

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE TECNOLOGIA MÉDICA
LICENCIATURA EN ENFERMERIA



INFORME FINAL DE INVESTIGACION PARA OPTAR AL GRADO DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA:

ESTRÉS ACADEMICO QUE PREVALECE EN LOS Y LAS ESTUDIANTES
DEL CUARTO AÑO DE LA CARRERA DE LICENCIATURA EN ENFERMERIA,
FACULTAD DE MEDICINA, UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR, DE AGOSTO
A OCTUBRE DE 2015.

INTEGRANTES:

JENNIFER LISETH CADENAS MOLINA.
JACQUELINE VANESSA FLORES SANTANA.
DOILIANA PINEDA VAQUERANO.

ASESORA DE TESIS:

LICDA. YESENIA IVETTE FLORES MARTINEZ.

CUIDAD UNIVERSITARIA, ENERO DE 2016

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
AUTORIDADES VIGENTES

Licdo. José Luis Argueta Antillón

RECTOR ai.

Ing. Carlos Armando Villalta

VICE RECTOR ACADEMICA ai.

Dra. Ana Leticia Zavaleta de Amaya

SECRETARIA GENERAL ai.

Dra. Maritza Mercedes Bonilla Dimas

DECANO

FACULTAD DE MEDICINA

Msp. Dálide Ramos de Linares

DIRECTORA

ESCUELA DE TECNOLOGIA MÉDICA

Mae. Aura Marina Miranda de Arce

DIRECTORA

CARRERA DE LICENCIATURA EN ENFERMERÍA

PROCESO DE GRADO APROBADO POR:

COORDINADORA DE PROCESO DE GRADO Y DOCENTE ASESORA

Licda. Yesenia Ivette Flores Martínez

TRIBUNAL CALIFICADOR

Licda. Lorena Patricia Jandres de Meléndez

Licda. Telma Lorena Díaz Méndez

Licda. Yesenia Ivette Flores Martínez

AGRADECIMIENTOS

A DIOS TODOPODEROSO:

En ti confiarán los que conocen tu nombre, por cuanto tú, oh Jehová, no desamparaste a los que te buscaron (Salmos 9:10) Te alabare oh Jehová con todo mi corazón: contare todas tus maravillas (Salmos 9:1). Te agradezco de todo corazón Señor por darme esa convicción y seguridad de que un día terminaríamos juntos lo que empezamos juntos; y por enseñarme a saber esperar el tiempo perfecto para coronar mi carrera, infinitamente Gracias.

A MI PAPÁ:

Joaquín Antonio Cadenas Lemus, Gracias por creer en mí, a pesar de las situaciones difíciles que vivimos, por tu amor, tu dedicación, tu paciencia, por tu esfuerzo por sacarme adelante, por comprenderme y por estar presente en esas noches interminables de desvelo. Gracias Papi por ser mi pilar terrenal.

A MI MAMÁ:

Sonia Maribel Molina García, por tu apoyo, por tu amor, por tus oraciones que sin duda alguna llegaron a Dios, Gracias porque sé que a pesar de la distancia que nos separa estabas cerca de mí, cuando más tenía miedo de enfrentar algo nuevo.

A MIS HERMANOS, CUÑADA Y SOBRINO:

Joaquín Antonio Cadenas Molina, Sonia Liseth Cadenas Molina, Kemberly Rocío Góchez Santillana, Jefferson Adrián Cadenas Góchez, Gracias por demostrarme con hechos que estaban conmigo, por comprenderme, amarme, ayudarme en mis tareas, Gracias por sacarme sonrisas que quedaron marcadas en mi vida en los momentos más difíciles, sin duda alguna son la mejor bendición que Dios puso en mis manos.

A MI ABUELA, TIOS, Y PRIMAS:

Juana Lemus, por su apoyo incondicional, Kenia Molina García, Carlos Molina García, Stephanie Salguero Molina y Josseline Salguero Molina, por abrir las puertas de sus casas y darme un rinconcito durante algún tiempo de mi formación académica, a María Mercedes Cabrera por su apoyo. Gracias Carlos Molina por su apoyo, amor y aunque ya no esté con nosotros sé que un día lo veré y le contaré que lo logre y estará orgulloso de mí por haberlo alcanzado.

A MI AMIGA, COMPAÑERA, HERMANA Y AHORA COLEGA:

Jacqueline Flores, Gracias por estar ahí siempre, viviendo juntas, risas, enojos, llantos, golpes duros de la vida, Gracias por tu amistad y compañía.

A MIS HNO/AS DE MI IGLESIA:

Gracias por llevar siempre en oración a mi petición de finalizar mi carrera, gracias por darle una palabra de aliento a mi vida, y gracias por dejarse usar por el Señor, cuando Él me quería consolar con su palabra.

A MI ASESORA DE TESIS:

Yesenia Ivette Flores Martínez, Gracias por su apoyo incondicional, por estar a toda hora para nosotras, por confiar en nuestra capacidad de lograrlo, Gracias por su aporte de conocimientos, y por comprendernos en todo momento difícil.

A MI TRIBUNAL CALIFICADOR Y MIS DOCENTES:

Lorena Patricia Jandres de Meléndez, Telma Lorena Díaz Méndez, qué más puedo pedirle a Dios si hasta el final puedo ver su fidelidad, Gracias por su apoyo, gracias por sus consejos que en algún momento recibí de ustedes y que quedaron en mi corazón para siempre.

JENNIFER LISETH CADENAS MOLINA.

AGRADECIMIENTOS

Dad gracias en todo, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús. (1 Tesalonicenses 5:18)

Con el corazón estremecido y regocijante de alegría, doy gracia a Dios todo poderoso por su infinita misericordia y su gran amor hacia mi persona por no haberme abandonado en ningún momento llenándome de salud, fuerzas, esperanza, amor y fe a lo largo de mi carrera y permitirme llegar hasta el final culminando con mi proceso de graduación satisfactoriamente.

Doy gracias a dos seres maravillosos quienes han sido mis pilares y mi apoyo incondicional, mis padres el señor Clemente Adolfo Flores y la Señora María del Rosario de Flores, por estar a mi lado en todo momento, por costear mis estudios por tanto sacrificio para que yo me realizara como profesional, ruego a Dios los bendiga eternamente.

A mis tres tesoros a quienes amo con todo el corazón, Jimmy Adolfo Flores, Yancilvon Flores y Yoselin Paola Flores mis hermanos a quienes les doy las gracias por cada palabra de aliento cuando sentía desmayar por cada momento a mi lado en situaciones difíciles por el ánimo y apoyo en toda la trayectoria de mi carrera que Dios les colme de bendiciones.

A una gran mujer luchadora con un corazón que vale oro mi querida abuela la Señora Lucia Serrano, agradezco cada uno de sus consejos y por cuidar tanto de mí y ser parte fundamental en mi vida.

Así también quiero agradecer a dos licenciadas a nuestra querida asesora de tesis la licenciada Yesenia Ivette Flores por todo el tiempo brindado por sus consejos y ayuda para poder culminar nuestro proceso de grado, y a la

Licenciada Lorena Patricia de Meléndez quien a lo largo de mi carrera se convirtió en una verdadera amiga y hermana en Cristo gracias por cada uno de sus consejos y por todo ese apoyo incondicional cuando más lo necesite solo me resta desearles bendiciones masivas del Todopoderoso.

Agradezco a mis compañeras de tesis Jennifer Liseth Cadenas Molina Y Doiliana Pineda Vaquerano, gracias por toda la tolerancia y comprensión, no tengo palabras para expresar el agradecimiento que hay en mí, deseo que Dios conceda lo que su corazón más anhela.

Finalmente agradezco a mi querida ALMA MATER mí amada Universidad De El Salvador por haberme permitido esta oportunidad de poderme formar como profesional y así cumplir uno de mis más anhelados sueños.

JACQUELINE VANESSA FLORES SANTANA

AGRADECIMIENTOS

Primeramente agradezco a Dios el omnipotente por permitirme culminar mi carrera satisfactoriamente, por hacerme realidad este sueño anhelado, a mis padres, por haberme formado como la persona que soy, a mi madre en especial por su sacrificio durante todos estos años, por su apoyo económico y palabras de fortaleza constantemente, a mi hija (Jade) por ser mi principal motivación a ser cada día mejor persona, a su padre que también formo parte de esta etapa de mi vida, a las docentes que tuve a lo largo de la carrera que contribuyeron en mi formación personal y profesional de las que me siento honrada, como en la vida no todo es perfecto, agradezco a la persona que me causo daño moral y emocional, ya que me hizo más fuerte y por quien nunca olvidare que debo amar a mis semejantes como a mí misma, agradezco a mi asesora de tesis Licda. Yesenia Flores, a mis compañeras de tesis, Jacqueline Flores y Jennifer Cadenas y por último a la UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR por darme la oportunidad de forjarme como profesional.

Son muchas las personas que han formado parte de mi vida a lo largo de este proceso a las que me encantaría agradecerles su amistad, consejos, apoyo y ánimo, están en mis recuerdos y en mi corazón, sin importar en donde estén quiero darles las gracias por formar parte de mí y por todas sus bendiciones.

DOILLANA PINEDA VAQUERANO

INDICE

CONTENIDO	Pág.
INTRODUCCION.....	i
CAPITULO I	
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	
A. Antecedentes del problema.....	5
B. Situación problemática.....	9
C. Enunciado del problema	13
D. JUSTIFICACION.....	13
E. OBJETIVOS	
a. Objetivo General.....	15
b. Objetivos Específicos.....	15
F. ALCANCES Y LIMITACIONES	
a. Alcances.....	16
b. Limitaciones.....	16
CAPITULO II	
MARCO TEORICO	
A. Generalidades del Estrés.....	17
B. Fisiopatología del estrés.....	20
C. Estrés Académico.....	21
D. Estresores Académicos.....	21
E. Síntomas del Estrés.....	23
F. Estrategias de afrontamiento y tolerancia del estrés académico.....	27
G. Fundamentación del estrés desde el punto de vista de Enfermería...	28
CAPITULO III	
SISTEMA DE HIPOTESIS	
A. Hipótesis General.....	33
a. Hipótesis Especificas.....	33
b. Hipótesis Alternas.....	34

B. Definición de Variables.....	34
C. Operacionalización de Variables.....	35

CAPITULO IV

DISEÑO METODOLOGICO

A. Tipo de Estudio.....	43
B. Área de Estudio	44
C. Universo, Población y Muestra.....	45
C.1. Universo.....	45
C.2. Población y Muestra	45
C.3. Muestreo.....	45
D. Métodos, Técnica e Instrumentos.....	45
D.1. Métodos.....	45
D.2. Técnica.....	47
D.3. Instrumentos.....	47
E. Procedimientos.....	48
a. Prueba piloto.....	48
b. Recolección de datos.....	49
c. Procesamiento de datos.....	50
d. Presentación de datos.....	50
F. Plan de análisis e interpretación de datos.....	51
G. Comprobación de hipótesis.....	51

H.	Aspectos éticos de la investigación.....	de	la	53
----	--	----	----	----

CAPITULO V

PRESENTACION, ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS

A.	Presentación de Datos.....	de	56
B.	Prueba de Hipótesis.....	de	66
C.	Análisis General de Resultados.....	de	70

CAPITULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

A.	Conclusiones.....	72
B.	Recomendaciones.....	73
C.	Propuesta de Intervención.....	de 74
D.	Fuentes de información	

ANEXOS

Anexo No.1. Cuestionario sobre el estrés académico dirigido a estudiantes del módulo VIII de la carrera de Licenciatura en Enfermería

Anexo No.2. Costos de la investigación

Anexo No.3 .Cronograma de actividades

Anexo No.4. Consentimiento informado

Anexo No.5. Definición de términos básicos

INTRODUCCION:

El estrés académico es una tensión excesiva, causada por diferentes factores o estímulos como estresores académicos generales y específicos, presentando una serie de reacciones que se dividen en físicas, psicológicas y comportamentales, señala que en las personas aun en la educación universitaria, cuando una persona está en período de aprendizaje experimenta tensión y ocurre tanto en el estudio individual como en el aula, pero que a su vez la persona se vale de alternativas que contribuyen a minimizar situaciones de tensión tales como la observación, el contexto específico, y el proceso de pensamiento.

Para el desarrollo de esta investigación se tomó a bien utilizar una sola teoría que habla ampliamente sobre el problema en estudio, en este caso el documento se basa en la Teoría del autor Barraza Mancias, quien enfoca el estrés académico en 3 grandes aspectos: siendo el primero de ellos los estresores académicos los cuales son todos aquellos factores o estímulos del ámbito educativo que presionan o sobrecargan de diferente modo al estudiante, que estos a su vez se clasifican en estresores generales y específicos.

En el segundo aspecto se habla de los síntomas del estrés académico que el autor lo define como las reacciones que pueden ser catalogadas tanto físicas, psicológicas y comportamentales, y finalmente en el tercer aspecto habla de las estrategias de afrontamiento y tolerancia del estrés académico definido como un proceso de cambio en el que el sujeto, en determinado momento, debe valerse principalmente de alternativas que contribuyan a minimizar las situaciones de tensión.

La investigación se encaminó a comprobar el estrés académico que prevalece en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador.

El documento está estructurado de la siguiente manera:

El capítulo I, está orientado al planteamiento del problema, el cual se divide en antecedentes del Problema en un periodo de cinco años atrás, en donde se describe de forma breve y detallada la problemática en estudio en el ámbito internacional, y nacional haciendo mención de investigaciones de Países como: Chile, México, Perú y Venezuela, en donde los resultados más destacados muestran la existencia de un problema con el estrés a nivel universitario, la situación problemática, plantea como se encuentra el problema en estudio en la actualidad dentro de la carrera de Enfermería. De igual forma se plasma el enunciado del problema; así mismo se presenta la justificación donde establece el propósito y las razones por las cuales se realiza la investigación; también se plantean los objetivos que son la base y la guía de todo el proceso y desarrollo de la investigación, y los alcances y limitaciones.

El capítulo II, es referente al marco teórico, donde se mencionan las generalidades del estrés, fisiopatología del estrés, definición del estrés académico, estresores académicos, síntomas del estrés, estrategias el afrontamiento y tolerancia del estrés académico, y la fundamentación del estrés desde el punto de vista de enfermería, así mismo se fundamenta y se sustenta la variable de estudio siendo esta el estrés académico.

El capítulo III presenta el Sistema de Hipótesis, el cual contiene una hipótesis general, hipótesis específicas y tres hipótesis alternas estando estas encaminadas a la comprobación del estrés académico en los estudiantes del

cuarto año de la Licenciatura en Enfermería, aquí también se incluye la Operacionalización de las variables en estudio, la cual es una descripción del concepto de cada variable, conceptualización operacional, y los indicadores que sirven de base para el diseño y elaboración del instrumento para la recolección de datos.

El capítulo IV, está compuesto por el diseño metodológico, se presenta el tipo de estudio el cual es Descriptivo Transversal, describe el área de estudio que es la Universidad de El Salvador, el universo y población que está conformado por 77 estudiantes que cursan el módulo VIII del cuarto año de la Carrera de Licenciatura en Enfermería, no se aplicara fórmula establecida para la muestra ya que no aplica a esta investigación, el muestreo que se utilizará es el muestreo Probabilístico aleatorio simple, así también incluye los métodos, técnicas e instrumentos que se utilizaran para la recolección de la información, también detalla el procedimiento para el procesamiento de los datos plan de análisis e interpretación de los datos Comprobación de hipótesis y los aspectos éticos de la investigación.

El capítulo V, presenta el análisis e interpretación de los resultados de forma lógica y ordenada, haciendo el uso estadístico de la media aritmética para la comprobación de la hipótesis, posteriormente se realizó un análisis de cada uno de los resultados así como un análisis general de los mismos, tomando en cuenta; objetivos, variables e hipótesis, y el contraste de los resultados con el marco teórico.

En el capítulo VI se plasman las conclusiones de acuerdo con los resultados de forma clara y concreta, así mismo se plantean las recomendaciones coherentes con las conclusiones, factibles y coherentes con la justificación. También se plantea la propuesta de intervención a las problemáticas encontradas, la cual se

diseñó en una metodología, en la cual las autoridades de la carrera de Licenciatura en Enfermería, coordinaran con las autoridades de la carrera de Licenciatura en Psicología una serie de temáticas talleres y capacitaciones que serán impartidas a los estudiantes del cuarto año de la Carrera de Licenciatura en Enfermería.

Además se detallan las fuentes de información utilizadas para poder fundamentar el presente estudio, y los anexos respectivos entre estos: instrumento de recolección de información, costos de la investigación, cronograma de actividades, consentimiento informado, y finalmente la definición de términos básicos.

Se presentan también los elementos complementarios como: las Fuentes de Información, Presupuesto, Cronograma de Actividades y los Anexos que integra el Instrumento de Recolección de Datos, Definición de términos básicos, y el Consentimiento informado.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA:

Con la idea de avanzar en una conceptualización multidimensional del estrés académico, del autor Arturo Barraza Macías, Doctor en Ciencias de la Educación Psicológica, se elaboró un modelo que toma como base la Teoría General de Sistemas y la Teoría Transaccional del Estrés.

El modelo permite caracterizar al estrés académico como un estado psicológico de la persona y define, para su estudio, tres componentes sistémicos: los estresores, los indicadores del desequilibrio sistémico o síntomas del estrés y las estrategias de afrontamiento.

Según el psicólogo Barraza en un artículo en línea sobre el Estrés Académico: cita que el estrés es algo que se aprecia en casi cualquier estudiante universitario, no es que sea una epidemia de estrés, es solamente que la Universidad no es algo fácil, sino que es complicado y se trabaja duro; el ingresar a una institución educativa, mantenerse como alumno regular y poder egresar de ella suele ser una experiencia que muchos estudiantes consideran estresante.

Así mismo otro artículo publicado en línea, menciona que al hablar de estrés en el ámbito estudiantil no solo se requiere de identificar las condiciones de vida de los estudiantes, sino que también se ve la capacidad que ellos poseen para afrontar estas situaciones estresantes, en este caso los estudiantes que saben manejar las demandas académicas no ven afectado su rendimiento académico.¹

¹Polo Etal, Universidad Autónoma de Madrid, 1995.

En Chile un 79.% de los estudiantes se enfrentan cada vez más a exigencias, desafíos y retos que les demandan una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos de diferente índole. Tal situación le puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, autocrítica e incluso, llevarlo a la pérdida de control sobre el ambiente, aunque sea sólo de manera transitoria.

Al revisar trabajos de investigación que tienen relación con el estudio se menciona: La tesis para optar el título de Enfermería, realizadas por Patty Fernández y Carola Mirabal titulado “Niveles de depresión que experimentan los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM) según año académico”, tesis para optar título profesional de Enfermería; Lima-Perú, 1998, tuvo como objetivo: Identificar los niveles de depresión de los estudiantes de Enfermería de la Universidad de San Marcos, el método es el descriptivo correlacional de corte transversal, la población estuvo constituida por 271 estudiantes, para la recolección de datos se utilizó la entrevista- encuesta y el Inventario de Beck, el cual permite medir estrictamente la intensidad de la depresión. Llego a las siguientes conclusiones:

“Los estudiantes de Enfermería que presentaron depresión tuvieron los siguientes niveles: leve 100(76.9%), moderado 26(20%), y severo4(3.1%).A mayor año de estudios académicos es menor la incidencia de los niveles de depresión”²

Lazarus con la idea de avanzar en una conceptualización multidimensional del estrés académico, Orlandi creó un modelo que toma como base la teoría general de sistemas y la teoría transaccional del estrés, llamado modelo sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés producido por la carga académica, el cual permite caracterizar al estrés académico como un estado

² Nancy Serón Cabezas, tesis para optar a Licenciada en Enfermería. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima Perú, 2006

psicológico de la persona, en estudios realizados en las carreras pertenecientes a las ciencias de la salud, se ha evidenciado la presencia de altos niveles de estrés.

Con base a los estudios de Orlandini (1999), conceptualiza el estrés y la carga académica, como aquel que padecen los estudiantes a consecuencia de las exigencias endógenas o exógenas que impactan su desempeño en el ámbito universitario.

Un ejemplo claro de tales exigencias es la carga académica que no incluye solo las actividades que se contemplan dentro de la institución y que por lógica, causan estrés sino también incluye actividades a realizarlas fuera de la universidad ya sea en casa o en algún lugar de estudio con compañeros que tienen ponderaciones altas y que son clave para alcanzar la nota final, que también causan estrés en los estudiantes.

Otro trabajo de investigación es el realizado por Juan Celis y colaboradores, titulado “Ansiedad y Estrés académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto año.”(Anales de la Facultad de Medicina U.N.M.S.M 2001)”. Cuyo objetivo fue: Determinar la ansiedad estado y rasgo y el estrés académico entre los estudiantes de Medicina Humana de primer y sexto año., el material y método elegido: estudio analítico transversal, se encuestó a 98 estudiantes de escuela de medicina de la U.N.M.S.M, se usó el inventario de ansiedad estado-rasgo y el inventario de estrés académico. Arriba a las siguientes conclusiones:

“Existen mayores niveles de ansiedad estado y rasgo en estudiantes de primer año que en los de sexto año. Las principales situaciones generadoras de estrés fueron la sobrecarga académica. Falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y la realización de un examen.”³

En los países industrializados donde cuentan con mayores recursos y mejores estándares de vida, el estrés generado por la carga académica en estudiantes de enfermería es uno de los acontecimientos del siglo XXI ya que considera una importante fuente de estrés para los estudiantes universitarios, el conjunto de actividades académicas propias de la universidad que pueden influir sobre su bienestar físico, psicológico, el despliegue de conductas saludables e igualmente causa un efecto sobre el rendimiento⁴

Aun en los países subdesarrollados teniendo una mejor calidad de vida, la carga académica a la que están sometidos los estudiantes les genera mucho estrés. El Salvador es uno de los países que está en vías de desarrollo y en donde los universitarios además de vivir el estrés de la carga académica tienen que afrontar el estrés social, tales como: la delincuencia, las drogas, la violencia ya que son situaciones que no están desligadas de las situaciones estresantes.

En el año 2010 se realizó un estudio sobre el estrés académico en estudiantes de enfermería a partir del modelo sistémico cognoscitivista teniendo como resultado, estadísticas reportadas por el continente Africano donde ubican la incidencia de estrés en un 64,5% en estudiantes de enfermería. Así mismo, en el continente Americano son diversas las investigaciones publicadas al

³ Juan Celis y Colaboradores. Tesis Médica, Facultad de Medicina, Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima Perú, 2000.

⁴ Fedlman, Goncalves, Chacón, Zaragoza, Bagés, De Pablo; 2008.

respecto, destacándose países como Chile, México, Perú y Venezuela, donde se demuestra una elevada incidencia de estrés en estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población estudiada en la categoría de estrés moderado. (Román, Ortiz, Hernández, 2010).

B. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA:

La estabilidad emocional de los estudiantes es importante para su buen desarrollo personal e intelectual, dadas las circunstancias cada día más apremiantes, como es la competencia ante el reto de las nuevas cargas académicas, así como su inserción a nuevas prácticas clínicas, que exigen del estudiante mantener un ritmo de dedicación e involucramiento, el cual se ve afectado por diferentes dinámicas de presión a las que tienen que ajustarse.

Los estudiantes se enfrentan ante constantes experiencias en los diferentes ámbitos de su realización, que generan un sinnúmero de impactos personales, familiares y ambientales y desórdenes físicos propios de la edad, que desbordan en estrés.

Investigar cómo el estrés impacta en el quehacer de los estudiantes universitarios es definitivamente importante, porque puede ser una limitante en el desarrollo académico, inadvertidamente si es identificado y asimilado negativamente por el estudiante.

Para sustentar la situación problemática el grupo investigador realizó entrevistas a autores claves, en este caso docentes de la Carrera de Licenciatura en Enfermería, que son las encargadas de desarrollar la carga académica del cuarto año de la carrera.

La entrevista se estructuró con 5 preguntas claves abiertas, como se muestran a continuación con sus respectivas respuestas dadas por las docentes:

1. ¿Considera usted que durante el periodo académico, los estudiantes de enfermería sufren de estrés?

Docente 1: Por supuesto que sí, es difícil medir el nivel de estrés que ellos manejan porque nunca se han interesado en el nivel de estrés en los estudiantes.

Docente 2: Si lo sufren de diferente manera los jóvenes, tanto en lo teórico como en la prácticas tanto de laboratorio como clínicas.

Docente 3: Si porque es notable en ellos y aún más en los que presentan síntomas de estrés.

2. ¿Cuáles manifestaciones de estrés ha observado usted en los estudiantes?

Docente 1: Incapacidades, Desánimos, Problemas gastrointestinales, Cefalea, ansiedad, preocupación.

Docente 2: Depende de la personalidad en los introvertidos: parálisis de actividades, totalmente inertes, llanto. Y en los extrovertidos: hay risa, ansiedad, temor, inseguridad. También hay deserción, impotencia, huida, evaden y se esconden.

Docente 3: Cansancio, Falta de atención, Mirada perdida.

3. ¿Considera importante que los estudiantes practiquen estrategias para afrontar el estrés académico?

Docente 1: Claro debería de ser un plan de salud previo a las prácticas

Docente 2: Sería bueno que las practicasen, para que en el momento de estar en la realidad sea diferente.

Docente 3: Si porque les ayudara a disminuir el estrés.

4. ¿Conoce alguna clasificación de estrés académico?

Docente 1: En base a teorías: Intrínseco y extrínseco, Leve, moderada, severo. Según el nivel de estrés: Transitorio o permanente.

Docente 2: Desconozco si hay clasificación del estrés.

Docente 3: No conozco ninguna clasificación.

5. ¿Conoce estudios realizados sobre el estrés académico en estudiantes de enfermería dentro de esta institución?

Docente 1: Hasta el momento ninguno.

Docente 2: Hasta el momento ninguno.

Docente 3: Hasta el momento ninguno.

Otro aspecto importante para abordar el estrés en los estudiantes del 4º año de la Carrera es el Plan de estudio 1997: se puede observar que está compuesto por 10 ciclos cada uno con su número de Unidades Valorativas, y 2 ciclos más para realizar el Servicio Social mas Proceso de Graduación, haciendo un total de 6 años. Así mismo se determinó la carga académica a partir del desarrollo del programa de estudio correspondiente al módulo VIII de la carrera. El módulo se titula así: Intervención de Enfermería Comunitaria y Clínica en el proceso Salud Enfermedad del grupo Materno Infantil de alto riesgo tomando en cuenta los factores económicos, ideológicos y biopsicosociales que lo determinan.

Lo imparten 3 docentes de la carrera de enfermería, contiene 20 Unidades Valorativas, con una duración de 16 semanas, La carga académica la contiene 4 grandes componentes en la formación: Clases Teóricas, Clases Prácticas en Laboratorio, Prácticas Clínicas, e Investigación, siendo cada uno de estos planificados en horas.

Son un total de 152 horas planificadas divididas así para: 117 horas para clases teóricas, y 35 horas para Clases prácticas en Laboratorio.

Total de 224 horas planificadas para las Prácticas Clínicas, 7 horas al día, 4 días a la semana, por 8 semanas. Haciendo 2 rotaciones en 8 semanas, divididas así: 4 semanas para el área de maternidad, y 4 semanas para el área de pediatría.

25 horas en total para el área de Investigación, recibéndola solo los días viernes por la mañana durante el periodo teórico práctico.

Con los datos anteriores se evidencia que en el ciclo dos del cuarto año de la carrera, se cuenta con poco personal docente que desarrolle dicho programa para la demanda de estudiantes y de horas que hay que cursar, así mismo se comprendió que en muchos casos el tiempo estipulado para el desarrollo del

módulo es escaso, y podría ser la razón por la que se sobre carga el estudiante dando como resultado un estrés académico alto, añadiendo a esto que se conforma de la parte docencia, investigación que es impartida un día a la semana y que se desarrolla en el periodo de prácticas clínicas, proyección social es otro componente del módulo en estudio.

C. ENUNCIADO DEL PROBLEMA:

¿De qué manera el estrés académico prevalecen los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015?

D. JUSTIFICACIÓN:

Actualmente el inadecuado manejo del estrés es un mal generalizado de la sociedad; tanto así, que no es posible enmarcarlo dentro de un solo grupo social, sino que, por el contrario, se ha generalizado a todos los campos de la esfera social. Más aún, cuando la vida cotidiana favorece la aparición de un ambiente lleno de factores que inducen al estrés.

Hemos escogido, como protagonista de nuestra investigación a los estudiantes del módulo VIII de la carrera de Licenciatura en Enfermería, de la Universidad Nacional de El Salvador, con el fin de obtener, mediante el instrumento de recolección de datos, información que nos permita identificar los factores estresantes que se presentan durante su formación y así proporcionar posibles soluciones a este problema.

La investigación fue relevante e importante ya que al buscar estudios que

traten del estrés académico que prevalece, en los estudiantes de Enfermería, no se encuentra ninguno, siendo así de impacto al grupo investigador, llevándolo a un enfoque propio del tema.

Los resultados que se obtuvieron de esta investigación proporcionarán un aporte con base en dicha área de Enfermería de la Universidad de El Salvador, para definir líneas de intervención anticipada, que por medio de programas efectivos de adaptación y de control del estrés a la población estudiantil, propicien un mejor desenvolvimiento y desarrollo académico.

Esta investigación fue factible ya que hay disponibilidad de los recursos necesarios para llevar a cabo los objetivos planteados, fue viable porque existe un aporte teórico de un medio poblacional vulnerable para investigación, se contó con preparación técnica y financiera, pero sobre todo con el apoyo de un asesor metodológico quien colaboro mucho en la investigación.

Así mismo se explicó quiénes fueron los beneficiados directos e indirectos, siendo efectivamente los directos los estudiantes y los indirectos los docentes, la carrera de Licenciatura en Enfermería en general y el grupo investigador.

E. OBJETIVOS:

a. Objetivo General:

Comprobar el estrés académico que prevalecen los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

b. Objetivos Específicos:

Identificar los estresores académicos que prevalecen en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

Indagar los síntomas del estrés que prevalecen en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

Identificar las estrategias de afrontamiento y tolerancia del estrés que prevalecen en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

F. ALCANCES Y LIMITACIONES

a. Alcances:

Verificar con base científica la prevalencia de estrés académico en los estudiantes del cuarto año de la Carrera de Licenciatura en Enfermería.

b. Limitaciones:

Dificultad para la ejecución de la prueba piloto, ya que los estudiantes estaban en su práctica hospitalaria.

Dificultad para la recolección de información de 69 instrumentos, debido a que los estudiantes estaban en las diferentes rotaciones de prácticas hospitalarias.

Falta de información o investigaciones previas, relacionadas con el tema en estudio.

CAPITULO II

MARCO TEORICO

A. Generalidades del Estrés:

El Estrés “constituye uno de los factores psicosociales más estudiados en la actualidad, especialmente por su relación con la aparición de cierto tipo de enfermedades, el manejo y adaptación a situaciones difíciles y el desempeño en general”.⁵

En un comienzo, en el siglo XIV, el término estrés fue tomado del latín stringere: tensar o estirar y utilizado por el idioma inglés (strain: tensión) para definir la opresión, la adversidad y la dificultad (Moscoso, 1998 citado en Molina Jiménez, Gutiérrez García, Hernández Domínguez & Contreras, 2008). No es hasta su irrupción en el ámbito de la Medicina que el estrés adquiere la importancia que tiene hoy en día.

Selye es considerado como uno de los padres del enfoque teórico de dicho término. Formuló la siguiente definición: “el estrés es la respuesta no específica del cuerpo a cualquier demanda, sea esta causada por, o resulte de, condiciones agradables o desagradables” El mismo resaltó que los agentes físicos nocivos no eran los únicos factores que actuaban directamente sobre el organismo produciéndolo, sino que además, en el caso del hombre, las demandas de carácter social y las amenazas del entorno que requieren de capacidad de adaptación, podían provocar dicho trastorno.⁶

Apoyado en estas investigaciones, fue que concibió al mismo como “una respuesta adaptativa del organismo ante los diversos agentes evocadores-

⁵Fernandez, Siegrist, Rodel&Hernandez, 2003 en Feldman et al 2008, p 740.

⁶1956 en Flores Ramírez, 2001.

estresores y utilizó el término "respuesta de estrés" para referirse a la respuesta inespecífica del organismo a cualquier demanda, y el término de "estresor" o "situación estresante" para indicar el estímulo o situación que provoca una respuesta de estrés" (Selye, 1936 en Bittar, 2008, p.17). En palabras de Acosta (2002 en Martín Monzón 2007) "Selye elaboró un modelo de estrés múltiple, que incluía tanto las características de la respuesta fisiológica del organismo ante las demandas estresantes, como las consecuencias perjudiciales a nivel orgánico que puede producir la exposición a un estrés excesivo o prolongado." (p.88).

Coincidentemente, Moscoso (1998 en Martín Monzón 2007) apunta que ya en el siglo XIX Claude Bernard consideraba que lo característico del estrés eran los "estímulos estresores" o "situaciones estresantes", mientras que por el contrario, durante el siglo XX Cannon, W. (1932) sostenía que lo importante era la "respuesta fisiológica" y "conductual" característica.

El mismo autor, (Martín Monzón, 2007) señala que una crítica que se le realizó a Selye desde la Psicología es la de haberse centrado en las respuestas fisiológicas, sin contemplar los factores psicológicos que median los efectos de los estresores.

El autor Neufeld define el estrés desde tres puntos de vista:

Estrés como respuesta: el estrés puede definirse o medirse como una interrupción o alteración en el funcionamiento homeostático, fisiológico, emocional o conductual. Se han utilizado como índice del estrés las mediciones de reacción de vigilancia del sistema nervioso autónomo, los cambios de la función, endocrina, los informes sobre el estrés emocional y las alteraciones en el rendimiento conductual, la tendencia a definir el estrés en términos de

interrupciones de la homeostasia tienen sus raíces en forma de pensamiento biológico. La definición clásica del estrés como respuesta es la de Selye 1956 que expresa que es un estado manifestado por un síndrome específico que consiste en toda una serie de cambios en un sistema biológico.

El estrés como una interacción entre el estímulo y los factores moduladores: un enfoque de interacción, basado en las teorías del pensamiento de las ciencias sociales define el estrés únicamente en relación con las características del individuo y del contexto vital que lo rodea. Se considera estrés a una situación o a un suceso si se percibe como tal por el individuo o si según la valoración de un observador si supera los medios habituales para valerse por sí mismo.

El estrés como un estímulo: por último el estrés puede ser definido en termino de los estresores aquellos cuyas propiedades puede ser especificadas efectivamente y cuya probabilidad de ocurrir es independientemente de las acciones o características de la persona sobre la que actúa: esta es la estructura definitoria utilizada en los experimentos de laboratorios sobre la estructura en los que se imponen estímulos a individuos elegidos al azar ya sea en estímulos físicos nocivos (ruidos, calos y aglomeración) o psicológicos (palios o competiciones) también construye en enfoque definitorio básico utilizado en la mayor parte de los trabajos sobre su suceso vitales estresantes, aunque debe reconocerse que en ello aparece la intención de asumir el hecho de que los sucesos vitales se adscriben así mismo al azar si existe alguna valides para estas suposición como mínimo para algún tipo de suceso entonces es la única definición valida del estrés.⁷

Otro autor como John M. Ibancevich y Michael T. Mattenson, describen que la palabra stress se deriva del griego “stringere”, que significa provocar tensión. La

⁷ RWJ. Neufeld. Psicología y estrés. Ediciones Toray 1984.

palabra se usa por primera vez probablemente alrededor del siglo XIV. Definen el estrés como Determinado evento o situación en el ambiente que de algún modo tiene consecuencias potencialmente perturbadoras.⁸

B. Fisiopatología del estrés:

La respuesta fisiológica es la reacción que se produce en el organismo ante los estímulos estresores. Ante una situación de estrés, el organismo tiene una serie de reacciones fisiológicas que suponen la activación del eje hipofisiosuprarrenal y del sistema nervioso vegetativo.

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

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

David Fontana en 1995, No es fácil encontrar una definición generalmente aceptable del estrés, la palabra es utilizada con vaguedad en diferentes personas y grupos le dan distintos significados, médicos, ingenieros, psicólogos,

⁸J.M. Ivancevich, Michael T.M. Estrés y trabajo. Una perspectiva gerencial.

consultores administrativos, lingüistas, la usan de una manera. El estrés es una exigencia de las capacidades de adaptación de la mente y el cuerpo, si esta capacidad les permite que las personas controlen tal exigencia y disfrute las estimulaciones entonces el estrés es bienvenido y provechoso, si no lo permite y las exigencias resultan debilitante entonces el estrés es molesto y estéril.⁹

c. Estrés Académico:

El estrés es una tensión excesiva, señala que "desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de postgrado, cuando una persona está en período de aprendizaje experimenta tensión. A ésta se le denomina estrés académico, y ocurre tanto en el estudio individual como en el aula escolar".

d. Estresores Académicos:

Se entiende por estresores académicos a todos aquellos factores o estímulos del ámbito educativo que presionan o sobrecargan de diferente modo al estudiante. Se expone que es a partir de la década de los sesenta, que diferentes investigadores comenzaron a destacar la importancia de los estresores académicos y su incidencia en el bienestar de los estudiantes.

De acuerdo a Barraza los estudios que se realizaron en el 2007 en relación a los estresores, se pueden dividir en dos rubros:¹⁰

1. Aquellos que abordan estresores Generales. Entre ellos los académicos, refieren la existencia de los siguientes estresores:
 - Acontecimientos vitales tales como la separación de la pareja.
 - Sobre carga académica problemas educativos.
 - Lo que acontecen en el mundo.

⁹David Fontana. Control del Estrés. 1995.

¹⁰ Barraza, 2003 Celis et. Al. 2001, Polo Hernández y Poza, 1996.

2. Los que plantean exclusivamente los estresores académicos. En esta clasificación los estudios permiten diferenciar dos tipos de estresores académicos: Generales y Específicos.

En esta investigación se mencionaran los dos rubros de los estresores, según Barraza, pero se hará énfasis en el segundo rubro, subdividiéndose este en dos tipos de estresores, Generales y Específicos tomando como referencia solo los que corresponden a los estresores académicos específicos.

Estresores Académicos Generales: Son aquellos que no son privativos de una carrera o nivel; Entre los estresores generales los estudios refieren los siguientes:

- Falta de tiempo o tiempo limitado para poder cumplir con las actividades académicas.
- Sobrecarga académica, de estudio, de áreas o de trabajos escolares.
- Realización de un examen.
- Exposición de trabajos en clase, realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura.
- Exceso de responsabilidad por cumplir las obligaciones escolares.
- Mantener un buen rendimiento o promedio académico.

Estresores Académicos Específicos: Estos corresponden a los estudiantes de una carrera en particular.

- Entre los estudiantes de enfermería sus principales estresores en las prácticas clínicas se derivan de la falta de competencia, del contacto con el sufrimiento, de la relación con tutores y compañeros, de la impotencia e incertidumbre de no controlar la relación con el enfermo. De lo anteriormente explicado Barraza lo sintetiza de la siguiente manera:

- Competitividad grupal: Hace referencia a la realización de un examen.
- Sobrecargas de tareas: Como exposición de trabajos en clases.
- Exceso de responsabilidad: Se refiere a la intervención en el aula como responder una pregunta del profesor o realizar preguntas.
- Interrupciones del trabajo: por ejemplo subir al despacho del profesor en horas de tutorías y abandonar el trabajo que se está realizando por un momento.
- Ambiente físico desagradable: Se refiere a la sobrecarga académica como excesivas horas presenciales o trabajos obligatorios ex aula.
- Falta de incentivos: Hace alusión multitud de estudiantes en las aulas.
- Tiempo limitado para hacer el trabajo: Se refiere a la falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas.
- Problemas o conflictos con los asesores: por ejemplo competitividad entre compañeros.
- Problemas o conflictos con los compañeros: como la realización de trabajos obligatorios para aprobar las asignaturas, como la búsqueda de material necesario, o redactar un trabajo.

E. Síntomas del Estrés:

La exposición continua al estrés puede generar una serie de reacciones que pueden ser catalogadas como físicas, psicológicas y comportamentales.¹¹

Entre las reacciones físicas posibles es decir aquellas reacciones propias del cuerpo se encuentran las siguientes:

- Dolor de cabeza: molestias localizadas en cualquier parte de la cabeza, en los diferentes tejidos de la cavidad craneana.
- Cansancio difuso o fatiga crónica: suele aparecer como consecuencia de

¹¹Rossi, 2001, en Barraza 2005.

un periodo prolongado de tensión emocional o de esfuerzos mentales particularmente intensos.

- Bruxismo: Rechinar los dientes durante el sueño.
- Elevada presión arterial: es una enfermedad crónica, silenciosa, que puede ser controlada y se caracteriza por la elevación sostenida de la presión sanguínea en más de una medición.
- Disfunciones gástricas: se presenta cuando no hay una alimentación saludable.
- Impotencia: Falta de fuerza, poder o competencia para realizar una cosa, hacer que suceda o ponerle resistencia.
- Dolor de espalda: es el *dolor* en la parte baja de la *espalda* que se conoce como lumbago es un problema común por causa del uso excesivo o inadecuado de los músculos de la espalda.
- Dificultad para dormir o sueño irregular: es muy poco frecuente y por lo general, ocurre en una persona que tiene un problema con la función cerebral y que no tiene una rutina regular durante el día.
- Frecuentes catarrros y gripes: Enfermedad infecciosa, aguda y contagiosa, causada por un virus, que ataca a las vías respiratorias y produce fiebre, dolor de cabeza y una sensación de malestar general.
- Disminución del deseo sexual: alteración de una o más fases del ciclo de la respuesta sexual humana: deseo, excitación, orgasmo o resolución; se produce dolor genital durante el coito
- Excesiva sudoración: es una afección por la cual una persona suda mucho más de lo necesario.
- Aumento o pérdida de peso: se refiere a un humano cuyo peso se encuentra por debajo o por encima de un valor saludable.
- Temblores o tic nerviosos: son movimientos involuntarios bruscos, cortos y repetitivos de cualquier grupo muscular del cuerpo.

Los síntomas psicológicos que tienen que ver con las funciones cognoscitivas o emocionales de la persona podrían ser (Barraza 2005):

- Ansiedad: Estado mental que se caracteriza por una gran inquietud, una intensa excitación y una extrema inseguridad.
- Susceptibilidad: es la probabilidad que algo suceda, está vinculado a aquello capaz de ser modificado
- Tristeza: Sentimiento de dolor anímico producido por un suceso desfavorable que suele manifestarse con un estado de ánimo pesimista, la insatisfacción y la tendencia al llanto.
- Irritabilidad excesiva: Es irritarse por cualquier cosa, incluso por cosas que no irritan a otras personas.

- Indecisión: la incapacidad de una persona para evaluar cualquier hecho en el que deba tomar una determinación.
- Desconfianza: falta de credibilidad en las personas o en algo.
- Inquietud: falta de serenidad en el ánimo.
- Sensación de inutilidad: cualidad de la persona o cosa que no produce provecho o beneficio.

- Falta de entusiasmo: Falta de sentimiento intenso de exaltación del ánimo producido por la admiración apasionada de alguien o algo, que se manifiesta en la manera de hablar o de actuar.
- Pesimismo hacia la vida: Atormentarse la *vida* a uno mismo.
- Baja autoestima: es la dificultad que tiene la persona para sentirse valiosa en lo profundo de sí misma.
- Melancolía: Es el estado anímico permanente, vago y sosegado, de tristeza y desinterés, que surge por causas físicas o morales, por lo general de leve importancia.

- Preocupación excesiva: Es el estado de desasosiego, inquietud o temor producido ante una situación difícil, un problema.
- Infelicidad: Desdicha, falta de felicidad.
- Inseguridad: es una sensación de malestar, nerviosismo o temeridad asociado a multitud de contextos.
- Tono de humor depresivo: Enfermedad o trastorno mental que se caracteriza por una profunda tristeza, decaimiento anímico, baja autoestima, pérdida de interés por todo y disminución de las funciones psíquicas

Entre los síntomas comportamentales están aquellos que involucran la conducta de la persona, dentro de estos se encuentran los siguientes:

- Fumar excesivamente: Aspirar y despedir el humo producido por la combustión del tabaco o de otra sustancia herbácea preparada en forma de cigarro.
- Olvidos frecuentes: es una acción involuntaria que consiste en dejar de recordar, o de guardar en la memoria, información adquirida.
- Aislamiento: Hacer que una persona o una cosa quede sola, separada de otras.
- Conflictos frecuentes: es una situación en que dos o más individuos con intereses contrapuestos entran en confrontación
- Irresponsabilidades: es una señal de inmadurez ya que éticamente la persona adulta o con "responsabilidades" se fía de estas para logra metas
- Indiferencia hacia los demás: Es no tener, ni inclinación ni rechazo hacia otro sujeto.

F. Estrategias de afrontamiento y tolerancia del estrés académico:

Cuando el estímulo estresor desencadena en el sujeto una serie de exteriorizaciones que denotan la presencia de un desequilibrio sistémico en su relación con el entorno, dicho sujeto deberá actuar de modo tal de restaurar el equilibrio perdido. Ese proceso de actuación será llevado a cabo gracias a una valoración que tiene por objeto la capacidad de afrontamiento, cuando el entorno se presenta amenazante para el sujeto es este proceso psicológico de interpretación el que se llevara a cabo.¹²

El afrontamiento o coping, tiene varios procesos, es decir que se desarrolla en diferentes etapas. Se puede establecer tres aspectos principales desde la conceptualización del afrontamiento como proceso:

- Observación (Hacer valoración de la situación): este término hace alusión a aquellas observaciones y valoraciones que tienen relación con aquello que el sujeto realmente piensa o hace.
- Contexto específico (Analizar la situación): se refiere a aquello que el sujeto piensa o hace es analizado dentro de un determinado contexto.
- Proceso de pensamiento (Definir el comportamiento a seguir): se define como un cambio en los pensamientos y actos del sujeto a medida que la interacción se va desarrollando.

En síntesis, el afrontamiento es un proceso de cambio en el que el sujeto, en determinado momento, debe valerse principalmente de estrategias defensivas, y en otros con aquellas estrategias que sirvan para resolver un problema. Todo ello a medida que su relación con el entorno va cambiando, expone que en cuanto al foco del afrontamiento, el sujeto podrá orientarse hacia la resolución del problema, o bien, haciendo el control de las emociones.

¹² Barraza, 2003 Celis et. Al. 2001, Polo Hernández y Poza, 1996.

G. Fundamentación del estrés desde el punto de vista de Enfermería:

Las teorías de Enfermería, desde 1860 a 1959.1. En 1860, Florence Nightingale desarrolló su "Teoría del Entorno", en 1952 funda la revista "Nursing Research".2. En 1952, Hildegard Peplau publica su "Modelo de Relaciones Interpersonales", "Interpersonal Relations in Nursing"4. En 1955, Virginia Henderson publica "Definition of Nursing".5. A mediados de los cincuenta, el Teachers College, de la Universidad de Columbia, de la ciudad de Nueva York, comenzó a ofrecer programas doctorales y de experto sobre educación y administración en enfermería, que desemboca en la participación de los estudiantes en el desarrollo y la comprobación de las teorías. Desde 1960 a 1969.1. La Escuela de Enfermería de la Universidad de Yale, de New Haven, Connecticut, definió la enfermería como un proceso, interacción y relación.2

HILDEGARD PEPLAU. "MODELO DE RELACIONES INTERPERSONALES"

Hildegard Peplau comenzó su carrera profesional en 1931. Ha detentado puestos en el ejército de los Estados Unidos, hospitales generales y privados, investigación y docencia y práctica privada en enfermería psiquiátrica.

En 1952 publica su modelo en el que integra las teorías psicoanalíticas, el aprendizaje social, la motivación humana y el desarrollo de la personalidad.

Desarrolló el primer currículum conceptual para la Licenciatura de ciencias en el programa de enfermería de la Universidad de Rutgers.

CRÍTICA INTERNA. METAPARADIGMA

Persona: Peplau la define como un individuo, no incluye a las familias, grupos ni comunidades. La describe como un organismo en desarrollo que se esfuerza

por reducir la ansiedad provocada por las necesidades. Según Peplau la persona vive en equilibrio inestable.

Entorno: Peplau no lo define de forma explícita. Según Peplau la enfermera debe tener en cuenta la cultura y los valores cuando acomode al paciente en el entorno hospitalario, pero no trata las posibles influencias ambientales sobre el paciente.

Salud: La describe como un concepto que implica un movimiento dirigido de la personalidad y otros procesos propios del hombre hacia una vida creativa, constructiva, productiva, personal y en comunidad. Según Peplau la salud consta de condiciones interpersonales y psicológicas que interactúan. Es promovida a través del proceso interpersonal.

Enfermería: Para Peplau es un proceso significativo, terapéutico e interpersonal que actúa de forma conjunta con otros procesos humanos que posibilitan la salud. Es una relación humana entre un individuo que está enfermo o que siente una necesidad y una enfermera que está preparada para reconocer y responder a la necesidad de ayuda.

Para Peplau la enfermera consigue sus metas mediante la promoción del desarrollo de las habilidades del paciente para afrontar los problemas y conseguir un estado saludable; es un proceso mutuo y de cooperación que intenta resolver el problema.

Peplau contempla el proceso de enfermería como una serie de pasos secuenciales que se centran en las interacciones terapéuticas. Incluye la utilización de las técnicas de resolución de problemas por la enfermera y el paciente; según Peplau. Tanto la enfermera como el paciente aprenden el proceso de resolución de problemas a partir de su relación.

Avanza desde lo genérico a lo específico en la recogida de datos y la clarificación de problemas, y se vale de instrumentos básicos como la observación, la comunicación y el registro.

CRÍTICA EXTERNA

Hizo incorporaciones de las Ciencias de la Conducta, así como de los trabajos de Sigmund Freud, Erich Fronun, Abraham Maslow, Harry Sullivan y Neal Miller. Integró en su modelo las teorías psicoanalíticas, el aprendizaje social, la motivación humana y el desarrollo de la personalidad, al mismo tiempo que el crecimiento de la teoría enfermera era algo relativamente novedoso.

Peplau basa su modelo en la enfermería psicodinámica, que ella define como la utilización de la comprensión de la conducta de uno mismo para ayudar a los demás a identificar sus dificultades. La enfermera psicodinámica aplica los principios de las relaciones humanas a los problemas que surgen en todos los niveles de la experiencia humana,

Por tanto, su modelo se basa en teorías psicoanalíticas, en el cual ella define la enfermería psicodinámica y describe las fases del modelo y los roles de la enfermera en cada fase. Le faltaría definir que es la comprensión de la conducta de uno mismo, que es el cuidado a los demás, que es el apoyo, que es ayudar, en definitiva definir los constructos propios de enfermería en su modelo.

Se puede considerar deductiva ya que parte de teorías psicoanalíticas, quedando pendiente de definir los constructos propios de enfermería.

Las dificultades que podemos encontrar en el modelo de Peplau son:

1. - Que la enfermera ha de asumir distintos roles, dado que el modelo de Peplau utiliza este enfoque como la principal base para los cuidados, la enfermera ha de ser capaz de controlar las emociones que emanan de su

representación de nuevos roles, tanto ella como del paciente. La enfermera ha de proporcionar un apoyo terapéutico apropiado y para esto es crucial que se sienta Segura de su capacidad para comunicarse con eficacia.

2.- Habilidades de asesoramiento: que no se trata de dar consejo sino de proporcionar una oportunidad al paciente para que solucione mentalmente los problemas y saque algunas conclusiones razonables.

3.- Proporcionar una red de apoyo para el personal. Supone exigencias emocionales importantes para la persona que presta los cuidados. La enfermera necesita también contar con un apoyo. Debe invertirse tiempo en el apoyo del personal. La enfermera necesita disponer de tiempo para discutir la práctica clínica.

4.- El empleo de su modelo queda limitado en el trabajo con pacientes seniles, comatosos, neonatos, En dicha situación la relación enfermera-paciente es unilateral, por tanto no puede considerarse con el calificativo de general.

5.- Le falta precisión empírica. Aunque está basada en la realidad, hay que validarla y verificarla por parte de otros científicos y faltan investigaciones posteriores.

La asunción del modelo: se centró en el desarrollo de la relación terapéutica como proceso básico y buscó proporcionar una relación que pudiera hacer que la persona permaneciese sana. Realizar esto de una manera eficaz significa que las enfermeras deben aprender a emplear la ansiedad experimentada por un paciente o por un familiar para ayudarles a comprender en qué consisten los problemas y el modo en que estos problemas pueden solucionarse. Utilizando la relación de este modo, colaborando, educando y siendo una terapeuta, la enfermera será capaz de empatizar con los problemas del paciente. Como

consecuencia de todo ello, tanto la enfermera como el paciente aprenden y maduran.

Peplau afirma que los pacientes tendrán problemas si estas necesidades no son satisfechas, bien porque la ansiedad sea demasiado elevada, bien porque la tensión produce frustración y conflicto en el paciente. El modelo de Peplau trata del cuidado de alguien mediante una serie de interacciones, es, por tanto razonable describirlo, como un modelo de desarrollo más que como modelo de sistemas.¹³

¹³ R. L. Wesley (1997): Teorías y Modelos de Enfermería. McGraw-Hill Interamericana, México.

CAPITULO III

SISTEMA DE HIPOTESIS

A. Hipótesis General:

El estrés académico prevalece en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

a. Hipótesis Específicas:

El 70% de los estresores académicos prevalecen en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

El 70% de los síntomas del estrés prevalecen durante el periodo académico en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

El 70% de las estrategias de afrontamiento y tolerancia del estrés prevalecen en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

b. Hipótesis Alternas:

Menos del 70% de los estresores académicos prevalecen en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

Menos del 70% de los síntomas del estrés prevalecen durante el periodo académico en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

Menos del 70% de las estrategias de afrontamiento y tolerancia del estrés prevalecen en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

B. Definición de Variables:

Variable1: Estrés académico.

El estrés académico es una tensión excesiva, causada por diferentes factores o estímulos que se presentan como desencadenantes de síntomas de una serie de reacciones que se dividen en físicas, psicológicas y comportamentales, señala que en las personas aun en la educación universitaria, cuando una persona está en período de aprendizaje experimenta tensión y ocurre tanto en el estudio individual como en el aula, pero que a su vez la persona se vale de alternativas que contribuyen a minimizar situaciones de tensión tales como la observación, el contexto específico, y el proceso de pensamiento.

C. OPERACIONALIZACION DE VARIABLES.

HE 1: El 70% de los estresores académicos prevalece en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	INDICADORES
V1: Estresores académicos que prevalece en los estudiantes.	Son todos aquellos factores o estímulos del ámbito educativo que producen situaciones de tensión en el estudiante.	Es el estímulo que percibe el estudiante en el ámbito académico universitario a través de diferentes procesos realizados en un ciclo de estudio.	<p>Estresores académicos Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Competitividad grupal: <ul style="list-style-type: none"> • Realización de un examen -Sobrecargas de tareas: <ul style="list-style-type: none"> • Exposición de trabajos en clases. -Exceso de responsabilidad: <ul style="list-style-type: none"> • Responder una pregunta del profesor. • Realizar preguntas. -Interrupciones del trabajo: <ul style="list-style-type: none"> • Número de veces que se busca al tutor en horas de trabajo.

			<p>-Ambiente físico desagradable:</p> <ul style="list-style-type: none">• Sobrecarga académica.• Número de horas presenciales.• trabajos obligatorios ex aula. <p>-Falta de incentivos:</p> <ul style="list-style-type: none">• masificación de estudiantes en las aulas <p>-Tiempo limitado para hacer el trabajo:</p> <ul style="list-style-type: none">• falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas. <p>-Problemas o conflictos con los asesores:</p> <ul style="list-style-type: none">• Competitividad entre
--	--	--	--

			<p>compañeros.</p> <p>-Problemas o conflictos con los compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none">• búsqueda de material necesario• redactar un trabajo
--	--	--	--

HE 2: El 70% de los síntomas del estrés prevalecen durante el periodo académico en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	INDICADORES
<p>V2: Síntomas del estrés que prevalecen durante el periodo académico en los estudiantes.</p>	<p>Son una serie de reacciones que pueden ser catalogadas como manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales, que se presentan durante el periodo académico de los estudiantes.</p>	<p>Son indicios de que algo en el cuerpo humano no está bien física, psicológica y comportamentalmente por lo que necesita tratarse.</p>	<p>FÍSICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dolor de cabeza. • Cansancio difuso. • Elevada presión arterial. • Disfunciones gástricas. • Impotencia. • Dolor de espalda. • Dificultad para dormir. • Frecuentes catarros y gripes • Disminución del deseo sexual. • Excesiva sudoración. • Aumento o pérdida de peso. • Temblores en el cuerpo.

			<p>PSICOLÓGICOS:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ansiedad.• Tristeza• Irritabilidad excesiva• Indecisión• Desconfianza• Inquietud.• Sensación de inutilidad• Falta de entusiasmo• Pesimismo hacia la vida.• Melancolía durante la mayor parte del día.• Preocupación excesiva.• Infelicidad.• Tono de humor depresivo.
--	--	--	--

			<p>COMPORTAMENTALES:</p> <ul style="list-style-type: none">• Fumar excesivamente. .• Olvidos frecuentes. .• Aislamiento. .• Conflictos frecuentes.• Irresponsabilidades.• Indiferencia hacia los demás.
--	--	--	--

HE 3: El 70% de las estrategias de afrontamiento y tolerancia del estrés prevalecen en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	INDICADORES
<p>V3: Estrategias de afrontamiento y tolerancia del estrés que prevalecen en los estudiantes.</p>	<p>Son alternativas que contribuyen a minimizar las situaciones de tensión y que producen un proceso de cambio en el sujeto.</p>	<p>Son conductas que una persona manifiesta para enfrentar las situaciones de tensión causadas por estímulos del ambiente educativo en enfermería.</p>	<p>Alternativas utilizadas para afrontar el estrés:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hacer valoración de la situación: Agentes estresantes Nivel del estrés. - Analizar la situación: Respuestas generales al estrés. Respuestas específicas al estrés. - Definir el comportamiento a seguir:

			<p>Control sobre los acontecimientos.</p> <p>Utiliza técnicas de manejo de estrés.</p>
--	--	--	--

CAPITULO IV

DISEÑO METODOLOGICO:

La investigación se realizó sobre el estrés académico en los estudiantes del cuarto año de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad de El Salvador para la cual se aplicó la metodología de investigación con un enfoque, cuantitativo, según se detalla a continuación:

A. Tipo de Estudio:

El tipo de estudio que se realizó en la investigación fue Descriptivo-Transversal.

Descriptivo: porque la información recolectada no fue sujeta a cambios en el entorno, es decir no fue manipulada. Un estudio descriptivo es un tipo de metodología a aplicar para deducir un bien o circunstancia que se esté presentando; se aplica describiendo todas sus dimensiones, en este caso se detalló el objeto a estudiar. Este tipo de estudios se centra en recolectar datos que describen la situación tal y como es.

Transversal: Ya que se midió la prevalencia de una exposición o resultado en una población definida y en un periodo específico de la investigación. El diseño transversal es apropiado cuando la investigación se centra en analizar cuál es el nivel de una o diversas variables en un momento dado. También es adecuado para analizar la relación entre un conjunto de variables en un punto del tiempo. Puede abarcar varios grupos o subgrupos de personas, objetos o indicadores.

B. Área de Estudio:

La investigación se realizó en la Universidad de El Salvador ubicada en Autopista Norte y final 25ª Av. Norte, Ciudad Universitaria, San Salvador, El Salvador.

La Universidad de El Salvador es la institución de educación superior más grande y antigua de la República de El Salvador y la única Universidad pública del país. La Universidad de El Salvador está constituida por 9 facultades históricas de la capital del país y otras 3 facultades multidisciplinarias que en conjunto imparten 169 carreras de educación superior. La Ciudad Universitaria alberga las sedes del gobierno universitario y otras carteras autónomas, y posee el Complejo deportivo de la Universidad.

La Universidad de El Salvador cuenta con nueve facultades en la Ciudad Universitaria y tres más a nivel nacional. Ciudad Universitaria (sede central en San Salvador)

- Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales
- Facultad de Ciencias y Humanidades
- Facultad de Ciencias Económicas
- Facultad de Ciencias Naturales y Matemática
- Facultad de Ingeniería y Arquitectura
- Facultad de Química y Farmacia
- Facultad de Ciencias Agronómicas
- Facultad de Medicina
- Facultad de Odontología
- Facultad Multidisciplinaria de Occidente (Santa Ana)
- Facultad Multidisciplinaria Oriental (San Miguel)
- Facultad Multidisciplinaria Paracentral (San Vicente)

C. Universo, Población y Muestra:

C.1. Universo:

El universo de la investigación lo conformaron 364 estudiantes de la Carrera de Licenciatura de la Universidad de El Salvador.

C.2. Población y Muestra:

La población estuvo conformada por 77 estudiantes del cuarto año de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad de El Salvador. En esta investigación no se aplicó la fórmula para determinar la muestra debido a que se realizó el estudio con el total de la población, siendo esta factible y viable para llevarlo a cabo, teniendo como muestra a 77 estudiantes, considerando a la vez que al final esta muestra se reducirá a 69 estudiantes porque se tomaron 8 estudiantes de ella que participaron en la prueba piloto.

C.3. Muestreo:

En esta investigación se utilizó el muestreo aleatorio simple todos los individuos tuvieron la misma probabilidad de ser seleccionados. La selección de la muestra puede realizarse a través de cualquier mecanismo probabilístico en el que todos los elementos tengan las mismas opciones de salir.

D. Métodos, Técnica e Instrumentos:

D.1. Métodos:

Para el desarrollo de la investigación se utilizó el método científico lógico, de análisis, de síntesis, y el estadístico.

Método lógico: es un método científico que elabora conclusiones generales a partir de enunciados observacionales particulares. Se siguió un proceso universal sistemático y racional desde el planteamiento del problema hasta la presentación de los resultados del estudio.

Método de análisis: Es un modelo de investigación científica, que se basa en la experimentación y la lógica empírica, que junto a la observación de fenómenos y su análisis estadístico, es el más usado en el campo de las ciencias sociales y en las ciencias naturales. Permitió conceptualizar el fenómeno de estudio separándolo en partes que forman un todo, para descubrir los elementos que componen cada totalidad, y las interconexiones que explican su interacción, el análisis se realizó con la finalidad de encontrar la propiedad, o la cualidad esencial que explica el fenómeno en estudio.

Método de síntesis: Es un procedimiento mental que tiene como meta la comprensión de la esencia de lo que ya conocemos en todas sus partes y particularidades. Permitió establecer relaciones entre los componentes teóricos y la realidad encontrada en los datos, ya que es un procedimiento de desarrollo infiriendo de lo singular a lo concreto partiendo de lo general a lo específico.

Método estadístico: Es el proceso de obtención, representación, simplificación, análisis, interpretación y proyección de las características, variables o valores numéricos de un estudio o de un proyecto de investigación para una mejor comprensión de la realidad y una optimización en la toma de decisiones. Se utilizó para establecer bases y frecuencias de datos observadas a través del método porcentual.

$$\% = \frac{fx}{N} \cdot 100$$

N

Dónde:

f= Frecuencia.

%= Porcentaje.

N= Muestra.

D. 2. Técnica:

La técnica que se utilizó para la recolección de datos fue la encuesta. En donde la unidad de análisis respondió según su criterio, obteniendo información del estudio sobre estrés académico en los estudiantes del cuarto año de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad de El Salvador en el periodo de agosto a octubre de 2015.

La encuesta tuvo ventajas al ser utilizada encontrando que: Permitió obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz, la posibilidad de aplicaciones masivas y la obtención de información sobre un amplio abanico de cuestiones a la vez.

D. 3. Instrumentos:

El instrumento que se utilizó para la recolección de datos fue el cuestionario el cual constaba de 4 apartados: Datos Generales: que hizo referencia a fecha, edad, sexo, ciclo y módulo, El apartado de los Estresores Académicos Específicos, contenía 9 preguntas, el tercer apartado perteneció a los Síntomas del Estrés en el Periodo Académico, este contuvo una sola pregunta pero sus respuestas se clasificaron en tres aspectos, Físicos, Psicológicos y Comportamentales, cada uno de estos tenían alternativas de SI y NO, y el tercer apartado fue Estrategias de Afrontamiento y Tolerancia al estrés académico y consto de una pregunta que al igual que la anterior tenía alternativas de SI y NO. En total el cuestionario tuvo 11 preguntas cerradas,

terminando con una pregunta abierta que no se tabulo sino que es solo para conocimiento del grupo investigador.

Entre las ventajas de utilizar el cuestionario se encuentra: que puede ser contestado de manera anónima, Facilitando la recopilación de información y no se necesitan muchas explicaciones ni una gran preparación para aplicarlos, evitando la dispersión de la información, al concentrarse en preguntas de elección forzosa, en el ambiente de sistemas fue fácil capturar, concentrar y obtener información útil a partir de las respuestas, mediante el uso de la computadora. Incluso se puede proyectar los datos y hacer gráficas, hacen impersonal la aportación de respuestas; por lo tanto, en una auditoría ayudan a obtener información útil y confiable si se plantean bien las preguntas.

E. Procedimientos:

a. Prueba Piloto:

La prueba piloto, es aquella experimentación que se realiza por primera vez con el objetivo de comprobar ciertas cuestiones. Se trata de un ensayo experimental, cuyas conclusiones pueden resultar interesantes para avanzar con el desarrollo de la investigación.

Previo a la recolección de información se realizó la prueba piloto con el 10% de la población equivalente a 8 estudiantes, que a su vez fueron descontados de la población de estudio a quienes se les paso el instrumento.

Para realizar dicha prueba piloto el grupo investigador se organizó de la siguiente manera:

NOMBRE DEL INVESTIGADOR	FECHA	NUMERO DE INSTRUMENTO.
Jennifer Liseth Cadenas Molina.	Lunes 10/09/15	3
Jacqueline Vanessa Flores Santana	Lunes 10/09/15	3
Doiliana Pineda Vaquerano.	Lunes 10/09/15	2

Cuadro N° 1: distribución del número de instrumentos que cada investigador pasara para la prueba piloto

b. Recolección de datos:

La recolección de datos se realizó en el período del 17 al 21 de agosto del año 2015, en las aulas del edificio de la salud, donde recibieron clases los estudiantes en estudio, previa gestión y coordinación con las autoridades de la carrera de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad de El Salvador.

Para dicha actividad el grupo investigador se organizó de la siguiente manera:

NOMBRE DEL INVESTIGADOR	FECHA	Nº DE INSTRUMENTO.	TOTAL
Jennifer Liseth Cadenas Molina.	Lunes 23/11/15	5	23
	Martes 24/11/15	5	
	Miércoles 25/11/15	4	
	Jueves 26/11/15	5	
	Viernes 27/11/15	4	

Jacqueline Vanessa Flores Santana	Lunes 23/11/15	5	23
	Martes 24/11/15	5	
	Miércoles 25/11/15	4	
	Jueves 26/11/15	4	
	Viernes 27/11/15	5	
Doiliana Pineda Vaquerano.	Lunes 23/11/15	5	23
	Martes 24/11/15	4	
	Miércoles 25/11/15	5	
	Jueves 26/11/15	4	
	Viernes 27/11/15	5	
TOTAL		69	69

Cuadro N° 2: distribución de número de instrumentos que pasara cada investigador para la recolección de datos.

c. Procesamiento de Datos:

El procesamiento de los datos que se obtuvieron de la recolección fue en forma manual por medio del conteo de cada respuesta obtenida en el cuestionario. Luego la información se contabilizó en la hoja de cálculo de Microsoft Excel.

d. Presentación de Datos:

Los datos obtenidos en la investigación se presentaron por medio de tablas simples. El cuadro que se utilizo fue el siguiente.

Tabla N° _____

Título _____

ALTERNATIVA	FRECUENCIA		PORCENTAJE (%)	
	SI	NO	%	%
TOTAL				

F. Plan de análisis e interpretación de datos:

Se obtuvo la participación de estudiantes del cuarto año de Licenciatura en Enfermería, los cuales contestaron cada pregunta de la encuesta constituidas por preguntas cerradas, mostrando los resultados en una tabla simple con el detalle, frecuencia y porcentaje de los datos obtenidos.

Estos datos se representaron en tablas simples con su respectivo análisis donde se interpretó los resultados de cada pregunta de la encuesta dirigida los estudiantes del cuarto año de la Licenciatura en Enfermería de la UES.

G. Comprobación de Hipótesis:

Para comprobar las hipótesis se utilizó la media aritmética porcentual, aplicando la siguiente fórmula:

$$X = \frac{\sum f_i}{n}$$

En donde:

\bar{X} = Media Aritmética.

Σ = Sumatoria

f_i = Frecuencia de datos observados

n = Muestra

Para una mejor apreciación de la aplicación del método estadístico se utilizó la siguiente tabla resumen y se presentó una tabla por cada Comprobación de Hipótesis.

HEI: _____

N°	PREGUNTA/ASPECTO	FRECUENCIA			
		SI	%	NO	%
	TOTAL			$\bar{X} = \frac{\sum f_i}{n}$	

Si la \bar{X} es mayor o igual al 70% la Hipótesis Especifica se dará por aceptada y se rechazará la Hipótesis Alterna.

Si la \bar{X} es menor al 70% la Hipótesis Alterna se dará por aceptada y se rechazará la Hipótesis Especifica.

H. Aspectos éticos de la investigación:

Durante todo el proceso de la investigación se llevaron normas de veracidad y objetividad, respeto de derechos de los sujetos de estudio y autenticidad de los datos proporcionados, manteniendo la autonomía y confidencialidad de la participación de cada uno. Además el manejo de los datos fue realizado bajo normas claras, respetando el procedimiento teórico descrito anteriormente.

Principio de la beneficencia: deriva de la máxima hipocrática “primum non nocere” o “ante todo no dañar”.

Se debe proteger a la persona no solo del daño físico sino también del psicológico por lo que se integra el principio del doble efecto según el cual se busca primero el efecto beneficioso, asegurándose de que no existan efectos secundarios negativos desproporcionados con respecto al beneficio que se obtiene del efecto principal.

En el caso del grupo investigador examino que nuestro estudio diera beneficios a corto, mediano y largo plazo (grupo investigador, estudiantes y docentes de enfermería de 4° año).

Así también los beneficios positivos serán más que los negativos ya que se puede lograr que se mejore el manejo adecuado del estrés y entre los efectos negativos estamos conscientes que se puede llegar a victimizar los estudiantes.

Principio de la autonomía: este incluye el derecho a la autodeterminación y al conocimiento irrestricto de información, que constituyen los dos elementos principales en que se apoya el consentimiento informado.

Derecho a la autodeterminación: los participantes tienen derecho a decidir voluntariamente si participan o no, también los participantes pueden dar por

terminada su participación en cualquier momento, rehusar dar información o exigir que se les explique el propósito del estudio y los procedimientos específicos.

Derecho al conocimiento irrestricto de la información: los potenciales participantes tenían derecho a ser informados de los siguientes aspectos relativos a la investigación:

- La naturaleza del estudio
- Su derecho a no participar
- Las responsabilidades del investigador
- Los probables riesgos y beneficios del estudio

Principio de justicia: este engloba el derecho a un trato justo y el derecho a la privacidad.

Derecho a un trato justo y equitativo debe ser antes, durante y después de su participación tomando en cuenta los siguientes aspectos:

- Selección justa y no discriminatoria de los individuos.
- No perjudicar a los que no deseen participar o abandonen el estudio.
- Acceso de los participantes a los investigadores en cualquier momento para aclarar información.
- Trato respetuoso y amable.

Derecho a la privacidad debe ser a través del anonimato, que consiste en no relacionar a una persona con la información obtenida, y del compromiso de confidencialidad, mediante el que el investigador se compromete a no divulgar la información de manera que se pueda identificar a los informantes.

Como grupo investigador estuvimos conscientes que era indispensable cumplir el principio de la justicia, ya que el grupo de estudio merecía respeto además de ser visto con igualdad no dejando a ninguno fuera de estudio salvaguardando su identidad e informándoles de que se trataba el estudio, razón por la cual se elaboró un documento de consentimiento informado por medio del cual se les explico el objetivo de estudio y quienes integraban el grupo investigador, en este escribieron su nombre pero no se quedó anexo al instrumento de recolección de información.

CAPITULO V

PRESENTACIÓN, ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

A. Presentación de datos

Generalidades

Tabla N° 1

Título: Distribución porcentual de las edades de los estudiante del módulo VIII de la Carrera de Licenciatura en Enfermería.

EDAD	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-25 años	60	87%
26-30 años	6	8.7%
31-35 años	0	0%
36-40 años	2	2.9%
41-45 años	0	0%
46-50 años	1	1.4%
TOTAL	69	100%

Fuente: Instrumento de recolección de datos, dirigido a los estudiantes del módulo VIII de la carrera de Licenciatura en Enfermería.

El resultado muestra que el 1.4%, tiene una edad de 46 a 50 años, el 2.9% está entre las edades de 36 a 40 años, el 8.7% está entre las edades de 26 a 30 años, y la mayoría con un 87% se encuentra entre las edades de 20 a 25 años, no se encontraron datos de personas de 31 a 35 y de 41 a 45 años de edad.

Tabla N° 2

Título: Distribución porcentual por sexo

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Femenino	57	82.6%
Masculino	12	17.4%
TOTAL	69	100%

Fuente: Instrumento de recolección de datos, dirigido a los estudiantes del módulo VIII de la carrera de Licenciatura en Enfermería.

Según los datos obtenidos el 82.6% de las personas encuestadas son del sexo femenino y un 17.4% son de sexo masculino que predominan en los estudiantes del módulo VIII de la carrera de Enfermería.

Tabla N° 3

Título: Distribución porcentual de los estresores académicos específicos que pueden o no generar estrés.

ASPECTOS	FRECUENCIAS				TOTAL
	SI	%	NO	%	
La competitividad grupal	34	49.3	35	50.7	100
Sobrecargas de tareas	66	95.7	3	4.3	100
Exceso de responsabilidad	47	68.1	22	31.9	100
Interrupciones del trabajo	35	50.7	34	49.3	100
Ambiente físico desagradable	50	72.5	19	27.5	100
Falta de incentivos	33	47.8	36	52.2	100
Tiempo limitado para hacer el trabajo	65	94.2	4	5.8	100
Problemas o conflictos con los asesores	50	72.5	19	27.5	100
Problemas o conflictos con los compañeros	43	62.3	26	37.7	100

Fuente: Instrumento de recolección de datos, dirigido a los estudiantes del módulo VIII de la carrera de Licenciatura en Enfermería.

Al recolectar la información en cuanto a los estresores académicos específicos se obtuvo que el 95.7% de los estudiantes encuestados refieren que la sobrecarga de tareas si genera estrés, y el 4.3% dice que no es así; el 94.2% opina que el tiempo limitado para hacer el trabajo si genera estrés mientras que el 5.8% no lo considera así, el 72.5% manifiesta que el ambiente físico desagradable es generador de estrés y el 27.5 manifiesta que no es así, De la misma manera 72.5% dice que los problemas o conflictos con los asesores si son estresados que generan estrés mientras que el 27.5% dice que no lo generan; En el exceso de responsabilidad el 68.1% considera que si genera estrés mientras que el 31.9% considera que no, el 62.3% de los estudiantes consideran que los problemas o conflictos con los compañeros generan estrés, y el 37.7% consideran que no lo generan, el 50.7% consideran que las interrupciones del trabajo es un estresor mientras que el 49.3% no lo consideran de esa forma, en la competitividad grupal el 49.3% considera que si genera estrés y el 50.7% dice que no, el 47.8% opina que la falta de incentivos si es generador de estrés pero el 52.2% opina que no es generador de estrés.

Según la información obtenida se puede comprobar que la mayoría de los estudiantes encuestados consideran que el aspecto que más estrés genera es la sobrecarga de tareas, seguido del tiempo limitado para hacer los trabajos, en cuanto a los aspectos restantes como: ambiente físico desagradable, problemas o conflictos con los asesores, exceso de responsabilidad, problemas o conflictos con los compañeros, interrupciones del trabajo, competitividad grupal y falta de incentivos, se observa que cada estudiante percibe de manera diferente las situaciones que le pueden o no generar estrés en su rutina académica.

Tabla N° 4

Título: Distribución porcentual de los síntomas físicos, que generan estrés en los estudiantes.

ASPECTOS	FRECUENCIAS				TOTAL
	SI	%	NO	%	
Dolor de cabeza	58	84.1	11	15.9	100
Cansancio difuso	60	86.9	9	13.1	100
Elevada presión arterial	17	24.6	52	75.4	100
Disfunciones gástricas	33	47.8	36	52.2	100
Impotencia	19	27.5	50	72.5	100
Dolor de espalda	51	73.9	18	26.1	100
Dificultad para dormir	51	73.9	10	26.1	100
Frecuentes catarros y gripes	25	36.2	44	63.8	100
Disminución del deseo sexual	27	39.1	42	60.9	100
Excesiva sudoración	20	29	49	71	100
Aumento o pérdida de peso	41	59.4	28	40.6	100
Temblores en el cuerpo	20	29	49	71	100

Fuente: Instrumento de recolección de datos, dirigido a los estudiantes del módulo VIII de la carrera de Licenciatura en Enfermería.

Según los datos obtenidos en la encuesta de los síntomas físicos un 86.9% manifiesta que presenta cansancio difuso, mientras que un 13.1% dijo que no, en cuanto al dolor de cabeza un 84.1% dijo que si y un 15.9% refirió no presenta dolores de cabeza, un 73.9% manifestó que si presentaban dolores de espalda, mientras que un 26.1% dijo que no, de la dificultad para dormir un

73.9% dijo que si y un 26.1% dijo que no, con respecto al aumento o pérdida de peso el 59.4% de los encuestados refieren que si presentan este síntoma y un 40.6% dijo no presentarlo, sobre las difusiones gástricas el 47.8% de los encuestados refieren si presentar y un 52.2% dijo que no presentaban, al preguntar sobre la disminución del deseo sexual un 39.1% de los encuestados manifestaron que si y un 60.9% manifestó que no presentan este síntoma, un 36.2% manifestó que si presentaban frecuentes catarrros y gripes mientras que un 63.8% dijeron no presentar, al preguntar si presentaban el síntoma de temblores en el cuerpo un 29% de los encuestados refirió que si y un 71% que no, en cuanto a la excesiva sudoración el 29% de los encuestados refirieron que si y un 71% que no presentaban este síntoma, mientras que al preguntar sobre la impotencia un 27.5% dijo si presentar este síntoma y un 72.5% dijo no presentar, y finalmente al preguntar sobre quienes padecen de elevada presión arterial con un 24.6% los encuestados dijeron que si presentaba mientras que el 75.4% restante dijo no presentar.

El dato anterior refleja el porcentaje de los síntomas físicos del estrés académico que más prevalecen en los estudiantes siendo el cansancio difuso y el dolor de cabeza los síntomas con mayor porcentaje encontrados en los estudiantes del módulo VIII de la carrera de enfermería dando a demostrar que si existe el estrés académico en los estudiantes.

Tabla N° 5

Título: Distribución porcentual de los síntomas psicológicos, que generar estrés en los estudiantes.

ASPECTOS	FRECUENCIAS				TOTAL 100%
	SI	%	NO	%	
Ansiedad	53	76.8	16	23.2	100
Tristeza	38	55.1	31	44.9	100
Irritabilidad excesiva	39	56.5	30	43.5	100
Indecisión	35	50.7	34	49.3	100
Desconfianza	30	43.5	39	56.5	100
Inquietud	43	62.3	26	37.7	100
Sensación de inutilidad	25	36.2	44	63.8	100
Falta de entusiasmo	30	43.5	39	56.5	100
Pesimismo hacia la vida	14	20.3	55	79.7	100
Melancolía durante el día	18	26.1	51	73.9	100
Reocupación excesiva	41	59.4	28	40.6	100
Infelicidad	17	24.6	52	75.4	100
Tono de humor depresivo	19	27.5	50	72.5	100

Fuente: Instrumento de recolección de datos, dirigido a los estudiantes del módulo VIII de la carrera de Licenciatura en Enfermería.

Los datos indican que el 76.8% de los estudiantes experimentaron ansiedad, mientras el 23.2% refirió no experimentarla, el 62.3% refirió haber tenido inquietud, mientras que el 37.7% refirió no haber tenido inquietud, el 59.4% manifestó haber tenido preocupación excesiva, mientras el 40.6% refirió no

haberla experimentado, el 56.5% de los estudiantes refirieron haber tenido irritabilidad excesiva, mientras el 43.5% refirió que no la experimentaron, 55.1% dijo haber tenido tristeza, mientras el 44.9% dijo no haberla experimentado, el 51.7% manifestaron sentirse indecisos y el 49.3% no se sintieron indecisos, el 43.5% se sintieron desconfiados, pero el 56.5% no se sintió desconfiado, un 43.5% tuvo falta de entusiasmo, mientras el 56.5% no lo refieren, el 36.2% experimentaron la sensación de inutilidad, pero un 63.8% no experimento dicha sensación, el tono de humor depresivo, solo lo experimentaron un 27.5%, mientras el 72.5% no lo experimento, el 26.1% de los estudiantes refieren haber tenido melancolía durante el día, mientras el 73.9% no la experimentaron, el 24.6% se sintieron infelices mientras un 75.4% refiere no haber experimentado ese sentimiento, y un 20.3% se sintió pesimista hacia la vida, pero el 79.7% no experimento dicho sentimiento.

Según los datos obtenidos de la encuesta, los aspectos psicológicos que más afecta a los estudiantes del cuarto año de Enfermería son: la ansiedad, inquietud, preocupación excesiva, irritabilidad excesiva, tristeza e indecisión, desconfianza y falta de entusiasmo. Lo que nos indica que si se presentan síntomas de estrés en dicha población estudiantil.

Tabla N° 6

Título: Distribución porcentual de los síntomas comportamentales, que generan estrés en estudiantes.

ASPECTOS	FRECUENCIAS				TOTAL 100%
	SI	%	NO	%	
Fumar excesivamente	3	4.3	66	95.7	100
Olvidos frecuentes	35	50.7	34	49.3	100
Aislamiento	16	23.2	53	76.8	100
Conflictos frecuentes	16	23.2	53	76.8	100
Irresponsabilidades	14	20.3	55	79.7	100
Indiferencia hacia los demás	14	20.3	55	79.7	100

Fuente: Instrumento de recolección de datos, dirigido a los estudiantes del módulo VIII de la carrera de Licenciatura en Enfermería.

Según los datos obtenidos en la encuesta realizada, los síntomas comportamentales, un 50.7% manifestó presentar olvidos frecuentes, mientras un 49.3% dijo no presentar, un 23.2% de los encuestados dijo que si presentaban aislamiento y un 76.8% manifestó no presentar, en cuanto a la irresponsabilidad un 20.3% dijo que si presentaba y un 79.7% dijo que no, con respecto a la indiferencia hacia los demás un 20.3% dijo que si presentaba y un 79.7% dijo que no, y finalmente en el síntoma de fumar excesivamente un 4.3% dijo que lo presentaba y un 95.7% dijo que no.

Los datos obtenidos reflejan el porcentaje de los síntomas comportamentales en los estudiantes del módulo VIII de la carrera de enfermería encuestados donde se obtuvo que el síntomas que más predomina en ellos son los olvidos

frecuentes con más del 50% de los encuestados, cuando los olvidos frecuentes se dan en personas en edad joven, no se puede hablar de un mal neurodegenerativo, ya que aquellos se deben a una disminución en la concentración del estudiante debido al estrés que genera la sobre carga académica.

Tabla N° 7

Título: Distribución porcentual de las estrategias de afrontamiento y tolerancia al estrés académico, que adoptan los estudiantes.

ASPECTOS	FRECUENCIAS				TOTAL 100%
	SI	%	NO	%	
Hacer valoración de la situación	51	73.9	18	26.1	100
Buscas agentes estresantes	18	26.1	51	73.9	100
Mides nivel del estrés	19	27.5	50	72.5	100
Analizar la situación	52	75.4	17	24.6	100
Obtienes respuestas generales al estrés	27	39.1	42	60.9	100
Obtienes respuestas específicas al estrés	27	39.1	42	60.9	100
Definir el comportamiento a seguir	46	66.7	23	33.3	100
Ejerces control sobre los acontecimientos ocurridos	44	63.8	25	36.2	100
Usas técnicas de manejo de estrés	32	46.9	37	53.6	100

Fuente: Instrumento de recolección de datos, dirigido a los estudiantes del módulo VIII de la carrera de Licenciatura en Enfermería.

El 75.1% de la muestra refiere que ante un problema difícil analiza la situación y el 24.6% no la analiza, el 73.9% hace valoración de la situación y el 26.1% no la hace, además el 66.7% si define el comportamiento a seguir mientras que el 33.3% no actúa de esa forma, el 63.8% ejerce control sobre los acontecimientos ocurridos y el 36.2% no, el 46.4% utiliza técnicas de manejo del estrés, y el 53.6% no las usa, se observa también que el 39.1% obtiene respuestas generales al estrés y el 60.9% no las obtiene, de la misma forma el 39.1% obtiene respuestas específicas al estrés y el 60.9% no las obtiene, el 27.5% dice que si mide los niveles del estrés y el 72.5% dice que no lo mide, y por último el 26.1% de los estudiantes busca agentes estresantes y el 73.9% expresa que no los busca.

La información obtenida anteriormente esta ordenada por porcentajes de mayor a menor en forma general, pero según el instrumento de recolección de datos está estructurado por 3 bloques (ver Anexo N° 1) en donde podemos analizar que los jóvenes hacen valoración de las situaciones por las que están pasando pero la mayoría no busca agentes que están ocasionando esa situación estresante ni mucho menos mide el nivel de estrés en el que está. Así también la mayoría de jóvenes analizan la situación pero no obtienen respuestas generales ni específicas al estrés. Igualmente la mayoría definen el comportamiento a seguir y ejercen control sobre los acontecimientos ocurridos, pero la mayoría no usan técnicas de manejo de estrés a lo que manifestaron que dejaban que pasara solita esa situación y el porcentaje que dijo que si utilizaba técnicas expreso que realizaban ejercicios, practicaban deportes, miraban programas de televisión, escuchaban música, salían con amigos, asistían a la iglesia, dormían una hora al estar estresados, tomaban te de manzanilla entre otras.

B. Prueba de Hipótesis

Comprobación de Hipótesis

Hipótesis específica N°1 El 70% de los estresores académicos prevalecen en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

N°	ASPECTOS	FRECUENCIAS/ %			
		SI	%	NO	%
1.	Estresores que generan estrés en la rutina académica: La competitividad grupal	34	49.3	35	50.7
	Sobrecargas de tareas	66	95.7	3	4.3
	Exceso de responsabilidad	47	68.1	22	31.9
	Interrupciones del trabajo	35	50.7	34	49.3
	Ambiente físico desagradable	50	72.5	19	27.5
	Falta de incentivos	33	47.8	36	52.2
	Tiempo limitado para hacer el trabajo	65	94.2	4	5.8
	Problemas o conflictos con los asesores	50	72.5	19	27.5
	Problemas o conflictos con los compañeros	43	62.3	26	37.7
	TOTAL	423	613.1	198	286.9

$$\bar{X} = \sum \frac{fi}{n} = \frac{613.1}{9} = 68.1\% = \text{SI}$$

$$\bar{X} = \sum \frac{fi}{n} = \frac{286.9}{9} = 31.9\% = \text{NO}$$

El valor de la \bar{X} es menor al 70%, por lo que la Hipótesis Alternativa se da por aceptada y se rechaza la Hipótesis específica.

Hipótesis específica N° 2 El 70% de los síntomas del estrés prevalecen durante el periodo académico en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

N°	ASPECTOS	FRECUENCIAS/ %			
		SI	%	NO	%
2.	Síntomas físicos, que generar estrés en los estudiantes: Dolor de cabeza	58	84.1	11	15.9
	Cansancio difuso	60	86.9	9	13.1
	Elevada presión arterial	17	24.6	52	75.4
	Disfunciones gástricas	33	47.8	36	52.2
	Impotencia	19	27.5	50	72.5
	Dolor de espalda	51	73.9	18	26.1
	Dificultad para dormir	51	73.9	10	26.1
	Frecuentes catarrros y gripes	25	36.2	44	63.8
	Disminución del deseo sexual	27	39.1	42	60.9
	Excesiva sudoración	20	29	49	71
	Aumento o pérdida de peso	41	59.4	28	40.6
	Temblores en el cuerpo	20	29	49	71
	Síntomas psicológicos, que generar estrés en los estudiantes: Ansiedad	53	76.8	16	23.2
	Tristeza	38	55.1	31	44.9

	Irritabilidad excesiva	39	56.5	30	43.5
	Indecisión	35	50.7	34	49.3
	Desconfianza	30	43.5	39	56.5
	Inquietud	43	62.3	26	37.7
	Sensación de inutilidad	25	36.2	44	63.8
	Falta de entusiasmo	30	43.5	39	56.5
	Pesimismo hacia la vida	14	20.3	55	79.7
	Melancolía durante el día	18	26.1	51	73.9
	Reocupación excesiva	41	59.4	28	40.6
	Infelicidad	17	24.6	52	75.4
	Tono de humor depresivo	19	27.5	50	72.5
	Síntomas comportamentales, que generar estrés en los estudiantes: Fumar excesivamente	3	4.3	66	95.7
	Olvidos frecuentes	35	50.7	34	49.3
	Aislamiento	16	23.2	53	76.8
	Conflictos frecuentes	16	23.2	53	76.8
	Irresponsabilidades	14	20.3	55	79.7
	Indiferencia hacia los demás	14	20.3	55	79.7
	TOTAL	922	1335.9	1209	1764.1

$$X = \sum \frac{f_i}{n} = \frac{1335.9}{31} = 43.1\% = SI$$

$$X = \sum \frac{f_i}{n} = \frac{1764.1}{31} = 56.9\% = \text{NO}$$

El valor de la \bar{X} es menor al 70%, por lo que la Hipótesis Alternativa se da por aceptada y se rechaza la Hipótesis específica.

Hipótesis específica N°3 El 70% de las estrategias de afrontamiento y tolerancia del estrés prevalecen en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

N°	ASPECTOS	FRECUENCIAS/ %			
		SI	%	NO	%
3.	Estrategias de afrontamiento y tolerancia al estrés académico, que adoptan los estudiantes: Hacer valoración de la situación	51	73.9	18	26.1
	Buscas agentes estresantes	18	26.1	51	73.9
	Mides nivel del estrés	19	27.5	50	72.5
	Analizar la situación	52	75.4	17	24.6
	Obtienes respuestas generales al estrés	27	39.1	42	60.9
	Obtienes respuestas específicas al estrés	27	39.1	42	60.9
	Definir el comportamiento a seguir	46	66.7	23	33.3
	Ejerces control sobre los acontecimientos ocurridos	44	63.8	25	36.2
	Usas técnicas de manejo de estrés	32	46.9	37	53.6
	TOTAL	316	458.5	305	442

$$X = \sum \frac{f_i}{n} = \frac{458.5}{9} = 50.9\% = \text{SI}$$

$$X = \sum \frac{f_i}{n} = \frac{442}{9} = 49.1\% = \text{NO}$$

El valor de la \bar{X} es menor al 70%, por lo que la Hipótesis Alternativa se da por aceptada y se rechaza la Hipótesis específica.

C. Análisis General de Resultados

El estudio científico sobre la prevalencia del estrés en los estudiantes del cuarto año de la carrera de licenciatura en Enfermería, en el periodo de agosto a octubre de 2015, Conto con la participación de una muestra total de 69 estudiantes, dicho anuncio alcanzo los siguientes resultados:

Respecto a los objetivos planteados en esta investigación: según se identificaron, los estresores académicos con mayor prevalencia en los estudiantes son la sobrecarga de tareas, el tiempo limitado para hacer el trabajo, el ambiente físico desagradable y los problemas o conflictos con los asesores; siendo estos los de mayor porcentaje individual, pero al analizar los estresores en conjunto se obtienen como resultado un porcentaje menor al 70%, lo que indica que la hipótesis específica fue rechazada y aprobada la hipótesis alternativa uno. Los estresores académicos específicos no prevalecen en un 70% si no en un 68.1% en los estudiantes del cuarto año de la carrera de licenciatura en Enfermería. Los estresores académicos o estímulos del ámbito educativo presionan al estudiante de diferente modo, prevaleciendo así los estresores antes mencionados.

En relación a los síntomas del estrés se indagó que los estudiantes si presentan síntomas del estrés en un 43.1% siendo por esta razón rechazada la hipótesis específica y aceptada la hipótesis alternativa dos ya que no alcanza el 70% planteado así en el sistema de hipótesis. Los estudiantes durante el periodo académico se exponen continuamente a estrés lo cual genera una serie de

reacciones propias del organismo: físicas, cognitivas y emocionales psicológicas, de conducta personales o comportamentales, sin embargo según la comprobación de hipótesis se demostró que los jóvenes si viven estrés en el cuarto año de la carrera, pero este no es un obstáculo para continuar el buen curso académico y llegar así a la finalización satisfactoria.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento y tolerancia al estrés se identificó que los estudiantes si las utilizan y que ante un problema estresante valoran y analizan la situación y definen el comportamiento a seguir.

Al analizar los resultados se evidencia que los estudiantes que refieren hacer valoración a una situación estresante, se contradicen respondiendo que si valoran pero no buscan los agentes estresantes, ni miden el nivel de estrés, los que respondieron que si analizan la situación, también se contradicen diciendo que no obtienen respuestas generales ni específicas al estrés, encontrando que en lo único que coinciden es, que si ejercen control de los acontecimientos ocurridos, mas sin embargo la mayoría no usa técnicas de manejo de estrés, a diferencia del porcentaje que dijo que si las utilizaba y que expresó que realizaban ejercicios, practicaban deportes, miraban programas de televisión, escuchaban música, salían con amigos, asistían a la iglesia, dormían una hora al estar estresados, tomaban te de manzanilla entre otras.

Por lo tanto en la comprobación de hipótesis se obtuvo que el 50.9% dijo que si adoptaba alternativas de afrontamiento y tolerancia al estrés y un 49.1% dijo que no, aceptando así la hipótesis alterna tres y rechaza la hipótesis específica porque no sobre paso el 70%.

CAPITULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

A. Conclusiones:

En relación al estudio sobre el estrés académico que prevalece en los estudiantes del cuarto año de la Carrera de Licenciatura en Enfermería de la Facultad de Medicina de la Universidad de El Salvador, se concluye que:

Los estudiantes de la carrera consideran que hay estresores que pueden o no generar estrés, en su rutina académica, sin embargo estos no tienen mayor prevalencia en su formación como profesionales, por lo que no tienen inconveniente para finalizar satisfactoriamente su año lectivo.

Los estudiantes presentan síntomas del estrés continuamente durante el periodo académico, siendo estos síntomas de diversa índole como físicos, psicológicos y comportamentales, a pesar que si los presentan no son lo suficientemente evidentes según lo expresaron ellos mismos, por lo tanto su prevalencia es mínima.

La mayoría de los estudiantes adoptan alternativas de afrontamiento y tolerancia al estrés, entre ellas, valorar y analizar las situaciones estresantes, lo que no hacen es utilizar los medios adecuados para llegar a obtener una verdadera estrategia para enfrentar dicha situación; así mismo definen el comportamiento a seguir, ejerciendo control de los acontecimientos ocurridos, mas sin embargo la mayoría no utiliza técnicas de manejo al estrés.

B. Recomendaciones:

A pesar que no se logró aceptar las hipótesis específicas no quiere decir que no prevalezca el estrés académico en los estudiantes, por lo que se recomienda lo siguiente:

A los estudiantes de la Carrera en Enfermería:

Aprender a sobre llevar los aspectos que no pueden ser cambiados y que causan estrés durante el periodo académico.

Estar alertas a la aparición de síntomas físicos, psicológicos y comportamentales derivados del estrés académico para evitar así posibles complicaciones que puedan afectar su período académico

Utilizar estrategias de afrontamiento y tolerancia al estrés como medidas preventivas para evitar llegar a situaciones de extremo estrés académico.

A los/as Docentes de la Carrera:

Coordinar con las autoridades de la Carrera de Licenciatura en psicología, para que se les impartan temáticas sobre el manejo adecuado del estrés a los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería.

Impartir temáticas, talleres, y capacitaciones sobre el estrés académico, a los estudiantes del cuarto año de la Carrera de Licenciatura en Enfermería.

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE TECNOLOGIA
LICENCIATURA EN ENFERMERIA



PROPUESTA
PLAN DE INTERVENCION PARA EL MANEJO ADECUADO DEL ESTRÉS EN
LOS ESTUDIANTES DEL CUARTO AÑO DE LA CARRERA DE
LICENCIATURA EN ENFERMERIA, FACULTAD DE MEDICINA DE LA
UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR.

PRESENTADO POR:
JENNIFER LISETH CADENAS MOLINA.
JACQUELINE VANESSA FLORES SANTANA.
DOILIANA PINEDA VAQUERANO.

CUIDAD UNIVERSITARIA, ENERO DE 2016

INDICE

CONTENIDO	Pág.
INTRODUCCION.....	iii
JUSTIFICACION.....	5
I. Generalidades del plan de intervención.....	6
II. OBJETIVOS	
a. Objetivo general.....	7
b. Objetivos Específico.....	7
III. METAS.....	8
IV. RECURSOS.....	9
V. METODOLOGIA.....	10
ANEXOS	
ANEXO N° 1 Plan de intervención educativo	
ANEXO N° 2 Fuentes de información	
ANEXO N° 3 Presupuesto	
ANEXO N° 4 Cronograma de actividades	

INTRODUCCION

La investigación sobre estrés académico que prevalece en los y las estudiantes del cuarto año de la Carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina de la Universidad de El Salvador reflejo que:

Los estudiantes presentan síntomas del estrés continuamente durante el periodo académico, siendo estos síntomas de diversa índole como físicos, psicológicos y comportamentales, a pesar que si los presentan no son lo suficientemente evidentes según lo expresaron ellos mismos, por lo tanto su prevalencia es mínima en los jóvenes en estudio.

La mayoría de los estudiantes adoptan alternativas de afrontamiento y tolerancia al estrés, entre ellas, valorar y analizar las situaciones estresantes, lo que no hacen es utilizar los medios adecuados para llegar a obtener una verdadera estrategia para enfrentar dicha situación; así mismo definen el comportamiento a seguir, ejerciendo control de los acontecimientos ocurridos, mas sin embargo la mayoría no utiliza técnicas de manejo al estrés.

Los estudiantes de la carrera consideran que hay estresores que pueden o no generar estrés, en su rutina académica, sin embargo estos no tienen mayor prevalencia en su formación como profesionales, por lo que no tienen inconveniente para finalizar satisfactoriamente su año lectivo.

El estrés académico es aquel que padecen los alumnos de educación media y superior y que tiene como fuente exclusiva a estresores relacionados con las actividades a desarrollar en el ámbito académico.

El presente proyecto ha sido elaborado por un grupo de alumnas egresadas de la Carrera de Enfermería de la Universidad de El Salvador quienes llevaron a cabo una investigación para su proceso de grado sobre el estrés académico

que prevalece en los y las estudiantes del cuarto año de la Carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina de la Universidad de El Salvador.

El documento se ha estructurado con diferentes apartados en los cuales se describen las generalidades del proyecto en donde se hace una breve descripción del proyecto, la justificación, los objetivos en donde se plasman las directrices y los logros a alcanzar, así mismo se presentan las metas en donde se describen cada uno de los objetivos específicos a alcanzar, de la misma forma se presenta la metodología a utilizar en la implantación de dicha propuesta, además se incluyen los recursos básicos para lograr el óptimo desarrollo y así obtener mejores resultados, también se incluyen los planes operativos que son los instrumentos que permiten establecer las actividades a desarrollar, el cronograma de actividades, presupuesto para la ejecución de proyecto educativo también se ha incluido la bibliografía, la cual se considera de vital importancia para fundamentar la teoría utilizada.

JUSTIFICACION

Según los datos obtenidos en la investigación, se puede observar que la gran mayoría de los estudiantes padecen de estrés académico en donde por medio de una encuesta se obtuvo el porcentaje de los diferentes estresores académicos específicos que producen estrés académico en los estudiantes como lo es, la competitividad grupal, sobre cargas de tareas, exceso de responsabilidad, interrupciones de trabajo, ambiente físico desagradable, falta de incentivos, tiempo limitado para hacer el trabajo, problemas o conflictos con los asesores, problemas o conflictos con los compañeros, además de conocer cuáles son los síntomas tanto físicos, psicológicos y comportamentales que más afectan a los alumnos así mismo se indagó sobre algunas estrategias de afrontamiento y tolerancia al estrés académico que los estudiantes pudieran conocer o realizar para sobre llevar el estrés académico, en donde se pudo observar que la gran mayoría de los alumnos encuestados no utilizan algunas de estas estrategias para saber sobre llevar el estrés académico.

La siguiente propuesta de intervención es factible desarrollarla porque los recursos necesarios para llevarlo a cabo se encuentran dentro de la Universidad de El Salvador, además se cuenta con el apoyo de las docentes de la Carrera de la Licenciatura de Enfermería y alumnos y por parte de ellos no habrá costo alguno pues solo nos colaboraran en participar en nuestro proyecto.

Nuestra investigación se considera relevante porque se pretende contribuir en la educación y mejorar los hábitos de estudio de los estudiantes, ya que ellos serán los beneficiados a mediano y/o largo plazo con la presente propuesta de intervención.

I. GENERALIDADES DEL PLAN DE INTERVENCION

- **NOMBRE DEL PROYECTO:**

Plan de intervención para el manejo adecuado del estrés en los estudiantes del cuarto año de la Carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina de la Universidad de El Salvador.

- **LUGAR DE LA EJECUCION:**

Aulas de enfermería (A-B Y C) de la universidad de El salvador

- **EQUIPO RESPONSABLEY DISPONIBLE:**

Docentes de la carrera de licenciatura en enfermería y docentes de la carrera de licenciatura en psicología.

- **GENERALIDADES DE LA METODOLOGIA**

Se pretende que la Carrera de Licenciatura en Enfermería realice una gestión con las autoridades de la Carrera de Licenciatura en Psicología con el propósito de buscar posibles soluciones al problema encontrado en los estudiantes, obteniendo la colaboración directa e indirecta de los docentes de la carrera de Psicología, con el propósito que al alumnado del cuarto año de la Licenciatura de Enfermería se les proporcionen talleres o capacitaciones con temas y estrategias relacionadas con el manejo adecuado del estrés académico.

II. OBJETIVOS

A. OBJETIVO GENERAL:

Plantear líneas de acción y específicas que contribuyan para disminuir el estrés académico que prevalecen los estudiantes del cuarto año de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad de El Salvador.

B. OBJETIVOS ESPECIFICOS:

Proporcionar a las autoridades de Licenciatura en Enfermería, una propuesta de intervención que contribuya a disminuir el estrés académico en los estudiantes.

Realizar una metodología en donde se plasme la idea principal de lo que se pretende alcanzar con dicha propuesta, y así disminuir el estrés académico en los estudiantes.

Elaborar un plan educativo por medio del cual se planteen los objetivos, las actividades la metodología los recursos y la evolución de dicho plan.

III. METAS

- Que las autoridades involucradas tomen en cuenta la propuesta de intervención, planteada para disminuir el estrés académico que prevalecen los estudiantes del cuarto año de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad de El Salvador
- Que el 70% de los estudiantes del cuarto año de la licenciatura en enfermería logren disminuir o aprendan a sobre llevar el estrés académico utilizando las estrategias adquiridas durante las temáticas, talleres y capacitaciones que se les imparta
- Que las autoridades involucradas por medio del plan educativo logren comprender, de una mejor manera la necesidad de implementar dicho plan, buscando la aceptación de la propuesta educativa.

IV. RECURSOS

PERSONALES:

- Los estudiantes del cuarto año de la Carrera de Licenciatura de Enfermería de la Universidad de El Salvador.
- Las autoridades competentes y docentes del cuarto año de la Carrera de Enfermería.
- Las autoridades competentes y docentes de la Carrera de Licenciatura en Psicología.

MATERIAL DIDÁCTICO:

- Plumones
- Borrador
- Carteles
- Computadoras
- Cañón

FINANCIEROS:

- Fotocopias
- impresiones.

V. METODOLOGIA

Para el desarrollo de la propuesta se llevará a cabo una serie de actividades, como lo es la coordinación con las autoridades de la carrera de Licenciatura en Psicología de la Universidad de El Salvador, ya que son las personas idóneas, con un amplio conocimiento en el tema de estrés académico para que a los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, se les impartan, tres temáticas, tres talleres, y tres capacitaciones sobre el manejo adecuado del estrés académico, a lo largo del año lectivo y de esta forma disminuir lo más posible dicho problema.

En donde los estudiantes tengan la oportunidad de expresar aquellas situaciones que les genera estrés académico y que no están a simple vista, que sean escuchados y que se les oriente a como sobre llevar o que hacer para disminuir el nivel de estrés que viven ellos.

Se pretende que dichos talleres, temáticas y capacitaciones sean impartidos en las aulas de enfermería (A-B Y C) en horarios adecuados de preferencia en turnos matutinos en días de semana a mediano y largo plazo, en donde sean involucrados docentes de la carrera de enfermería a participar junto con los estudiantes para una mejor integración docente-alumno.

Al finalizar cada taller, temática y capacitación impartida se recomienda ejecutar la evaluación planteada en cada plan educativo, y de esa forma medir si las actividades realizadas están dando resultados positivos en dichos estudiantes.

ANEXOS



ANEXO N° 1
 UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
 FACULTAD DE MEDICINA
 ESCUELA DE TECNOLOGIA MEDICINA
 LICENCIATURA EN ENFERMERIA



PLAN EDUCATIVO DE LA PROPUESTA

OBJETIVOS	ACTIVIDADES	METODOLOGIA	RECURSOS	EVALUACION
<p>Plantear líneas de acción y específicas que contribuyan para disminuir el estrés académico que prevalecen en los estudiantes del cuarto año de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad de El salvador.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gestionar con la carrera de Licenciatura en Psicología apoyo de sus docentes, para que les impartan técnicas del manejo del estrés. - Coordinar horas clase para impartir 	<ul style="list-style-type: none"> • Elaborar una petición por medio de un acta solicitando a las autoridades de la carrera de Psicología su colaboración • Que las autoridades 	<p>Recursos materiales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pilots • Pliegos de papel bond • Computadora • Cañón <p>Recursos humanos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estudiantes del cuarto año 	<p>Se evaluara al grupo después de cada jornada.</p>

	temas de manejo de estrés académico.	competentes de la carrera de la licenciatura en enfermería revisen el programa teórico, práctico para adecuar un espacio a las temáticas del manejo de estrés académico.	<ul style="list-style-type: none">• Docentes de Psicología• Docentes de Enfermería.	
--	--------------------------------------	--	--	--

ANEXO N° 2

FUENTES DE INFORMACION

Jennifer Liseth Cadenas Molina, Jacqueline Vanessa Flores Santana, Doiliana Pineda Vaquerano. Estrés académico que prevalece en los y las estudiantes del cuarto año de la Carrera de Licenciatura en Enfermería. [Tesis de Enfermería]. San Salvador El Salvador: Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador; 2015.

Barraza Mancía, A. (2007a, enero 9) Estrés académico: un estado de la cuestión. Revista Electrónica Psicología Científica disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-232-1-estres-academico-un-estado-de-la-cuestion.html>.

John M. Ivancevich. Michael T. Mattenson. Estrés y trabajo, Una perspectiva gerencial. México Trillas, 19899.

ANEXO N° 3

PRESUPUESTO DE LA PROPUESTA

Materiales	Precios
Plumones	\$4.00
Borrador	\$1.50
Papel bond	\$2.00
impresiones	\$1.00
copias	\$6.00
10 % de Imprevistos	\$1.45
Total	\$ 14.50

**Este presupuesto será para cada sesión de los temas a impartir

D. FUENTES DE INFORMACION:

Barraza Mancía, A. (2007a, enero 9) Estrés académico: un estado de la cuestión. Revista Electrónica Psicología Científica disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-232-1-estres-academico-un-estado-de-la-cuestion.html>.

Juan Celis y Colaboradores. Ansiedad y estrés académico en estudiantes de Medicina Humana del primero y sexto año. [Tesis Médica]. Lima Perú: Facultad de Medicina, Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2000.

Nancy Serón Cabezas. Relación que existe entre Factores estresantes y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería. [Tesis de Enfermería]. Lima Perú: Facultad de Medicina, Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2006.

Olivet, Silvina A. Estrés académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario.[Tesis psicológica]. Argentina: Facultad de psicología y Relaciones Humanas, Universidad Abierta Interamericana; 2010.

R. Muñoz Campos. La Investigación Científica paso a paso. Cuarta Edición. San Salvador: Talleres gráficos UCA; 2004.

T. HeatherHerdman PhD, RN, FNI. Diagnósticos Enfermeros definiciones y clasificación. Barcelona España: Elsevier; 2013.

RWJ. Neufeld. Psicopatología y Stress. S.A Barcelona Ediciones Toray. 1984.

John M. Ivancevich. Michael T. Mattenson. Estrés y trabajo, Una perspectiva

gerencial. México Trillas, 19899.

David Fontana. Control del Estrés: México, D. F. Santafé de Bogotá. Editorial El Manual Moderno; 1995.

R. L. Wesley (1997): Teorías y Modelos de Enfermería. McGraw-Hill Interamericana, México.

SICILIANO, Sonia, Entrevista realizada el 05 de noviembre de 2015 en la Ciudad de San Salvador. Entrevistador: Jacqueline Flores.

DIAZ, Telma, Entrevista realizada el 06 de noviembre de 2015 en la Ciudad de San Salvador. Entrevistador: Doiliana Pineda.

De Peña, Dalila, Entrevista realizada el 06 de noviembre de 2015 en la Ciudad de San Salvador. Entrevistador: Jennifer Cadenas.

ANEXOS



ANEXO N° 1
UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE TECNOLOGÍA MÉDICA
CARRERA DE ENFERMERÍA



CUESTIONARIO SOBRE EL ESTRÉS ACADEMICO DIRIGIDO A
ESTUDIANTES DEL MODULO VIII DE LA CARRERA DE LICENCIATURA EN
ENFERMERIA

OBJETIVO:

Recolectar información sobre el estrés académico en los estudiantes del módulo VIII del cuarto año de la carrera de licenciatura en enfermería.

INDICACIONES:

Lea detenidamente la pregunta y marque con una X sí o no según su conocimiento o experiencia de acuerdo al tema.

I- INFORMACION GENERAL:

- A) Fecha _____
- B) Edad _____
- C) Sexo _____
- D) Ciclo _____
- E) Modulo _____

II. ESTRESORES ACADÉMICOS ESPECÍFICOS

A. De los siguientes estresores marca con una **X** aquellos que pueden o no generar estrés en tu rutina académica.

1. La Competitividad grupal

Si_____ No_____

2. Sobrecargas de tareas

Si_____ No_____

3. Exceso de responsabilidad

Si_____ No_____

4. Interrupciones del trabajo

Si_____ No_____

5. Ambiente físico desagradable

Si_____ No_____

6. Falta de incentivos

Si_____ No_____

7. Tiempo limitado para hacer el trabajo

Si_____ No_____

8. Problemas o conflictos con los asesores

Si_____ No_____

9. Problemas o conflictos con los compañeros

Si_____ No_____

III. SINTOMAS DE ESTRÉS DURANTE EL PERIODO ACADEMICO

A. ¿Durante el periodo académico ha generado en ti el estrés alguno de los siguientes síntomas?

A.1 Físicos:

- | | | |
|----------------------------------|---------|---------|
| 1. Dolor de cabeza. | Si ____ | No ____ |
| 2. Cansancio difuso. | Si ____ | No ____ |
| 3. Elevada presión arterial. . | Si ____ | No ____ |
| 4. Disfunciones gástricas. | Si ____ | No ____ |
| 5. Impotencia. | Si ____ | No ____ |
| 6. Dolor de espalda. | Si ____ | No ____ |
| 7. Dificultad para dormir. | Si ____ | No ____ |
| 8. Frecuentes catarras y gripes | Si ____ | No ____ |
| 9. Disminución del deseo sexual. | Si ____ | No ____ |
| 10.Excesiva sudoración. | Si ____ | No ____ |
| 11.Aumento o pérdida de peso. | Si ____ | No ____ |
| 12.Temblores en el cuerpo. | Si ____ | No ____ |

A.2 Psicológicos:

- | | | |
|-------------------------------|---------|---------|
| 1. Ansiedad. | Si ____ | No ____ |
| 2. Tristeza | Si ____ | No ____ |
| 3. Irritabilidad excesiva | Si ____ | No ____ |
| 4. Indecisión | Si ____ | No ____ |
| 5. Desconfianza | Si ____ | No ____ |
| 6. Inquietud. | Si ____ | No ____ |
| 7. Sensación de inutilidad | Si ____ | No ____ |
| 8. Falta de entusiasmo | Si ____ | No ____ |
| 9. Pesimismo hacia la vida. . | Si ____ | No ____ |

10. Melancolía durante la mayor parte del día. Si ____ No ____
11. Preocupación excesiva. Si ____ No ____
12. Infelicidad. Si ____ No ____
13. Tono de humor depresivo. Si ____ No ____

A.3 Comportamentales:

1. Fumar excesivamente. Si ____ No ____
2. Olvidos frecuentes. Si ____ No ____
3. Aislamiento. Si ____ No ____
4. Conflictos frecuentes. Si ____ No ____
5. Irresponsabilidades. Si ____ No ____
6. Indiferencia hacia los demás. Si ____ No ____

IV. ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y TOLERANCIA AL ESTRÉS ACADÉMICO.

A. ¿Cuándo estas en situaciones difíciles, adoptas alguna de las siguientes alternativas de afrontamiento y tolerancia al estrés?

1. Hacer valoración de la situación:
Si ____ No ____

1.1 Buscas agentes estresantes. Si ____ No ____

1.2 Mides nivel del estrés. Si ____ No ____

2. Analizar la situación
Si ____ No ____

2.1 Obtienes respuestas generales al estrés. Si ____ No ____

2.2 Obtienes respuestas específicas al estrés. Si ____ No ____

3. Definir el comportamiento a seguir

Sí ____ No ____

3.1 Ejerces control sobre los acontecimientos ocurridos Sí ____ No ____

3.2 Usas técnicas de manejo de estrés. Sí ____ No ____

4. Menciona cuales :

ANEXO Nº 2
COSTO DE LA INVESTIGACION

Nº	Descripción	Cantidad	Precio unitario	Total
Protocolo de la investigación				
1	Resmas de papel bond	2	\$5.00	\$10.00
2	Memoria USB	4	\$9.00	\$27.00
3	Lapiceros	4	\$0.25	\$1.00
4	Lápices	4	\$0.20	\$0.80
5	Corrector liquido	4	\$1.00	\$4.00
6	Folder tamaño carta	4	\$0.15	\$0.60
7	Fastener	4	\$0.10	\$0.40
8	Impresiones	500 pág.	\$0.05	\$25.00
9	Anillado	6	\$1.00	\$6.00
10	Saldo móviles	12 recargas	\$12.00	\$12.00
11	Transporte	3 personas	\$1.50	\$4.50
Informe final de la investigación				
12	Reproducción de instrumentos para la recolección de datos	385	\$0.05	\$19.25
13	Fotocopias	400	\$0.02	\$8.00
14	Impresiones	200	\$0.05	\$10.00
15	Empastado	3	\$8.00	\$24.00
16	CD	3	\$2.00	\$6.00
Subtotal				\$158.55
	Imprevistos 10%			\$15.85
Total				\$174.4



ANEXO No. 4

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE TECNOLOGIA MÉDICA
LICENCIATURA EN ENFERMERIA



HOJA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____

acepto colaborar en la investigación titulada: Estrés Académico que prevalece en los y las estudiantes del cuarto año de la Carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador, de agosto a octubre de 2015.

Estoy informada(o) que el estudio se realizara con el objetivo de Comprobar cómo prevalece el estrés académico en los estudiantes del cuarto año de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Facultad de Medicina, Universidad de El Salvador.

Estoy consciente que mi participación es de carácter voluntaria(o) y que la información recolectada será manejada profesional y confidencialmente para fines de comodidad y seguridad además, certifico que el grupo está conformado por: Jennifer Liseth Cadenas Molina, Jacqueline Vanessa Flores Santana, y Doiliana Pineda Vaquerano. Que actualmente realizan su Proceso de Grado para optar a Licenciadas en Enfermería.

ANEXO No. 5

DEFINICIÓN DE TERMINOS BASICOS

Teoría transaccional: Teoría de la personalidad y de la acción social, un método clínico de psicoterapia basado en el análisis de todas las transacciones posibles entre dos o más personas, sobre la base del yo específicamente definido.

Situación estresante: es una condición en la que se encuentra una persona en un momento determinado, la cual puede ser causada por problemas familiares, sociales, económicos y de trabajo.

Estrategias de afrontamiento: Son esquemas mentales intencionales de respuesta (cognitiva, emocional o conductual) dirigidos a manejar (dominar, tolerar, reducir, minimizar) las demandas internas y ambientales, y los conflictos entre ellas, que ponen a prueba o exceden los recursos de la persona.

Multidimensional: Que concierne a varios aspectos del mismo asunto.

Exigencias endógenas: conducta que obliga a cumplir con planes previos de forma estricta, que no admiten ningún margen de flexibilidad ni error de internamente.

Exigencias exógenas: conducta obligatoria sin permitir error alguno en las actividades externas.

Bienestar físico: se da cuando la persona siente que ninguno de sus órganos o funciones están menoscabados; el cuerpo funciona eficientemente y hay una

capacidad física apropiada para responder ante diversos desafíos de la actividad vital de cada uno.

Bienestar psicológico: el estado de equilibrio entre una persona y su entorno socio-cultural que garantiza su participación laboral, intelectual y de relaciones para alcanzar un bienestar y calidad de vida.

Proyección social: Servicios y actividades que se llevan a cabo para lograr una mejora en la vida de la gente. El uso más habitual de la noción se vincula a la **educación** que se presta para que las personas tengan las herramientas necesarias para progresar socialmente y para que los conocimientos impartidos sean útiles para la comunidad.

Afrontamiento del estrés: El afrontamiento se define como: Es el esfuerzo, tanto cognitivo como conductual, que hace el individuo para hacer frente al estrés, para manejar las demandas tanto externas como internas y los conflictos entre ambas.

Observación: hace alusión a aquellas observaciones y valoraciones que tienen relación con aquello que el sujeto realmente piensa o hace.

Contexto específico: aquello que el sujeto piensa o hace es analizado dentro de un determinado contexto.

Proceso de pensamiento: se lo define como un cambio en los pensamientos y actos del sujeto a medida que la interacción se va desarrollando.

Estrategia de afrontamiento: se refiere a los esfuerzos mediante la conducta se manifiesta, para hacer frente a las demandas internas y ambientales. Estos procesos entran en funcionamiento en todos aquellos casos en que se desequilibra la transacción individuo-ambiente. Se trata de un término propio de la psicología y especialmente vinculado al estrés.