

	<b>ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO</b>	Código: F-PI-028
		Versión: 01
		Página 1 de 10

## NIVELES DE ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LA INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO.

ESTIVEN GONZALEZ GONZALEZ

Institución Universitaria de Envigado  
Estivengonzalezgonzalez@gmail.com

LAURA CRISTINA RESTREPO CUARTAS

Institución Universitaria de Envigado  
Laura.restrepo2012@hotmail.com

**Resumen:** El presente artículo da cuenta de un trabajo investigativo realizado con el fin de identificar los niveles de estrés en un grupo de estudiantes del pregrado de psicología de la Institución Universitaria de Envigado matriculados durante el curso académico 2017. Voluntariamente participaron 325 estudiantes de ambos sexos, cuyas edades estaban comprendidas entre los 18 y los 58 años. Para la medición del estrés se aplicó la escala de estrés percibido (EEP), ya que posibilita la descripción de los diferentes niveles de estrés según sus variables. Los resultados obtenidos a nivel general permitieron establecer la predominancia del nivel medio de estrés.

**Palabras claves:** *Estrés, estrés académico, factores psicosociales asociados al estrés, niveles de estrés, tipos de estrés.*

**Abstract:** The present article reports on an investigation carried out in order to identify stress levels in a group of undergraduate psychology students. The students were enrolled in the University Institution of Envigado during the academic year 2017. 325 students of both sexes voluntarily participated; their ages ranged from 18 to 58 years. For the measurement of stress the perceived stress scale (PSE) was applied, since it allows the description of the different stress levels according to their variables. The results obtained at the general level allowed to establish the predominance of the average level of stress.

**Key words:** *Stress, academic stress, psychosocial factors associated with stress, stress levels, types of stress.*

### 1. INTRODUCCIÓN

La creciente demanda sobre la problemática actual del estrés hizo posible el surgimiento de un interés particular por desarrollar esta investigación con estudiantes universitarios, debido a que estos en su día a día se encuentran vulnerables a factores psicosociales que influyen en la aparición y desarrollo del estrés.

En las investigaciones encontradas se registra que entre los factores psicosociales más comunes están: las dificultades familiares, déficit en habilidades sociales, problemas en relaciones amorosas, problemáticas en relación a sí mismo y principalmente aspectos ligados netamente al ámbito académico, como lo son el miedo a reprobación, la falta de tiempo, los exámenes y/o las calificaciones. Los estudiantes universitarios, en

especial aquellos que se orientan por una carrera de la salud, se ven afectados por una serie de factores estresores que repercuten en su vida a nivel cognitivo, conductual y fisiológico. Es importante a su vez reconocer que los factores que influyen en la aparición y desarrollo del estrés dependen de la percepción que cada individuo tenga a cerca de los factores estresores.

La psicología es una disciplina de la ciencia que se desarrolla en aras de la salud, por lo tanto es importante reconocer ¿Cuáles son los niveles de estrés percibidos en los estudiantes de psicología de la Institución Universitaria de Envigado?

La presente investigación se realiza con el fin de ampliar el saber y obtener una comprensión más a fondo de los niveles de estrés que manejan los estudiantes de psicología permitiendo

	<b>ARTICULO DEL TRABAJO DE GRADO</b>	<b>Código: F-PI-32</b>
		<b>Versión: 01</b>
		<b>Página 2 de 10</b>

reconocer las manifestaciones de este en su quehacer cotidiano. La investigación contó con la participación voluntaria de alumnos de ambos sexos del primero al décimo semestre del pregrado de psicología de la Institución Universitaria de Envigado, Colombia. El diseño metodológico contó con un enfoque cuantitativo, descriptivo de corte transversal, por lo que su abordaje fue por medio de la batería Escala de Estrés Percibido (EEP), ya que posibilita la descripción de los diferentes niveles de estrés según sus variables. Cabe destacar que el presente artículo hace parte del trabajo investigativo para optar al título de psicólogos.

El contenido del artículo se encuentra comprendido por un marco conceptual en donde se ubican definiciones referentes a cerca del estrés, así como su clasificación, etimología y factores psicosociales que se asocian a su problemática, también se describe el diseño metodológico con el cual se aborda la investigación, así como los resultados encontrados y una discusión que compara y asemeja otras investigaciones ya hechas, se finaliza con las conclusiones generales del estudio y unas recomendaciones que dan pie a un posible desarrollo de otras investigaciones.

## **2. MARCO TEORICO Y CONCEPTUAL**

### **2.1 Etimología y definición del estrés:**

El término cuyo significado es provocar tensión, se ha venido modificando después del siglo XV hasta la fecha debido a las crecientes investigaciones que apuntan a la relación de este con la homeostasis del sujeto, su sistema de adaptación, y la correlación con el apareamiento y desarrollo de enfermedades (Caldera y Pulido, 2007, p.2.).

Selye (1956) como estudiante de la facultad de medicina en los años 1930 en la universidad de Praga, se dio cuenta de que todos los pacientes que observaba sin importar el diagnóstico padecían síntomas similares como pérdida del apetito, pérdida de peso, astenia, a lo que este denominó como Síndrome General de

Adaptación. Pasó a realizar experimentos con ratas, las cuales eran sometidas a un exceso de ejercicio físico, y pudo comprobar que existía un aumento en las hormonas suprarrenales, disminución del sistema linfático y descubrió la aparición de úlceras gástricas.

Luego su teoría se amplió al darse cuenta de que no solo los factores físicos afectaban a los sujetos, sino que existía influencia también por parte de los diferentes entornos y las demandas que en estos existen, demandas sociales y los diferentes riesgos y peligros que amenazan la subsistencia de la persona los cuales obligan al sujeto a adaptarse lo que puede conllevar una alta demanda emocional y provocar el fenómeno del estrés en el individuo.

Así pues, con el libro *The Stress of de Life*, Selye (1956) presento la definición exacta del Estrés:

“Es la suma de todos los efectos inespecíficos de factores (actividad normal, agentes productores de enfermedad, drogas, etc.) que pueden actuar sobre el organismo. Estos agentes se llaman alarmógenos cuando nos referimos a su habilidad para producir estrés” (p.53).

Desde la publicación y aceptación del término, el estrés ha sido estudiado por múltiples disciplinas tanto biológicas como psicológicas y diversos enfoques teóricos.

Actualmente el estrés es concebido como el conjunto de procesos y respuestas neuroendocrinas, inmunológicas, emocionales y conductuales ante situaciones que significan una demanda de adaptación mayor que lo habitual para el organismo, y/o son percibidas por el individuo como amenaza o peligro, ya sea para su integridad biológica o psicológica (Tracco, 2002, p.8).

### **2.2 Clasificación de los tipos de estrés**

Según sus autores Rothstein, Miller y Smith, (1994); Afirman que el manejo del estrés puede resultar complicado y confuso porque existen diferentes tipos y cada uno cuenta con sus

	<b>ARTICULO DEL TRABAJO DE GRADO</b>	<b>Código:</b> F-PI-32
		<b>Versión:</b> 01
		<b>Página</b> 3 de 10

propias características, síntomas, duración y enfoques de tratamiento.

**2.2.1 Estrés agudo:** Es la forma de estrés más común. Surte de las exigencias y presiones del pasado reciente y de los requerimientos y presiones anticipadas del futuro cercano. Exagerar con el estrés a corto plazo puede derivar en agonía psicológica, dolores de cabeza tensionales, malestar estomacal y otros síntomas. (Rothstein, Miller y Smith, 1994).

**2.2.2 Estrés agudo episódico:** Es una forma de estrés agudo con frecuencia, a menudo se encuentra presente en aquellas personas en las que sus vidas resultan desordenadas, estas personas se encuentran a menudo necesitadas de más tiempo y por consiguiente siempre llegan tarde.

Resulta bastante frecuente que las personas que se hallen con reacciones de estrés agudo se encuentren a menudo con mal carácter, irritable, ansioso, agitado y muchas veces tensas. Los síntomas del estrés agudo episódico son los síntomas de una sobre agitación prolongada: dolores de cabeza tensos y persistentes, migrañas, hipertensión, dolor en el pecho y enfermedad cardíaca.

**2.2.3 Estrés crónico:** Nace cuando una persona nunca ve una salida a una situación deprimente. Es el estrés de las exigencias y coacciones implacables durante períodos aparentemente interminables. Sin esperanzas, la persona abandona la búsqueda de soluciones.

Algunas experiencias afectan extremadamente la personalidad. Se genera una visión del mundo, o un sistema de creencias, que provoca un estrés interminable para la persona. (Rothstein, Miller y Smith, 1994).

Debemos tener en cuenta que el estrés crónico puede llevar a acciones que son de significancia porque mata a través del suicidio, la intimidación, el ataque al corazón, la parálisis e incluso el cáncer. Las personas se desgastan hasta llegar a una crisis nerviosa final y fatal. Debido a que los recursos físicos y mentales se ven consumidos por

el desgaste a largo plazo, los síntomas de estrés crónico son arduos de tratar y consiguen demandar tratamiento médico y de conducta y manejo del estrés.

### 2.3 Factores Psicosociales asociados al estrés:

**2.3.1 El estrés según el sexo:** Las mujeres y los hombres no experimentan el estrés de igual manera, hay diversas situaciones que son propias de las mujeres que las pueden colocar en una posición que cause estrés, como lo sería: la menstruación, el embarazo, la menopausia, ser madre soltera, el riesgo a ser víctima de violencia sexual, entre otros. (Pribram, 1991).

Karl Pribram (1991) estudió las diferencias entre el cerebro masculino y femenino, y como conclusión determino que las mujeres al tener un mayor predominio del hemisferio izquierdo encargado regir el lenguaje, la lógica y las definiciones, son capaces de implementar mejores estrategias verbales para afrontar el estrés que en el caso de los hombres quienes serían menos competentes al momento de controlarse.

**2.3.2 Factores asociados al estrés en los estudiantes universitarios:** Las circunstancias sociales pueden inducir altos niveles de estrés que, a su vez, aquejan a la salud, a la particularidad de vida y la longevidad (Cockerham, 2001). Las influencias sociales sobre la salud no se limita al influjo de variables como el sexo, la edad, el nivel de ingresos, etc., sino que incluyen otras variables menos estratificadas, tales como los estilos o hábitos de vida en lo que se encuentran por ejemplo, fumar, tomar drogas, hacer poco ejercicio físico, seguir una dieta poco saludable, etc.

Los vínculos que poseen los estudiantes con los padres, las relaciones familiares, las formas educativas, problemas de pareja y algunas incompatibilidades conyugal – parental que terminan en separación o divorcio, así como los conflictos familiares, son variables que se han venido relacionando al estado de salud mental de los jóvenes y adolescentes que son estudiantes

universitarios. (Balanza, Morales y Guerrero, 2009).

Entre los principales factores que desencadenan el estrés en un estudiante se encuentran: el miedo a reprobar, la falta de tiempo y los exámenes o las calificaciones. (Tavecchio, Thomer y Meeus, 1999; Seibel, y Brad, 2001).

Factores como los económicos, excesiva carga de trabajo y de responsabilidades tienen un papel importante sobre la salud mental y física de los estudiantes, lo que nos permite identificarlos como factores de más relevancia, y que, una vez que se encuentran en relación con los factores antes mencionados pueden causar altos niveles de estrés y como resultado ocasionar un impacto que puede traer como consecuencia la relación con otras prácticas y hábitos como el exceso de alcohol y drogas que pueden causar el deterioro de la salud mental de los estudiantes. (Carney, McNeish, y McColl, 2005).

**2.3.3 El estrés académico:** el estrés académico se encuentra definido como aquel que se concibe por las solicitudes que atribuye el ambiente educativo (Ticona, Paucar, Llerena, 2010). En consecuencia, tanto alumnos como docentes, pueden verse afectados por este problema.

Román, Ortiz y Hernández, 2008) asumen que: Un nivel elevado de estrés académico altera el sistema de respuestas del individuo a nivel cognitivo, motor y fisiológico. La alteración en estos tres niveles de respuestas influye de forma negativa en el rendimiento académico, en algunos casos disminuye la calificación de los alumnos en los exámenes y, en otros casos, los alumnos no llegan a presentarse al examen o abandonan el aula (...) antes de dar comienzo el examen (p. 2). Las evaluaciones conforman, en cierta medida, uno de los estresores académicos más importantes en la vida estudiantil, así como el tiempo limitado para hacer sus quehaceres y las sobrecargas de tareas y trabajos.

El estudiante es quien evalúa su entorno con demandas a las que puede reconocer adecuadamente, o tal vez no debido a la falta de

recursos y de control de la situación, siendo entonces que no todos los alumnos presentan estrés pues algunos tienen mejor disposición para afrontar los acontecimientos estresantes. Casuso (1999).

### 3. DISEÑO METODOLÓGICO

El diseño metodológico contó con un enfoque cuantitativo, descriptivo de corte transversal, por lo que su abordaje se llevó a cabo con la aplicación de una batería la cual pudiera ser viable para la medición del estrés, para ello se seleccionó la prueba de Escala de Estrés Percibido (EEP), ya que posibilita la descripción de los diferentes tipos de estrés (alto, medio, bajo), según las variables sexo, edad y semestre, como se puede observar en la tabla número 1 de operacionalización de variables.

Nombre de la variable	Definición	Naturaleza	Codificación
Edad	Años en vida de una persona evaluada según su documento de identificación.	Cuantitativa	1=18 años. 2 = 19 años. 3 = 20 años. 4 = 21 años. 5 = 22 años. 6= 23 años 7 = 24 años 8 = 25 años 9=26 años 10= 27 años
Sexo	Condición biológica y física con que se identifica la persona	Cualitativa	1=Masculino  2= Femenino
Semestre	Condición biológica y física con que se identifica la persona	Cualitativa	1=Primer semestre 2= Segundo semestre 3 = Tercer Semestre 4 = Cuarto Semestre. 5 = Quinto Semestre. 6 = Sexto Semestre 7 = Séptimo Semestre. 8 = Octavo Semestre 9 = Noveno Semestre 10 = Décimo semestre

**TABLA 1. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES**

	<b>ARTICULO DEL TRABAJO DE GRADO</b>	<b>Código:</b> F-PI-32
		<b>Versión:</b> 01
		<b>Página</b> 5 de 10

### 3.1 Participantes

En el estudio participaron 325 estudiantes de ambos sexos, del pregrado de psicología, los cuales se encontraban matriculados durante el curso académico de 2017 en la Institución Universitaria de Envigado. Los estudiantes que participaron en la investigación fueron personas mayores de edad, sus edades estaban comprendidas entre los 18 a los 58 años. Del total de participantes habían 61 estudiantes del sexo masculino y 264 estudiantes del sexo femenino.

El muestreo se realizó de manera convencional y estuvo conformada por aquellos estudiantes que de manera voluntaria estuvieron dispuestos a firmar el consentimiento informado y a ejecutar la prueba entregada. Lo anterior, se realiza según las consideraciones éticas y legales para este tipo de estudios en Colombia.

### 3.2 Instrumento

La evaluación general de los distintos grupos de estudiantes consistió en la utilización de la Escala de Estrés Percibido de 14 ítems (EEP-14). Esta escala es una de las escalas más conocidas para la medición de la respuesta psicológica general. Fue diseñada para medir el grado en que las situaciones de la vida son evaluadas como estresantes.

La escala incluye una serie de consultas directas que exploran el nivel de estrés experimentado durante el último mes. Los ítems se entienden con facilidad. Es una escala de tipo auto administrado y anónimo. Cada pregunta tiene un patrón de respuesta politómica de cinco opciones: 'nunca', 'casi nunca', 'de vez en cuando', 'muchas veces' y 'siempre', que se clasifican de cero a cuatro. No obstante, los ítems 5, 6, 7, 9, 10 y 13 se califican en forma reversa o invertida. Da puntuaciones entre 0 y 56, a una mayor puntuación corresponde un mayor nivel de estrés percibido. La estructura factorial de la versión de catorce ítems muestra dos factores, el primero para las frases positivas y el segundo para las frases negativas (Remor, 2006, p.86).

### 3.3 Procedimiento y diseño:

En este estudio, los investigadores tuvieron que desplazarse a la facultad de Psicología, de la Institución Universitaria de Envigado para entregar los cuestionarios a cada uno de los estudiantes que quisieran participar voluntariamente, se pidió la colaboración de los mismos, se explicaron los motivos de la investigación, se garantizó la confidencialidad y el anonimato y se les pidió que firmaran el consentimiento informado. Dichos cuestionarios se contestaban en presencia de los investigadores y en el entorno de la facultad. Para la realización del estudio se han utilizado como factores de estudio independientes las variables sexo, edad y semestre, aunque existieron algunas variables no controladas, tales como la hora de realización de los cuestionarios y la temperatura. Sin embargo, no se esperaba que provocaran interferencias significativas. Una variable que podría contaminar los resultados de la investigación, la constituían todos aquellos posibles estresores ajenos a la carrera de Psicología, pero que podían estar presentes en el momento de realizar el cuestionario.

### 3.4 Análisis estadístico

El análisis descriptivo de los parámetros de estudio se ha realizado con los valores de las frecuencias y su intervalo de confianza al 95%. En el análisis bivariado se ha utilizado la prueba de Chi cuadrado para las variables semestre y sexo con respecto al nivel de estrés reportando el valor de  $p \leq 0.05$ .

El análisis se realizó con el paquete estadístico Stata y la significación estadística se aceptó para  $p < 0,05$ .

## 4. RESULTADOS

Luego de finalizar la etapa que corresponde al análisis de los resultados de la aplicación de la Escala de Estrés Percibido a los participantes voluntarios, se hace un análisis univariado y un análisis bivariado de los resultados.

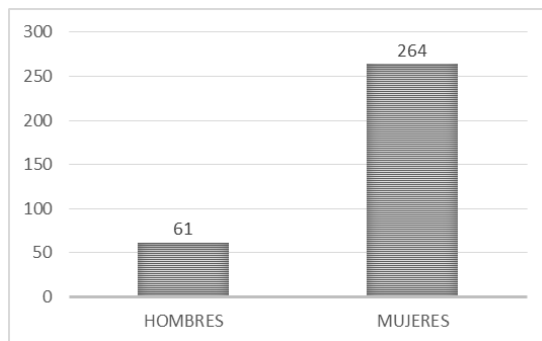
#### 4.1 Análisis univariado:

La edad de los participantes se midió en años con una media de  $24,74 \pm 6,24$  (IC 95% 24,06 – 25,42) años de edad, donde 41 estudiantes (12,62%) presentaron una edad igual a los 22 años, resultando una edad muy homogénea, correspondiendo 18 años al cuartil 25, 23 años al cuartil 50 y 58 años al cuartil 75, como se puede observar en la tabla 2.

Participantes	Mediana	Desviación Estándar	Intervalo de confianza (95%)	Edad Min	Edad Max
325	24,74	6,24	24,06-25,42	18	58

**TABLA 2**

Del total de los estudiantes participantes en la investigación, se encontró que 61 personas fueron hombres representando el (18,77%) y 264 personas fueron mujeres representando el (81,23%) como lo representa la gráfica 1.



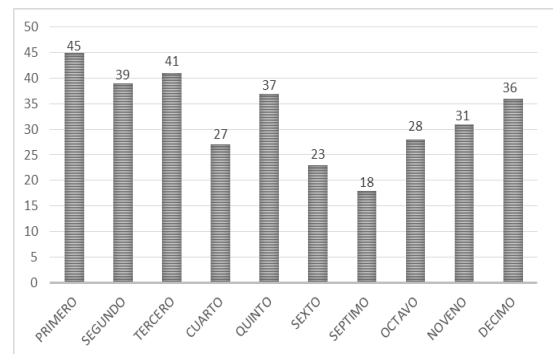
**GRAFICA 1**

De los 61 participantes hombres el 13,85% (n=45) presentaron un nivel de estrés medio, mientras que de las 264 participantes mujeres el 72,92% (n=237) presentaron el mismo nivel de estrés. Como lo especifica la tabla 3.

Nivel de estrés	Bajo (1)	Medio (2)	Alto (3)	Total
Participantes Hombres (1)	11 3.38%	45 13.85%	5 1.54%	61 18.77%
Participantes Mujeres (2)	13 4%	237 72.92%	14 4.31%	264 81.23%
Total	24 7.38%	282 86.77%	19 5.85%	325 100%

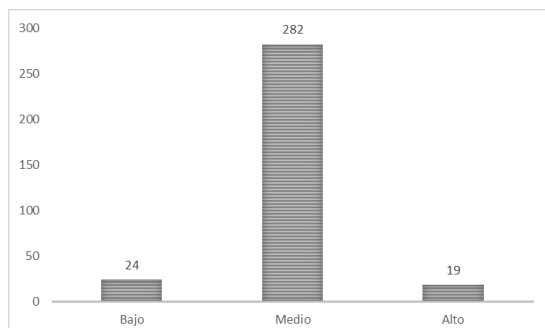
**TABLA 3**

Mientras que en la distribución de los estudiantes de acuerdo al semestre que estaban cursando se encontró que el semestre con mayor número de participantes en diligenciar la prueba fue el primer semestre con 45 participantes (13,85%) como lo indica la gráfica 2.



**GRÁFICA 2. DESCRIPCIÓN DE LA DISTRIBUCIÓN DE LOS PARTICIPANTES SEGÚN EL SEMESTRE.**

La escala de estrés percibida (EEP) utilizada en este estudio, ha detectado que 282 estudiantes (86,77%) presentaron un nivel de estrés medio, 24 estudiantes (7,38%) presentaron un nivel de estrés bajo y 19 estudiantes (5,85%) presentaron un nivel de estrés alto. Tal como lo presenta la gráfica 3.



**GRAFICA 3. DISTRIBUCIÓN DE LOS PARTICIPANTES SEGÚN EL DEL NIVEL DE ESTRÉS.**

#### 4.2 Análisis bivariado:

El valor p de la prueba Kruskal Wallis  $p \leq 0.05$  que fue la prueba que utilizamos para el análisis de la variable edad con respecto al nivel de estrés de los estudiantes nos indica que el nivel medio de estrés es significativamente diferente con respecto a los demás con un valor de  $p=0.007$  como se puede observar en la tabla 4.

Niveles de estrés	Bajo (1)	Medio (2)	Alto (3)
<b>Obs</b>	24	282	19
<b>Rank Sum</b>	5601.50	44500.50	2873.00
Chi-squared = 14.632 Whit 2 d.f. Probability = 0.0007			
Chi-squared whit ties = 14.721 whit 2d.f. Probability = 0.0006			

**TABLA 4. RESULTADO DE LA PRUEBA KRUSKALL WALLIS SEGÚN EL NIVEL DE ESTRÉS Y LA EDAD**

Con la finalidad de determinar si había diferencias significativas entre el sexo y el nivel de estrés, y a su vez entre semestre y nivel de estrés, se realizó la prueba de Chi Cuadrado. De la primera relación nos dio un valor de  $p=0.001$ , lo cual indica que si hay diferencias significativas para el sexo y el nivel de estrés de los estudiantes, así como lo indica la tabla 5.

Nivel de estrés	Bajo (1)	Medio (2)	Alto (3)	Total
<b>Participantes Hombres (1)</b>	11	45	5	61
<b>Participantes Mujeres (2)</b>	13	237	14	264
<b>Total</b>	24	282	19	325
Pearson Chi2 (2) = 13,7021				
Pr = 0,001				

**TABLA 5. RESULTADO DE LA PRUEBA CHI CUADRADO SEGÚN EL NIVEL DE ESTRÉS Y EL SEXO.**

Mientras que de la relación entre semestre y el nivel de estrés, se identificó un valor de  $p=0.58$ , lo cual indica que no hay una diferencia significativa entre el semestre que cursan actualmente los estudiantes. Tal como lo representa la tabla 6.

Nivel de estrés	Bajo (1)	Medio (2)	Alto (3)	Total
<b>Primero</b>	6 1,85%	37 11,38%	2 0,62%	45 13,85%
<b>Segundo</b>	3 0,92%	34 10,46%	2 0,62%	39 12,00%
<b>Tercero</b>	3 0,92%	36 11,08%	2 0,62%	41 12,62%
<b>Cuarto</b>	4 1,23%	23 7,08%	0 0,00%	27 8,31%
<b>Quinto</b>	1 0,31%	33 10,15%	3 0,92%	37 11,38%
<b>Sexto</b>	1 0,31%	21 6,46%	1 0,31%	23 7,08%
<b>Séptimo</b>	3 0,92%	14 4,31%	1 0,31%	18 5,54%
<b>Octavo</b>	0 0,00%	26 8,00%	2 0,62%	28 8,62%
<b>Noveno</b>	1 0,31%	26 8,00%	4 1,23%	31 9,54%
<b>Decimo</b>	2 0,62%	32 9,85%	2 0,62%	36 11,08%

<b>Total</b>	24 7,38%	282 86,77%	19 5,85%	325 100%
Pearson chi2 (18) = 16.1301				
Pr = 0.583				

**TABLA 6**

## 5. DISCUSIÓN

Como se desprende de los resultados, se puede identificar claramente tres niveles de estrés: bajo, medio y alto. Gracias a la escala de estrés percibido, queda claro que el nivel medio de estrés está presente en la gran mayoría de los estudiantes que fueron evaluados.

Los resultados pueden compararse con una investigación realizada en Venezuela con el objetivo de determinar los niveles de estrés en una muestra de 250 estudiantes de posgrado, indicando que el 65.6% obtuvo un puntaje moderado, mientras que en el presente estudio el nivel medio representa el 86.77%. A su vez, se encontró que existen diferencias significativas en cuanto a los niveles alto y bajo. En la investigación del vecino país, el nivel que se encuentra después del medio es el alto con un porcentaje del 23.1% de los participantes, mientras que en el presente estudio, este nivel representa sólo el 5,85%, ubicándose en el tercer lugar. Contrariamente sucede con el nivel bajo, pues en esta investigación ocupa el segundo lugar con un 7,38% mientras que en la otra, con un 11.3%, se ubica en el último puesto. (Ariola y Humberto 2003).

En una investigación realizada en Perú, sobre el nivel de vulnerabilidad frente al estrés y mecanismos de afrontamiento en estudiantes de enfermería de la U.N.M.S.M. Se encontró que la vulnerabilidad frente al estrés se encuentra en un nivel medio con tendencia a alto, siendo el indicador más preponderante el hecho de conformarse con facilidad, el realizar ejercicios y tener amigos. (Berrios, 2005). Así pues, no se puede entonces referir que todos los alumnos presentan estrés, pues algunos tienen mejor

disposición para afrontar los acontecimientos estresantes que otros.

En la investigación, la edad se considera una variable independiente, es decir, de los 325 estudiantes de psicología que realizaron la prueba se encontró que sus edades oscilaron entre los 18 a los 58 años. Por lo tanto, la edad media corresponde a 24,74 y su desviación estándar a 6,24.

El resultado principal de esta investigación resalta en como significativamente el sexo influye en los niveles de estrés que presentan los estudiantes del pregrado de psicología. Es frecuente encontrar reportes de investigación que indican que las mujeres tienden a sufrir mayor nivel de estrés que los hombres. Algunos de los eventos propios de las mujeres que son propicios a causar estrés serían: la menstruación, el embarazo, la menopausia, ser madre soltera, el riesgo a ser víctima de violencia sexual, entre otros. (Pribram, 1991).

Ahora bien, los resultados arrojaron que el nivel medio de estrés se destaca en cada uno de los diez semestres como el más alto, donde el 11,38% de los partícipes se encuentran en el primer semestre. El segundo lugar lo ocupa el nivel bajo de estrés, donde se encontró que existe preponderancia en el primer semestre con respecto al octavo, es decir, algunos de los estudiantes de primer semestre también se sitúan allí con el 1,85% siendo entonces el semestre donde se evidencian niveles más bajos de estrés, mientras que el octavo semestre no arrojó ningún dato, por lo tanto se encontró 0% de niveles bajos de estrés. Algo similar ocurre con el tercer lugar que refiere al nivel alto de estrés, donde se encuentra que el semestre en presentar niveles más altos fue el noveno con un 1,23% frente a un 0% evidenciado en el cuarto semestre.

Por los resultados que se encuentran, se registra que los tres últimos semestres se destacan por presentar los niveles más altos de estrés a diferencia de los primeros tres semestres donde se registran los niveles más bajos. El estudiante de psicología próximo a finalizar su pregrado se



	<b>ARTICULO DEL TRABAJO DE GRADO</b>	<b>Código: F-PI-32</b>
		<b>Versión: 01</b>
		<b>Página 9 de 10</b>

encuentra con una serie de aspectos que posiblemente influyen en la aparición y desarrollo del estrés de manera más notoria que un estudiante en la etapa inicial. Partiendo de que además de aprobar asignaturas de índole teórica, deben cubrir créditos de trabajo práctico aplicando conocimientos en situaciones reales, además del desconocimiento, lo cual puede favorecer la percepción de situaciones más estresantes. (Román, Ortiz y Hernández 2008).

Partiendo de lo anterior, es importante el reconocimiento de la carga académica y la disponibilidad de tiempo con el que cuenta el estudiante (Casuso 1999). Esto debido a que de la presente investigación se identificó que del semestre donde se presentó el nivel más alto de estrés, coincide con el inicio de la práctica profesional y la realización del anteproyecto de trabajo de grado, (ambas experiencias nuevas y significativas para los estudiantes). A demás de las materias que deben cursar y en lo posible estar asistiendo o ya haber completado los niveles de inglés.

## **6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

En general los estudiantes de psicología de la Institución Universitaria de Envigado se ubican en un nivel de estrés Medio con un porcentaje del 86,77% respecto a los demás niveles presentados (nivel bajo – nivel alto), a pesar de las diferencias en las cargas y horarios académicos el semestre no parece ser un factor de estrés destacado.

Se han encontrado diferencias características de sexo, siendo las mujeres las que presentan mayores niveles de estrés, quizás debido a las situaciones en las que se desempeñan en sus distintos roles, debido al mayor número de experiencia transcendentales y/o estresores que experimentan a lo largo de su vida, debido a la vulnerabilidad en los efectos del estrés o por estar expuestas a una cantidad mayor de estresores laborales y sociales que los hombres.

Según los resultados obtenidos la edad no se presenta como un factor significativo con respecto

a la percepción de estrés, ya que, cada individuo percibe su entorno y los factores que le rodean de forma diferente no solo respecto a la edad cronológica y mental sino a las diferentes herramientas de resiliencia que a lo largo de su vida desarrolle.

Como lo demuestran los resultados, no existe una influencia que evidencie de forma significativa que el semestre que cursa el estudiante influye en el nivel de estrés presentado por este, pues teniendo en cuenta los resultados se presentan mayores niveles de estrés en los participantes pertenecientes al octavo semestre, sin embargo, esto no determina que este semestre sea el que presente mayores niveles de estrés con respecto a los demás, ya que no existe una muestra poblacional suficiente para concluir lo anterior.

Así pues, el trabajo investigativo realizado contribuye de manera positiva en la búsqueda de conocer el estrés percibido en los estudiantes del pregrado de psicología, por lo cual se recomienda realizar una evaluación sobre cuáles son los diversos factores que se encuentran directamente asociados al estrés en los estudiantes de la institución, para así poder determinar con mayor exactitud que niveles de estrés son causados por la carga de formación académica y no por otros factores externos.

Se invita a la comunidad investigativa a profundizar más en la investigación, determinando los factores limitantes de la misma y enfocándose en los factores externos determinantes para obtener resultados más detallados respecto al estrés, su aparición y sus causas en el ambiente de formación académica.

Es importante realizar un estudio longitudinal que permita evidenciar los diferentes movimientos de la muestra poblacional en el tiempo y poder así determinar factores estresores del día a día de estos que puedan ser tomados en cuenta con el fin de dar con resultados directos sobre el estrés en los estudiantes.

	<b>ARTICULO DEL TRABAJO DE GRADO</b>	<b>Código: F-PI-32</b>
		<b>Versión: 01</b>
		<b>Página 10 de 10</b>

## REFERENCIAS

Ariola A., Humberto G. (2003). Niveles de estrés laboral, factores condicionantes y estrategia afrontamiento en los estudiantes de post grado. Recuperado de: [http://bibmed.ucla.edu.ve/cgiwin/be\\_alex.exe?Acceso=T070000059844/0&Nombrebd=BM-UCLA](http://bibmed.ucla.edu.ve/cgiwin/be_alex.exe?Acceso=T070000059844/0&Nombrebd=BM-UCLA)

Balanza, S., Morales, I. y Gerero, J. (2009). Prevalencia de ansiedad y depresión en una población de estudiantes universitarios: factores académicos y sociofamiliares asociados. *Clínica y Salud*, 20 (2).

Berrios F. (2005). Nivel de vulnerabilidad frente al estrés y mecanismos de afrontamiento en estudiantes de Enfermería de la U.N.M.S.M.

Caldera, M., Pulido C. (2007) Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos, Revista de Educación Desarrollo, volumen (7).

Carney, C., McNeish, S. y McColl, J. (2005). The impact of part time employment on students' health and academic performance: a Scottish perspective. *Journal of Futher & Higher education*, 29 (4), 307-319.

Cockerham, W. C. (2001). *Handbook of medical sociology*. New York: Prentice Hall

Remor E. (2006) Psychometric properties of a European Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS). *Span J Psychol*, volumen (9), 86-93.

Román, C., Ortiz, F. & Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina [Versión electrónica]. *Revistalberoamericana de Educación*, 7 (46), 1-8.

Rothstein, L; Miller, L; Smith, A; (1994). *The Stress Solution*. New York, U.S.A: Pocket Books.

Seibel, F. L. y Brad, J. W. (2001). Parental control, trait anxiety and satisfaction with life in college students. *Psychological Reports*, 88 (2), 473-481.

Selye H. (1956). *The stress of life*. New York: McGraw-Hill Book Co.

Tavecchio, L. W. C., Thomer, M. A. E. y Meeus, W. (1999). Attachment, social network and homelessness in young people. *Social Behavior & Personality: An internacional Journal*, 27 (3), 247-263.

Tracco M. (2002). Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales. *Rev. Chil Neuro-Psiquiat*, volumen (40), 8-19.