

# International Journal of Human Sciences Research

## ESTUDIO COMPARATIVO SOBRE LOS NIVELES DE ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PERUANA”

---

*Palomino Antezana Judith, Margarita*

Universidad Nacional San

Luis Gonzaga. Ica-Perú

ORCID 0000-0002-7812-9109

All content in this magazine is licensed under a Creative Commons Attribution License. Attribution-Non-Commercial-Non-Derivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0).



**Resumen:** El estrés es considerado la enfermedad del siglo XXI, por sus altos niveles de prevalencia a nivel mundial, aunque es probable que ésta sea mayor en los sectores económicamente menos favorecidos, por lo que los estudiantes universitarios son una población vulnerable debido a la presencia de variables sociales, políticas, culturales, académicas y ambientales; por lo que es necesario abordarlo cuando se encuentra en la primera fase afín de evitar graves consecuencias en el futuro. Los objetivos de este estudio son conocer y comparar los niveles de estrés, determinar los estilos de vida y conductas relacionadas con la salud que pueden estar contribuyendo a la presencia de enfermedades físicas y psicológicas, así como conocer las relaciones con el ambiente y las relaciones interpersonales que entablan los estudiantes del I y V ciclo de la Facultad de Odontología. Es una investigación descriptiva comparativa. La muestra fue determinista y no probabilística. Para medir los niveles de estrés en sus diferentes dimensiones se aplicó separadamente a 108 estudiantes el Inventario de Autoevaluación del Estrés. En el análisis de los resultados se utilizó el paquete estadístico SPSS -20, se utilizaron estadísticos para determinar los porcentajes, los promedios y los niveles de estrés. Se aplicó la prueba no paramétrica de U de Mann Whiltney, debido a que los niveles de estrés son variables de tipo ordinal. Asimismo, se aplicaron las pruebas de normalidad de Kolgomorov-Smirnov y Shapiro-Wilk pues los grupos analizados no son normales. Los resultados evidenciaron que los niveles de estrés de los estudiantes son iguales de normal a elevado en ambos ciclos.

**Palabras clave:** Estrés, estilo de vida, ambiente, relaciones interpersonales.

## INTRODUCCIÓN

La vida implica inevitables circunstancias que la mayoría de seres humanos aprenden

a manejar adaptando sus respuestas bio-psico-sociales para superarlas; sin embargo no todas las personas logran ello; el estrés es considerada la enfermedad del siglo XXI con altos niveles de prevalencia a nivel de la población en general , aunque es probable que éstas sean más altas en aquellos económicamente desfavorecidos; así como el porcentaje de la población afectada depende del lugar en que vive la persona y la influencia producida por las macrovariables sociales, económicas, políticas, culturales, académicas y ecológicas.

Hoy más que nunca es de vital importancia ocuparnos de los temas de salud mental como un tema de salud pública en la población de estudiantes universitarios, específicamente si hablamos de estrés es necesario abordarlo en la primera fase para evitar consecuencias más graves posteriormente.

Los jóvenes universitarios deberían tener información sobre las formas y técnicas de afrontamiento ante situaciones de estrés, desechando algunas creencias desadaptativas, fortaleciendo las redes sociales de soporte. Un gran sector de la población tiene la fantasía de que alcanzar la felicidad es un régimen de vida, sin angustias, sin tristezas y sin grandes preocupaciones, esas creencias erróneas pueden facilitar un mal afronte ante situaciones adversas. La vida es una secuencia de etapas de estabilidad con etapas de incertidumbre que debemos saber sortear con éxito y si no es posible buscar apoyo intensificando los vínculos comunitarios.

La Universidad Nacional San Luis Gonzaga y la Facultad de Odontología en particular tienen el gran desafío de promover el desarrollo humano; no en la teoría sino en la práctica procurando que los estudiantes cambien sus peculiares estilos de vida y tiendan a mejorar las relaciones consigo mismo y con los demás.

Los objetivos de investigación son conocer y comparar los niveles del estrés de

los estudiantes del I y el V ciclo Facultad de Odontología de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica, determinar los estilos de vida y conductas relacionadas con la salud que puedan estar contribuyendo a la presencia de enfermedades físicas o psicológicas en los estudiantes del I y el V ciclo Facultad de Odontología de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica, conocer las relaciones con el ambiente y las relaciones interpersonales que entablan en los estudiantes del I y el V ciclo Facultad de Odontología de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica, implementar programas de promoción de la salud mental para los estudiantes del I y el V ciclo Facultad de Odontología de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica, se espera que esta investigación sirva de base a otras pero que en definitiva tengan como objetivo mejorar la salud mental de los estudiantes; razón de ser de nuestra universidad.

En este sentido el estrés es causa de relaciones disfuncionales en el ámbito familiar, ocasionando alteraciones en el organismo que repercuten en el trabajo, en la familia, con la pareja, en las relaciones sexuales y principalmente en los estudios.

En el ámbito universitario se refleja en los círculos de amistades que se conforman de acuerdo a sus vivencias familiares.

Así, los estudiantes que viven en estrés manifiestan un bajo rendimiento, ausentismo, falta de motivación, agresividad, rebeldía y están propensos a buscar, en forma subconsciente, alternativas para liberarlo; mencionando entre ellas el alcohol y en casos extremos el consumo de drogas.

En la Universidad San Luis Gonzaga se ve con preocupación la poca o nula atención a los estudiantes que afrontan el estrés u otras patologías de índole psicológico, sumiendo a los estudiantes en una constante incertidumbre y progresivo deterioro de su

salud mental, en sus hogares no son tomados en cuenta y en su segundo hogar sólo se les imparte conocimientos y se les exige el cumplimiento de sus labores académicas, no existen consultorios de apoyo psicológico a cargo de profesionales de la psicología y la enseñanza no es personalizada.

Los docentes deben anticipar las consecuencias que pudieran ocurrir con los estudiantes por la no atención de sus problemas; que dada su juventud e inexperiencia los pueden llevar a tomar decisiones equivocadas.

Para prevenir este tipo de conductas se deben sumar a los esfuerzos que las universidades hacen para apoyar la formación de los educandos, mediante el desarrollo de competencias que incorporan la conducción, seguimiento y evaluación de la actitud y del saber hacer del estudiantado, la convivencia familiar e inducción de valores que emergen de esa convivencia.

Esta problemática se debe abordar desde los distintos niveles, la alta dirección y los órganos de gobierno legalmente constituidos y con políticas de gestión que brinde atención psicológica a los estudiantes universitarios; ciclos académicos regulares según cronograma establecido, docentes inmersos en su labor académica, de investigación, de consejería y de orientación sobre todo cuando se observan estos problemas.

La universidad y sociedad icaña anhelan tener estudiantes comprometidos con su labor de estudiantes que no sólo asimilen conocimientos sino desarrollen actividades artísticas, recreativas, de proyección social donde ellos puedan canalizar su energía y logren un desarrollo armónico y con bajos niveles de estrés.

La razón de ser de la universidad son los estudiantes; pero estudiantes emocionalmente sanos, bien formados, capacitados, competentes, asertivos, competitivos y creativos para hacer frente a todo tipo de

situación personal, familiar y social que se les presente como protagonistas del siglo XXI que contribuyan con el país y la región, por todo ello la atención a la salud mental es imprescindible en nuestros días.

## MATERIAL Y MÉTODOS

Es una investigación básica porque se explica los niveles de estrés de los estudiantes del I ciclo y V ciclo de la Facultad de Odontología de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica-

Es una investigación descriptiva, comparativa, se recolectó información de los niveles de estrés de los estudiantes de I y V ciclo con respecto al mismo fenómeno y se estableció comparaciones. En el estudio se utilizó el siguiente diseño:

M1	O1	$O1 = O2$
M2	O2	$O1 \neq O2$

Donde M1, M2 representan a cada una de las muestras; O1, O2, la información (observaciones) recolectada en cada una de dichas muestras.

Las O1, O2 en la parte lateral del diagrama nos indica las comparaciones que se llevan a cabo entre cada una de las muestras, pudiendo estas observaciones ser: iguales =, diferentes = con respecto a la otra.

El método fue el siguiente: se solicitó la autorización respectiva para aplicar el instrumento de recogida de información pidiendo se nos señale día y hora. Se conversó con los docentes de aula para el ingreso. Luego en el aula se explicó a los estudiantes, se les solicitó su colaboración voluntaria para responder el cuestionario. Se les explicó el objetivo del estudio, se les invitó a contestar con sinceridad, garantizándoles la absoluta confidencialidad de la información y su uso exclusivo para acrecentar el conocimiento científico acerca del tema.

Seguidamente se procedió a aplicar el cuestionario a los estudiantes matriculados

del I ciclo en el año académico 2017-I de la Facultad de Odontología de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica. Durante la recogida de información se absolvió las interrogantes planteadas por los estudiantes de nuestra población en estudio y se absolvieron las mismas.

Al día siguiente se aplicó el cuestionario a los estudiantes del V ciclo.

En esta oportunidad se utilizó el Inventario de Autoevaluación del Estrés, elaborado por Julián Melgosa. Es un tipo de inventario autoevaluativo. Su nivel de evaluación es individual. El contexto de empleo es en una vida habitual. Se excluyen situaciones excepcionales. El inventario consta de 96 ítems, 16 para cada área. En cuanto a la calificación, presenta cuatro alternativas de respuesta: nunca, casi nunca, frecuentemente y casi siempre. Se puntúan de 0 a 3 puntos teniendo en cuenta la dirección del ítem.

La validez y confiabilidad ha sido validado por Cueto (2001) quien para determinar el coeficiente de confiabilidad de este instrumento utilizó la técnica de "división por la mitad" sobre un grupo piloto integrado por 150 personas, con características similares al grupo de estudio. Para efectos de probar la validez utilizó el método de validación experimental sobre un grupo control de 150 personas.

Para confirmar la validez del instrumento se aplicó el instrumento previo a la recolección de datos, con el propósito de obtener información sobre la confiabilidad validez y detectar problemas con la construcción, el contenido, la administración y el puntaje de la escala, según lo recomiendan algunos investigadores, (Hernández, Fernández 2003). El instrumento fue aplicado a un grupo de hipertensos con el mismo grupo control.

Para determinar la confiabilidad del instrumento se utilizó el coeficiente Alpha de Cronbach que mide la consistencia

interna arrojando un coeficiente intelectual de 0,917 valorado como muy alto. Asimismo se midió la consistencia interna de cada componente del instrumento (Estilo de vida, Ambiente, Síntomas, Ocupación, Relaciones Interpersonales y Personalidad) obteniendo los siguientes coeficientes: Estilo de vida =0,650 Ambiente =0,843, Síntomas =0,678, Ocupación =0,451, Relaciones Interpersonales=0,564 y Personalidad=0,725.

Se concluye que el instrumento utilizado en la investigación presenta buenos niveles de confiabilidad, validez de contenido y criterio.

## RESULTADOS

Tabla 1.

Tabla 2.

### DISTRIBUCIÓN DE LOS NIVELES DE ESTRÉS PROMEDIO POR SEXO EN EL I CICLO

Tabla 3.

Podemos apreciar en la tabla el promedio de estrés en el I ciclo por sexo que; lo estudiantes varones en un 41,9% tiene un nivel de estrés normal, en comparación a las mujeres que el 69,6% tiene un nivel de estrés elevado.

### DISTRIBUCIÓN DE LOS NIVELES DE ESTRÉS PROMEDIO POR SEXO EN EL V CICLO

Tabla 4

En cuanto al promedio de estrés en el V ciclo desde el punto de vista de la variable sexo ambos sexos muestran un nivel elevado de estrés con un 50,0%.

### DISTRIBUCIÓN DE LOS NIVELES DE ESTRÉS PROMEDIO TOTAL EN EL I CICLO

Tabla 5.

La tabla hace referencia al promedio total de estrés en el I ciclo de la Facultad de Odontología arrojando un 25,0% de

estudiantes que hacen un 50% válido de estudiantes con un nivel elevado de estrés.

### DISTRIBUCIÓN DE LOS NIVELES DE ESTRÉS PROMEDIO TOTAL EN EL V CICLO

Tabla 6.

En el V ciclo el promedio de estrés es elevado con un 25,0% con un porcentaje de 50,0% válido de estudiantes.

### DISTRIBUCIÓN DE LOS NIVELES DE ESTRÉS PROMEDIO TOTAL

Tabla 7.

### DISTRIBUCIÓN DE LOS NIVELES DE ESTRÉS PROMEDIO TOTAL POR SEXO

Tabla 8.

## DISCUSIÓN

En la investigación realizada se encontró que los estudiantes del I y V ciclo de la Facultad de Odontología tienen niveles de estrés iguales; se acepta la hipótesis nula de que *“los niveles de estrés de los estudiantes del I y V ciclo de la Facultad de Odontología de la UNICA son iguales”*, rechazando la hipótesis alternativa.

Esto significa que los niveles de estrés son iguales en los estudiantes de ambos ciclos y presentan un nivel de estrés medio y elevado, los resultados coinciden con la investigación realizada por Labrador, C. en el año 2012, titulada *“Evaluación del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Farmacia y Bioanálisis en la Universidad de los Andes, Mérida, Venezuela”*, cuyos resultados arrojaron un estrés académico medio en los estudiantes de dicha casa de estudios.

Por otro lado al realizar la comprobación de hipótesis según los componentes: estilo de vida, ambiente, síntomas, relaciones interpersonales y personalidad se acepta

	N	Media	Desv. típ.	Varianza
ESTILO DE VIDA I	54	3,89	,839	,704
AMBIENTE I	54	3,80	1,016	1,033
SINTOMAS I	54	3,80	1,035	1,071
RELACIONES INTERPERSONALES I	54	3,59	,836	,699
PERSONALIDAD I	54	3,78	1,003	1,006
N válido (según lista)	54			

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de los componentes del estrés en el I Ciclo

	N	Media	Desv. típ.	Varianza
ESTILO DE VIDA V	54	3,72	,920	,846
AMBIENTE V	54	3,37	1,248	1,558
SINTOMAS V	54	3,56	1,076	1,157
RELACIONES INTERPERSONALES V	54	3,59	,813	,661
PERSONALIDAD V	54	3,63	,896	,804
N válido (según lista)	54			

Tabla 2. Estadísticos descriptivos de los componentes del estrés en el V Ciclo

			SEXO I CICLO		Total
			MASCULINO	FEMENINO	
PROMEDIO DE ESTRES I CICLO	ESTRES BAJO	Recuento	1	0	1
		% dentro de SEXO I CICLO	3,2%	0,0%	1,9%
	ESTRES NORMAL	Recuento	13	4	17
		% dentro de SEXO I CICLO	41,9%	17,4%	31,5%
	ESTRES ELEVADO	Recuento	11	16	27
		% dentro de SEXO I CICLO	35,5%	69,6%	50,0%
	ESTRES PELIGROSO	Recuento	6	3	9
		% dentro de SEXO I CICLO	19,4%	13,0%	16,7%
	Total	Recuento	31	23	54
		% dentro de SEXO I CICLO	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 3. Tabla de contingencia PROMEDIO DE ESTRES I CICLO \* SEXO I CICLO

			SEXO V CICLO		Total
			MASCULINO	FEMENINO	
PROMEDIO DE ESTRES V CICLO	ESTRES BAJO	Recuento	2	1	3
		% dentro de SEXO V CICLO	10,0%	2,9%	5,6%
	ESTRES NORMAL	Recuento	5	14	19
		% dentro de SEXO V CICLO	25,0%	41,2%	35,2%
	ESTRES ELEVADO	Recuento	10	17	27
		% dentro de SEXO V CICLO	50,0%	50,0%	50,0%
	ESTRES PELIGROSO	Recuento	3	2	5
		% dentro de SEXO V CICLO	15,0%	5,9%	9,3%
Total	Recuento	20	34	54	
	% dentro de SEXO V CICLO	100,0%	100,0%	100,0%	

Tabla 4. Tabla de contingencia PROMEDIO DE ESTRES V CICLO \* SEXO V CICLO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	ESTRES BAJO	1	,9	1,9	1,9
	ESTRES NORMAL	17	15,7	31,5	33,3
	ESTRES ELEVADO	27	25,0	50,0	83,3
	ESTRES PELIGROSO	9	8,3	16,7	100,0
	Total	54	50,0	100,0	
Perdidos	Sistema	54	50,0		
Total		108	100,0		

Tabla 5. PROMEDIO DE ESTRES I CICLO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	ESTRES BAJO	3	2,8	5,6	5,6
	ESTRES NORMAL	19	17,6	35,2	40,7
	ESTRES ELEVADO	27	25,0	50,0	90,7
	ESTRES PELIGROSO	5	4,6	9,3	100,0
	Total	54	50,0	100,0	
Perdidos	Sistema	54	50,0		
Total		108	100,0		

Tabla 6. PROMEDIO DE ESTRES V CICLO

			CICLO		Total
			I CICLO	V CICLO	
PROMEDIO DE ESTRES	ESTRES BAJO	Recuento	1	3	4
		% dentro de CICLO	1,9%	5,6%	3,7%
	ESTRES NORMAL	Recuento	17	19	36
		% dentro de CICLO	31,5%	35,2%	33,3%
	ESTRES ELEVADO	Recuento	27	27	54
		% dentro de CICLO	50,0%	50,0%	50,0%
	ESTRES PELIGROSO	Recuento	9	5	14
		% dentro de CICLO	16,7%	9,3%	13,0%
Total		Recuento	54	54	108
		% dentro de CICLO	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 7. Tabla de contingencia PROMEDIO DE ESTRES \* CICLO

			SEXO		Total
			MASCULINO	FEMENINO	
PROMEDIO DE ESTRES	ESTRES BAJO	Recuento	3	1	4
		% dentro de SEXO	5,9%	1,8%	3,7%
	ESTRES NORMAL	Recuento	18	18	36
		% dentro de SEXO	35,3%	31,6%	33,3%
	ESTRES ELEVADO	Recuento	21	33	54
		% dentro de SEXO	41,2%	57,9%	50,0%
	ESTRES PELIGROSO	Recuento	9	5	14
		% dentro de SEXO	17,6%	8,8%	13,0%
Total		Recuento	51	57	108
		% dentro de SEXO	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 8 Tabla de contingencia PROMEDIO DE ESTRES \* SEXO

la hipótesis nula de los niveles de estrés en relación a los estilos de vida, ambiente, síntomas, relaciones interpersonales y personalidad son iguales por lo tanto se rechaza la hipótesis alternativa. *“los niveles de estrés de los estudiantes del I y V ciclo de la Facultad de Odontología de la UNICA son diferentes”*.

Asimismo los resultados arrojaron al observar la tabla de contingencia del promedio de estrés por sexo, aunque es preciso señalar que el estudio no tuvo como objetivo realizar una comparación por sexo; se aprecia que es el sexo femenino con un 57,9% presenta mayor nivel de estrés elevado en relación al 41,2% de varones; lo que se relaciona con la investigación realizada por Bedoya, Silvana en el año 2008 titulada: *“Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de 3ro y 4to año de la Facultad de Estomatología en el semestre 2005-I UPCH”*. Cuyos resultados revelaron que el 96,6% de alumnos reconocieron la presencia de estrés académico. Según sexo las mujeres presentan niveles más bajos de estrés en relación a los varones; siendo los alumnos de 3er año los que presentan los niveles más altos de estrés; similares resultados a los que se presenta en la investigación donde los estudiantes del V ciclo de la Facultad de Odontología de la UNICA evidencian un 35,2% de estrés en relación al 31,5% de estudiantes del I ciclo; ambos dentro de la categoría de estrés normal.

## CONCLUSIONES

- Los estudiantes del I ciclo de la Facultad de Odontología en el componente estilo de vida el 44,4% tiene estrés elevado y el 29,6% tiene estrés normal; sin embargo los estudiantes del V ciclo el 42,6% evidencia estrés normal y el 29,6% estrés elevado.

- En la dimensión ambiente los estudiantes del I ciclo el 40,7% tiene estrés normal y el 33,3% estrés peligroso y el 20,4% estrés elevado; los estudiantes del V ciclo el 38,9% evidencia estrés normal, el 25,9% estrés peligroso y el 14,8% estrés elevado.
- Los estudiantes del I ciclo en la dimensión síntomas el 31,5% evidencian estrés normal y peligroso, así como el 27,8% presenta estrés elevado. Mientras que los estudiantes del V ciclo el 33,3% evidencia estrés normal, el 25,9% estrés elevado y el 24,1% estrés peligroso.
- En la dimensión relaciones interpersonales el 57,4% presenta estrés normal y el 20,4% estrés elevado y peligroso respectivamente. Los estudiantes del V ciclo muestran en esta misma dimensión el 50,0% estrés normal, el 33,3% estrés elevado y el 14,8% estrés peligroso.
- En la dimensión personalidad los estudiantes del I ciclo el 35,2% presentan estrés normal, el 29,6% evidencian estrés peligroso y el 27,8% estrés elevado. En esta dimensión los estudiantes del V ciclo el 37,0% manifiesta estrés normal, el 35,2% estrés elevado y el 18,5% estrés peligroso.
- Los estudiantes del I ciclo de la Facultad de Odontología tiene un promedio un 25,0% de estrés elevado y el 15,8% estrés normal.
- El promedio de los niveles de estrés en los estudiantes del V ciclo es de 25,0% estrés elevado y el 15,8% estrés normal.
- Los niveles de estrés de los estudiantes del I y V ciclo de la Facultad de Odontología son iguales y presentan similares niveles en cuanto a estrés elevado y normal.

## REFERENCIAS

- Garret, H. (1989) *Estadística en Psicología y Educación*. Buenos Aires. Editorial Paidós.
- Gray, F. (2011) *La Psicología del miedo y el estrés*. España. Editorial Labor.
- Hernandez, R. y Otros (2008) *Metodología de la Investigación Científica*. México. Mc Graw Hill Interamericana.
- Kaplan , G. (1993) *Aspectos preventivos en salud mental*. Barcelona. Paidós.
- Labrador F.y Crespo M. (2014) *Estrés*. España. Editorial Síntesis.
- Labrador, F.J (1992) *El estrés nuevas técnicas para su control*. Madrid. Temas de hoy.
- Melgosa, M.J (1995) *El estrés, evaluación*. Madrid. Editorial Safeliz. S.L.
- Miller, L y Smith, A (2016) *The Stress Solution*. Asociación Americana de Psicología.
- Morris, Ch. (1990) *Psicología un nuevo enfoque*. México. Prentice Hall Hispanoamericana.
- Nowack, K. (2010) *Perfiles del estrés*. Chile. Editorial. Manual Moderno.