	N	D	E	F	M	A	M	J	J	A	S
Elaboración de Protocolo	X													
Pregunta de Investigación		X												
Hoja de Presentación			X											
Marco teórico			X					X						
Introducción				X										
Objetivos e Hipótesis				X										
Planteamiento Del Problema				X										
Material y Métodos								X						
Consideraciones Éticas								X						
Variables							X							
Descripción del Proyecto							X							
Análisis Estadístico.									X					
Índice y Bibliografía									X					
Recolección de la información			X											
Captura de la información						X								
Análisis de la información									X	X	X			
Redacción del escrito final												X	X	
Revisión														

