

**Estrés Académico en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería
ante el Examen Clínico Objetivo Estructurado.
Academic Stress in Bachelor of Nursing Students
before the Structured Objective Clinical Examination.
Estresse Acadêmico em Estudantes do Bacharelado em Enfermagem
diante do Exame Clínico Objetivo Estructurado.**

Autores:

Argüello Cañete, Andrea ⁽¹⁾.
Mendoza Espíndola, Lourdes ⁽²⁾.
Miño Portillo, Ramona ⁽³⁾.
Ruiz Díaz, Fátima ⁽⁴⁾.
Rodríguez Valiente, Leonardo ⁽⁵⁾.



RESUMEN

Objetivo: identificar el estrés académico en los estudiantes de segundo año de Licenciatura en Enfermería ante el Examen Clínico Objetivo Estructurado. **Metodología:** descriptivo, transversal. Muestreo no probabilístico por conveniencia. La muestra total fue de 65 alumnos aplicada a través de encuestas a estudiantes que se encuentran cursando el segundo año de la carrera de Licenciatura en Enfermería. Las variables se agruparon en sociodemográficas, asignaturas cursadas, nivel de estrés académico, situaciones estresantes, síntomas físicos, síntomas psicológicos, reacciones comportamentales, estrategia de afrontamiento. **Resultado:** estudiantes manifestaron en un 63% la percepción del nivel de estrés; 54% identificaron sobrecarga de tareas y las evaluaciones de los profesores; somnolencia o mayor necesidad de dormir un 54%; identificaron sentimientos de angustia, ansiedad o desesperación un 46%; problemas en la alimentación relacionados con el aumento o disminución en el consumo de alimentos habituales un 51%; estrategia más aplicada ante situaciones de estrés fue la elaboración de un plan y ejecución de sus tareas 51%. **Conclusiones:** a través de este estudio se pudo evidenciar que la enseñanza en el nivel universitario, también debe incluir educación sobre estrategias de control en situaciones estresantes, del mismo modo que se debe instruir a los docentes para identificar manifestaciones de estrés y aplicar acciones de fortalecimiento y de seguridad hacia el estudiante.

Palabras clave: estrés, estudiantes, salud mental, éxito académico, enfermería.

ABSTRACT

Objective: identify academic stress in second-year Bachelor of Nursing students before the Structured Objective Clinical Examination. **Methodology:** descriptive, transversal. Non-probability sampling for convenience. The total sample was 65 students applied through surveys to students who are studying the second year of their Bachelor's Degree in Nursing. The variables were grouped into sociodemographics, subjects taken, academic stress level, stressful situations, physical symptoms, psychological symptoms, behavioral reactions, and coping strategy. **Result:** students expressed 63% of their perceived level of stress; 54% identified overload and teacher evaluations; drowsiness or greater need to sleep 54%; 46% identified feelings of anguish, anxiety or despair; eating problems related to the increase or decrease in the consumption of usual foods 51%; strategy most applied in stressful situations: the development of a plan and execution of tasks 51%. **Conclusions:** through this study, it was evident that teaching at the university level should also include education on control strategies in stressful situations, in the same

(1). Enfermera. Hospital Dr. José Ramón Vidal.
Correo: andyElizabeth529@gmail.com
ORCID: 0009-0009-0160-044X.

(2). Enfermera. Hospital Escuela José de San Martín.

(3). Enfermera. Instituto de Cardiología
Corrientes "Juana Francisca Cabral"

(4). Licenciada en Enfermería. Docente Adscripto
Facultad de Medicina UNNE.

(5). Licenciado en Enfermería. Docente Adscripto.
Facultad de Medicina UNNE.

way that teachers should be instructed to identify manifestations of stress and apply strengthening and recovery actions. safety towards the student.

Keywords: stress, students, mental health, academic success, nursing.

RESUMO

Objetivo: identificar o estresse acadêmico em estudantes do segundo ano do Bacharelado em Enfermagem antes do Exame Clínico Objetivo Estruturado. **Metodologia:** descritiva, transversal. Amostragem não probabilística por conveniência. A amostra total foi de 65 estudantes aplicados através de inquéritos a estudantes que cursam o segundo ano do Bacharelado em Enfermagem. As variáveis foram agrupadas em dados sociodemográficos, disciplinas cursadas, nível de estresse acadêmico, situações estressantes, sintomas físicos, sintomas psicológicos, reações comportamentais e estratégia de enfrentamento. **Resultado:** os estudantes expressaram 63% do seu nível percebido de estresse; 54% identificaram sobrecarga de tarefas e avaliações dos professores; sonolência ou maior necessidade de dormir 54%; 46% identificaram sentimentos de angústia, ansiedade ou desespero; problemas alimentares relacionados ao aumento ou diminuição do consumo de alimentos habituais 51%; estratégia mais aplicada em situações estressantes: o desenvolvimento de um plano e execução de tarefas 51%. **Conclusões:** por meio deste estudo, ficou evidente que o ensino em nível universitário também deveria incluir a educação sobre estratégias de controle em situações estressantes, da mesma forma que os professores deveriam ser orientados a identificar manifestações de estresse e aplicar ações de fortalecimento e recuperação de segurança ao aluno.

Palavras chave: estresse, estudantes, saúde mental, sucesso acadêmico, enfermagem.

INTRODUCCIÓN

El estrés se define como una reacción adaptativa del organismo ante las demandas de su medio, cuando éstas se originan en el contexto de un proceso educativo, es frecuente referirse a los mecanismos de adaptación del sujeto en términos de estrés académico,^{1,2}. La Organización Mundial de la Salud (O.M.S.), informó que alrededor del 3,6% de la población padeció estrés. Es así como debido a su aumento, el estrés se ha cobrado gran relevancia por parte de los científicos de la conducta quienes han estudiado acerca de sus efectos en la salud tanto física como psicológica.³

A nivel mundial, constituye un serio problema de salud pública. Las tasas de prevalencia de estas alteraciones durante la vida oscilaron de 12,2% a 48,6%; y al año de 8,4% a 29,1%. Además 14% de la carga de morbilidad en países de ingreso bajo y mediano en donde se destacaron padecimientos de depresión, estrés y ansiedad. En la población peruana, para el año 2018 reportaron que al menos el 30% de los estudiantes universitarios de Perú sufrieron efectos en su bienestar mental debido a la exigencia estudiantil. En estudiantes de medicina en Cuba, los datos reflejaban que el 60% de los jóvenes eran vulnerables a presentar estrés académico; siendo la sobrecarga académica, la principal causa generadora.^{4,5,6}

Si bien este fenómeno se pudo observar en todos los ámbitos y actividades humanas, específicamente la población universitaria ex-

perimenta niveles elevados de estrés, ya que deben cumplir con obligaciones académicas que en muchos casos los lleva a una sobrecarga de tareas y trabajos.^{7,8}

En este sentido, la salud mental de los estudiantes universitarios se vió afectada por múltiples factores, entre las cuales se encuentran las situaciones académicas generadoras de estrés. El estudiante de Enfermería no se encuentra exento de esto, debido al volumen de trabajo del currículo que tiene implicaciones severas en el bienestar y calidad de vida de los estudiantes, observándose un relativo aumento en el número de estudiantes de Enfermería que buscan apoyo médico, manifestando signos y síntomas de estados emocionales negativos, con implicación en su desarrollo académico y personal⁹ lo cual nos llevó a plantear esto como un problema a abordar a través de la investigación del estrés de nuestros estudiantes en el contexto del Examen Clínico Objetivo y Estructurado.

Por otra parte, en cuanto al Examen Clínico Objetivo y Estructurado, formando las siglas de ECOE fue creado como formato de examen para la evaluación de competencias y habilidades de estudiantes de último año de la carrera. La evaluación consistió en crear estaciones que simulan situaciones clínicas con distintos objetivos que los alumnos debían completar de manera que evidencien sus conocimientos. Es decir, poseer mayor objetividad que cualquier otra evaluación práctica, aumentando así la igualdad de experiencias entre estudiantes, motivaciones para el aprendizaje, y un alto nivel de confiabilidad y validez. Se afirmó, además, que una de las grandes desventajas de los ECOE es el estrés que puede provocar en el estudiante, lo cual afectaría su desempeño.

Objetivo: identificar el estrés académico en los estudiantes de segundo año de Licenciatura en Enfermería ante el Examen Clínico Objetivo Estructurado.

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio de tipo descriptivo, transversal y observacional. La muestra fue conformada por estudiantes que se encuentran cursando el segundo año de la carrera de la Licenciatura en Enfermería (n=65). Fueron seleccionados a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia.

Las variables en estudio se agruparon en sociodemográficas, asignaturas cursadas, nivel estrés académico, situaciones estresantes, síntomas físicos, síntomas psicológicos, reacciones comportamentales, y estrategia de afrontamiento. Se mide a través de inventario sistémico cognoscitivista SISCO validado¹⁴, que aplica una escala tipo Lickert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) permitiendo identificar el nivel de intensidad del estrés académico.

Para la recolección de los datos, se implementó un consentimiento informado a ser rubricado por los estudiantes que aceptaron participar en el estudio. El análisis de los datos de las variables cuantitativas se realizó mediante cálculos estadísticos de frecuencias absolutas y relativas, mientras que el análisis de los datos de las variables cualitativas se realizó mediante medidas de frecuencias, razón y proporciones. Los resultados obtenidos se representaron mediante histograma, gráficos y tablas según tipo de variables.

Esta investigación cuenta con aprobación por parte del Comité de

Bioética en Investigación de Ciencias de la Salud de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional del Nordeste mediante la resolución N.º 21/23. Además se tuvieron en cuenta los Principios Éticos establecidos en la Declaración de Helsinki (2013) y las Pautas de CIOMS (4ª Edición 2016). Se respetaron bajo todo concepto la Ley General de datos personales “Habeas Data N° 25326/00”.

Para esta investigación, los autores declaran no tener conflictos de interés de ninguna índole.

RESULTADOS

La recolección de datos se llevó a cabo durante el mes de septiembre de 2023. Se realizaron encuestas a los estudiantes de segundo año de la carrera de Licenciatura en Enfermería (n=65) que transitaron por la instancia evaluativa ECOE. El análisis de los datos sociodemográficos reflejan una edad media de 26 años (D.E=5,8), con un rango entre 19 y 43 años. En relación con la variable sexo, el 80,9% de los estudiantes fueron mujeres y el 19% restante eran hombres. Con respecto al lugar de procedencia de los estudiantes el 73% corresponden a Corrientes capital y el 26,9% al interior de la provincia.

Sobre las características académicas de los estudiantes, se observó sobre la cantidad de asignaturas cursadas una media 2.5 (D.E=1); y una moda de 3.

En cuanto a las variables de estrés académico establecidas en el Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO), los estudiantes manifestaron en el 63% como *Bastante* la percepción del nivel de estrés, mientras que el 32% como *Mucho* y un 5% como *Poco estrés*.

Con respecto a las situaciones estresantes, un 54% de los estudiantes se refirió a la *sobrecarga de tareas y las evaluaciones de los profesores*, seguido por un 38% a la *participación en clases*, 32% hicieron referencia a la *personalidad y el carácter del profesor*, así como también a *no entender los temas que se abordan en la clase* y en menor frecuencia, a la *competencia con los compañeros del grupo* (13%). (Ver gráfico 1).



Gráfico 1. Reacciones físicas experimentadas por estudiantes de segundo año que transitaron evaluación por ECOE en la Licenciatura de Enfermería de la UNNE durante el 2023 (n=65).

Respecto a las reacciones físicas experimentadas por los estudiantes que transitaron la modalidad de evaluación tipo ECOE, se observó que dentro de las más frecuentes se encontraban la somnolencia o mayor necesidad de dormir (54%), fatiga (48%), cefalea (43%) y otros trastornos del sueño como el insomnio con un 40%. (Ver gráfico 2).



Gráfico 2. Reacciones físicas experimentadas por estudiantes de segundo año que transitaron evaluación por ECOE en la Licenciatura en Enfermería UNNE, durante el 2023 (n=65).

Sobre las reacciones psicológicas, los estudiantes identificaron en un 46% *sentimientos de angustia, ansiedad o desesperación*; así como también *inquietud* (42%), *sentimientos de depresión o tristeza* (41%), y en menor frecuencia *dificultad en la concentración* (30%) e *irritabilidad* (12%). (Ver gráfico 3).



Gráfico 3. Reacciones psicológicas experimentadas por estudiantes de segundo año que transitaron evaluación por ECOE en la Licenciatura en Enfermería UNNE, durante el 2023 (n=65).

Teniendo en cuenta la variable de reacciones comportamentales, los estudiantes exteriorizan con mayor frecuencia problemas en la alimentación relacionados con el aumento o la disminución en el consumo de alimentos habituales (51%), y en menor proporción sensación de desgano para realizar las labores escolares (24%), aislamiento de los demás (23%) y conflictos o tendencia a polemizar o discutir (5%). (Ver gráfico 4).



Gráfico 4. Reacciones comportamentales experimentadas por estudiantes de segundo año que transitaron evaluación por ECOE en la Licenciatura en Enfermería UNNE, durante el 2023 (n=65).

De acuerdo a la variable estrategias de afrontamiento, se puede observar que los estudiantes manifestaron como estrategia más aplicada ante situaciones de estrés la elaboración de un plan y ejecución de sus tareas (51%), seguido de un sistema de ventilación y confianza (45%), la habilidad asertiva (41%); y en menor frecuencia la búsqueda de información sobre el problema (39%), la religiosidad (34%) y elogios a si mismo (31%). (Ver gráfico 5).

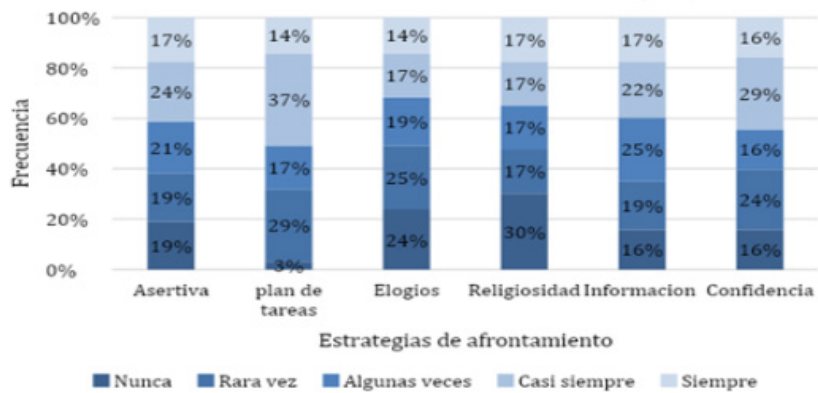


Gráfico 5. Estrategias de afrontamiento ante el estrés aplicadas por estudiantes de segundo año que transitaron evaluación por ECOE en la Licenciatura en Enfermería UNNE, durante el 2023 (n=65).

DISCUSIÓN

De acuerdo con los resultados obtenidos, los estudiantes de segundo año de la carrera de Licenciatura en Enfermería que transitaron por la instancia evaluativa ECOE, presentan una edad media de 26 años, una mayor proporción de mujeres y una procedencia de elevada de Corrientes capital, sobre el interior de la provincia. Con respecto a las características académicas se destaca un promedio de tres materias cursadas de forma simultánea. Esto podría responder a que la profesión en la actualidad aún sigue siendo ejercida en su mayoría por las mujeres, así como también la procedencia respondería a que la institución se encuentra ubicada geográficamente en dicha ciudad.

Respecto a esto, estudios realizados por diversos autores demuestran una elevada incidencia de estrés en estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población estudiada en la categoría de estrés moderado. También se evidencia asociación entre el estrés y el sexo femenino, así como son el nivel cursado en la carrera. Se ha demostrado por otra parte que las mujeres tienen niveles de estrés académico superiores a los de los hombres, en donde generalmente se culpa a los estilos de afrontamiento de ambos sexos.^{1,11}

En investigaciones realizadas sobre las fuentes generadoras de estrés académico y la intensidad con la que las perciben los estudiantes, las demandas académicas percibidas con mayor frecuencia como estresores por los estudiantes universitarios son: la sobrecarga de tareas académicas, la falta de tiempo para realizar el trabajo académico, los exámenes y evaluaciones de los profesores, la realización de trabajos obligatorios, en todos ellos con menor intensidad que el resto de estresores.¹⁰

En concordancia con respecto a las categorías abordadas por el inventario, las situaciones estresantes a la cual se vieron enfrentados los estudiantes con mayor frecuencia, se destaca, la sobrecarga de tareas y las evaluaciones de los profesores, un tiempo limitado para

hacer los trabajos encomendados, la participación en clases, la personalidad y el carácter del profesor, así como también a no entender los temas que se abordan en la clase.

Un estudio señala entre las reacciones físicas encontradas: trastornos del sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza, problemas de digestión, morderse las uñas y somnolencia o mayor necesidad de dormir.¹³

En concordancia con respecto a las reacciones físicas experimentadas por los estudiantes que transitaron la modalidad de evaluación tipo ECOE, se observó con elevada frecuencia manifestaciones como la somnolencia o mayor necesidad de dormir, fatiga, cefalea y otros trastornos del sueño como el insomnio.

Otro estudio señala en cuanto a las respuestas psicológicas, la incapacidad para concentrarse, la irritabilidad y la pérdida de confianza en sí mismo, junto con la incapacidad de tomar decisiones.¹²

En menor coincidencias sobre las reacciones psicológicas, los estudiantes identificaron sentimientos de angustia, ansiedad o desesperación, así como también inquietud, sentimientos de depresión o tristeza, y en menor frecuencia dificultad en la concentración e irritabilidad.

En las reacciones comportamentales encontradas según autores: conflicto o tendencia a polemizar y discutir, aislamiento de los demás, desgano para realizar labores académicas y aumento o reducción del consumo de alimentos.¹³

En coincidencias con las reacciones comportamentales por su parte, se vieron experimentadas con mayor frecuencia en los estudiantes como problemas en la alimentación relacionados con el aumento o la disminución en el consumo de alimentos habituales, y en menor proporción sensación de desgano para realizar las labores escolares, aislamiento de los demás y conflictos o tendencia a polemizar o discutir.

Las estrategias de afrontamiento según autores se refieren a la percepción general asociada a cada una de las situaciones planteadas y que deriva en el afrontamiento del estrés. Entre las que tenemos: habilidad asertiva, elaboración y ejecución de un plan, elogios a sí mismo, la religiosidad, búsqueda de información sobre la situación y ventilación de la situación y confidencias.¹³

En cuanto los resultados obtenidos existen coincidencias a las estrategias de afrontamiento, se destaca que los estudiantes manifestaron como estrategia más aplicada ante situaciones de estrés la elaboración de un plan y ejecución de sus tareas, seguido de un sistema de ventilación y confidencia, y el desarrollo de una habilidad asertiva.

CONCLUSIONES

Para finalizar, se puede afirmar que se logró alcanzar los objetivos propuestos para el desarrollo de esta investigación, de manera que se pudo determinar las situaciones estresantes en estudiantes de segundo año de la carrera de Licenciatura en Enfermería que transitaron por la instancia evaluativa ECOE, además de sus características sociodemográficas y académicas, e incluso identificar las reacciones de estrés y las situaciones estresantes, reacciones físicas, psicológicas y comportamentales que se presentaron.

Se concluye también que la aplicación del inventario sistémico cog-

noscitivista SISCO, resulta un instrumento relevante a la hora de evaluar las situaciones estresantes a la que se enfrentan los estudiantes del área de la salud, específicamente en Enfermería en el ámbito universitario. Se debería tener siempre en cuenta que, al ser el estrés un factor relacionado al bajo rendimiento académico, la enseñanza en el nivel universitario debe incluir la educación a los estudiantes sobre estrategias de control de la intensidad de nerviosismo, del mismo modo que se debe instruir a los docentes para identificar cuadros manifiestos de estrés y al aplicar acciones de fortalecimiento y de seguridad hacia el estudiante.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Rull M.A., Sanchez M.L., Cano Valdes E., Chávez Méndez M., Hidalgo Montiel P. Vista de Estrés académico en estudiantes universitarios [Internet]. *Psicologiaysalud.uv.mx*. 2021 [citado el 26 de abril de 2023]. Disponible en: <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psycysalud/article/view/584/1008>
2. Jerez-Mendoza M., Oyarzo-Barría C. Estrés académicos en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno Rev. Chil. Neuro-Psiquiatr. [Internet]. 2015 [citado el 26 de abril de 2023];53(3):149-57. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0717-92272015000300002&script=sci_abstract
3. Barzallo Sánchez J.L., Moscoso Zúñiga C.I. Prevalencia de estrés académico, factores de riesgo y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela de medicina de la Universidad de Cuenca en el 2015 [Internet]. 2015 [citado el 26 de abril de 2023]. Disponible en: <http://dspace.ucuena.edu.ec/handle/123456789/23899>
4. Arias C., Zitlally A. Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería. Tesis de Maestría. [Internet] 2021 [Consultado 25 Abr 2023]; p 1-56. Disponible en: <https://repositorioinstitucional.buap.mx/handle/20.500.12371/11807>
5. Teque- Julcarima M.S., Gálvez- Díaz N., Salazar-Mechan D.M. Estrés Académico en Estudiante de Enfermería de Universidad Peruana. Rev. Medicina Naturalista. [Internet] 2020 [Consultado 25 Abr 2023]; Vol. 14: p 1-6. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7512760>
6. Castillo-Ávila I.Y., Barrios- Cantillo A., Alvis- Estrada L.R. Estrés Académico en Estudiante de Enfermería de Cartagena, Colombia. Art. Investigación Enf. [Internet] 2018 [Consultado 2 Abr 2023]; p 1-11. Disponible en: <https://acrobat.adobe.com/link/review?uri=urn:aaid:scds:US:40f8ce74-96d3-300c-9824-71e80327fb19>
7. Moscoso- Zúñiga C.I. Prevalencia del Estrés Académico en Estudiantes de Medicina, Asociado al Rendimiento Académico. Rev. Médica H.J.C.A. [Internet]. 2015. [Consultado 25 Abr 2023]; Vol. 10: p. 89. Disponible en: <https://acrobat.adobe.com/link/review?uri=urn:aaid:scds:US:3deco63d-537b3ee6-827a-78fd424d48eb>
8. OPS, O.M.S. Salud Mental. [Internet]. [Citado 25 Abr 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
9. Gutiérrez-Roda J.A., Montoya-Vélez L.P., Toro B.E., Briñón- Zapata M.A., Rosas Restrepo E., Salazar-Quinteros L.E. Depresión en Estudiantes Universitarios y su Asociación con el Estrés Académico. Rev. CES Medicina. [internet] 2010 [Consultado 25 Abr 2023]; Vol. 24: p. 7-17. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-87052010000100002
10. Ramos Ticla F. Estrés académico y formación profesional. *Academic stress and professional training*. [Internet]. 2020. [Consultado 2023 My 02]. Vol. (16). P.94-98. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v16n77/1990-8644-rc-16-77-93.pdf>
11. Román Collazo C.,A. Ortiz Rodríguez. Hernández Rodríguez. El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*. [Internet]. 2018. [Consultado 2023 My 02]. P.1-8. Disponible en: <https://rieoei.org/historico/deloslectores/2371Collazo.pdf>
12. Restrepo J., Sánchez O.A., Castañeda-Quirama T. Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. *Res. de Investigación*. [Internet] 2020. [Consultado 2023 My 02]; p. 1-25. Disponible en: <http://bibliotecadigital.iue.edu.co/bitstream/20.500.12717/2042/1/1331-Texto%20del%20art%20c3%adculo-5268-1-10-20210301.pdf>
13. Escobar-Zurita E., Soria de Mesa B., López Proaño G., Peñafiel-Salazar D. Manejo del estrés académico. *Atlante* [internet] 2018 [consultado 2023 Abr. 18]; Disponible en: https://www.eumed.net/rev/atlan-te/2018/08/estres-academico.html?fb_comment_id=1881566745289288_4030013307111277
14. Barraza-Macias A. Inventario SISCO del estrés académico. *Propiedades psicométricas*. *Revista Psicologiacientifica.com*. 2007. [Citado 08 sept 2022].9(13). Disponible en: <https://www.psicologiacientifica.com/inventario-sisco-estres-academico-propiedades-psicometricas>
15. Guzmán-Castillo A., Zavala S.W., Bustos N.C., Castillo-Navarrete J.L. Inventario SISCO del estrés académico: revisión de sus propiedades psicométricas en estudiantes universitarios. *Terapia Psicológica*. 2022. [Citado 08 Sept. 2022], vol. 40,2. p. 197-207. Disponible en: <https://acrobat.adobe.com/id/urn:aaid:sc:VA-6C2:e3fi7713-2f58-4120-882f-9cae34af040b>