Investigación original

Nivel de estrés académico por evaluación oral y escrita en estudiantes de Medicina de una universidad del Departamento de Sucre

Academic stress level by oral and written evaluation in medical students of a University of the Sucre Department

Germán Otero-Marrugo[1], Guillermo Carriazo-Sampayo[2] CvLAC, Scarleth Támara-Oliver[3] CvLAC, María Katty Lacayo- Lepesqueur[4], Giovanni Torres-Barrios[5], Nerlis Pájaro-Castro[6] ✉

Fecha correspondencia:
Recibido: septiembre 27 de 2019.
Revisado: enero 20 de 2020.
Aceptado: enero 27 de 2020.

Forma de citar:
Otero-Marrugo G, Carriazo-Sampayo G, Tamara-Oliver S, Lacayo- Lepesqueur MK, Torres-Barrios G, Pájaro-Castro N. Nivel de estrés académico por evaluación oral y escrita en estudiantes de Medicina de una universidad del Departamento de Sucre. Rev CES Med 2020; 34(1): 40-52.

Open access
© Derecho de autor
Licencia creative commons
Ética de publicaciones
Revisión por pares
Gestión por Open Journal System
DOI: http://dx.doi.org/10.21615/cesmedicina.34.1.4
ISSN 0120-8705
e-ISSN 2215-9177

Comparte

Resumen

Introducción: todas las personas, independientemente de su raza, sexo o cualquier otra diferencia puede experimentar estrés, puesto que cotidianamente estamos expuestos a factores estresantes, y el ámbito educativo no es ajeno a este fenómeno. El objetivo de este trabajo es comparar el nivel de estrés en los estudiantes de Medicina de la Facultad de Ciencias de la Salud sometidos a evaluación oral y escrita. **Metodología:** se evaluó el perfil de estrés en los estudiantes por lo menos una semana antes de presentar una prueba oral o escrita. Posteriormente, se procedió a aplicar el test para evaluar estrés académico en los estudiantes sometidos a prueba oral y escrita empleando el inventario Sisco. **Resultados:** los estudiantes de Medicina tienen estrés académico cuando son sometidos a evaluación escrita u oral indistintamente. Además de la evaluación, los estresores con mayor impacto son sobrecarga de tareas y trabajos escolares, no entender los temas que se abordan en clase y el tiempo limitado para hacer el trabajo. Los síntomas más frecuentes que demuestran el estrés académico fueron somnolencia o mayor necesidad de dormir, ansiedad, angustia o desesperación, aumento o reducción del consumo de alimentos y como estrategia se afrontamiento se encontró una gran tendencia a practicar la religiosidad. **Conclusiones:** las evaluaciones son una fuente importante de estrés académico en los estudiantes, por lo cual se recomienda implementar un plan de acción para reducir los niveles de estrés académico.

Palabras clave: Ciencias de la salud; Estrés psicológico; Estrés académico; Signos y Síntomas; Rendimiento académico; Educación superior.

Abstract

Introduction: all people, regardless of race, sex or any other difference, may experience stress, since we are daily exposed to stressors, and the educational environment is no stranger to this phenomenon. The objective of this paper is to compare the level of stress in medical students of the Faculty of Health Sciences undergoing oral and written evaluation. **Methodology**: the stress profile was evaluated in the students at least one week before presenting an oral or written test. Subsequently, the test was applied to assess academic stress in students undergoing oral and written tests using

Sobre los autores:

1. Médico. Cirujano de Tórax. Grupo de Ciencias Médicas y Farmacéuticas. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Sucre. Sincelejo, Colombia.

2. Médico. Especialista en Ginecología y Obstetricia. Grupo de Ciencias Médicas y Farmacéuticas. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Sucre. Sincelejo, Colombia.

3. Médico. Patóloga. Grupo de Ciencias Médicas y Farmacéuticas. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Sucre. Sincelejo, Colombia.

4. Médico. Patóloga. Grupo de Ciencias Médicas y Farmacéuticas. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Sucre. Sincelejo, Colombia.

5. Médico. Magister en Salud Pública. Grupo de Ciencias Médicas y Farmacéuticas. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Sucre. Sincelejo, Colombia.

6. Química Farmacéutica. PhD. Grupo de Ciencias Médicas y Farmacéuticas. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Sucre. Sincelejo, Colombia.

the Sisco inventory. **Results**: Medical students have academic stress when they are subject to written or oral evaluation. In addition to the evaluation, the stressors with the greatest impact are homework and school work overload, not understanding the topics addressed in class and the limited time to do the work. The most frequent symptoms that demonstrate academic stress were drowsiness or increased need for sleep, anxiety, anguish or despair, increased or reduced food consumption and as a coping strategy a great tendency to practice religiosity was found. **Conclusions**: Evaluations are an important source of academic stress in students, so it is recommended to implement an action plan to reduce levels of academic stress.

Keywords: Health Sciences; Stress, Psychological; Academic Stress; Signs and symptoms; Academic Performance; higher education.

Introducción

Los estudios en la carrera de Medicina se caracterizan por una constante y creciente exigencia académica que demanda del estudiante grandes esfuerzos de adaptación (1). Los estudiantes sufren un importante estrés desde el inicio de su carrera, y si bien es aceptable cierto grado de tensión, no todos los estudiantes lo resuelven adecuadamente (2). Esta misma opinión la expresa Martín, quien haciendo alusión a varias referencias bibliográficas, demuestra la existencia de índices notables de estrés en las universidades, alcanzando mayores niveles en los primeros semestres y en los períodos inmediatamente anteriores a los exámenes, con disminución en los últimos semestres (3). En otro estudio realizado en estudiantes de Medicina, los niveles de estrés fueron más altos en los de primer y séptimo año, en comparación con los de cuarto año (4).

Puede decirse entonces que el estrés académico es uno de los factores que más afectan el aprendizaje óptimo, por lo que se esperaría que el apoyo social podría actuar como un potenciador en el logro de un desempeño satisfactorio, ya que contribuiría a que afronten las situaciones estresantes con mayores probabilidades de éxito (1).

El estrés académico se puede manifestar de distintas maneras, existiendo tres tipos de indicadores: físicos, psicológicos y comportamentales (5). Dentro de las manifestaciones físicas se encuentran: morderse las uñas, temblores musculares, migrañas, insomnio, fatiga y somnolencia o mayor necesidad de dormir. Las manifestaciones psicológicas pueden ser: inquietud, problemas de concentración, depresión, ansiedad y problemas de memoria. Y entre las comportamentales: discutir, aislamiento, ausentismo de las clases, aumento o reducción del consumo de alimentos, desgano para realizar las labores escolares e ira (5,6). Por lo tanto, se requiere diseñar programas cuya finalidad sea la reducción de los efectos adversos que el estrés puede causar en el desempeño académicos de los estudiantes (7,8).

El objetivo de este trabajo es comparar el nivel de estrés en los estudiantes de Medicina de la Facultad de Ciencias de la Salud sometidos a evaluación oral y escrita, con el fin de poder enfocar nuestra atención en tratar de mejorar ese aspecto.

Metodología

Estudio observacional, descriptivo y transversal. La población del estudio estuvo compuesta por todos los estudiantes del programa de Medicina de la Universidad de Sucre durante el primer semestre del año 2018, cuyo número es de 270 estudiantes.

Como criterio de inclusión se consideró que estuvieran asistiendo regularmente a clases (menos de tres faltas durante el semestre).

Para evaluar el estrés académico se utilizó el *Inventario Sisco de Estrés Académico* (9), el cual es un instrumento que tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y postgrado. El inventario es auto administrado y su resolución no implica más de 10 minutos. Se configura por 31 ítems distribuidos así: una pregunta de filtro que permite identificar si el encuestado es candidato o no a contestar el cuestionario, un apartado que permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico, ocho preguntas que permiten identificar la frecuencia en las que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores, quince preguntas que permiten identificar la frecuencia con que se presentan las reacciones al estímulo estresor y seis ítems que permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento (9).

Para la recolección de la información se requirió la firma del consentimiento informado. Adicionalmente, a los estudiantes se les explicó que los datos obtenidos serían utilizados para la determinación del estrés que causa en ellos los exámenes.

Los estudiantes del programa de Medicina 2018 diligenciaron un formulario tipo encuesta Likert, utilizando la escala de estrés percibido en tres momentos diferentes: *Fase 1*: en un período donde no estuvieron sometidos a exámenes de ninguna índole, para lo cual se seleccionó la primera semana de inicio de clases. *Fase 2*: minutos ante de presentar el examen parcial escrito. *Fase 3*: el día de una evaluación oral, justo antes de presentarla. El nivel de preocupación o nerviosismo fue expresado teniendo en cuenta la intensidad en una escala del 1 a 5, donde (1) es poco y (5) es mucho.

Los estudiantes sufren un importante estrés desde el inicio de su carrera, y si bien es aceptable cierto grado de tensión, no todos los estudiantes lo resuelven adecuadamente.

Para el procesamiento de los datos se tuvieron en cuenta todos los formularios. La captura inicial de datos fue transcrita a una hoja de Excel para hacer su tratamiento en el paquete estadístico GraphPad Prism versión 5.00. Los resultados fueron expresados en porcentajes.

El análisis de los resultados se desarrolló tomando al estrés académico como variable colectiva, es decir por grupo de estudiantes (10,11) y con base en tres niveles: *indicadores del estrés académico*; *reacciones físicas, psicológicas y comportamentales*, y *estrategias de afrontamiento*. En la interpretación de los resultados se utilizaron tres baremos: 0 a 33 % nivel leve, de 34 a 66 % nivel moderado y de 67 a 100 % nivel profundo (5).

El análisis estadístico incluyó la comparación entre los grupos evaluación oral y escrita, y entre las tres fases empleando el análisis de Anova para la identificación de diferencias significativas, con un valor de significancia $p < 0,05$. Teniendo en cuenta que el análisis de varianza (ANOVA) sirve para comparar varios grupos en una variable cuantitativa, como lo es el porcentaje.

Para controlar errores y sesgos, la información recolectada fue transcrita a una hoja de Excel por dos transcriptores diferentes quienes no tenían contacto con los estudiantes y posteriormente la información fue analizada y comparada.

Esta investigación se enmarca en la Declaración Mundial de Helsinki y por lo contemplado en la Resolución 008430 de 1993 del 4 de octubre del Ministerio de Protección Social, como una investigación sin riesgo. Los participantes fueron informados sobre

el objetivo del estudio y posteriormente firmaron consentimiento informado. Para asegurar el mantenimiento de la confidencialidad, la información obtenida fue agrupada por semestre sin especificar datos adicionales ni el nombre del estudiante.

Resultados

Los estudiantes de Medicina que participaron en el estudio tenían entre 16 y 22 años. El nivel de preocupación o nerviosismo identificado en ellos se observa en el grafico 1, evidenciándose que en todos los semestres existió un nivel profundo de preocupación o nerviosismo, mayor del 67 %, desde el inicio del semestre, ante una evaluación escrita y oral, no se evidencia diferencias significas entre las fases ($p < 0,05$).

En todos los semestres existió un nivel profundo de preocupación o nerviosismo, mayor del 67 %.

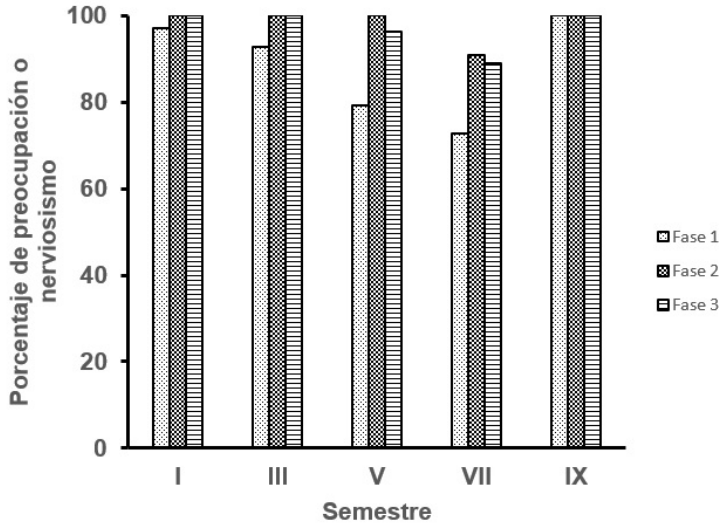


Gráfico 1. Porcentaje de estudiante de Medicina que han tenido momentos de preocupación o nerviosismo al inicio de semestre (fase 1), en evaluación escrita (fase 2) y oral (fase 3)

Se observó que en la fase 1 más del 50 % de los estudiantes tuvieron un nivel 3 de preocupación o nerviosismo; durante la evaluación escrita y oral (fases 2 y 3), más del 20 % sintieron preocupación o nerviosismo en los niveles 3, 4 y 5, sin diferencias significativas. La media del nivel de intensidad fue de 3,10; 3,36 y 3,15 respectivamente para las fases 1, 2 y 3 (cuadro 1).

En cuanto a las situaciones inquietantes, se evidenció que el porcentaje de estrés ante estas situaciones fueron mayores de 50 % -que coincide un nivel de estrés moderado-, y en donde las situaciones estresoras más frecuentes fueron las evaluaciones de los profesores tanto orales como escritas, sobrecarga de tareas y trabajos escolares, no entender los temas que se abordan en clase y el tiempo limitado para hacer trabajos (cuadro 2).

Considerando las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales de los estudiantes al inicio del semestre (fase 1), en la evaluación escrita (fase 2) y oral (fase 3) no hay diferencias ($p < 0,05$) cuando se compara cada una de las fases y los semestres (gráfico 2).

El nivel de estrés evidenciado a través de reacciones físicas aumentó (> 40 %) cuando los estudiantes estaban sometidos a evaluación escrita y oral.

Cuadro 1. Nivel de preocupación o nerviosismo según el inventario Sisco en los estudiantes de Medicina por semestre

Fase 1					
Nivel de preocupación o nerviosismo	***Semestre***				
	I	***III***	***V***	***VII***	***IX***
1	0*	0	4,3	0,0	0,0
2	8,6	15,4	8,7	28,6	4,2
3	57,1	41,0	69,6	57,1	45,8
4	31,4	35,9	17,4	14,3	25,0
5	2,9	7,7	0,0	0,0	25,0
Fase 2					
1	0,0	2,4	0,0	0,0	0,0
2	8,0	0,0	4,2	0,0	4,5
3	56,0	31,7	0,0	50,0	9,1
4	36,0	43,9	50,0	25,0	27,3
5	0,0	22,0	45,8	25,0	59,1
Fase 3					
1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2	0,0	3,6	0,0	0,0	4,8
3	48,4	53,6	22,2	33,3	0,0
4	38,7	42,9	27,8	66,7	33,3
5	12,9	0,0	50,0	0,0	61,9

* Valores expresados en porcentaje de estudiantes.

Cuadro 2. Estresores más frecuentes por semestre y fase de estudio (%)

Estresores	***Fase 1***	***Fase 2***	***Fase 3***
La competencia con los compañeros del grupo	0 en todos los semestres	VII= 10,0	0 en todos los semestres
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	0 en todos los semestres	0 en todos los semestres	V= 40,0 VII= 25,0
Las evaluaciones de los profesores	I=31,4 III= 28,2 VII= 25,0 IX= 50	I= 9,6 III= 36,4 V= 55,2 IX= 65,9	I= 16,7 IX= 68,9
No entender los temas que se abordan en clase	0 en todos los semestres	0 en todos los semestres	III= 18=8
Tiempo limitado para hacer el trabajo	V= 30,4		III= 18=8

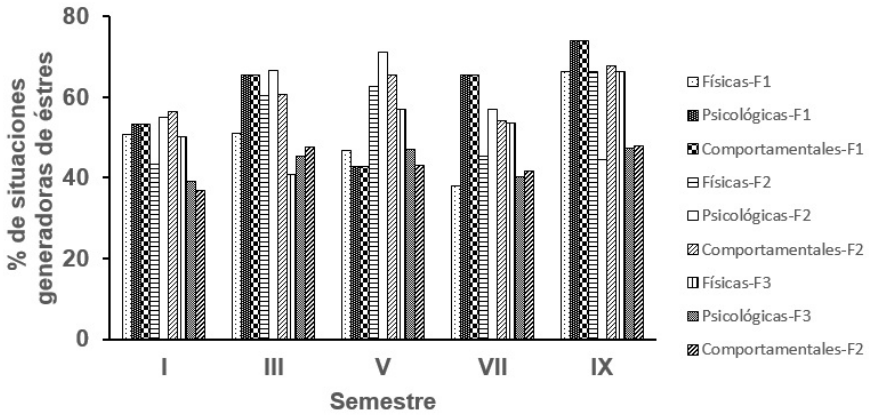
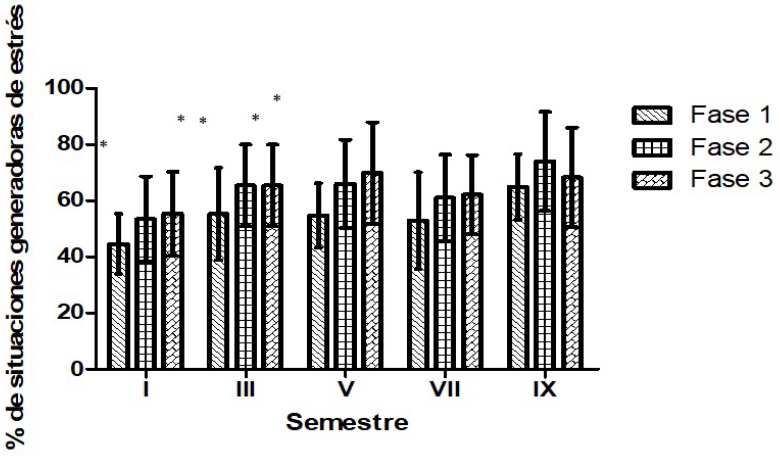


Gráfico 2. Reacciones físicas, psicológicas y comportamentales de los estudiantes de medicina a inicio de semestre (fase 1), en evaluación escrita (fase 2) y oral (fase 3)

El nivel de estrés evidenciado a través de reacciones físicas aumentó (> 40 %) cuando los estudiantes estaban sometidos a evaluación escrita y oral, aunque solo se encontró diferencias significativas en los semestres I, III y V (p >0,05) (gráfico 3). Para todos los semestres el nivel de estrés estuvo por encima del 40 % (estrés moderado).

En cuanto a las manifestaciones psicológicas frente al estrés académico, se evidenció que existe una tendencia a incrementar cuando los estudiantes son sometidos a evaluación escrita (fase 2) y oral (fase 3), aunque solo se encontraron diferencias en el quinto semestre (p >0,05) (gráfico 4).

En cuanto a las manifestaciones psicológicas frente al estrés académico, se evidenció que existe una tendencia a incrementar cuando los estudiantes son sometidos a evaluación escrita (fase 2) y oral (fase 3).



* Diferencias significativas, p> 0,05.

Gráfico 3. Reacciones físicas al inicio de semestre (Fase 1), en evaluación escrita (fase 2) y oral (fase 3).

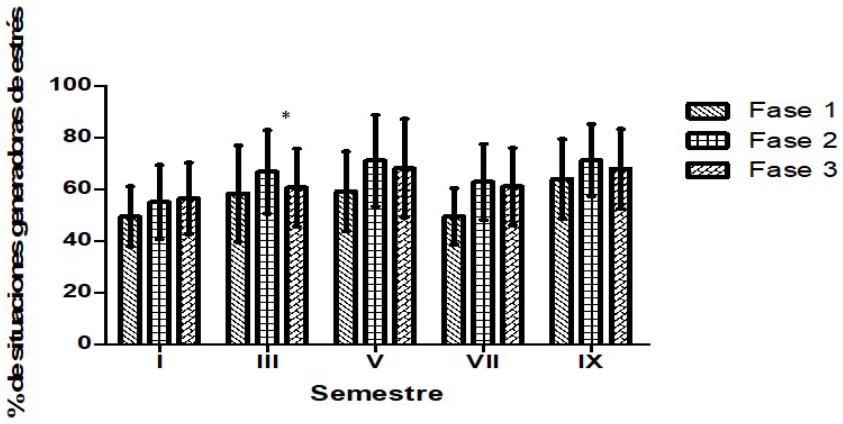


Grafico 4. Reacciones psicológicas al inicio de semestre (fase 1), en evaluación escrita (fase 2) y oral (fase 3). * Diferencias significativas, p> 0,05.

Los síntomas que tuvieron mayor frecuencia por estrés ante evaluaciones escrita y oral fueron: somnolencia o mayor necesidad de dormir, ansiedad, angustia o desesperación, aumento o reducción del consumo de alimentos en todas las fases de estudio, con algunas variaciones de un semestre a otro.

El nivel de estrés académico -expresado a través de manifestaciones de tipo comportamentales- tuvo valores más bajos que las demás reacciones; sin embargo, es un nivel moderado. Además, se evidenció mayor estrés en las situaciones de evaluación escrita (fase 2) y oral (fase 3), aunque solo se encontraron diferencias en el I semestre, cuando se comparó entre cada fase. Además, ambas situaciones (evaluación oral y escrita) generaron el mismo nivel de estrés en los estudiantes de cualquier semestre (gráfico 5).

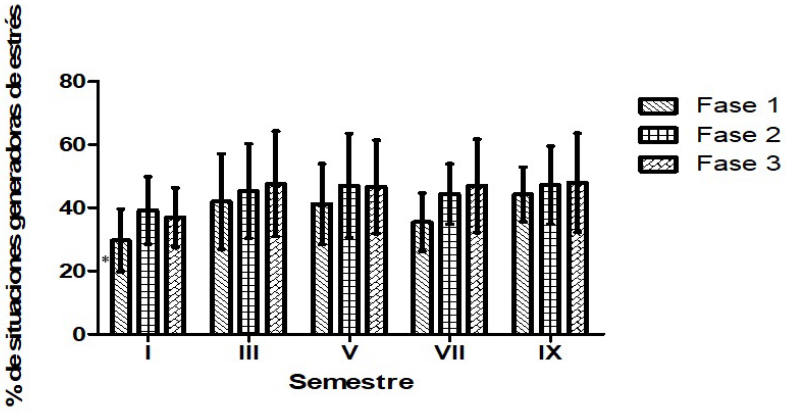


Gráfico 5. Reacciones comportamentales al inicio de semestre (fase 1), en evaluación escrita (fase 2) y oral (fase 3).

Los síntomas que tuvieron mayor frecuencia por estrés ante evaluaciones escrita y oral fueron: somnolencia o mayor necesidad de dormir, ansiedad, angustia o desesperación, aumento o reducción del consumo de alimentos en todas las fases de estudio, con algunas variaciones de un semestre a otro. No se evidencia diferencias significativas al comparar los porcentajes por semestres y el tipo de reacción (cuadro 3).

Entre las estrategias de afrontamiento los estudiantes utilizaban: defender sus preferencias o ideas, elaboración de un plan y ejecución de sus tareas, elogios a sí mismos, religiosidad, búsqueda de información sobre la situación por la que están pasando y comunicación de la situación preocupante con otras personas.

Cuadro 3. Síntomas y estrategias de afrontamiento más frecuentes

Fase 1		
Síntomas		***Semestre (%)***
Reacciones físicas	Dolores de cabeza o migrañas	IX (30)
	Rascarse, morderse las uñas, frotarse	I (27) III (16)
	Somnolencia o mayor necesidad de dormir	V (35) VII (38)
Reacciones psicológicas	Inquietud	III (26) V (30) VII (26)
	Sentimiento de depresión y tristeza	III (9)
	Ansiedad, angustia o desesperación	I (41) IX (40)
Reacciones comportamentales	Aumento o reducción del consumo de alimentos	I (32) III (49) V (35) VII (46) IX (30)
Estrategias de afrontamiento		
Estrategia	Habilidad asertiva	VII (22)
	Elaboración de un plan, y ejecución de tareas	V (100)
	La religiosidad	I (81) III (100) VII (68) IX (100)
	Búsqueda de información sobre la situación	I (19)
Fase 2		
Síntomas		
Reacciones físicas	Somnolencia o mayor necesidad de dormir	I (25) III (28) V (32) VII (45) IX (31)
Reacciones psicológicas	Ansiedad, angustia o desesperación	III (30) V (38) VII (36) IX (33)
	Problemas de concentración	III (8)
	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	I (22)
Reacciones comportamentales	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	VII (19)
	Aislamiento de los demás	I (21)
	Aumento o reducción del consumo de alimentos	I (32) III (34) V (30) IX (36)
Estrategias de afrontamiento		
Estrategia	La religiosidad	I (100) III (100) VII (100) IX (100)
	Ventilación y confidencias	V (100)

Fase 3		
Síntomas		
Reacciones físicas	Dolores de cabeza o migrañas	IX (12)
	Rascarse, morderse las uñas, frotarse	I (19)
	Somnolencia o mayor necesidad de dormir	III (31) V (48) VII (35)
Reacciones psicológicas	Inquietud	III (7) V (15) VII (21) IX (15)
	Ansiedad, angustia o desesperación	I (42) III (35)
Reacciones comportamentales	Aumento o reducción del consumo de alimentos	I (39) III (27) V (27) VII (44) IX (73)
Estrategias de afrontamiento*		
Estrategia	Elaboración de un plan, y ejecución de tareas	V (100)
	La religiosidad	I (100) III (100) VII (100) IX (100)

* Solo se muestran los resultados de las estrategias de afrontamiento que más utilizaron los estudiantes.

Se encontró que los estudiantes de quinto semestre en adelante poseen un nivel de estrés mayor cuando son sometidos a evaluación oral y escrita.

Con respecto a las estrategias de afrontamiento se encontró que los estudiantes utilizaban: habilidad para defender sus preferencias o ideas, elaboración de un plan y ejecución de sus tareas, elogios a sí mismos, uso de oraciones o asistencia a misa (religiosidad), búsqueda de información sobre la situación por la que están pasando, comunicación y verbalización de la situación preocupante con otras personas. Siendo la religiosidad la estrategia de afrontamiento más utilizada.

Discusión

En este estudio se evidenció el nivel de estrés profundo en todos los semestres ante evaluación y escrita, lo cual también ha sido encontrado en estudiantes de otras universidades. Bedoya *et al.*(4), reportan que el estrés académico en estudiantes de Medicina tuvo una prevalencia del 77,54 %. Otro estudio (12) reporta niveles medios-bajos de estrés percibido (12). En el estudio de Barraza *et al.* (5), los estudiantes declaran que la frecuencia con la que se manifiesta el estrés académico es algunas veces (52 %). El presente estudio evidenció el estrés académico de los estudiantes, lo cual genera una alerta sobre la importancia de un plan que permita mitigar este problema y continuar con este tipo de investigación en toda la región.

Se encontró que los estudiantes de quinto semestre en adelante poseen un nivel de estrés mayor cuando son sometidos a evaluación oral y escrita. El estudio de Oliván-Blázquez *et al.*, (13), reporta que la media obtenida del nivel de intensidad del estrés académico de los estudiantes es de 3,65 sobre 5, que se puede considerar media-alta, y otro estudio reporta que el 85 % presentó un nivel moderado de estrés (14).

Las situaciones estresoras destacadas por Blázquez *et al*. son la sobrecarga de trabajos, la evaluación y tiempo limitado para la realización de los trabajos (13). Mientras que Bedoya-Lau *et al*. reportan que el estresor más frecuente en estudiantes de Medicina fue la sobrecarga de trabajos y evaluaciones (4). Otros estudios reportan sobrecarga académica y dificultades de participación (15). Estos resultados concuerdan con los obtenidos en este estudio, lo cual es preocupante debido a que varios estudios están identificando un problema silencioso que vienen sufriendo los estudiantes universitarios y que requiere de atención inmediata.

Según Boullosa *et al.* en relación con la sintomatología experimentada por la percepción de las demandas académicas como estresores, los más relevantes en la muestra son los síntomas psicológicos, seguidos por los comportamentales, y estos a su vez, seguidos muy de cerca por los síntomas físicos (16), En este estudio, las reacciones de los estudiantes frente al estrés son iguales en el transcurso del semestre desde el inicio y cuando están sometidos a evaluación oral y escrita. Por lo tanto, el conjunto de actividades propias de la universidad constituye una importante fuente de estrés y puede influir sobre su bienestar físico, psicológico y su salud (13,17,18).

De acuerdo con otros autores, los síntomas generados por estrés académico que se presentan con mayor frecuencia son: somnolencia o mayor necesidad de dormir, inquietud, ansiedad, angustia o desesperación, y problemas de concentración (5). Bedoya, *et al*., reportan manifestaciones psicosomáticas en estudiantes de Medicina de recurrencia moderada con predominio de las reacciones psicológicas, siendo las de mayor prevalencia la somnolencia o mayor necesidad de dormir, la sobrecarga de trabajos y las evaluaciones (4). Estos resultados son comparables a los obtenidos en este estudio cuando lo estudiantes son sometidos a evaluación oral y escrita. Lo anterior nos indica que las instituciones universitarias deberían estar alerta cuando sus estudiantes presenten este tipo de sintomatología las cuales podrían estar relacionadas con el estrés académico.

De alguna manera los estudiantes buscan un mecanismo que les ayude a sobrellevar la carga académica

Oliván-Blázquez *et al.* reportan que en estudiantes de Fisioterapia las estrategias de afrontamiento que ofrecen puntuaciones más altas son la elaboración de un plan y ejecución de tareas y la posibilidad de comunicar a otros la situación que les preocupa (13). En otro estudio se reporta que utilizan con mayor frecuencia la elaboración de un plan y ejecución de sus tareas y el tomar la situación con sentido del humor (5). Bedoya *et al.* reportan la habilidad asertiva e implementación de un plan como las estrategias de afrontamiento más frecuentemente (4). En este estudio la principal estrategia fue la religiosidad en todas las fases del estudio, comparable con lo reportado por Piergiovanni y Depaula (19).

Casari *et al*. reportan que la mayoría de los estudiantes afrontan sus retos académicos con mecanismos como la evitación conductual, utilizando para ello la realización de actividades nuevas y otras fuentes que le originen satisfacción (20). Por su parte, Velasco *et al*. evalúan diferentes formas de afrontar el estrés, encontrando que el 98,6 % las utiliza, siendo las más frecuentes: escuchar música, caminar, hablar con amigos y comer; con menor frecuencia también recurren a: realizar deportes, leer un libro, fumar o ver televisión (21). Es decir, de alguna manera los estudiantes buscan un mecanismo que les ayude a sobrellevar la carga académica (13). Otros estudios reportan estrategias de reevaluación positiva y planificación como medidas de afrontamiento de situaciones académicas problemáticas y la búsqueda de apoyo (22,23).

Teniendo en cuenta la anterior, la identificación y análisis de la presencia de estrés puede contribuir a establecer programas de ayuda y entrenamiento para que los estudiantes aprendan a manejar el estrés, lo que permitirá mejorar su salud física y mental y su rendimiento académico (13,24,25).

Se recomienda implementar un plan de acción para reducir los niveles de estrés académico generado ante las evaluaciones entre los estudiantes.

Conclusión

La mayoría de los estudiantes de Medicina son susceptibles al estrés académico durante todo el semestre ante evaluación oral o escrita. Los estresores que generan mayor estrés son las evaluaciones de los profesores, sobrecarga de tareas y trabajos escolares. Los síntomas más frecuentes fueron somnolencia o mayor necesidad de dormir, ansiedad, angustia o desesperación. Se encontró una gran tendencia a utilizar estrategias de afrontamiento, tales como la religiosidad.

Agradecimientos

A la Universidad de Sucre por brindar el tiempo y el espacio necesario para la ejecución de la investigación.

Todos los autores contribuyeron de igual forma en la realización de la investigación.

Los autores declaramos no poseer conflictos de intereses.

Teniendo en cuenta la anterior, la identificación y análisis de la presencia de estrés puede contribuir a establecer programas de ayuda y entrenamiento para que los estudiantes aprendan a manejar el estrés, lo que permitirá mejorar su salud física y mental y su rendimiento académico.

Bibliografía

1. Rodríguez M, Sanmiguel M, Muñoz ARC. El estrés en estudiantes de medicina al inicio y final de su formación académica. Revista Iberoamericana de Educación. 2014; 66:105-122.

2. Reig-Ferrer A, Cabrero-García J, Ferrer-Cascales R, Richart-Martínez M. La calidad de vida y el estado de salud de los estudiantes universitarios. Alicante: Universidad de Alicante. 2001 [citada 2019 Jun 15]. ISBN 84-7908-610-6, 131 p. Hallado en: http://hdl.handle.net/10045/24985.

3. Martín I. Estrés académico en estudiantes universitarios. Apuntes de Psicología. 2007; 25(1):87-99.

4. Bedoya-Lau FN, Matos LJ, Zelaya EC. Niveles de estrés académico, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. Revista de Neuropsiquiatria. 2014;77(4):262-270.

5. Barraza A. El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. Avances en Psicología Latinoamericana. 2008; 26(2):270-289.

6. Mariño B. Estrés académico y expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las instituciones públicas del distrito de Coishco. Tesis para obtener el título profesional de licenciado en psicología. Perú. 2017 [citada 2019 Jun 05]. Hallado en http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/405/mari_%C3%B1os_rb.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

7. Berrio N, Mazo R. Estrés académico. Revista de Psicología. Universidad de Antioquia. 2012; 3(2):55-82.

8. Feldman L, Goncalves L, Chacón-Puignau G, Zaragoza J, Bagés N, De Pablo J. Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. Universitas Psychologica. 2008; 7(3):739-751.

9. Navia-Rodríguez I, Chávez-Pinoargote A, Bravo-Cedeño G. Niveles de estrés y rendimiento académico en los estudiantes de los últimos niveles de la carrera de psicología clínica de la Universidad Técnica de Manabí. Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo. 2018 [citada 2019 Septiembre 05]. Hallado en: https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/05/niveles-estres-estudiantes.html//hdl.handle.net/20.500.11763/atlante1805niveles-estres-estudiantes.

10. Barraza A, Silerio J. El estrés académico en los alumnos de educación media superior. Un estudio comparativo. Revista Investigación Educativa Duranguense. 2007; 7:48-65.

11. Barraza A. El inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en educadoras. México. Instituto Universitario Anglo Español. 2012; 12:50-52.

12. Vallejo-Martín M, Aja Valle J, Plaza Angulo JJ. Estrés percibido en estudiantes universitarios: influencia del burnout y del engagement académico. IJERI: International Journal of Educational Research and Innovation, 2017; 9:220-236.

13. Oliván-Blázquez B, Boira-Sarto S, López Y. Estrés y otros factores psicológicos asociados en estudiantes de fisioterapia. Fisioterapia. 2011; 33(1):19-24.

14. Márquez-Granados K, Tavarez-Reyes D, Flores-Tapia M, Carreón-Rangel M, Macías-Galaviz M, Rodríguez-Ramírez J.Relación entre estrés académico y consumo de alcohol y tabaco en estudiantes de educación superior. Lux Médica. 2019; 14(41). DOI: https://doi.org/10.33064/41lm20192009.

15. Cabanach R, Souto-Gestal A, Franco V. Stressor Academic Scale for the evaluation of academic stressors in undergraduates. Revista Iberoamericana de Psicología y Salud. 2016; 7(2):41-50.

16. Boullosa G. Estrés académico y afrontamiento en un grupo de estudiantes de una universidad privada de Lima. Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología, con mención en Psicología Clínica. Pontificia Universidad Católica del Perú. 2013 [citada 2019 Septiembre 25]. Hallado en: http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/4880.

17. Fernández-González L, González-Hernández A, Trianes-Torres MV. Relaciones entre estrés académico, apoyo social, optimismo-pesimismo y autoestima en estudiantes universitarios. Rev Electron Investig Psicoeduc Psigopedag. 2015; 13(1):111-130.

18. Jerez-Mendoza M, Oyarzo-Barría C. Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Rev chil neuro-psiquiatr. 2015; 53(3):149-157.

19. Piergiovanni L, Depaula P. Descriptive study of self-efficacy and stress management among Argentinean university students. Revista Mexicana de Investigación Educativa. 2018; 23(77):413-432.

20. Casari LM, Anglada J, Daher C. Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. Revista de Psicología. 2014; 32(2):243-269.

21. Velasco M. Diseño de un programa de prevención secundaria de estrés académico. Trabajo de grado. Universidad Católica de Colombia Facultad Psicología. 2016 [citada 2019 Septiembre 20]. Hallado en: file:///D:/Users/User/Downloads/Programa %20de %20prevenci %C3 %B3n %20secundaria %20de %20estr %C3 %A9s %20acad %C3 %A9mico..pdf.

22. Dominguez S. Coping with pre-examination anxiety and academic self-efficacy in health sciences college students. Educación Médica. 2018; 19(1):39-42.

23. Cabanach R, Fariña F, Freire C, González P, Ferradás M. Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. European Journal of Education and Psychology. 2013; 6(1):19-32.

24. González R, Souto-Gestal A, González-Doniz L, Franco V. Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. Revista de Investigación Educativa. 2018; 36(2):421-433.

25. Oro P, Esquerda M, Viñas J, Yuguero O, Pifarre J. Psychopathological symptoms, stress and burnout among medical students. Educación Médica. 2019; 20(1):42-48.

redalyc
UAEMEX

Disponible en:
https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=261181960005

Cómo citar el artículo

Número completo

Más información del artículo

Página de la revista en redalyc.org

Sistema de Información Científica Redalyc
Red de revistas científicas de Acceso Abierto diamante
Infraestructura abierta no comercial propiedad de la academia

Germán Otero-Marrugo, Guillermo Carriazo-Sampayo, Scarleth Támara-Oliver, María Katty Lacayo-Lepesqueur, Giovanni Torres-Barrios, Nerlis Pájaro-Castro

Nivel de estrés académico por evaluación oral y escrita en estudiantes de Medicina de una universidad del Departamento de Sucre

Academic stress level by oral and written evaluation in medical students of a University of the Sucre Department

CES Medicina
vol. 34, núm. 1, p. 40 - 52, 2020
Universidad CES,
ISSN: 0120-8705
ISSN-E: 2215-9177

DOI: https://doi.org/10.21615/cesmedicina.34.1.4