



UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIAN

**FACULTAD DE ODONTOLOGIA
MAGISTER EN EDUCACION UNIVERSITARIA PARA
CIENCIAS DE LA SALUD
SEDE DE LA PATAGONIA**

**ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS
DETERCER AÑO DE OBSTETRICIA DE UNA UNIVERSIDAD
PRIVADA CHILENA.**

**Tesis para optar al Grado de Magister en Educación Universitaria
para Ciencias de la Salud**

Profesor Guía: Mg. Sara Andrea Parada Ibáñez

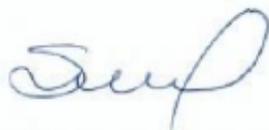
Estudiantes: **María Loretto Rodríguez Rivas**
Carola Eugenia Uribe Maldonado

© Maria Loretto Rodriguez Rivas. Carola Eugenia Uribe Maldonado.
Se autoriza la reproducción parcial o total de esta obra, con fines académicos, por cualquier forma, medio o procedimiento, siempre y cuando se incluya la cita bibliográfica del documento.

Puerto Montt, Chile
2022

Hoja de Calificación

En Santiago, el 08 de noviembre del año 2022, la abajo firmante deja constancia que los estudiantes, Sra. Maria Loretto Rodriguez Rivas, Sra. Carola Eugenia Uribe Maldonado, del programa de Magíster en Educación Universitaria para Ciencias de la Salud, han aprobado la Tesis "Estrés académico en estudiantes de tercer año de Obstetricia de una Universidad chilena privada" para optar al grado de Magíster, con una calificación 6,3.



Tutor (a) de Tesis

Magíster en Educación Universitaria para Ciencias de la Salud

DEDICATORIA

Quisiera dedicar este trabajo a mis algodoncitos Leonardo y Rafael que han sido siempre el motor de mis desafíos y nuevos horizontes.

A Ignacio, mi compañero de ruta, por ser mi apoyo, mi brújula y compartir conmigo todos mis momentos de logros y también los de flaqueza.

Loretto Rodriguez Rivas

Señor, sólo construimos la barca, pero eres TU, quién la llevará a destino.

Dedico a Dios, a nuestras familias e hijos. Ustedes son nuestra fuerza y estímulo para todo.

Carola Uribe Maldonado

Tabla de contenido

Resumen.....	xiv
1.1. Introducción.....	16
Capítulo I.....	18
1.2. Formulación del Problema.....	18
1.3. Justificación de la Investigación.....	21
1.4. Delimitación.....	24
1.4.1. Pregunta de Investigación.....	24
1.4.1.1. Preguntas Específicas.....	24
1.5. Objetivos.....	25
1.5.1. Generales.....	25
1.5.1.1. Específicos.....	25
Capítulo II.....	26
2. Marco Teórico y Conceptual.....	26
2.1. Antecedentes de Investigación.....	26
2.2. Enfoques Teóricos sobre el Estrés.....	29
2.2.1. Definición de Estrés.....	29
2.2.2. Estrés académico.....	31
2.2.3. Modelo Sistémico-Cognoscitivista de Barraza (2006).....	32
2.3. Vinculación: Aprendizajes, Emociones y Estrés Académico.....	41
2.4. Motivación Intrínseca y Extrínseca del Aprendizaje.....	43
2.5. Adquisición del Aprendizaje.....	44
2.6. Características de las Estrategias.....	44
2.7. Recursos Cognitivos.....	45
2.8. Recursos Emocionales.....	45
Capítulo III.....	47
3. Diseño Metodológico.....	47
3.1. Tipo de investigación.....	47
3.2. Alcance de la Investigación.....	48
3.3. Diseño de la Investigación.....	49
3.3.1. Diseño Documental.....	49

3.3.2. Diseño de Campo.....	49
3.3.3. Estudio de Casos	50
3.4. Población en Estudio.....	50
3.5. Criterios de Inclusión.....	51
3.5.1. Criterios de Exclusión.....	52
3.5.2. Criterios Éticos y/o Consentimiento Informado.....	52
3.6. Validez científica	53
3.7. Selección Equitativa del Sujeto	54
3.8. Proporción favorable riesgo/beneficio	54
3.9. Técnicas de Recolección de Datos e Instrumentos.....	58
3.9.1. Entrevista semiestructurada de preguntas abiertas y cerradas.....	59
3.9.2. Instrumentos de Recolección de Datos.....	60
3.9.3. Fundamentos de la encuesta: SISCO del Estrés Académico Adaptado	61
3.9.4. Estructura de la escala tipo Likert	61
3.10. Operacionalización de las variables	62
3.10.1. Validación de Instrumentos de Recolección de Datos	62
3.10.1.1. Criterio de validación de instrumentos	62
3.11. Protocolo de Aplicación de la Entrevista a los Profesores	63
3.12. Análisis e Interpretación de los Datos: Resultados y Hallazgos.....	64
3.12.1. Análisis de los datos: Categorías de Análisis.....	65
3.12.2. Procedimiento para la Presentación y discusión de Resultados	65
3.13. Categorías Mediante la Codificación Axial	66
Capítulo IV	68
4. Resultados	68
Capitulo V.....	99
5. Discusión y conclusiones.....	99
Referencias	110
Anexos	114

Índice de tablas

Tabla 1.	36
Estresores Académicos.....	36
Tabla 2. Muestra/unidades de Análisis.....	51
Tabla 3. Técnicas de recolección de datos	58
Tabla 4. Leyenda de términos.....	60
Tabla 5. Dimensiones y Subdimensiones de análisis	61
Tabla 6. Dimensiones.....	62
Tabla 7. Validación de la entrevista e instrumento.....	63
Tabla 8. Cronograma	67
Tabla 20.	88
Las demandas académicas por sobre actividad me generan agresividad	88
Tabla 21.	89
Las evaluaciones me generan nervios.....	89
Tabla 22.	90
El desconocimiento de los resultados de las evaluaciones me genera nervios o ansiedad.....	90
Tabla 23.	91
No hay retroalimentación de las actividades académicas presentadas	91
Tabla 24.	92
Porque no tengo claro cómo conseguir que se valore mi dominio de las materias	92
Tabla 24.	93
Las deficiencias metodológicas del profesor.....	93
Tabla 25	94
Clima del aula poco favorecedor del proceso de aprendizaje	94
Tabla 26.	95
Por los conflictos en las relaciones con otras personas (profesores, compañeros)	95
Tabla 27.	96
Por la excesiva competitividad existente en clase	96
Tabla 28.	98
Por la falta de apoyo de los profesores.....	98

Gráfica 28.....	98
Por la falta de apoyo de los profesores	98
Tabla 29.	99
Por la falta de apoyo de los compañeros	99
Tabla 30	100
Sobrecarga del estudiante	100
Tabla 31.	102
Aplicación de estrategias complejas	102

Índice de cuadros

Cuadro 1.	68
Edad de los estudiantes	68
Cuadro 2.	69
Género	69
Cuadro 3.	70
Estado civil	70
Cuadro 4.	71
Cuántas personas viven en tú hogar.....	71
Cuadro 5.	72
Actualmente se encuentra trabajando.....	72
Cuadro 6.	73
Tipo de deporte y/o actividad deportiva en que participa	73
Cuadro 7.	74
¿Cuántas horas diarias les dedica a sus estudios, incluyendo el tiempo que asiste a la universidad?	74
Cuadro 8.	76
Siento temor cuando voy a presentar una evaluación	76
Cuadro 9.	77
Cuando tengo una evaluación sumativa me dan dolores de cabeza	77
Cuadro 10.	78
Me sudan las manos cuando me exigen presentaciones individuales	78

Cuadro 11.	79
Las presentaciones orales me aceleran el ritmo cardíaco	79
Cuadro 12.	80
Las pruebas escritas me provocan vómitos y mareos.....	80
Cuadro 13.	81
Cuando no alcanzo los objetivos me dan temblores, tensión o dolores musculares.....	81
Cuadro 15.	83
Realización de actividad física	83
Cuadro 16.	84
Asumo actividades de afrontamiento	84
Cuadro 17.	85
La sobreactividad académica en la carrera me provoca dificultad para respirar	85
Cuadro 18.	86
Siento ansiedad cuando hay demandas académicas	86
Cuadro 19.	87
Tengo la sensación de pérdida de control frente a las actividades académicas	87
.....	102

Índice de figuras

Figura 1. Modelo o sistema del estrés académico	32
Figura 2. Modelo sistémico cognoscitivista	33
Figura 3. Interacción del alumno con el contexto escolar- entorno	35
Figura 4. Orientaciones teóricas del estrés	39
Figura 5. Mecanismos y procesos de regulación emocional que impactan en el comportamiento de los individuos.	40
Figura 6. Proceso de la cadena de custodia	56
Figura 7. Proceso de registro de información.....	57
Figura 8. Elementos de la teoría fundamentada	66

Índice de gráficas

Gráfica 1.....	69
Edad de los estudiantes	69
Gráfica 2.....	69
Género	69
Gráfica 3.....	70
Estado civil	70
Gráfica 4.....	71
Cuántas personas viven en tú hogar.....	71
Gráfica 5.....	72
Actualmente se encuentra trabajando.....	72
Gráfica 6.....	73
Tipo de deporte y/o actividad deportiva en que participa	73
Descripción y análisis.....	73
Gráfica 7.....	74
¿Cuántas horas diarias les dedica a sus estudios, incluyendo el tiempo que asiste a la universidad?	74
Gráfica 8.....	76
Siento temor cuando voy a presentar una evaluación	76
Gráfica 9.....	78
Cuando tengo una evaluación sumativa me dan dolores de cabeza	78
Gráfica 10.....	79
Me sudan las manos cuando me exigen presentaciones individuales	79
Gráfica 11.....	80
Las presentaciones orales me aceleran el ritmo cardíaco	80
Gráfica 14.....	81
Cuando no alcanzo los objetivos me dan temblores, tensión o dolores musculares.....	81
Gráfica 15.....	83
Realización de actividad física	83
Gráfica 16. Asumo actividades de afrontamiento.....	84
Gráfica 17.....	85

La sobreactividad académica en la carrera me provoca dificultad para respirar	85
Grafica 18.....	86
Siento ansiedad cuando hay demandas académicas	86
Gráfica19.....	87
Tengo la sensación de pérdida de control frente a las actividades académica.....	87
Gráfica 20.....	88
Las demandas académicas por sobre actividad me generan agresividad	88
Gráfica 21.....	89
Las evaluaciones me generan nervios	89
No hay retroalimentación de las actividades académicas presentadas	91
Gráfica 24.....	93
Porque no tengo claro cómo conseguir que se valore mi dominio de las materias	93
Gráfica 24.....	94
Las deficiencias metodológicas del profesor	94
Gráfica 25.....	95
Clima del aula poco favorecedor del proceso de aprendizaje	95
Gráfica 26.....	96
Por los conflictos en las relaciones con otras personas (profesores, compañeros)	96
Gráfica 27.....	96
Por la excesiva competitividad existente en clase	96
Gráfica 29.....	99
Por la falta de apoyo de los compañeros	99
Gráfica 30.....	100
Sobrecarga del estudiante	100
Gráfica 31.....	102
Aplicación de estrategias complejas	102

ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE TERCER AÑO DE OBSTETRICIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA CHILENA.

Resumen

El propósito de la investigación consistió en el análisis estrés académico en estudiantes universitarios de tercer año de obstetricia de una universidad privada chilena, se aborda desde la investigación mixta, con uso de técnicas e instrumentos cualitativos y cuantitativos, empleándose el cuestionario dirigido a los estudiantes y una entrevista realizada a profesores con la finalidad de realizar el proceso de valoración representado por el estrés académico en estudiantes universitarios. Los datos recolectados se organizan y codifican para el respectivo análisis y discusión de los hallazgos. La información cualitativa se complementa con datos estadísticos para respectiva interpretación. Los resultados llevan a señalar que un porcentaje significativo de estudiantes, más del 50% manifiesta al menos un síntoma físico producto de las exigencias académicas en estudiantes de tercer año de obstetricia. Para los docentes durante las evaluaciones los estudiantes pueden manifestar sudoración, permisos para acudir al baño, sofocación, taquicardia, náuseas, llantos entre otras. Así como los estudiantes consideran que durante los procesos evaluativos y la metodología empleada por el profesor lleva a generar impacto emocional. En tal sentido se recomienda el abordaje metodológico centrado en el aula y la aplicación de métodos, técnicas y uso de recursos dirigidos a promover aprendizajes significativos.

Palabras claves: estrés académico, estudiantes universitarios, obstetricia, carreras de salud.

ACADEMIC STRESS IN THIRD YEAR UNIVERSITY STUDENTS OF OBSTETRICS AT A CHILEAN PRIVATE UNIVERSITY.

Summary

The purpose of the research consisted in the analysis of academic stress in university students of the third year of obstetrics of a private Chilean university, it is approached mixed research, use of qualitative and quantitative techniques and instruments, using the directed questionnaire to the students and the interview carried out with the professors in order to carry out the evaluation process represented by academic stress in university students. The data collected is organized, codified, categorized for the respective analysis and discussion of the findings. The qualitative information is complemented with statistical data for respective interpretation. The results obtained indicate that a significant percentage of students, more than 50%, show at least one physical symptom as a result of the academic demands in third-year obstetrics students. For teachers, during evaluations, students may show sweating, permission to go to the bathroom, suffocation, tachycardia, nausea, crying, among other. Just as the students consider that during the evaluation processes and the methodology used by the teacher leads to generating emotional impact. In this sense, the methodological approach focused on the classroom and the application of methods, techniques and use of resources aimed at promoting significant learning are recommended.

Keywords: academic stress, university students, obstetrics, health careers

1.1. Introducción

El estrés se ha convertido en un problema de tipo psicológico y orgánico, incide en el estado emocional, descontrola el equilibrio interior, afecta las emociones, generando ansiedad, inseguridad y desesperanza, que puede a su vez, desencadenar al estrés académico e influir en el rendimiento y avance curricular de los estudiantes, generando una futura deserción estudiantil o problemas atinentes a la salud mental que no le permiten realizar una adecuada progresión académica.

Asumiendo desde el punto de vista conceptual lo que expresa Zárate, D, et al. (2017) con respecto al estrés académico, lo define como el estado que se produce cuando el estudiante percibe negativamente un evento o situación del contexto, generándole desequilibrios que pueden terminar en el descontrol para asumir las actividades que demanda el logro de objetivos. Algunos de los síntomas que manifiesta la persona son físicos o psíquicos que se traducen en desinterés, desmotivación y bajo rendimiento académico.

El análisis de las características del estrés académico que acompaña a los estudiantes de la educación superior de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile se constituye en la principal temática de indagación en la presente investigación.

Se plantea a lo largo del estudio el análisis de diferentes investigaciones que reflejan la incidencia del estrés académico en los estudiantes, ayudando a conocer las implicaciones que genera el estrés en los individuos y cómo influye en su desarrollo académico.

Para dar respuesta a cada objetivo, el estudio configura cuatro momentos de análisis y argumentación que se configuran en cuatro capítulos: en el capítulo I, se presenta y formula el problema de investigación, en el que se recogen situaciones, vivencias, experiencias que reflejan la problemática de estudio.

En el capítulo II, se configuran antecedentes, teorías, enfoques y fundamentos que explican científicamente como se genera el estrés académico en los estudiantes.

En el capítulo III, se configura la metodología, caracterizada por ser de tipo complementaria o mixta, de carácter descriptiva, la cual ha facilitado la valoración de estresores académicos vividos por estudiantes y factores que generan el estrés, y la forma como lo afrontan para asumir actividades de aprendizaje propias de la carrera que implica procesos de evaluación de carácter permanente.

En cuanto a técnicas se hace uso de la revisión documental, análisis de contenido y observación indirecta. Como instrumento se emplea una encuesta diseñada por las autoras de la investigación tomando como referencia el instrumento utilizado por SISCO, el cual tiene como objetivo conocer las características del estrés que acompaña a los estudiantes de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile. El mismo cuenta con 25 ítems, tipo escala Likert de cinco valores o categorías de respuesta, el cual facilita la caracterización del estrés en estudiantes tomados como referencia para el estudio. Se complementa la información con una entrevista semiestructurada, que será realizada a los docentes que imparten asignaturas en el nivel, de manera de triangular la información de ambas fuentes y enriquecer el análisis de los resultados.

Finalmente, se presentan en el estudio los resultados, análisis y discusión de estos, producto de la aplicación de las técnicas e instrumentos que han llevado a la configuración de conclusiones.

Capítulo I

1.2. Formulación del Problema

El estrés académico, representa 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. Los problemas son percibidos por la persona, bien sea, como amenaza o peligro, de su integridad biológica y psicológica, tal como lo refiere Trucco (2002), “el estrés es el proceso que afecta a todo el organismo, en la dimensión socioafectiva, física y psicológicamente” (p.28).

El manejo del estrés académico en los estudiantes de la educación superior se constituye en el principal tema de indagación de la presente investigación, el cual representa la dimensión de análisis, por la incidencia que tiene en la persona y en el logro de los objetivos académicos plasmados en los programas curriculares de las carreras de formación en la educación superior.

El estudiante experimenta estrés, en las diferentes etapas del desarrollo evolutivo, y en cada reto del proceso formativo académico de cada nivel del sistema educativo chileno. La Ley General de Educación (LGE) de 2009, divide en cuatro fases los niveles del sistema educativo chileno: parvulario, básica, media y superior.

En cada una de estas fases, los estudiantes experimentan cambios psicológicos y físicos, producto de su propio desarrollo y de las experiencias o vivencias, desarrollo de habilidades, destrezas, actitudes y valores, derivadas de experiencias de aprendizaje que exigen las mallas curriculares y procesos de enseñanza en cada año, asignatura y/o cursos para el logro de los objetivos planteados y propuestos. Cada etapa del avance académico significa cambios coincidentes en la persona. En este caso, el estudiante en proceso de formación experimenta tensión, lo que para Williams y House (2002) denominan estrés Académico. El cual puede generarse en cualquier espacio del ambiente educativo, teniendo como fuente principal, los estresores relacionados con

actividades del aprendizaje.

El estudiante vive diariamente estrés en su jornada de aprendizaje, causado por las actividades académicas que exigen niveles de logro, y tiene incidencia directa en su estado emocional. Desde el punto de vista psicológico, cuando el estudiante se ve enfrentado a exigencias formativas para el logro de objetivos hay factores que se consideran estresores, que inciden en el organismo, provocando un desequilibrio sistémico que lleva al estudiante a buscar mecanismos de adaptación, que le permitan reacomodar su equilibrio, llevándole a desarrollar estrategias de afrontamiento, ante cualquier evento de aprendizaje, bien sea planificado o fortuito.

La incidencia del estrés académico en los estudiantes universitarios puede verse evidenciado en algunos estudios realizados en los últimos años, tal es el caso, de la investigación que abordó Pinedo (2020) acerca del nivel de estrés académico en estudiantes de psicología educativa y orientación de la Universidad Central de Ecuador, durante el lapso académico del último trimestre del 2019, mediante la cual determino, la presencia de estrés moderado en la población objeto de estudio, producto de estresores básicos representados por la funcionalidad del contenido de estudio de las asignaturas, las exigencias de aprendizaje, las deficiencias metodológicas de los profesores, la sobrecarga de trabajo académico, y el evidente predominio del agotamiento físico como respuesta significativa al estrés académico. Esto ha llevado a la elaboración de estrategias de enseñanza y aprendizaje para el manejo de las situaciones académicas estresantes percibidas en el ambiente de los establecimientos educacionales.

Profundizando en la línea del estrés académico, para el abordaje de la problemática en los estudiantes de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile,

Cabanach et al. (2016) citan estudios realizados por Muñoz (2004) donde expresa que las fuentes de estrés académico pueden organizarse, en tres grupos. Por un lado, están los factores relacionados con el proceso de evaluación de los aprendizajes, en otro, los centrados en la sobrecarga de trabajos académicos y relacionados con el ambiente de aprendizaje, y finalmente las relaciones entre profesores y estudiantes y entre compañeros. Cobra relevancia la metodología de enseñanza y la organización de los planes curriculares y pedagógicos, el estilo de enseñanza del profesor y de aprendizaje de los estudiantes, la masificación, entre otros, características que son inherentes al estudiante, al profesor y ambiente de aprendizaje.

De acuerdo con la investigación de Cerna (2018), para establecer la relación entre estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudiantes de primer ciclo, realizado en una población de 88 estudiantes, determinó que existe relación significativa entre las variables estrategias de aprendizaje y estrés académico en los estudiantes objeto de estudio. Muchas veces los estudiantes sienten que sus recursos no son suficientes y que, a pesar del esfuerzo desplegado, no logran sus objetivos. Todo esto los lleva a situaciones de ansiedad que podrían desencadenar en estrés académico, al sentirse amenazados, ante el peligro de reprobación de una o más asignaturas, si esta situación no es controlada, definitivamente podría terminar en la somatización de enfermedades que pondrían en riesgo el ciclo académico.

Tal como lo indican investigadores representativos del tema, el organismo tiende a la huida o al escape cuando se siente amenazado, lo que podría desencadenar en la deserción del estudiante o en una inestabilidad psicológica emocional. Los estímulos estresores que se presentan van a depender también, de cómo los percibimos, es decir, de la forma como vemos la situación, y esto puede variar de persona a persona, en algunos casos puede provocar un desequilibrio o alteración en el organismo, frente a lo cual es importante la forma como afrontamos dicho estrés, es decir, los recursos con los que podemos hacer frente a diversas situaciones en contextos académicos, que hoy en día cada vez son más competitivos.

Las características asociadas a estímulos generados en el ambiente pueden perturbar funciones de la persona, por cuanto la magnitud del cambio vital se relaciona significativamente con la aparición del estrés, siendo que, a mayor cambio, mayor probabilidad de estrés. En consecuencia, tal como se ha referido, el limitado tiempo que tienen los estudiantes para la realización de las actividades académicas, la sobrecarga de tareas y trabajos sumativos para dar cumplimiento a los objetivos de aprendizaje, las evaluaciones sistemáticas, el estilo de enseñar del profesor, la metodología de enseñanza, el ambiente de aprendizaje, las relaciones entre el estudiante y el profesor y entre los mismos estudiantes, se constituyen en elementos estresores que pudieran influir en el desempeño académico de los estudiantes.

De allí que, desde la indagación en la temática de estudio, se intenta dar respuesta a la presunción de la incidencia del estrés académico en el estudiante, con la finalidad de buscar explicación a los factores que lo gatillan, dado que según registros llevados por el departamento académico de la carrera de Obstetricia, un porcentaje significativo de estudiantes, más del 20% en los últimos cinco años, han desertado de la carrera por bajo rendimiento, al sentirse desmotivados por las exigencias de la carrera. Esta situación ha motivado el abordaje de la presente investigación, dirigida al análisis de las características del estrés académico que acompaña a los estudiantes de la educación superior de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile.

1.3. Justificación de la Investigación

El abordaje del estudio acerca del estrés académico en estudiantes universitarios de tercer año de obstetricia de una universidad privada chilena se justifica desde el punto de vista de la funcionalidad y pertenencia en la formación académica de los estudiantes que han elegido la carrera, el impacto de la investigación para la sociedad. Su valor teórico al aportar en la configuración de fundamentos, teorías y enfoques que explican la temática de estudio y la implicancia práctica en la resolución de problemas al presentar como contribución el análisis de un conjunto de hallazgos, conclusiones y recomendaciones dirigidas a continuar profundizando en la temática de estudio.

Es importante destacar que las carreras del área de ciencias de la salud como medicina, obstetricia entre otras implica un alto grado de complejidad y exigencias académicas a los estudiantes, quienes deben demostrar habilidades, destrezas, actitudes en su desempeño y una actuación bioética dirigido a la formación médica de profesionales con conocimientos interdisciplinarios sobre el adecuado uso de la ciencia, sobre la vida humana en su relación con otras formas de vida y con el medio ambiente.

De allí, la importancia de determinar las características del estrés académico que presentan los estudiantes que cursan la carrera de obstetricia con la finalidad de determinar los principales síntomas físicos, valorar de qué manera manejan los estudiantes los principales estresores académicos y evaluar las diferentes estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes.

El estrés académico lleva al estudiante a la pérdida del equilibrio interior, afectando el funcionamiento psicológico y fisiológico, lo que se traduce en respuestas que generan afecciones directas en la conducta de la persona. Siendo el estrés académico una dimensión de análisis relevante en cuanto a que se conocen las causas que puede generar el estrés y el consiguiente deterioro de la salud mental (Suárez y Díaz, 2015).

En consecuencia, el estudio facilita la profundización en el problema del estrés académico en los estudiantes y la configuración de un marco teórico conceptual que explique la incidencia de este en la persona, estrategias para afrontarlo y qué medidas tomar para controlarlo.

La investigación se apropia de herramientas metodológicas del enfoque complementario o mixto, para el abordaje del tema desde el contexto donde se promueven los aprendizajes, la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile., cuyos resultados develan el nivel de estrés académico en los estudiantes sometidos a investigación.

Los hallazgos obtenidos presentan una perspectiva real de los niveles de estrés y cuáles son los principales estresores que afectan a los estudiantes y cómo influyen en el rendimiento académico y sus logros estudiantiles en función de las metas y/u objetivos académicos.

El presente estudio, constituye un aporte para la Universidad San Sebastián, especialmente para la carrera de Obstetricia, porque permitirá revisar los procesos de enseñanza y aprendizaje, los sistemas de evaluación, el modelo pedagógico, el estilo de enseñar de los docentes, la metodología de aprendizaje, el sistema de evaluación y el clima universitario, entre otras variables que pueden convertirse en estresores para los estudiantes. El conocer estas variables permitirá buscar procesos en conjunto con otros departamentos dentro de la Universidad, que permitirán entregar herramientas al estudiante para que maneje el estrés académico y no le influya de manera negativa en sus aprendizajes, o lo alerte, cuando el daño generado ya no lo pueda manejar con medidas sencillas. Y, por otro lado, conocer la perspectiva de los docentes nos permitirá generar un puente que mejore el manejo de los eventos estresores a los cuales se enfrentan los estudiantes, los resultados académicos serán mejores mientras antes se pesquisen los eventos estresores, ya que permitirá activar las alarmas de forma temprana, que significaran una ayuda al estudiante antes de que estos eventos estresores generen un daño más profundo.

1.4. Delimitación

La investigación inherente al estrés académico de los estudiantes se aborda a nivel de la educación superior en una privada universidad chilena, Carrera de Obstetricia y estudiantes de tercer año seleccionados de forma intencional.

El estudio se realizará en el período comprendido entre los años 2021 y 2022.

Los datos recopilados corresponden al año académico 2022.

La muestra está representada por estudiantes que cursan el tercer año de la carrera de Obstetricia en el periodo académico descrito anteriormente y profesores que administran las asignaturas de la malla curricular en el mismo año académico y carrera que los estudiantes.

1.4.1. Pregunta de Investigación

¿Cuáles son las características que determinan el estrés académico que acompaña a los estudiantes de tercer año de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile?

1.4.1.1. Preguntas Específicas

1. ¿Cuáles son los principales síntomas físicos en los estudiantes de la carrera de obstetricia de una universidad privada de Chile?

2. ¿De qué manera manejan los estudiantes de la carrera de obstetricia de una universidad privada de Chile los principales estresores académicos?

3. ¿Cuáles son las diferentes estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes de tercer año de la Carrera de Obstetricia de una Universidad privada de Chile?

1.5. Objetivos

1.5.1. Generales

Analizar las características del estrés académico en estudiantes universitarios de tercer año de obstetricia de una universidad privada chilena.

1.5.1.1. Específicos

1. Identificar las características sociodemográficas de los estudiantes de la carrera de Obstetricia de una Universidad privada de Chile.
2. Determinar los principales síntomas físicos en los estudiantes de la carrera de Obstetricia de una Universidad privada de Chile.
3. Valorar de qué manera manejan los estudiantes los principales estresores académicos de una Universidad privada de Chile.
4. Evaluar las diferentes estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes de tercer año de la Carrera de Obstetricia de una Universidad privada de Chile.

Capítulo II

*«No es el estrés lo
que nos mata, es nuestra reacción al
mismo»*

Hans Selye

2. Marco Teórico y Conceptual

En el presente capítulo se abordan antecedentes de investigación y el marco conceptual en el que se recopila, sistematiza y se exponen los conceptos fundamentales para el desarrollo del estudio.

2.1. Antecedentes de Investigación

En un estudio realizado por Aldana, J et al. (2020) titulado “Estrés académico y trabajo de grado en licenciatura en Educación” para la cual se plantearon como objetivo general determinar el impacto del estrés académico durante el proceso de realización del trabajo especial de grado en estudiantes de Licenciatura en Educación. La investigación fue abordada metodológicamente a través de un estudio correlacional, tomando como muestra a 167 estudiantes. Entre los resultados, destaca que el estrés académico, que viven los estudiantes provocados por el impacto de la elaboración de su tesis para graduarse, genera consecuencias negativas sobre los mismos, debido a los esfuerzos extras realizados por la culminación de su proceso de formación y obtención del título. Recomiendan retomar el papel fundamental que desde las universidades se deben implementar y es precisamente el acompañamiento permanente a los estudiantes durante todo su proceso del desarrollo de su formación, en virtud, de bajar las tensiones o estrés causado producto de las mismas complejidades inherentes a la formación académica.

En el mismo orden de ideas, Espinoza, J et al. (2020) llevaron a cabo un estudio al cual denominaron “Influencia del estrés sobre el rendimiento académico”. Se trazaron como objetivo general, describir la influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes a nivel universitario. El mismo fue realizado mediante un enfoque cuantitativo. Para tales fines, trabajaron con una muestra de estudiantes de psicología

y trabajo social de la universidad Simón Bolívar de edades comprendidas entre 18 y 24 años. El análisis e interpretación de resultados fue mediante el paquete SPSS. Los escritores concluyen que el estrés influye negativamente sobre el rendimiento académico de los estudiantes, determinando la tendencia que, a mayor rendimiento del estudiante, es mejor manejado el estrés a diferencia de un rendimiento bajo, visto como sinónimo de altos niveles de estrés y por ende influye proporcionalmente en la obtención de calificaciones entre los estándares aceptables de regular a pésimo.

De igual manera, López, D et al. (2019) en su investigación “Técnicas psicológicas para manejar el estrés académico en el proceso de aprendizaje del idioma inglés”, se trazaron evaluar la efectividad de la aplicación de técnicas psicológicas para el manejo adecuado del estrés en los estudiantes del sexto semestre “G” del Centro de idiomas de la Universidad de Chimborazo. Se tomó como población a 34 estudiantes. La metodología utilizada en un estudio cuasi experimental, para la recolección de información aplicaron una encuesta sobre el nivel de estrés académico SISCO. Se puede recalcar como conclusión del referido estudio, que, al hacer uso de determinadas técnicas psicológicas como mecanismo de disminuir el estrés, además de ejercicios de relajación y respiración influyen de forma positiva en el manejo y reducción del estrés.

Por otro lado, Sánchez, R et al. (2020) realizó un estudio titulado “estrés académico en estudiantes universitarios” para lo cual se plantearon como objetivo general, analizar el estrés académico en estudiantes universitarios. Dicha investigación la llevaron a cabo mediante un enfoque, transversal de tipo descriptivo. Usaron una muestra cuantitativa de 450 estudiantes, haciendo uso del “inventario SISCO”. El precitado estudio, entre sus resultados arroja que el estrés académico entre las diversas reacciones analizadas en los jóvenes objeto de estudio, puede terminar en un proceso de perturbación severa incluso si se le suman otros factores socio afectivos, económicos, laborales que pudieran afectar mucho más la situación raíz del estrés, derivando un total desbalance motivado a la cantidad de tareas escolares, inquietud, somnolencia, ansiedad por consumir

Alimentos, entre otros. En suma, se traducirían en el abandono de la carrera, en fracaso o deserción, e incluso, convertirse en un problema que afecte la salud.

Así mismo, cabe mencionar a Silva, M et al. (2020) quienes llevaron a cabo una investigación con características similares al estudio en curso, el cual denominaron “estrés académico en estudiantes universitarios” planteándose como objetivo: determinar el nivel de estrés en estudiantes universitarios. El enfoque metodológico fue cuantitativo, descriptivo y correlacional. Trabajaron con una muestra de 255 estudiantes. Igualmente, que el estudio anterior descrito, aplicaron el inventario SISCO, el cual permite identificar los niveles de estrés en los estudiantes. Para el análisis de los datos, hicieron uso del paquete estadístico SPSS, versión 22. Los resultados arrojaron que el nivel de estrés está asociado al sexo, además, de relacionar que también influye significativamente en el rendimiento académico, debido a que afecta no sólo el bienestar del estudiante, sino la salud. Entre las conclusiones más relevantes destacan: el mayor número de estrés fue detectado en las mujeres, generando malestares como dolor de cabeza, migraña, depresión, ansiedad, reacciones que en líneas generales afectan directamente la salud de quien la vive.

Una vez revisado algunos antecedentes, los cuales permiten fortalecer, argumentar y guiar la investigación en curso, resulta oportuno detenerse a reflexionar sobre las repercusiones que tiene el tránsito escolar en los estudiantes, traducidos en “estrés” de no contar con un proceso de acompañamiento permanente a lo largo del desarrollo de todo su proceso formativo. En tal sentido, en preciso hacer un alto y empezar a generar desde los centros educativos desde cualquier nivel y modalidad de estudio un debido proceso orientador integral, es decir, que el estudiante se sienta que no está sólo durante el desarrollo de su proceso formativo, sino, al contrario, que cuente con las orientaciones pertinentes en el desarrollo de las actividades complejas y no tan complejas, y que además de garantizar un aprendizaje significativo sea a su vez agradable y saludable.

Sin duda alguna, el estrés no solamente se hace presente en estudiantes, se ha convertido a nivel mundial en un fenómeno que además responde a diferentes consecuencias presentes entre la persona y el medio donde se desenvuelve. Es un verdadero reto para la sociedad en general hacerle frente y aprender a combatir el mismo a través de la canalización de sus emociones y jerarquización de necesidades antes de que se convierta en el problema de salud que ya muchos padecen. En el caso específico del presente estudio, los estudiantes deben canalizar todas las demandas y responsabilidades que el día a día le demande, sin llegar a perder el control, el dominio de sus emociones, su equilibrio y salud mental, alejando la ansiedad, el nerviosismo que influye directamente sobre su productividad y eficiencia académica, pero, como ya se ha mencionado anteriormente, deben tener apoyo de un tutor, docente o profesor guía, una figura que se haga presente en todos sus retos y adquisición de competencias, sin sentirse sólo y agobiado frente a las dudas o diversas exigencias que pudieran surgir al momento de asumir las responsabilidades académicas.

2.2. Enfoques Teóricos sobre el Estrés

2.2.1. Definición de Estrés

El estrés desde el punto de vista de la Organización Mundial de la Salud “OMS” hace referencia a las reacciones que tiene el organismo frente a situaciones que demandan responsabilidad, colocándolo en un estado de alerta biológica que lo prepara para responder hasta cumplir con dicha situación. (OMS, citado en Torrades, 2007). Es decir, el organismo está perfectamente diseñado para responder y resolver frente a situaciones demandantes, entre las cuales pueden estar el cambio de residencia, de trabajo, citas, reuniones, evaluaciones, tareas académicas, etc. son muchos los factores con los cuales está en constante contacto la persona con su entorno social, los cuales pueden ser generadores de estrés, dependerá en gran medida del estado emocional y condiciones físicas en las que se encuentre cada individuo.

De acuerdo a Martínez y Díaz (2007) citado en Naranjo, P (2009) “el problema que subyace radica en los requerimientos de la modernidad, concentrada en la obtención de resultados al margen de sus consecuencias sobre la calidad de vida, y por ende en la salud física y mental de las personas afectadas” (p. 1). El estrés, tomado como sinónimo de resultados de grandes esfuerzos por conseguir una mejor calidad de vida, mejor rendimiento académico, estabilidad económica, son sólo algunos factores que pueden detonar el estrés en la persona, he aquí la importancia de aprender a canalizar las energías, las emociones con el sano propósito de no poner la salud en riesgo.

Al respecto, en ideas de Oblitas (2004) citado en Naranjo (2009) plantea:

Los enfoques fisiológicos y bioquímicos se centran en las respuestas orgánicas que se generan en la persona cuando se enfrenta a una situación percibida como amenazante. Por su parte, los enfoques psicosociales hacen énfasis en factores externos; es decir, en los estímulos y eventos productores de estrés. Por su lado, los enfoques con una orientación cognitiva subrayan que el estrés surge a partir de la evaluación cognitiva que la persona realiza tomando en cuenta tanto aspectos internos como aquellos propios del ambiente. (p. 171-172).

En consonancia a lo anteriormente planteado, Uribe, C (2021) considera que el estrés y sus niveles dependerá en gran medida de las condiciones físicas y psíquicas en las cuales se encuentre la persona, lo que significa que el estrés, es el producto de la forma como la persona interactúa con su entorno, es decir, como lo percibe, cómo interpreta las situaciones que le acontecen y sus capacidades, habilidades y destrezas para afrontarlos, he allí, quizás parte importante que los estudiantes o personas en general deberían aprender a canalizar en función de sus capacidades además del acompañamiento docente a lo largo de su desarrollo formativo.

Cabe destacar, que el estrés obedece entonces a factores internos y externos que logran estimular o sobre estimular al organismo bien sea de una manera positiva o negativa, hasta lograr el objetivo propuesto. Ahora bien, si dicho estímulo se mantiene en el tiempo puede generar alteraciones en el organismo, causando consecuencias de agotamiento, desgano, ansiedad.

2.2.2. Estrés académico

Para Barraza, citado en Ferrera, C et al (2016) plantea que el estrés académico:

Es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores; cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistemático (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); y cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico (p.11).

Zárate et al. (2017) citado en Ramos, (2020) refieren que el estrés académico, sucede cuando el estudiante percibe las situaciones de forma negativa (distrés) motivado a la cantidad de situaciones demandantes de su entorno, tales como las asignaciones escolares y extras curriculares a las cuales tiene la responsabilidad de asumirlas y resolverlas, pero, las mismas al convertirse en motivo de angustia, preocupación le generan algunos síntomas físicos como: agotamiento, cefalea, malestar estomacal, pérdida del sueño toda una suma de reacciones que impactan de manera negativa no sólo su organismo, sino también su rendimiento académico e incluso en condiciones severas el ausentismo o deserción académica.

El estrés académico, tiene su proceso y está acompañado de las percepciones que éste tenga de la realidad, un poco tiene que ver con ideas previas, anticipadas de las cuales se va creando cierta realidad que le perjudican, creando perturbaciones e influyendo directamente en sus estados de concentración y por ende en su rendimiento

académico. Lo que significa, que un estudiante con altos niveles de estrés presentará un desequilibrio interno que afecta el funcionamiento psicológico y fisiológico, la respuesta individualizada genera afecciones directas en su conducta. (Ramos, 2020).

2.2.3. Modelo Sistémico-Cognoscitivista de Barraza (2006)

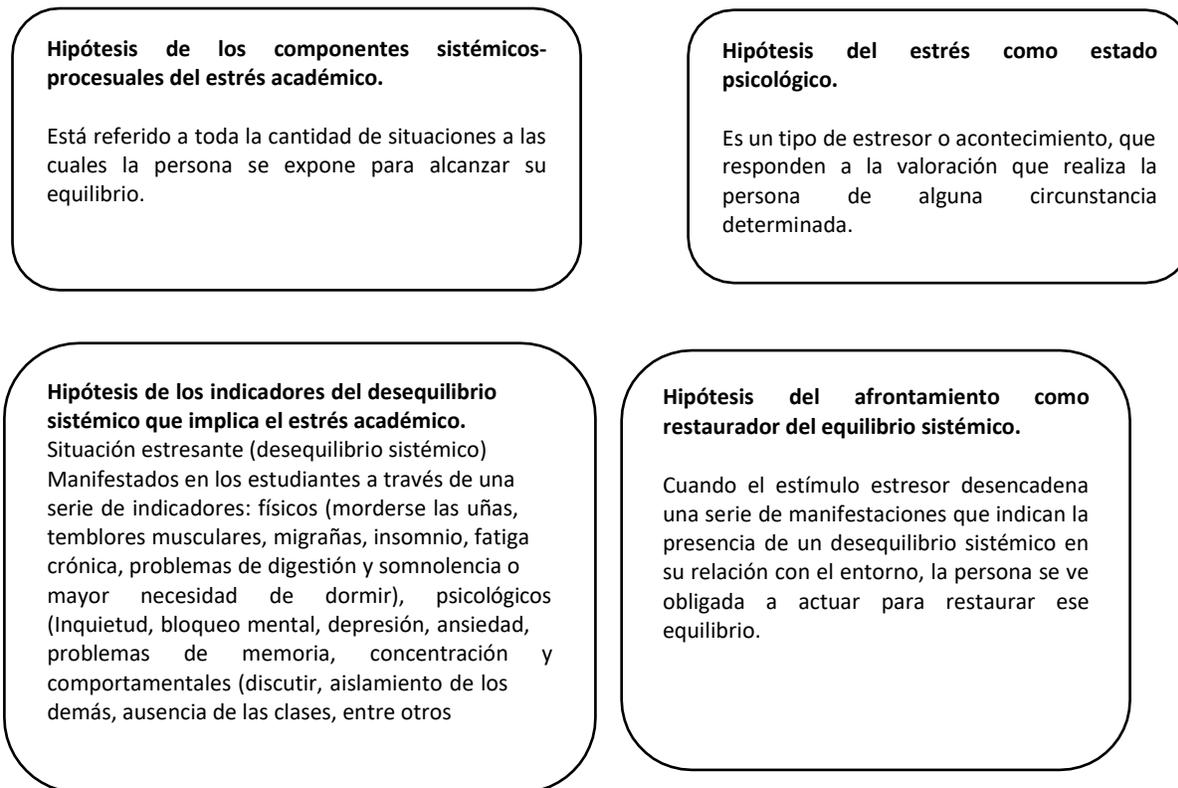


Figura 1. Modelo o sistema del estrés académico
Fuente: Elaboración propia (2021) basado en ideas de Barraza (2006)

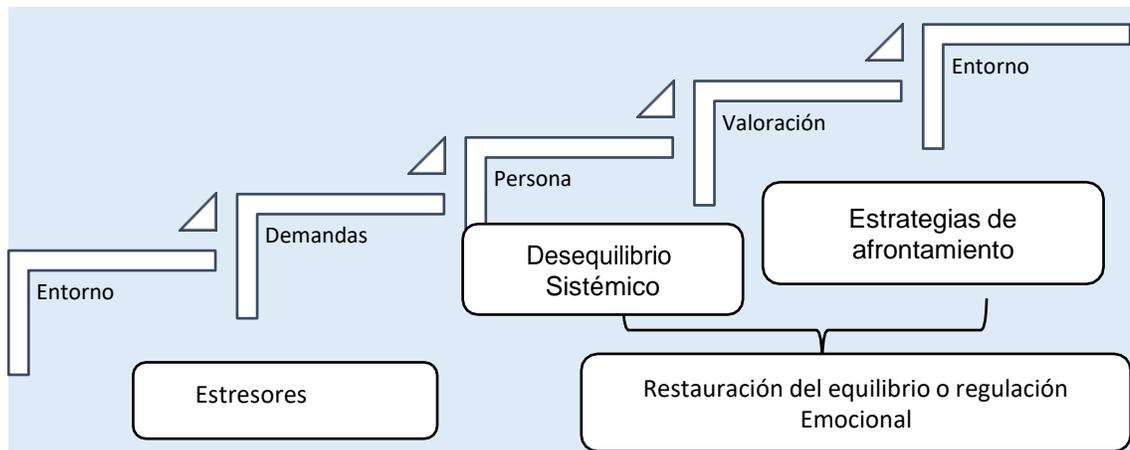


Figura 2. Modelo sistémico cognoscitivista

Fuente: Barraza (2006)

<https://www.google.es/search?q=Modelo+Sist%C3%A9mico+Cognoscitivista>

El referido modelo planteado por Barraza, permite visualizar el estrés académico como un proceso general, en la cual la persona poco a poco entra en una fase adaptativa, que es eminentemente psicológico.

Tal como se refleja en la figura anterior, el alumno dentro de su entorno académico está expuesto a una serie de exigencias y requisitos que demandan su atención y ocupación, que dependiendo desde la perspectiva de la cual lo percibe pueden ser valoraciones favorables o desfavorables, dichas situaciones son consideradas como los estresores bien sean *input*, es decir, con base a sus habilidades y destrezas si se siente en capacidad y con la suficiente confianza para responder a tales demandas académicas, o sencillamente se desploma entrando en desequilibrio su organismo, aquí se manifiestan una serie de síntomas entre los cuales están descritos en la figura 1 (desequilibrio sistémico) y entre en fase de no poder sentirse competente para afrontar sus desafíos académicos. O, por otro lado, dicha situación de estado de reacción invasiva, la cual está experimentando, lo obliga a asumir sus compromisos con confianza de sus habilidades, entrando nuevamente a una fase de tranquilidad y equilibrio en todo su organismo. (*output*)

Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (*output*) para restaurar el equilibrio sistémico.

Sin embargo, es importante precisar que el ser humano se encuentra en una dinámica activa y cambiante, con el ritmo de los acontecimientos que le suceden a diario según como quizás haya dispuesto cumplir su jornada, no obstante, diversos eventos físicos y psicológicos, denominados estresores ejercen fuerte impacto que pueden perturbar y causar desequilibrio en su sistema, todo ello dependerá en gran medida de la capacidad de control emocional, psíquico y físico del estudiante, dichos estresores a su vez tienen un papel importante, debido que ellos activan al organismo y la manera cómo responderá fisiológica y conductualmente (Maturana et al, 2015).

Está claro, que el estrés académico es una amenaza a nivel mundial, indiferentemente de los niveles y modalidades del sistema educativo, incluso no existe mucha información respecto a la incidencia, y prácticamente es un problema que está afectando la salud de muchos de nuestros estudiantes, y hoy día se está agudizando muchísimo más debido a las decisiones de aislamiento motivado a la pandemia causada por el Covid-19. Son cifras públicas las referidas a pérdida de empleo y cierre de establecimientos educativos. Según, Senado de Chile (2020) “En el mundo 20 millones de personas han quedado cesantes y mil 250 millones de escolares están en sus casas y eso es lo que más desestabiliza la salud mental” (p. 2).

Al respecto, el estrés continúa ocasionando desórdenes psiquiátricos desde edad temprana, es decir en las fases más vulnerables del ser humano, en párvulos, adolescentes, en general a la población joven. En Canadá, un estudio llevado a cabo sobre el estrés en estudiantes del nivel medio, arrojó que de una población de 374 estudiantes, que un 58% manifiestan grandes niveles de estrés antes de presentar un examen. De igual manera, nuestro país no escapa de dicha realidad, ya que no existe mucha atención al estudio metódico de la dimensión estrés académico en los estudiantes, existiendo cifras alarmantes sobre todo en la población joven con edades comprendidas entre los 4 y 18 años, presentando serios trastornos de salud mental. (Maturana et al, 2015).

Se trata de una realidad que se agudiza cada día más, es oportuno entonces no solamente plantearlo como un problema de nuestro sistema, sino, además visualizarlo en otras latitudes estratégicas que estén dentro del contexto escolar. Como docentes, por estar cerca del estudiante, se tiene el privilegio de poder prevenir y evitar generar en los mismos rabia, ansiedad, frustración, etc., interviniendo de manera oportuna y brindándoles desde la educación parvularia, las orientaciones, seguimiento y acompañamiento permanente en todas las fases del desarrollo formativo del estudiante, que solo serían posibles si verdaderamente se coordinara a nivel estratégico y que sea transitoria y secuencial.

Los diversos eventos que activan el estrés académico como ya bien se ha planteado, están estrechamente vinculados con la relación que tiene el estudiante con su entorno escolar y más inmediato, lo cual puede de acuerdo a sus juicios, generar una situación de amenaza y que no podrá afrontar si no cuenta con las herramientas necesarias. En la siguiente figura se recrea como el estudiante responde a los posibles estresores.

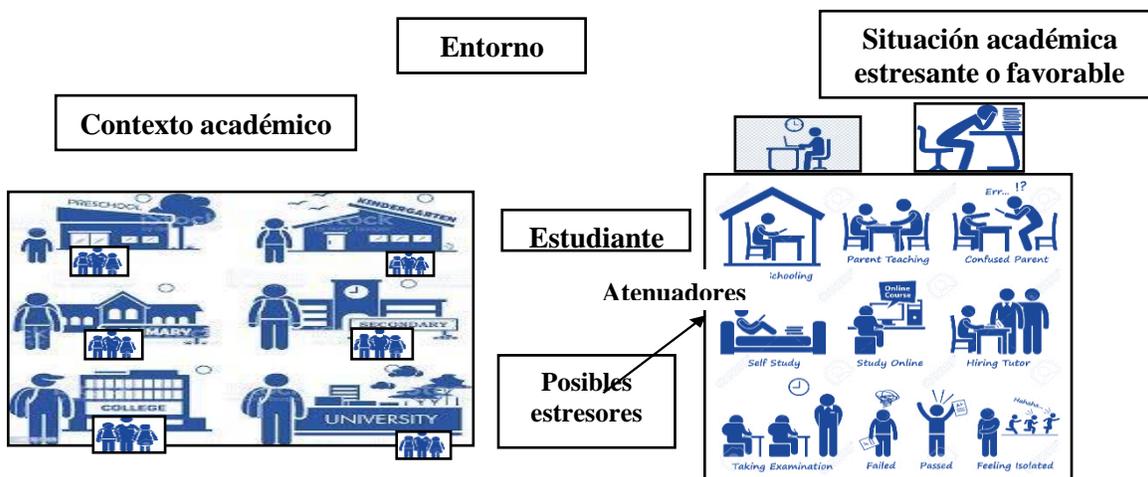


Figura 3. Interacción del alumno con el contexto escolar- entorno

Fuente: elaboración propia (2021)

Tabla 1.
Estresores Académicos

Barraza (2003)	Hernández y Pozo(1996)	Molina (2020)	Indicadores
Competitividad grupal	Presentación de pruebas o exámenes	Escasa preparación para asumir las evaluaciones	Físicos: reacciones corporales
Sobrecargas de tareas	Exposición de trabajos	Inseguridad en el mismo	Psicológicos: funciones cognitivas y emocionales
Exceso de responsabilidad	Responder a una pregunta del profesor e intervenir en clase	Limitado tiempo dedicado a la preparación de las clases y actividades estudiantiles	Comportamentales: involucran la conducta
Interrupciones de trabajo	Exceso de unidades de crédito	Exceso de obligaciones de trabajo y familia	
Ambiente físico desagradable	Tutorías	Interrogatorios cara a cara con el profesor	
Falta de incentivos	Falta de tiempo	Ausencia de planificación de actividades académicas	

Fuente: propuestos por Barraza; Acosta y Silerio citado en Berrío et al (2011).

Como bien ya se ha mencionado, el estrés académico es una situación que está creando problemas de salud en la población estudiantil, debido a que el contexto escolar ha venido siendo satanizado por los mismos entes responsables de emanar las políticas educativas docentes, convirtiéndose entonces los centros educativos y las universidades como sinónimo de estrés.

Tal como se evidencia en las figuras y tablas anteriores, las consecuencias de las cantidades demandantes de sobrecarga de responsabilidades sin acompañamiento, baja

orientación guía del alumno en todas y cada una de las asignaciones académicas, calificación inadecuada respecto de las evaluaciones, creación de competencia entre alumnos, comparaciones, inadecuadas relaciones con el docente y compañero con baja cercanía generan en el estudiante un continuo desbalance.

Al realizar el estudiante una evaluación de la situación que le rodea, los acontecimientos y circunstancias externas amenazantes, de inmediato estimula a su sistema nervioso simpático provocando reacciones subjetivas como: fisiológicas, cognitivas, conductuales y emocionales, que sería completamente contrario si entran en juego los atenuadores internos y externos, su capacidad de respuesta, sus condiciones físicas, o lo que en psicología denominan “andamiaje educativo” que no es más que el acompañamiento de un tutor académico a lo largo de su desarrollo formativo.

Para Hans Selye (s/f), quien es además considerado uno de los padres del estrés, quien ha aportado sobre la “influencia que tiene el estrés en la adaptación a las consecuencias de las enfermedades” en tal sentido, propuso un modelo de respuesta del organismo ante el estrés que consta de 3 fases:

Fase I. Alarma: como bien su nombre lo indica “alarma” el organismo inicia su proceso de manifestarse, generando cambios fisiológicos, emocionales y cognitivos, son reacciones bioquímicas producto de la sobrecarga de actividades o asignaciones académicas que tenga el alumno. En esta fase, se prepara para afrontar reacción de “lucha” o simplemente abandona “huida”. Debido a la liberación de adrenalina (activa para la acción) y cortisol (eleva el nivel de azúcar en la sangre, disminuyendo la respuesta inmunológica y ahorra energía) como consecuencia de la sobre exigencia al sistema se generan aceleramiento en la palpitación, por ende, la respiración aumenta junto a los latidos del corazón, incrementando además mucha tensión en el cuerpo a nivel muscular, la dilatación de las pupilas se hace presente, así como también, el proceso de digestión sufre consecuencias de estreñimiento. El ser humano, está diseñado para funcionar perfectamente, sin embargo, los abusos y sobre cargas de trabajos, tareas, en fin, responsabilidades pueden generar desequilibrio.

Fase II. Resistencia: en la fase anterior, ya el organismo ha liberado grandes cantidades de energía y desgaste, como consecuencias de las neuronas liberadas para hacerles frente al estrés. Esta fase, se caracteriza debido a que el organismo intenta llegar nuevamente a su estado de tranquilidad, relajación o equilibrio o bien conocido como homeóstasis, sin embargo, si el o los estímulos o toda aquella situación que de acuerdo con el análisis que el estudiante realiza puede ser amenazante o de peligro, la reacción y desgaste del organismo va directo a ser debilitado producto de tanto desgaste de energía produciendo daños irreparables al organismo. Si en esta fase se pasa a crítica la persona comienza a experimentar dificultad para conciliar el sueño, mal humor, fatiga y mucho agotamiento.

Fase III. Agotamiento: una vez pasada por las dos fases anteriores, el organismo ya se encuentra muy debilitado, como consecuencias del desgaste de energías incluyendo las reservas, en tal sentido, se ve perjudicado el sistema inmune y por ende quedan totalmente expuestos a contraer enfermedades. Comienzan a aparecer indicios de niveles severos de estrés o crónico manifiestos en estados depresivos o adicciones con o sin sustancias psicotrópicas. (Hans, 1935, citado en Maturana, 2015).

Está claro, que el estrés está presente en cualquier actividad que cumpla el ser humano en su vida, sin embargo, el contexto que se aborda en esta investigación es el académico, específicamente a nivel universitario, y precisamente a nivel universitario un número significativo de la población estudiantil experimenta grandes niveles de estrés, como consecuencia de la sobrecarga de asignaciones académicas, además sin el adecuado acompañamiento por parte del docente a lo largo de su desarrollo formativo, que sumado a las responsabilidades extracurriculares, afectan el rendimiento académico e incluso la salud. Según estudios realizados por Berrío et al. (2011) cita a (Román, Ortiz y Hernández, 2008, p. 1). Quienes plantan lo siguiente:

En Latinoamérica, “a pesar de algunas contradicciones, los estudios concuerdan en mostrar una elevada incidencia de estrés en estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población estudiada en la categoría de estrés moderado” (Román, Ortiz y Hernández, 2008, p. 1).

Es evidente, que el estrés no distingue edad, sexo, religión ni estrato social, y como ya se ha mencionado está presente en todas las actividades del ser humano, en el campo educativo en todas los niveles y modalidades y más aún en estudiantes de carreras del área de la salud, representando un caso específico la investigación en curso.

Existen algunas teorías acerca del estrés, uno lo focalizan en la respuesta, propuesto por Selye, otros, lo centran en el estímulo planteado por Homes y Rahe y finalmente esta la teoría centrada en la valoración cognitiva, propuesto por Lazarus. Dichos estudios, de cierta manera han marcado la pauta en lo que es el desarrollo de la teoría general del estrés y su radio de acción en el campopsicopatológico.



Figura 4. Orientaciones teóricas del estrés
Fuente: elaboración propia (2021) basada en ideas de los autores precitados.

Otros autores basan el estrés académico en los factores de orden emocional y socio afectivo, tal como se evidencia en la figura 5.

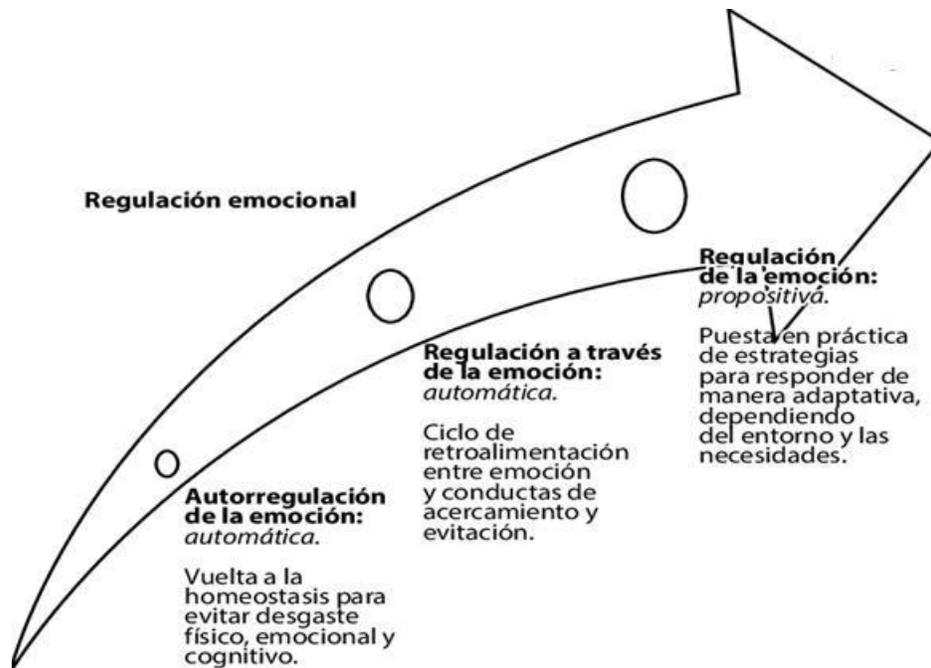


Figura 5. Mecanismos y procesos de regulación emocional que impactan en el comportamiento de los individuos.

Fuente: Gómez, O y Calleja, N (2016)

Según Aranberri (2020). La autorregulación presenta tres características que la definen: el temperamento, el afrontamiento y la autorregulación conductual. Desde estos enfoques la Regulación emocional implica el manejo exitoso de la activación emocional, permitiendo un funcionamiento social efectivo al iniciar, mantener, modular o cambiar la ocurrencia, intensidad o duración de estados afectivos internos y procesos fisiológicos relacionados con la emoción.

Para Sroufe, et al. (2000). El apego es otro de los factores que explica la regulación, es concebido como la regulación diádica de la emoción; pronostica que cuando esta regulación es eficaz en la primera infancia a través de un apego seguro, tendrá consecuencias en la expresión, modulación y flexibilidad en el control de las emociones por el niño. Señala que niños con apego seguro expresan directamente sus emociones, exhiben notable curiosidad, gusto por la exploración y expresividad afectiva;

en situaciones de afecto intenso permanecen organizados, manifiestan esfuerzos por modular la excitación, presentan flexibilidad en lo emocional adecuando la expresión de sus impulsos y emocionalidad al contexto.

Guzmán et al. (2020) expresan que el apego seguro lleva a la persona a tener una mayor seguridad en sí mismo. Las personas con apego seguro se sienten menos amenazados por información potencialmente estresante, pueden experimentar, expresar y auto revelar verbalmente emociones, y no llegan a estar perdidos en una escalada de preocupaciones y memorias negativas. Consideración de factores contextuales relacionados con la comunidad verbal, el contexto sociocultural, propias de cada persona.

Según Gómez, O y Calleja, N (2016), la regulación emocional presenta las siguientes características:

- ✓ Las emociones se caracterizan por tener en si misma mecanismos autorregulatorios.
- ✓ La duración e intensidad de las emociones movilizan o paralizan.
- ✓ Las estrategias de regulación emocional modifican la emoción que se experimenta.

2.3. Vinculación: Aprendizajes, Emociones y Estrés Académico

De acuerdo con Geerken (2017) existen cuatro áreas fundamentales en las que relaciona o vincula el aprendizaje, con las emociones y el estrés académico. Las personas emocionalmente inteligentes tienen alta percepción, comprensión y manejo de las emociones. Jugando un papel esencial en el establecimiento y calidad de las relaciones. Las emociones determinan el bienestar psicológico del estudiante o persona influyendo en la toma de decisiones. También las emociones influyen en el rendimiento académico, lo que implica que las personas con escasas habilidades emocionales es más probable que experimenten estrés, dificultades emocionales durante sus estudios y en consecuencia se beneficiarán más del uso de habilidades emocionales adaptativas que les permitan tales dificultades. De mismo modo, se expresa que los estudiantes con

bajo control y nivel de inteligencia emocional tienen mayores niveles de impulsividad y limitadas habilidades sociales e interpersonales.

Según lo que plantea la Neuroeducación, se basa en el principio de que la emoción y la cognición son procesos que van unidos y que se interrelacionan entre sí para dar como resultado final la conducta del sujeto. Cuando un sujeto se encuentra en un entorno estimulado, toda información es sensorial, y es procesada por el sistema límbico o cerebro emocional, antes de ser procesada por la corteza cerebral en sus áreas de asociación y frontal, (procesos mentales, cognitivos, estratégicos). Esto hace que los pensamientos y las funciones cognitivas e intelectuales (ideas, pensamientos, atención, memoria, planificación, dirección de la conducta) estén "contaminadas" por las emociones (recuerdos, miedos, deseos, intereses).

De modo que el procesamiento cognitivo, por el que se crea el pensamiento, permite con esos elementos básicos (los abstractos) que posean un significado, de placer o dolor, de bueno o de malo, de atracción o rechazo. De ahí lo intrínseco de la emoción en todo proceso racional, lo que implica aprender.

Esto define la condición de los humanos, como seres emocionales primordialmente y en un segundo término seres racionales. Las actuaciones que entendemos como racionales o planificadas dependen de la contaminación emocional del sujeto (vivencias anteriores, situaciones traumáticas o placenteras, satisfacción personal o angustia) y del entorno socioemocional donde se desenvuelve el sujeto, es decir, la respuesta emocional. Todo esto determina nuestros procesos cognitivos y de aprendizaje.

2.4. Motivación Intrínseca y Extrínseca del Aprendizaje

Resulta oportuno recordar, qué es el aprendizaje; según planteamientos de Vygotsky para que se dé el aprendizaje es necesaria la interacción con el contexto y por ende con sus pares, la cultura, la universidad, todos son elementos necesarios, para lograr la estimulación del aprendizaje, como ya se ha mencionado es vital, las conexiones neuronales comienzan a formarse, lo que “convierte al cerebro en un mecanismo cognitivo moldeable que acomodará los nuevos aprendizajes con mucha mayor facilidad, los circuitos encargados del aprendizaje ya se han consolidado, modificándose con mayor lentitud a medida que se avanza en edad” (Rojas, 2020).

Antes de abordar la motivación intrínseca y extrínseca se considera oportuno iniciar por definir que es la motivación, la cual Naranjo, M (2009) cita a Santrock (2002), y define la motivación como “el conjunto de razones por las que las personas se comportan de las formas en que lo hacen. El comportamiento motivado es vigoroso, dirigido y sostenido” (p. 432). Por otro lado, cita a Ajello (2003) y señala que la motivación debe ser entendida como la trama que sostiene el desarrollo de aquellas actividades que son significativas para la persona y en las que esta toma parte. En el plano educativo, la motivación debe ser considerada como la disposición positiva para aprender y continuar haciéndolo de una forma autónoma.

De igual manera, Ajello expresa respecto a la motivación intrínseca y extrínseca lo siguiente:

La motivación intrínseca se refiere a aquellas situaciones donde la persona realiza actividades por el gusto de hacerlas, independientemente de si obtiene un reconocimiento o no. La motivación extrínseca, por su parte, obedece a situaciones donde la persona se implica en actividades principalmente con fines instrumentales o por motivos externos a la actividad misma. Cabe señalar, que ambas motivaciones requieren de la obtención de algún logro, la diferencia radica en que en la motivación extrínseca los incentivos provienen del exterior, tal como la recompensa – castigo, a diferencia de la intrínseca que se basa en la decisión propia de lograrlo y para ello la persona requiere de autodeterminación, curiosidad, desafío, auto exigencia. Al contextualizar, este tipo de

motivaciones en los centros escolares, a niños de primero y segundo de educación básica, siempre va a requerir como ya se ha dicho previamente de la estimulación temprana tanto de los padres, adultos cercanos y centro escolar donde desarrollará y fortalecerá su aprendizaje.

2.5. Adquisición del Aprendizaje

Para hablar de aprendizajes es importante incluir en el análisis las capacidades y adquisiciones, representando lo que el ser humano tiene y lo que es capaz de integrar. De allí la consideración esencial en el proceso de aprendizaje de las potencialidades de las personas y los estímulos que reciben. El aprendizaje es una capacidad básica de que disponen los seres humanos para adaptarse al entorno siendo dinámico, diverso y complejo lo que implica que el ser humano debe adquirir competencias y desarrollar habilidades para continuar aprendiendo (Zapata, 2019)

El aprendizaje implica la adquisición de conductas hasta entonces desconocidas, y el dominio de estrategias para alcanzar determinados actos. La adquisición de conocimientos puede depender de muchos factores entre los que se cita la forma de pensar y de aprender para desarrollar nuevas competencias y evolucionar hacia aprendizajes más complejos.

2.6. Características de las Estrategias

Según Molina, D (2009) la universidad se constituye en el ámbito donde confluyen una diversidad de personas, agentes sociales significativos para el estudiante que se forma, implicando la promoción de experiencias que consideren todas las áreas de desarrollo. Siendo la dimensión personal social una de las áreas de mayor sensibilidad y afección en el estado emocional del estudiante, a la cual hay que otorgarle especial consideración ya que cualquier conflicto emocional que presenten los estudiantes pueden volver vano todo intento de aprendizaje.

2.7. Recursos Cognitivos

Los recursos cognitivos vienen a representar el conjunto de procesos mediante los cuales la información sensorial entrante (input) es transformada, reducida, elaborada, almacenada, recordada o utilizada, se le denomina cognición (de cognoscere, conocer; definición de Neisser, 1967). Así, cognición equivale a la capacidad de procesamiento de la información a partir de la percepción y la experiencia, pero también de las inferencias, la motivación o las expectativas, y para ello es necesario que se pongan en marcha otros procesos como la atención, la memoria, el aprendizaje, el pensamiento, entre otros. En este sistema cognitivo o sistema general de procesamiento de la información, la percepción vendría a ser el pilar básico en el que se asientan los procesos cognitivos básicos o simples (atención, memoria y aprendizaje) y complejos (lenguaje, pensamiento, inteligencia) (Bermeosolo, 1997).

En el marco de los recursos cognitivos se determinan los procesos de percepción y atención como procesos muy vinculados, incluso se concibe la atención como una propiedad de la percepción que permite seleccionar eficazmente la información relevante. Una relación similar se produce entre atención y memoria, porque tenemos memoria, principalmente, de la información seleccionada o atendida.

- ✓ Procesos cognitivos básicos o simples:
 - Sensación
 - Percepción
 - Atención y concentración
 - Memoria
- ✓ Procesos cognitivos superiores o complejos
 - Pensamiento
 - Lenguaje
 - Inteligencia

2.8. Recursos Emocionales

Los recursos de un individuo forman parte de su capacidad emocional, que está integrada con su red social. Este es un factor fluctuante, con aumento de las posibilidades de crisis conforme avanza la edad. Los recursos emocionales son un grupo de características genéticas y fisiológicas que abarcan las habilidades y capacidades psicológicas del individuo, usualmente basadas en experiencias, para resolver el estrés

que origina un problema. Estos recursos emocionales permiten soportar las presiones del estrés, angustia y sentimientos depresivos, además de tener la confianza en sí mismo que ayuda a definir con claridad la realidad, precisar objetivos y emprender acciones eficaces. Cuando estos recursos no bastan para soportar la tensión, es frecuente que el individuo sucumba al estrés y manifieste conductas inadaptativas.

En el contexto del aprendizaje el estudiante al enfrentar una situación de estrés apela en primer lugar a su reserva de mecanismos emocionales, a fin de resolver el problema. Cuando estos mecanismos fracasan acuden a su círculo más cercano de personas, familiares, amigos y/o compañeros siendo un patrón de conducta generalizada.

Capítulo III

3. Diseño Metodológico

3.1. Tipo de investigación

La investigación según la naturaleza de los objetivos se fundamenta en el paradigma complementario o mixto, facilitando el abordaje del objetivo general, dirigido al análisis de las características del estrés académico que acompaña a estudiantes de tercer año de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile.

El enfoque complementario según Hernández, Fernández, y Baptista (2014), consiste en el uso de métodos y técnicas propias de cada uno de los enfoques, tanto cuantitativo, como cualitativo, para el abordaje desde el punto de vista integral del problema de investigación. La investigación complementaria o mixta implica la combinación de métodos para buscar explicación a un mismo objeto de estudio.

La investigación se desarrollará desde un enfoque complementario, haciendo uso de herramientas de análisis estadísticos a partir de la encuesta tipo escala Likert, y desde un paradigma cualitativo interpretativo, utilizando la hermenéutica para la organización y análisis de las respuestas a las preguntas abiertas.

El paradigma cualitativo conocido como paradigma interpretativo, hace referencia al individuo. Principalmente le “interesa conocer las intenciones del actor y sus interpretaciones del mundo que le rodea” (Martínez, 2010). Es decir, se busca un significado e intencionalidad en el comportamiento de los individuos desde su contexto, generando una interacción entre el investigador y los sujetos investigados, lo que contribuye y genera una observación que enriquece la investigación, a través de recolección y análisis de datos que serán interpretados bajo este paradigma.

Mientras el paradigma cuantitativo busca la medición de las dimensiones del estudio haciendo uso de la estadística descriptiva para recoger, analizar e interpretar los resultados. Bajo este enfoque metodológico se aborda el análisis de las características del estrés académico que acompaña a estudiantes de tercer año de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile.

Para Taylor y Bogdan (1986) “la investigación cualitativa define el proceso mediante el cual el investigador recoge información descriptiva, signos, símbolos, conceptos, significados derivados de las experiencias de la propia persona, los datos que se recojan pueden ser orales o escritos” (p.20)

Este paradigma cualitativo incluye también un supuesto acerca de la importancia de comprender situaciones desde la perspectiva de los participantes en cada situación. “Los investigadores cualitativos estudian la realidad en su contexto natural, tal y como suceden, intentando sacar sentido de, o interpretar, los fenómenos de acuerdo a los significados que le dan las personas implicadas.” (Rodríguez, et al, 2009, p. 32).

3.2. Alcance de la Investigación

El estudio está dirigido al análisis de las características del estrés académico, en 74 estudiantes de tercer año de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile. Se quiere lograr la identificación de los estresores académicos y el nivel de estrés que presentan. La información que se recoja de los estudiantes producto de la aplicación de técnicas e instrumentos de recolección de información será triangulada con los datos que resulten de la aplicación de la entrevista semiestructurada a los profesores que desarrollan asignaturas en el nivel.

Los resultados obtenidos pueden ser utilizados como referencia para la resignificación de los modelos de formación que se promueven en la carrera. Así como en la intervención de las diferentes dimensiones que definen los estresores que influyen en la dimensión psicológica y emocional de los estudiantes.

3.3. Diseño de la Investigación

Se explica el tipo de diseño bajo el cual se abordará el estudio, justificando, definiendo y argumentando la definición de cada uno de ellos. El diseño de investigación descriptiva, documental y de campo tiene relación directa con los objetivos e interrogantes que se despejan a lo largo de la investigación.

3.3.1. Diseño Documental

El estudio también se apoya en el diseño documental, por cuanto se emplean fuentes de información primarias y secundarias, recolectadas a partir de búsquedas bibliográficas, en bases de datos como EBSCO, biblioteca Scielo, Redalyc, Dialnet, Biblioteca del Congreso Nacional (BCN), informes, lineamientos y documentos que explican y fundamentan la temática central de estudio representada por el estrés académico de los estudiantes.

3.3.2. Diseño de Campo

El análisis de las características del estrés académico que acompaña a los estudiantes de tercer año de la Carrera de Obstetricia se aborda directamente en el contexto educativo, donde los estudiantes interactúan, en los espacios formativos de una Universidad Privada de Chile. En este ambiente se observan, evidencian, y se percibe la dinámica académica de la institución de educación superior convirtiéndose en escenario para la recolección de datos importantes para el estudio.

De acuerdo con Fidias (2012) la investigación de campo consiste en la recolección de la información directamente de la realidad donde ocurren los hechos, brindando la oportunidad de obtener, datos significativos más exhaustivos acerca del objeto de estudio. En este caso la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile, es seleccionada como unidad de análisis.

3.3.3. Estudio de Casos

Según Martínez (2010) el estudio de caso permite profundizar en una situación o temática específica, evento o caso concreto, considerando las condiciones internas y el contexto externo del hecho de estudio (p. 20)

De allí que, el estudio de casos se apoya tal como se expresa, en el diseño descriptivo, interpretativo y documental. Desde el punto de vista descriptivo se caracteriza el contexto, las perspectivas, dimensiones del estrés académico en los estudiantes de tercer año de la carrera de Obstetricia.

A juicio de Méndez (2003) la investigación descriptiva utiliza criterios sistemáticos que permiten poner de manifiesto la conformación de hechos o fenómenos de estudio, la caracterización para su estudio y comprensión, ayudando a establecer conductas desde el uso de medios de caracterización de los fenómenos.

3.4. Población en Estudio

Baptista, Fernández y Hernández (2014) definen la población como el conjunto de unidades con características comunes, que sirven de referencia para la formulación de supuestos en la investigación.

Siendo la muestra, según Bernal (2008) estadísticamente una parte de la población que contiene las unidades de análisis o sujetos claves de investigación”.(p. 161). Por tanto, la muestra es un subgrupo de la población de estudiantes de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile.

El criterio utilizado para la selección de la muestra fue el muestreo no probabilístico por conveniencia o intencional (que hayan firmado el consentimiento informado), ya que los participantes fueron seleccionados siguiendo los criterios establecidos por los investigadores.

La muestra intencional tanto de profesores como estudiantes se presentan en la tabla 2.

Tabla 2. Muestra/unidades de Análisis

Muestra	Número de personas
Estudiantes de tercer año de la carrera	7 4
Profesores que han administrado cursos en la carrera de obstetricia	6

Fuente: elaboración propia (2021)

El universo en la investigación estará representado por todos los estudiantes y profesores de la carrera de obstetricia de la Universidad Privada. Sin embargo, para el estudio solo se tomará una muestra de estudiantes del tercer año de la carrera de obstetricia, esta muestra está representada por 74 estudiantes que son el 100% del referido según el plan de estudio. En caso de no cumplirse con los criterios de inclusión que garantice la participación de este número seleccionado previamente, se considerará una muestra de estudiantes de cuarto año de la carrera que se seleccionarán de forma intencional para completar la muestra establecida. De igual forma se procederá con el número de profesores, si faltara por lo menos uno (1) de los seis seleccionados, se escogerá bajo el criterio intencional los profesores que reúnan los criterios de inclusión.

3.5. Criterios de Inclusión

En este caso la muestra y sujetos de estudio de la investigación están centrados en 74 estudiantes del tercer año de la carrera de Obstetricia año académico 2022, con una duración de 10 semestres, cuyo objetivo es la formación de Matronas(es) como profesionales integrales, competentes y con gran sentido de la responsabilidad.

Así como, se considerará un grupo de seis profesores que han dictado asignaturas en las áreas de formación en el tercer año de la carrera. Tanto en el área de formación profesional, como en el área de ciencias básicas, cursos simulados/o clínicos y cursos electivos cursados por el estudiante en los tres primeros años de la carrera.

En definitiva, los criterios de inclusión a considerar son:

- Estudiantes del tercer año de la carrera de obstetricia de una universidad privada de Chile que expresen por escrito la voluntad y disposición de participar en la investigación.
- Profesores que dicten las asignaturas de la malla curricular del tercer año de la carrera de obstetricia de una universidad privada de Chile que expresen por escrito la voluntad y disposición de participar en la investigación.

3.5.1. Criterios de Exclusión

- ✓ Se excluyen a todos aquellos estudiantes que no presenten por escrito su consentimiento de participar voluntariamente en la investigación.
- ✓ Se excluyen a todos aquellos estudiantes que no pertenezcan al tercer año de la carrera de Obstetricia de una Universidad privada de Chile.
- ✓ Se excluyen aquellos profesores que no pertenezcan al tercer año de la carrera de Obstetricia de una Universidad privada de Chile.
- ✓ Se excluyen aquellos profesores que no presenten por escrito su consentimiento de participar voluntariamente en la investigación.

3.5.2. Criterios Éticos y/o Consentimiento Informado

El rigor ético, es un concepto transversal en el desarrollo de un proyecto de investigación, el cual implica el abordaje de la información, el análisis de la misma, y la publicación con sentido ético y de responsabilidad en la aplicación de técnicas de análisis para la obtención y el procesamiento de los datos. El objetivo de los requisitos éticos es disminuir al mínimo las posibilidades de explotación, para asegurar el bienestar de los sujetos de investigación. (Emanuel, 2003, pp.83-91).

En esta se tendrán en cuenta los siguientes requisitos éticos propuestos por Emanuel (2003):

Para ser ética, la investigación clínica debe ser valiosa, es decir, los resultados que se obtengan deberían mejorar la salud y bienestar o aumentar el conocimiento. Respecto del valor social, y como dice la pauta CIOMS 1, esta investigación espera ser un aporte a la gestión de la carrera de Obstetricia, entregando valiosa información respecto de los resultados, ya que estos permitirán reaccionar, modificar y mejorar las herramientas entregadas a los estudiantes, y con ello generar una mejora en el manejo del estrés académico y de los resultados y avance en la malla curricular.

Los datos que se recoja se manejarán en términos confidenciales apegados a rigor ético de la investigación y a pautas éticas internacionales para la investigación relacionada con la salud con seres humanos elaborados por la Organización Panamericana de la Salud y Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas. Pautas éticas internacionales para la investigación relacionada con la salud con seres humanos, Cuarta Edición. Ginebra: Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas (CIOMS, 2016).

3.6. Validez científica:

La investigación debe tener un objetivo científico claro, debe ser diseñada usando principios, métodos y prácticas de efecto seguro aceptados, tener sustento suficiente para probar definitivamente el objetivo, un plan de análisis de datos verosímil y debe poder llevarse a cabo (Asociación, 1997, Freedman, 1987, citado por Emanuel, 2003).

Como plantea el requisito de la validez científica y la pauta CIOMS 1, esta investigación busca ofrecer información confiable y válida desarrollando una investigación realizable, con un diseño y metodología adecuada cuyo eje central serán los objetivos definidos. Con los resultados podremos obtener valiosa información que nos ayude a realizar investigaciones futuras cuyo norte sea desarrollar políticas y protocolos que ayuden a nuestros estudiantes a enfrentar y manejar de mejor manera el estrés académico.

El estudio cuenta con un instrumento y entrevista semi estructurada, que permite por un lado caracterizar a los sujetos de investigación y por otra recopilar información de los

docentes que imparten asignaturas en el nivel de estudio y que ven cómo se desarrollan, comportan y estructuran los sujetos del estudio. El equipo de investigación está conformado por dos profesionales matronas que han iniciado su formación en investigación científica bajo la supervisión de un docente guía que acompañará todo el proceso. Podemos por tanto decir que el estudio y la metodología de la investigación son viables y permite analizar el estrés académico en los estudiantes de tercer año de la carrera de Obstetricia de una Universidad privada de Chile.

3.7. Selección Equitativa del Sujeto:

La identificación y selección de los sujetos potenciales, que participan en esta investigación deben ser equitativas, por lo tanto, se consideran los siguientes puntos:

- La investigación se enfoca en los estudiantes de tercer año de la carrera de Obstetricia de una Universidad privada chilena. La participación de los estudiantes se ve restringida por el cumplimiento de los criterios de inclusión y exclusión, o en su defecto que existan buenas razones científicas o de riesgo que restrinjan su elegibilidad.
- Los sujetos de la investigación no corren riesgos, ya que se garantizará la participación voluntaria y la confidencialidad en el manejo de la información, expresando que los datos e información solo serán utilizados para dar respuesta a los objetivos del estudio. Las autoras se comprometen a respetar y resguardar los datos. Los resultados obtenidos no se utilizarán con otros objetivos que no sean los de investigación..
- También se les informará que los nombres de quienes participen no serán divulgados y se registrarán con claves para cuidar la integralidad ética de cada participante que aporta información valiosa para el abordaje de la investigación.

3.8. Proporción favorable riesgo/beneficio

La investigación al ser de tipo no experimental no causará daño a los sujetos de investigación. Según el cuarto principio de Ezequiel Emanuel y como plantea la

pauta CIOMS 4 la razón riesgo-beneficio se trata de un juicio que es el resultado de encontrar un equilibrio razonable entre los riesgos y posibles beneficios de un estudio. Los instrumentos administrados de forma personal y por medio de correo electrónico.

Los instrumentos están validados por docentes expertos en metodología de la investigación de la Universidad, lo cual hace favorable su aplicación, y a su vez se encuentran avalados socioemocionalmente por una psicóloga, por lo cual no generará riesgos a los participantes de la investigación.

Los sujetos de la investigación no corren riesgos, ya que se garantizará la participación voluntaria y la confidencialidad en el manejo de la información, expresando que los datos e información solo serán utilizados para dar respuesta a los objetivos del estudio. Las autoras se comprometen a respetar y resguardar los datos. Los resultados obtenidos no se utilizarán con otros objetivos que no sean los de investigación. Una vez utilizados los datos, toda la información será eliminada, solicitando como ministro de fe del acto a profesora tutora de la tesis.

1. Evaluación independiente:

Los estudiantes de Obstetricia serán seleccionados según los criterios de inclusión y exclusión metodológicos descritos en la investigación. Cabe destacar que serán tratados éticamente bajo los principios de beneficencia, no maleficencia, justicia y autonomía, respetando su anonimato, y los resultados de este estudio serán en beneficio de los estudiantes de la carrera de Obstetricia y transversal para las demás que forman parte de la casa de estudios.

2. Consentimiento informado:

El objetivo del consentimiento informado es asegurar que los estudiantes de tercer año de la carrera participen de la investigación propuesta, solo cuando esta sea acorde con sus valores, intereses y preferencias. Además, se les informará la finalidad, los riesgos y los beneficios de la investigación, los que serán necesarios para asegurar que

los estudiantes tomen decisiones racionales y libres sobre la investigación.

Los investigadores vía correo electrónico institucional les envían un enlace a los participantes, donde pueden encontrar el Formulario Google, el cual corresponde al consentimiento informado. Dicho consentimiento informado, notifica y señala a los participantes el propósito del estudio, los posibles beneficios y riesgos, destacando que es de forma voluntaria, permitiendo que decidan su retiro del estudio en cualquier instancia. Cabe señalar que los participantes tendrán un tiempo estimado de treinta minutos para contestar el formulario Google. (Anexo 1. Formulario de consentimiento informado del estudiante).

La cadena de custodia y resguardo de confidencialidad de los participantes se realizará mediante el manejo idóneo de la información recolectada y aplicando técnicas adecuadas para preservar su integridad material. Siguiendo el siguiente procedimiento:

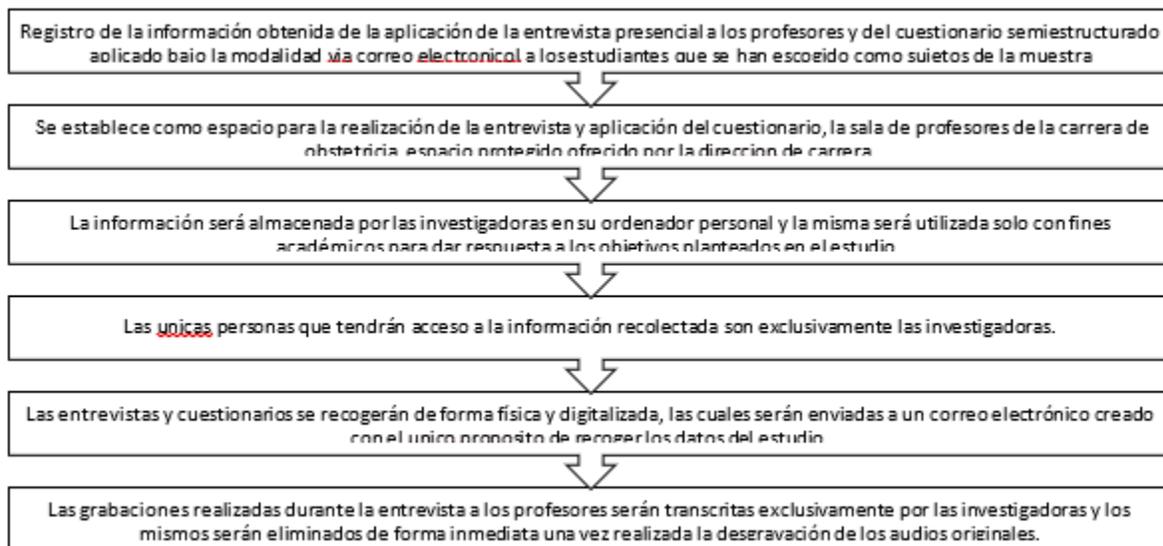


Figura 6. Proceso de la cadena de custodia

Las únicas personas con acceso a la información recolectada son las investigadoras y se destruye una vez que han cumplido la función de aportar los datos al estudio. Las entrevistas tal como se ha señalado se recogen de forma directa y personalizada en el

campus universitario, específicamente serán realizadas en la sala de profesores de la carrera de obstetricia. Los audios grabados durante la entrevista una vez transcritos se destruirán, no dejando evidencia que pongan en riesgo la confidencialidad de los sujetos informantes claves.

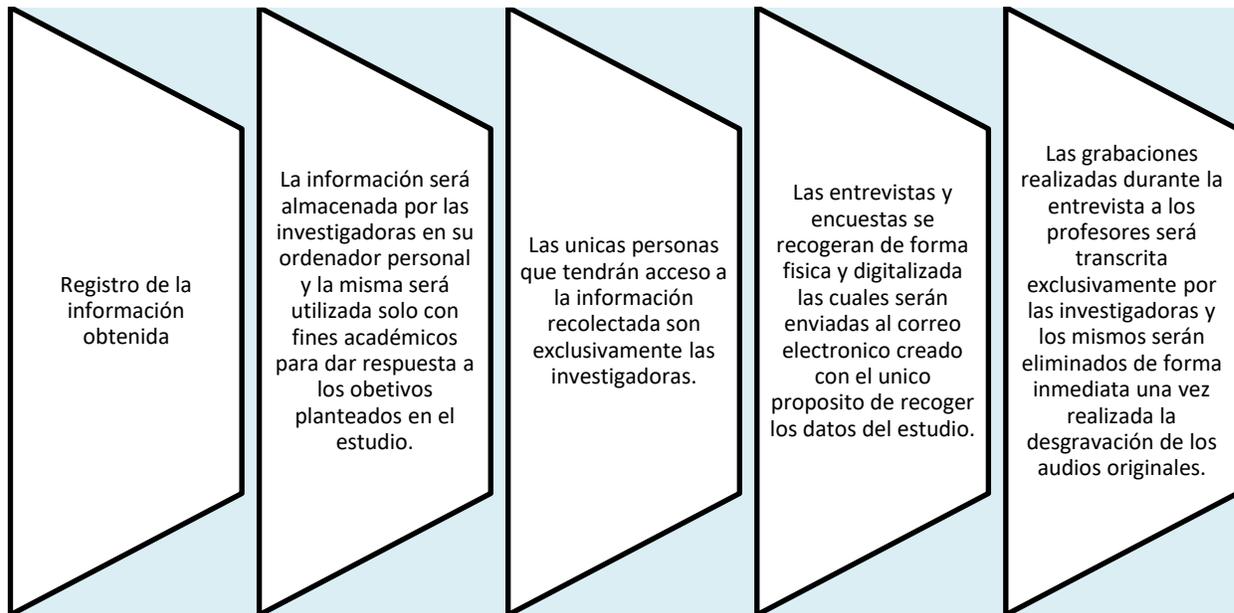


Figura 7. Proceso de registro de información

El dato estadístico, el dato que, en su origen, o como consecuencia de su tratamiento, no puede ser asociado a un titular identificado o identificable. Datos personales, los relativos a cualquier información concerniente a personas naturales, identificadas o identificables. Así como eliminación o cancelación de datos, la destrucción de datos almacenados en registros o bancos de datos, cualquiera fuere el procedimiento empleado para ello. Los datos personales deben utilizarse sólo para los fines para los cuales hubieren sido recolectados, salvo que provengan o se hayan recolectado de fuentes accesibles al público. El responsable de los registros o bases donde se almacenen datos personales con posterioridad a su recolección deberá cuidar de ellos con la debida diligencia, haciéndose responsable de los daños.

Respeto a los sujetos inscritos

Los estudiantes podrán cambiar de opinión si la investigación no concuerda con sus intereses o preferencias y podrán retirarse sin sanción, igualmente su privacidad será

respetada cumpliéndose con las reglas de confidencialidad. Además, serán informados de los riesgos y beneficios de este estudio y de ser necesario se les proporcionará nueva información con respecto a las modificaciones que puedan ocurrir en el curso de la investigación.

En este estudio se respetará la integridad física y emocional de los sujetos de investigación, se ofrecerá confidencialidad y resguardo de su identidad, se protegerán los datos que se obtengan del instrumento de recolección que serán utilizados únicamente en esta investigación. Con el mismo objetivo de disminuir los riesgos al mínimo es que la presentación del análisis de datos se hará de manera que no se permita individualizar a ningún participante.

Se presentarán los resultados con el cuerpo directivo de la carrera de Obstetricia y el equipo de apoyo pedagógico dentro la casa de estudios para buscar estrategias, que en conjunto, permitan entregar mejores herramientas a nuestros estudiantes, y que este cambio que se genera en tercer año respecto de los niveles de aprendizaje e inclusión de las prácticas clínicas no les provoque mayor desajuste, sino al contrario, permita tener a estudiantes mejor preparados para enfrentar el estudio y los desafíos que conlleva avanzar en la malla curricular.

Al inicio de la investigación se les presentara por escrito, al departamento académico de la carrera de Obstetricia la intencionalidad de la investigación a realizar durante el lapso académico 2022. En la que se presentara el título de la investigación, objetivos del estudio, el alcance, los procesos a seguir para la recolección de la información, y los protocolos de bioseguridad en tiempo de pandemia.

3.9. Técnicas de Recolección de Datos e Instrumentos

Técnicas e instrumentos	Unidades de análisis
Entrevista semiestructurada	Profesores
Encuesta tipo Likert	Estudiantes

Tabla 3. Técnicas de recolección de datos

Tal como se evidencia en la tabla 3, se ha definido la técnica de la entrevista para ser aplicada a los profesores que representan solo por seis casos y la encuesta se les administrará a los 69 estudiantes por ser considerado estadísticamente una muestra más grande.

Se incluyen docentes por ser considerados la fuente primaria directa, quienes pueden suministrar datos de primera mano, por ser las personas que están directamente relacionados con las experiencias de aprendizaje en cada una de las asignaturas del plan de estudio de la carrera de obstetricia y han vivenciado, y experimentado de cerca las conductas, actitudes, expresiones corporales, físicas, control emocional de los alumnos, dominio cognitivo frente a una temática, seguridad en sí mismo y otras conductas que pueden percibirse como sintomatología del estrés académico. De allí la importancia de recoger la opinión de los profesores, por cuanto va a permitir la triangulación de la información con respecto a las experiencias de los estudiantes y el referente teórico que fundamenta el presente estudio.

3.9.1. Entrevista semiestructurada de preguntas abiertas y cerradas

La entrevista se organizó en preguntas abiertas dirigidas a recoger información inherente a las características del estrés que acompaña a los estudiantes de tercer año la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile.

Esta entrevista será realizada a seis profesores del nivel de tercer año, de manera de complementar con esta información cómo es el comportamiento de los estudiantes en el aula, cómo enfrentan los eventos estresores y cómo reaccionan a los eventos estresores.

Una vez el comité de ética científico de la Universidad, entregue su aprobación para llevar a cabo el estudio, se realizará una reunión con los docentes explicando la investigación, alcances y objetivos. De esta manera se invitará a formar parte del estudio, enviando a los docentes vía correo institucional el consentimiento informado, una vez que seis de ellos acepten participar se concretará el día de entrevista con el docente, la que no llevará más de 40 minutos y se llevará a cabo en un ambiente protegido donde se asegure la confidencialidad para con sus respuestas.

La entrevista va dirigida exclusivamente a los profesores que dictan las asignaturas de tercer año de la malla curricular de la carrera de obstetricia, la cual se abordará bajo la modalidad presencial directamente en la universidad con apoyo para el intercambio de información de medios tecnológicos como el teléfono móvil.

El instrumento se enviará al correo electrónico del estudiante una vez el acepte participar en la investigación, es por ello que se requiere que su consentimiento sea previamente firmado.

3.9.2. Instrumentos de Recolección de Datos

La encuesta dirigida a los estudiantes consta de dos partes: en la primera se presentan ocho preguntas abiertas dirigidas a recoger datos sociodemográficos de los estudiantes a encuestar y en la segunda parte se les aplica una escala tipo Likert dirigida a determinar el nivel de estrés que le genera como estudiante Universitario de la carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile. Las preguntas deben ser respondidas en un tiempo no mayor de 30 minutos, por lo que se le invita a leerlas de forma detenida y proceder a responder siguiente las siguientes instrucciones:

La encuesta consta de dos partes.

En la parte I, debe registrar de forma clara y concisa sus datos demográficos: su edad, género, estado civil, número de personas que viven con Ud. indicar si trabaja actualmente, deporte que práctica, horas que dedica al estudio y puedes agregar otros aspectos que considere relevante expresar. En la parte II, marcar en la escala del 1 al 5, la forma como Ud. califica su conducta durante las actividades académicas que exige la carrera de Obstetricia, indicar en qué medida le pone nervioso o lo inquieta.

La escala se lee en los siguientes términos:

1 = nunca	2 = alguna vez	3 = Muchas veces	4 = casi siempre	5 = siempre
-----------	----------------	------------------	------------------	-------------

Tabla 4. Leyenda de términos

3.9.3. Fundamentos de la encuesta: SISCO del Estrés Académico Adaptado por las investigadoras

El creador del encuesta SISCO es Barrada (2005), el cual consta de un inventario de indicadores auto descriptivo, basándose en la autoobservación de la persona, en este caso de los estudiantes. La finalidad es establecer los niveles de intensidad del estrés, que experimentan los estudiantes de educación superior y los principales eventos considerados estresores, sintomatología y estrategias de intervención para asumirlos y afrontarlos.

3.9.4. Estructura de la escala tipo Likert (encuesta SISCO-adaptado por las investigadoras)

Objetivo de la encuesta: Analizar el estrés académico que acompaña a los estudiantes de tercer año de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile.

Instrucciones: La encuesta debe ser respondida según las propias vivencias y experiencias a lo largo de los tres años de la carrera. La información recolectada será de importancia para el estudio que se realiza, el cual plantea propuestas al manejo del estrés como dimensión de análisis en el estudio.

Variables	Dimensiones
Sociodemográfica	- Características sociodemográficas
Estrés académico en estudiantes(dependiente)	- Reacciones físicas y psicológicas
	- Estresores académicos
	- Estrategias de afrontamiento del estrés académico
Estudiantes Universitarios (Independiente)	

Tabla 5. Dimensiones y Subdimensiones de análisis

Fuente: Elaboración propia (2022)

3.10. Operacionalización de las variables

Objetivos específicos	Dimensiones de análisis/descriptores	Subdimensiones	Categorías
Identificar las características sociodemográficas estudiantes de la carrera de obstetricia de una universidad privada de Chile	Datos sociodemográficos del estudiante	Características sociodemográficas	Identificación sociodemográfica
Determinar los principales estresores académicos en los estudiantes de Educación Superior de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile.	Estresores académicos	Tipos de estresores	Psicológicos Físicos Emocionales
Valorar de qué manera manejan los estudiantes los principales estresores académicos de la universidad privada de Chile	Manejo del estrés académico	Principales estresores	Herramientas
Evaluar las diferentes estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes de tercer año de la Carrera de Obstetricia de la Universidad privada de Chile	Estrategias de afrontamiento	Métodos Técnicas Recursos	Estrategias

Tabla 6. Dimensiones
Fuente: elaboración propia (2022)

3.10.1. Validación de Instrumentos de Recolección de Datos

3.10.1.1. Criterio de validación de instrumentos

Se hará uso de la técnica de validación “juicio de expertos” el cual consiste en la revisión de las preguntas de la entrevista e instrumento por parte de un experto en el área de la metodología de la investigación que emite por escrito un juicio sobre la correspondencia entre objetivos de investigación e intencionalidad de las preguntas formuladas en función del tipo de información que se plantea recoger.

Para la correcta constancia de validación del instrumento, se adjuntó el resumen de la investigación junto con el instrumento y entrevista semiestructurada por medio de

correo electrónico al equipo de académicos expertos de la Universidad San Sebastián, Sede de la Patagonia, quienes determinan que los conceptos y lenguaje utilizado, tanto en el instrumento como en la entrevista, son aptos para ser aplicados a los estudiantes de tercer año de la carrera de Obstetricia.

También es importante señalar que los instrumentos se encuentran validados socioemocionalmente, por la psicóloga Mg. María José Marcos, para ser aplicada los estudiantes de tercer año de la carrera de Obstetricia como al equipo de docentes.

Numero de expertos en el área	Criterios de selección
Para la validación se consideraron cinco profesionales, académicos de la Universidad San Sebastián, siendo una de ellas psicóloga.	Experiencia en el área
	Investigadores en líneas complementarias a la temática de investigación que se plantea.

Tabla 7. Validación de la entrevista e instrumento
Fuente: Elaboración propia (2022).

Los profesores constituyen una fuente de información primaria, que han podido presenciar, vivencias, y experimentar de cerca las manifestaciones físicas, las actitudes, la expresión corporal y verbal de los estudiantes y pueden brindar información pertinente para triangular las respuestas obtenidas por los estudiantes. Así como el docente también puede ser considerado por el estudiante como un estresor y viceversa. De allí la importancia de recoger su opinión mediante una entrevista donde se puede percibir las actitudes, expresiones, conceptos y vivencias, acerca de los síntomas que presentan los estudiantes producto de los estresores académicos.

3.11. Protocolo de Aplicación de la Entrevista a los Profesores

Respecto al objetivo de la entrevista a los profesores, este está dirigido al análisis de las características del estrés académico, en estudiantes de tercer año de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile. Así como, la identificación de los estresores académicos y el nivel de estrés que presentan. Tiene la finalidad de complementar la investigación, obteniendo más datos acerca de los participantes logrando aportar la visión y el comportamiento que tienen los estudiantes en las actividades en el aula (Anexo 4. Protocolo de los profesores y la escala tipo Likert en el

anexo 5).

Para acceder a la muestra tanto de alumnos como de profesores se utilizarán varios medios para establecer el contacto, tal como se describe seguidamente:

En primer lugar, el contacto personal con la directora de la carrera para darle a conocer los objetivos del estudio y el alcance. En segundo lugar, se les enviará información vía correo electrónico a los estudiantes a su correo institucional informando de la investigación y sus objetivos, junto al consentimiento informado para que sea firmado en caso de que participen del estudio. Luego de ello, se le enviará nuevamente al correo institucional el link con la encuesta en formato *Google forms* para que sea respondida.

En el caso de los profesores, se realizará contacto personal con cada uno de ellos para informarles del proyecto y sus objetivos y se les entregará el consentimiento informado personalmente. La comunicación personal se realizará entre el investigador y el entrevistado con la finalidad de obtener información acerca de las características del estrés académico en estudiantes universitarios de obstetricia de una universidad privada chilena.

Con respecto a la modalidad de aplicación de la encuesta, la misma se aplicará vía correo electrónico institucional, enviando un enlace con el instrumento para que sea respondido por los estudiantes. Y la entrevista se aplicará bajo la modalidad presencial con apoyo para la grabación de la información de teléfono móvil y aplicación de audio y video.

3.12. Análisis e Interpretación de los Datos: Resultados y Hallazgos

En este apartado se organiza la información obtenida con la aplicación de las técnicas e instrumentos y se organizan en función de los objetivos generales y específicos de investigación. Los resultados se codifican, categorizan y sistematizan en función de cada uno de los propósitos de investigación. Los mismos se presentan en tablas descriptivas, se analizan, se argumentan y se da respuesta a estos propósitos que llevarán a configurar conclusiones y recomendaciones.

3.12.1. Análisis de los datos: Categorías de Análisis

La información recogida de los seis profesores entrevistados se organiza en función de cada uno de los objetivos específicos definidos en el estudio, las cuales se presentan en tablas descriptivas para su respectivo análisis y discusión de los hallazgos.

3.12.2. Procedimiento para la Presentación y discusión de Resultados

La información recolectada mediante la aplicación de una entrevista de preguntas abiertas se sistematizará y codificará mediante tablas de contenidos. El proceso de codificación consiste en la operación mediante el cual los datos son conceptualizados, articulados en función de las categorías, generando nuevos modelos explicativos, integradores que reflejan la realidad significativa de las dimensiones de estudio y análisis estadístico empleando el paquete SPSS 26, mediante el cual se codificará y organizará la información según las variables definidas para el abordaje del estudio.

La información recogida y codificada según el proceso señalado se presentará en tablas de contenido donde se triangulan las respuestas dadas por los entrevistados y se interpretan tomando en consideración las categorías emergentes construidas de las respuestas recogidas para cada pregunta.

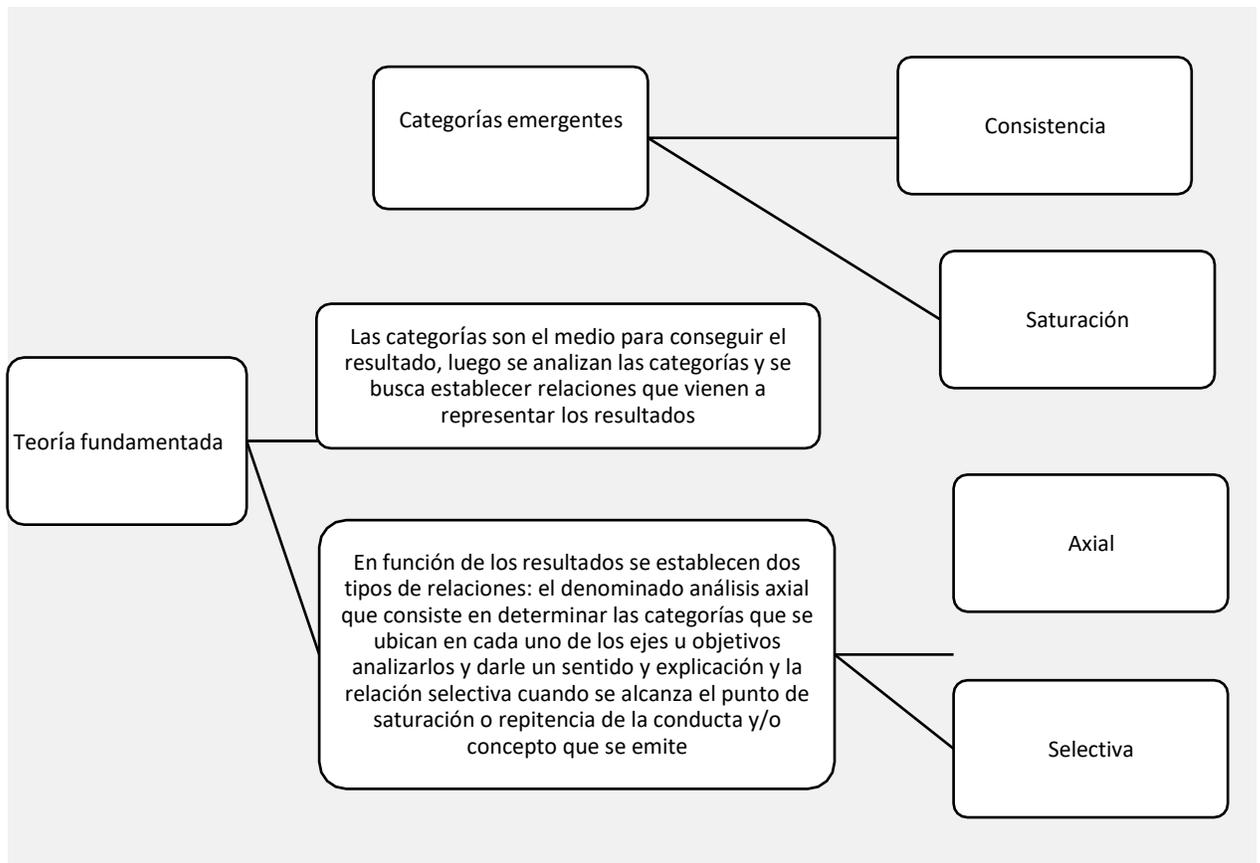


Figura 8. Elementos de la teoría fundamentada

Fuente: elaboración propia (2022).

El estudio descriptivo de tipo complementario tiene como finalidad analizar las características del estrés académico que acompaña a los estudiantes de tercer año de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile.

3.13. Categorías Mediante la Codificación Axial

La codificación axial se identifica en las relaciones entre las categorías obtenidas en la codificación abierta y sus subcategorías, determinadas por las propiedades y dimensiones de las subcategorías, considerando que una categoría representa un problema, asunto o acontecimiento que se define como significativo para el entrevistado (Taylor y R. Bogdan. (2000).

Tal como se hizo referencia en el apartado inherente a la validación de los instrumentos los mismos se validaron mediante la técnica del juicio de expertos en la temática de estudio, procedimiento a emitir comunicación del grado de pertinencia que

Capítulo IV

4. Resultados

Seguidamente, son expuestos los resultados obtenidos por las investigadoras, después de haber aplicado el cuestionario a 74 estudiantes universitarios de Obstetricia de una Universidad Privada en Chile.

Para la organización, descripción y análisis de los resultados se han utilizado las herramientas de la estadística descriptiva y los medios para su organización y representación como las tablas de frecuencia y gráficos de torta y de barras, atendiendo a la naturaleza de las variables que se describen para dar respuesta a cada uno de los objetivos del estudio.

4.1. Objetivo específico 1: Identificar las características sociodemográficas de estudiantes de la carrera de Obstetricia de una universidad privada de Chile

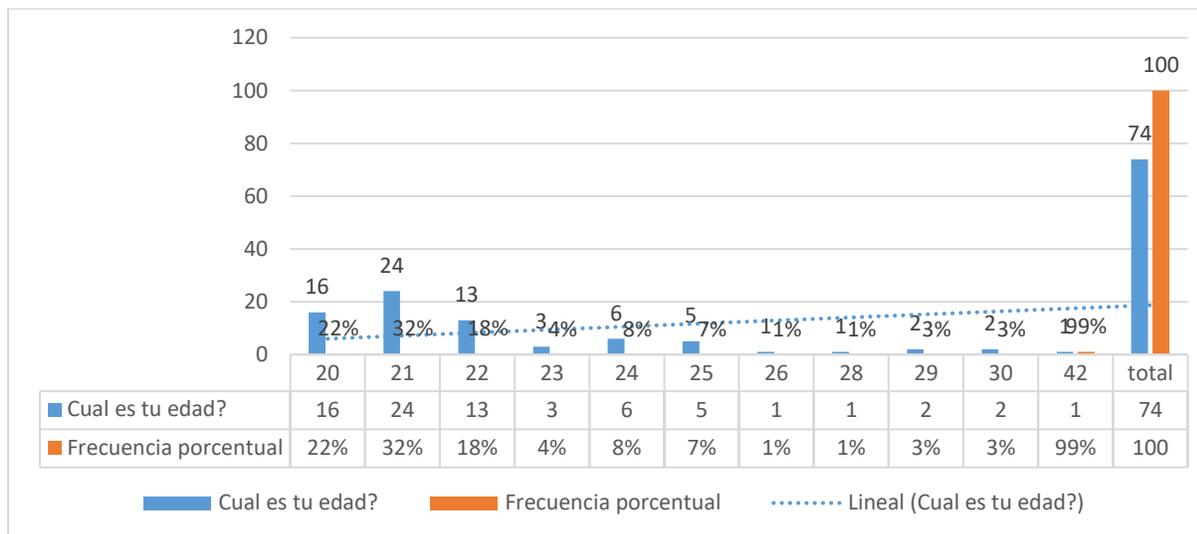
Dimensión: características sociodemográficas

Cuadro 1.
Edad de los estudiantes

Edad	Frecuencia	Porcentaje
20	16	22%
21	24	32%
22	13	18%
23	3	4%
24	6	8%
25	5	7%
26	1	1%
28	1	1%
29	2	3%
30	2	3%
42	1	1%
total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

**Gráfica 1.
Edad de los estudiantes**



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

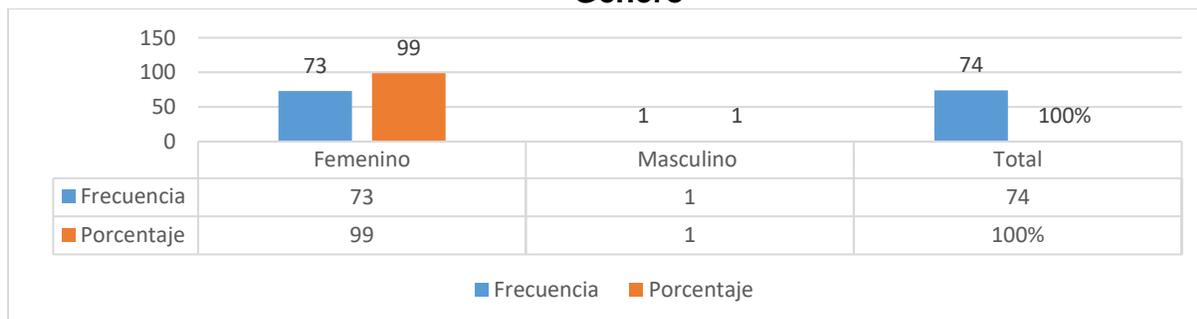
El 54% de los estudiantes de la carrera de Obstetricia tienen entre 20 y 21 años, el 30% entre 22 y 25 años, y el 16 % tienen edades comprendidas entre 26 años a 42 años.

**Cuadro 2.
Género**

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	73	99
Masculino	1	1
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

**Gráfica 2.
Género**



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Según Orlandini (1999), la etapa del ciclo vital en la que se encuentran la mayoría de los estudiantes universitarios corresponde a la adolescencia tardía. Y es precisamente en esta etapa cuando se acentúan algunos problemas de salud mental que no se presentan con tanta frecuencia en etapas previas, como los trastornos del estado de ánimo y la ansiedad.

Descripción y análisis

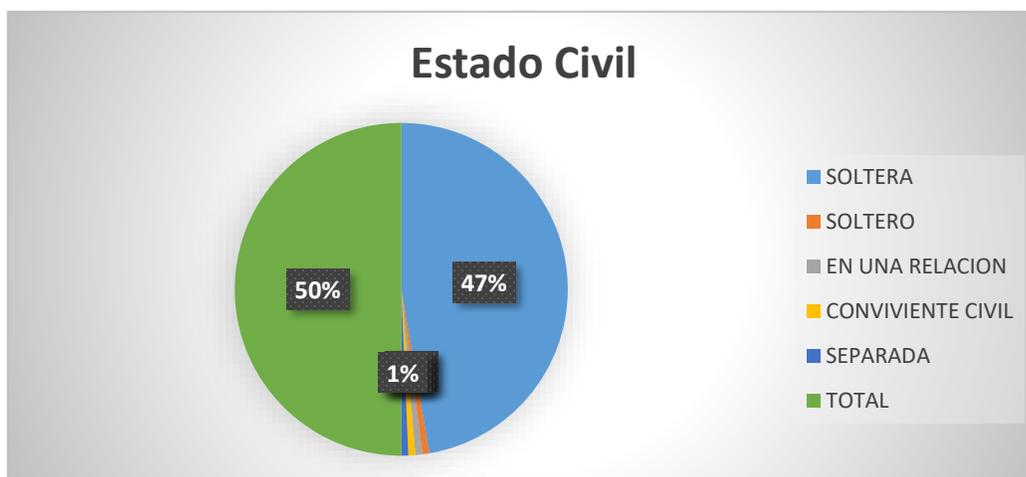
El 99% de los estudiantes, son del género femenino, y un 1% masculino.

**Cuadro 3.
Estado civil**

Categoría	Estado Civil	Porcentaje
Soltera	70	95%
Soltero	1	1%
En una relación	1	1%
Conviviente civil	1	1%
Separada	1	1%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

**Gráfica 3.
Estado civil**



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

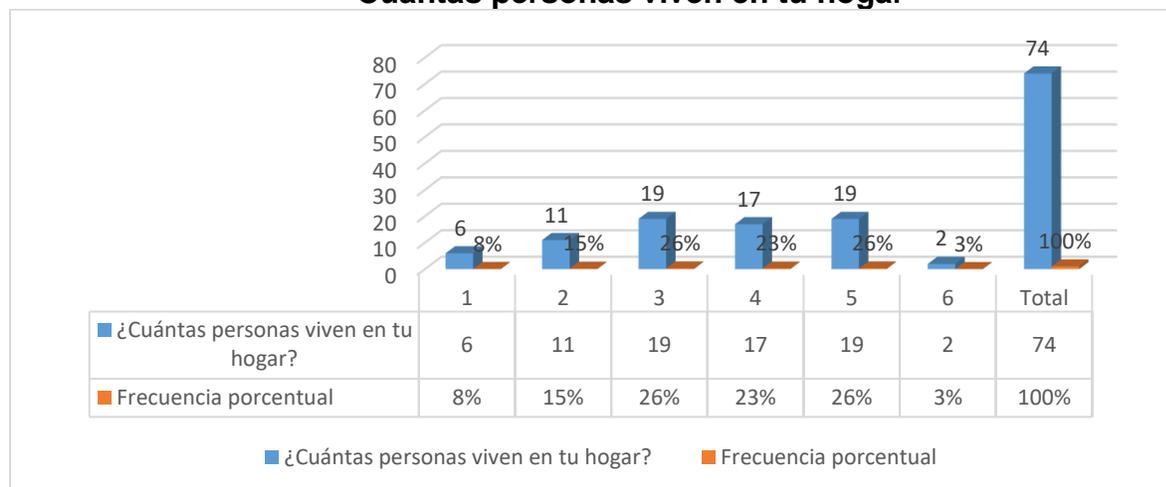
El 95% de la muestra de estudio, esta representada por mujeres con estado civil actual solteras, 1% soltero, 1% en una relación, 1% conviviente civil, y 1% separada.

Cuadro 4.
Cuántas personas viven en tú hogar

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
1	6	8%
2	11	15%
3	19	26%
4	17	23%
5	19	26%
6	2	3%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 4.
Cuántas personas viven en tú hogar



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

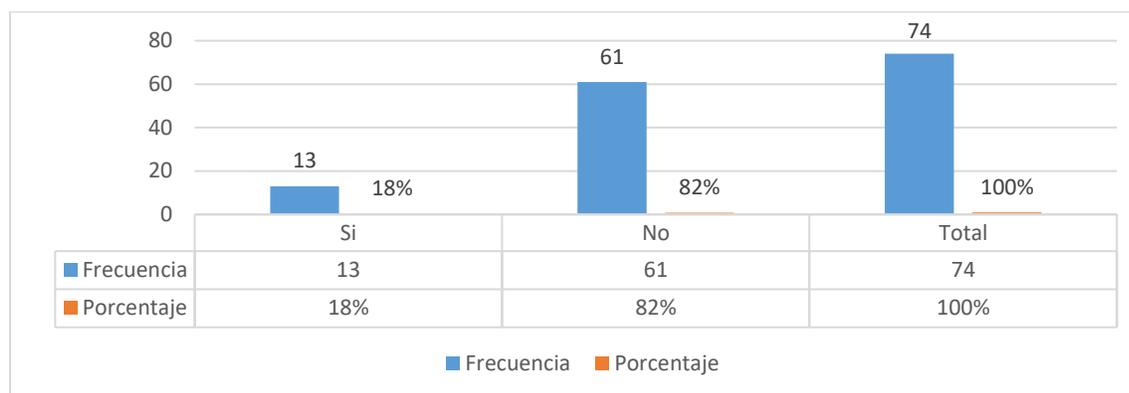
Los resultados que se reflejan en el cuadro 4, reflejan que el mayor porcentaje de estudiantes representados por 19 de ellos, su hogar tiene tres miembros del grupo familiar, un 26% 5 miembros del grupo familiar, 15% 11 miembros del grupo familiar, el 8% 6 miembros del grupo familiar, y 3% dos miembros del grupo familiar.

Cuadro 5.
Actualmente se encuentra trabajando

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Si	13	18%
No	61	82%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 5.
Actualmente se encuentra trabajando



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

El 18% de los estudiantes a quienes se les aplicó el cuestionario se encuentran actualmente trabajando, un 82% no tiene una actividad laboral, por lo tanto, concentran sus actividades solo en el aula.

El aprendizaje es un proceso complejo orientado a comprender y transformar la realidad, en el que intervienen las capacidades mentales, acciones y las emociones de las personas; analizados desde actividades externas e internas del sujeto; desde factores contextuales que se presentan en la dinámica formativa universitaria con las particularidades de la carrera de obstetricia. El factor actividad laboral conlleva mayor presión en los estudiantes porque deben rendir bajo otros regímenes de horario y responsabilidades que sobrecargan sus responsabilidades y le generan mayor nivel de estrés, ya que debe rendir bajo dos apremios, el ser estudiante y ser trabajador, indudablemente esta situación genera desequilibrio y tensiona el ambiente para el

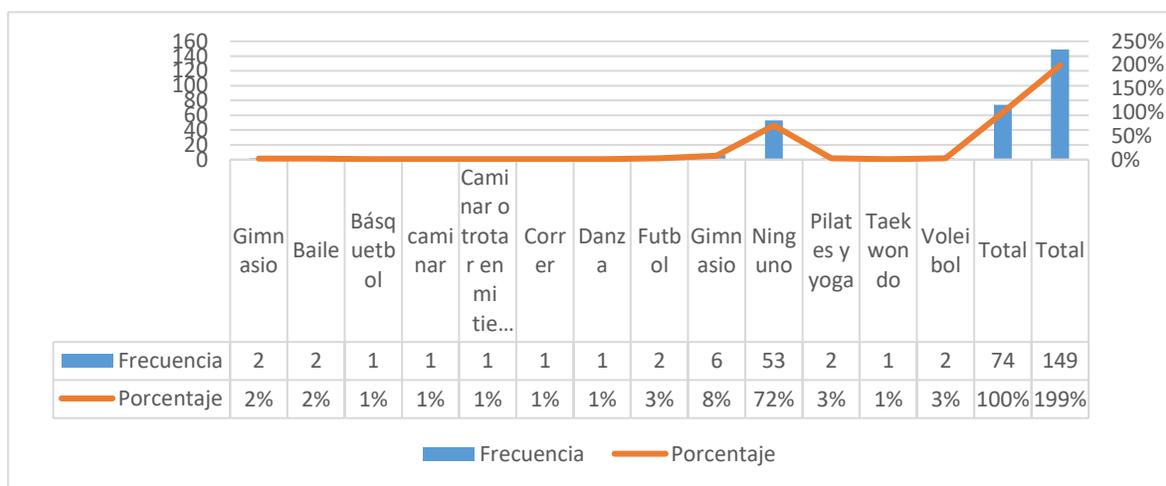
estudiante.

Cuadro 6.
Tipo de deporte y/o actividad deportiva en que participa

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Gimnasio	2	2%
Baile	2	2%
Básquetbol	1	1%
caminar	1	1%
Caminar o trotar en mi tiempo libre	1	1%
Correr	1	1%
Danza	1	1%
Futbol	2	3%
Gimnasio	6	8%
Ninguno	53	72%
Pilates y yoga	2	3%
Taekwondo	1	1%
Voleibol	2	3%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 6.
Tipo de deporte y/o actividad deportiva en que participa
Descripción y analisis



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

El 28% de los estudiantes que estudian el tercer año de la carrera de obstetricia practican por lo menos una actividad física tales como: ir al gimnasio, baile, basquetbol, caminar, caminar o trotar en el tiempo libre, correr, practicar danza, futbol, pilates, yoga, taekwondo y voleibol y el 72% no practica ninguna actividad deportiva. Los resultados

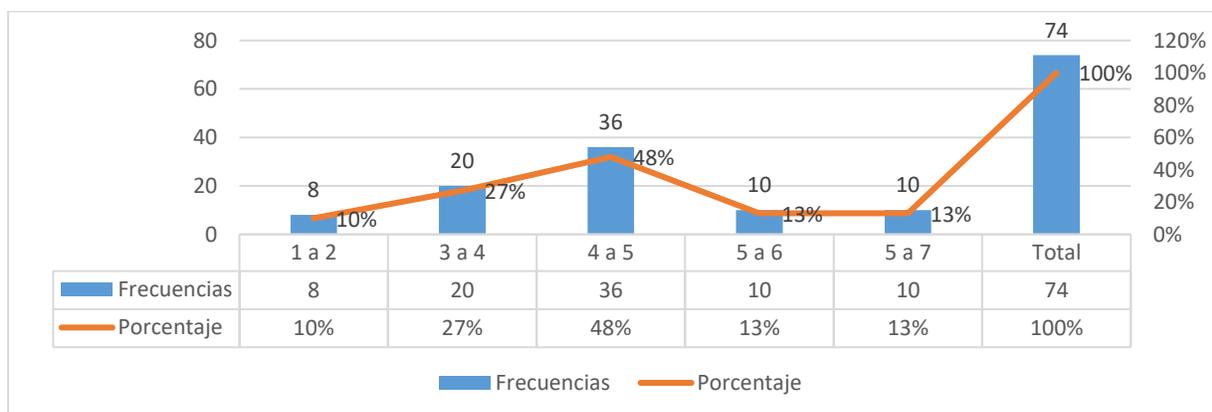
de investigaciones han demostrado que la ausencia de la actividad física, siempre ha sido un factor de riesgo mortal a nivel mundial donde se desarrollan infinidad de malestares, alteraciones y múltiples crisis emocionales, las cuales pueden padecer durante mucho tiempo llegando a producir las muertes más rápidas por un desgaste emocional. Dado este panorama tan real, es importante iniciar un ejercicio físico que disminuya el estrés diario y ayude con el progreso de un mejor estado de salud física y mental como un arma de defensa contra cualquier enfermedad.

Cuadro 7.
¿Cuántas horas diarias les dedica a sus estudios, incluyendo el tiempo que asiste a la universidad?

Categorías/horas diarias dedicadas a los estudios	Frecuencias	Porcentaje
1 a 2	8	10%
3 a 4	20	27%
4 a 5	36	48 %
5 a 6	10	13%
5 a 7	10	13%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 7.
¿Cuántas horas diarias les dedica a sus estudios, incluyendo el tiempo que asiste a la universidad?



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y Análisis

El 48% de los estudiantes de la carrera de obstetricia dedica entre 4 y 5 horas a estudiar los contenidos de las asignaturas , el 27% en 3 y 4 horas, un 26 % entre 5 y 7 horas, y un 10% entre 1 y 2 horas. Frente a estos resultados algunos especialistas en la temática expresan que una vez cumplidas otras obligaciones esenciales en la vida del estudiante como comer, trabajar, ir a clase, deben quedar por lo menos 5 horas libres para dedicarse al estudio. Los resultados reflejan que el mayor número de estudiantes dedican entre 5 y 6 horas al estudio que demanda la carrera que actualmente cursan en el área de ciencias de la salud.

Con respecto a este punto, si analizamos las respuestas de los docentes respecto si es adecuado el tiempo de estudio, la mayoría refiere que los estudiantes no saben administrar su tiempo, o tienen malas técnicas de estudio que se refleja en los resultados obtenidos. Por una parte los estudiantes refieren cumplir con tiempos adecuados de estudios, pero por otra los docentes no logran ver resultados óptimos en las evaluaciones.

Los estudiantes les dedican poco tiempo a las actividades académicas. En caso afirmativo, menciónelos

Docente 1: Les dedican mucho tiempo, no saben organizarse. Estudian 3 días previos. 50% estudian

Docente 2: 1% del estudiante, estudia organizadamente. Se preparan 3 días antes de la solemne

Docente 3: El aprendizaje es más liviano. No tienen habito de estudio, no existe reforzamiento solo estudio de último momento.

Docente 4: Les falta organizarse, dejan todo para el final.

Docente 5: Sí, estudian para aprobar más que para aprender.

Docente 6: Creo que le dedican mucho tiempo, estudian toda la noche, sin ser el más efectivo de los estudios.

Parte II

El estrés académico es la reacción normal que tenemos frente a las diversas exigencias y demandas a las que nos enfrentamos en la Universidad, tales como pruebas, exámenes, trabajos, presentaciones, etc. Esta reacción nos activa y nos moviliza para responder con eficacia y conseguir nuestras metas y objetivos.

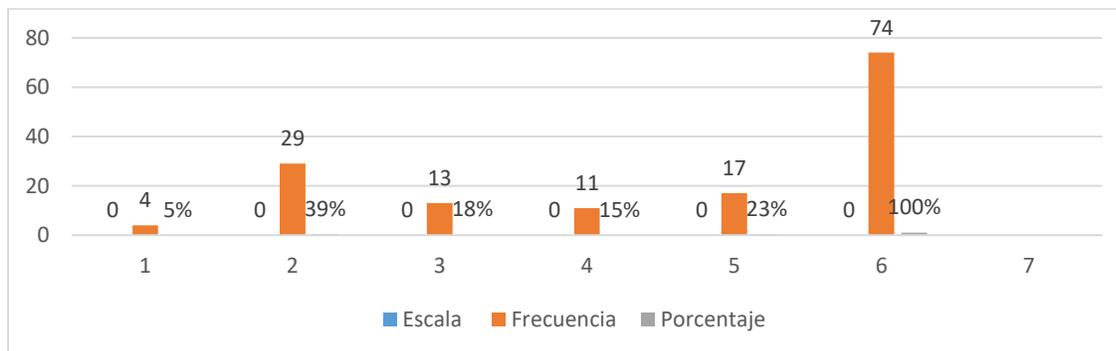
Objetivo específico 2: Determinar los principales estresores académicos en los estudiantes de Educación Superior de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile.

Cuadro 8.
Siento temor cuando voy a presentar una evaluación

Escala	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	4	5%
2 = Alguna vez	29	39%
3= Muchas veces	13	18%
4= Casi siempre	11	15%
5= Siempre	17	23%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 8.
Siento temor cuando voy a presentar una evaluación



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

De acuerdo a los resultados obtenidos, el 5% de los estudiantes nunca han sentido temor cuando van a presentar una evaluación, el 39% algunas veces sienten temor, el 18% muchas veces, el 15% casi siempre, el 23% siempre, resultados que representan el 100% de las expresiones de 74 estudiantes de la carrera de obstetricia.

Con respecto a los síntomas físicos en los estudiantes durante el desarrollo de las clases según juicios recogidos por los docentes se determinó que:

Docente 2: No. Baja la asistencia en época de solemne

Docente 3: Sí. He asistido alumnos llorando en el suelo.

Docente 4: En clases, son muy ansiosos, se estresan con muy poco. He visto mucha gente que se comen las uñas, muchos suspiros profundos.

Docente 5: No, en mi clase no.

Docente 6: Sí, varias estudiantes se mostraban ansiosas, lloraban, se sentían angustiados, en mi asignatura.

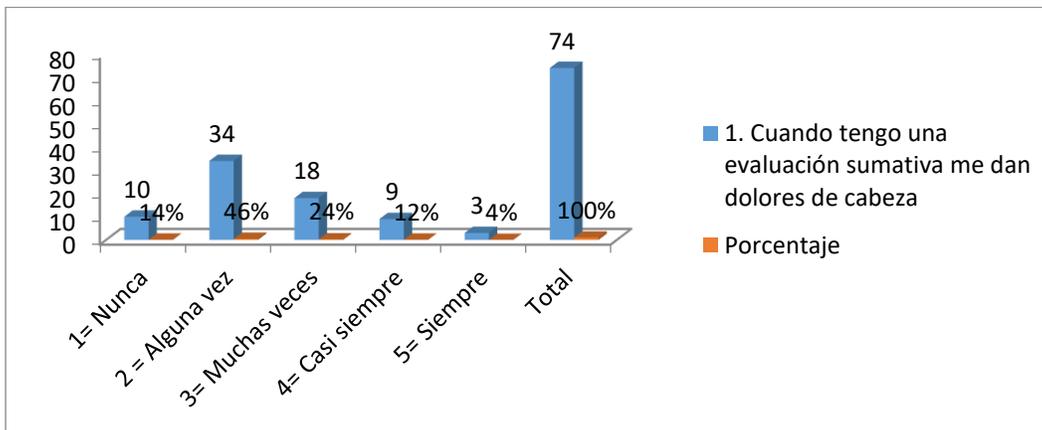
Al analizar los resultados observamos que un bajo porcentaje no experimenta temor o nerviosismo al presentarse a una evaluación, que podría estar relacionado con el porcentaje que administra su tiempo de estudio y maneja los eventos estresores de mejor manera. Del resto de encuestados todos han sentido al menos una vez temor al enfrentarse a una evaluación.

Cuadro 9.
Cuando tengo una evaluación sumativa me dan dolores de cabeza

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	10	14%
2 = Alguna vez	34	46%
3= Muchas veces	18	24%
4= Casi siempre	9	12%
5= Siempre	3	4%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 9.
Cuando tengo una evaluación sumativa me dan dolores de cabeza



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

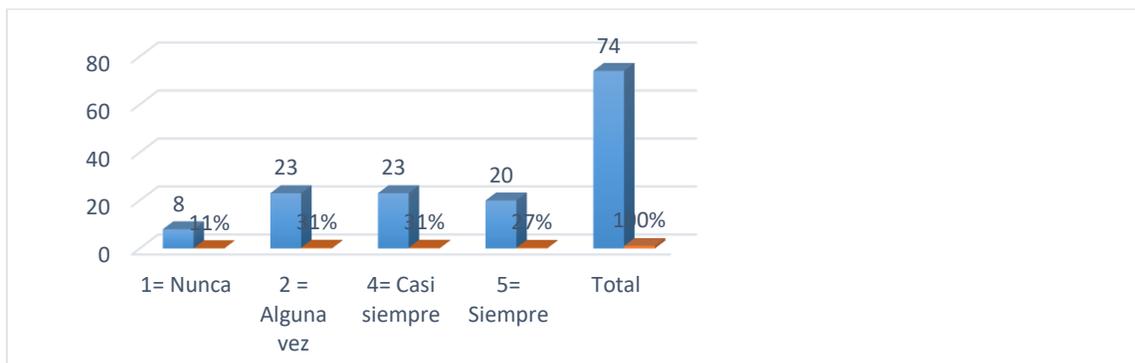
El 14% de los estudiantes, indican que nunca le da dolor de cabeza, un 46% alguna vez le da dor de cabeza, el 24% muchas veces, el 12% casi siempre y un 4% siempre. El estrés viene a representar la fuente principal generadora de toda actividad humana, siendo objeto de estudio en la persona, especialmente en aquellas que realizan actividades que implican procesos de evaluación(Kantlen y Perrotta, 2019).

Cuadro 10.
Me sudan las manos cuando me exigen presentaciones individuales

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	8	11%
2 = Alguna vez	23	31%
4= Casi siempre	23	31%
5= Siempre	20	27%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 10.
Me sudan las manos cuando me exigen presentaciones individuales



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y Análisis

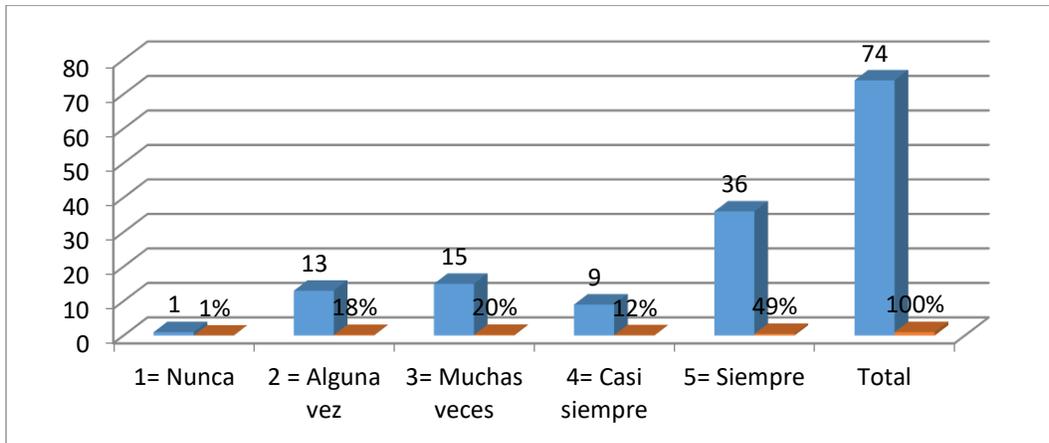
El 11% de los estudiantes nunca ha sentido sudor en las manos, un 31% algunas veces, el 31% casi siempre y un 27% siempre. La suduración en alguna parte del cuerpo, desencadena un desequilibrio sistémico en la relación con el estímulo estresor que percibe, este proceso es regulado por la misma persona, el cual constituye un proceso psicológico de interpretación.

Cuadro 11.
Las presentaciones orales me aceleran el ritmo cardíaco

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	1	1%
2 = Alguna vez	13	18%
3= Muchas veces	15	20%
4= Casi siempre	9	12%
5= Siempre	36	49%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 11.
Las presentaciones orales me aceleran el ritmo cardíaco



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

El 49 % de los estudiantes de la carrera de obstetricia de una universidad privada, expresan que sienten que las actividades de evaluación en las asignaturas siempre le aceleran su ritmo cardíaco. Seguido de un 20% que manifiesta que muchas veces, le ocurre esta situación, un 12% casi siempre, un 18% algunas veces y un 1% nunca.

Cuadro 12.
Las pruebas escritas me provocan vómitos y mareos

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	37	50%
2 = Alguna vez	26	35%
3= Muchas veces	6	8%
4= Casi siempre	4	5%
5= Siempre	1	1%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y Análisis

El 50% de los estudiantes entrevistados expresan que las pruebas escritas nunca le provocan vomitos y mareos, el 35% algunas veces, el 8% muchas veces, el 5% casi siempre, y el 1% siempre.

Cuadro 13.
Quando no alcanzo los objetivos me dan temblores, tensión o dolores musculares

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	13	18%
2 = Alguna vez	16	22%
3= Muchas veces	16	22%
4= Casi siempre	17	23%
5= Siempre	12	16%
Total	74	100%

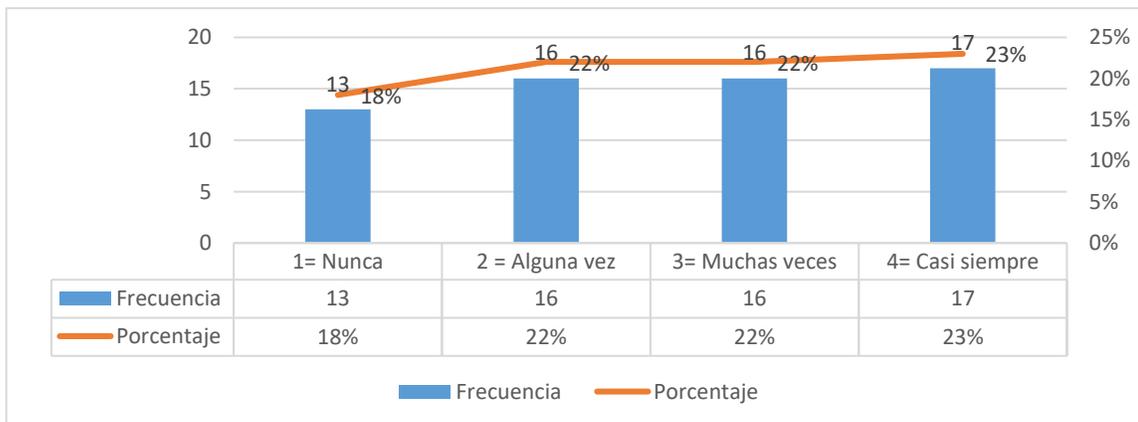
Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

El 18% de los estudiantes, nunca han sentido temblores, tensión o dolores musculares, el 22% algunas veces, el 23% casi siempre y un 16% siempre.

Los temblores, tensión o dolores musculares producto del estrés puede presentarse como sintomas simples como molestias, dolor de cabeza, dolores musculares crónicos, contracturas o incluso espasmos musculares crónicos. Representando uno de los sintomas más significativos que sufren los estudiantes, representando casi el 39% de los estudiantes que se constituyeron en objeto de estudio (Fernández, 2020).

Gráfica 14.
Quando no alcanzo los objetivos me dan temblores, tensión o dolores musculares



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Si comparamos la visión de los docentes respecto de los análisis anteriores podemos descubrir que la información se cruza y estas manifestaciones son parte de los estudiantes con mayor frecuencia, lo que nos habla de que hay elementos estresores que les generan pérdida del equilibrio emocional y que lo transmiten a través de su cuerpo.

Ha observado Ud. algunos síntomas físicos en los estudiantes durante el desarrollo de las clases. En caso afirmativo cuáles

Docente 1: No.

Docente 2: No. Baja la asistencia en época de solemne

Docente 3: Sí. He asistido alumnos llorando en el suelo.

Docente 4: En clases, son muy ansiosos, se estresan con muy poco. E visto mucha gente que se comen las uñas, muchos suspiros profundos.

Docente 5: No, en mi clase no.

Docente 6: Sí, varias estudiantes se mostraban ansiosas, lloraban, se sentían angustiadas, en mi asignatura.

Ha observado Ud. algunos síntomas físicos en los estudiantes durante las evaluaciones. En caso afirmativo, menciónelos.

Docente 1: No.

Docente 2: Sí, sudoración, permisos para acudir al baño, sofocación.

Docente 3: Sí, sudoración, crisis, se necesita contener por un tiempo para poder rendir su prueba

Docente 4: Sí, alumnas con taquicardia, que deben salir a caminar a respirar para volver a clases. Gente que se desmaya, con nauseas.

Docente 5: Sí. Durante las evaluaciones, aunque están bastante concentradas, después se ven más evidencias como llantos.

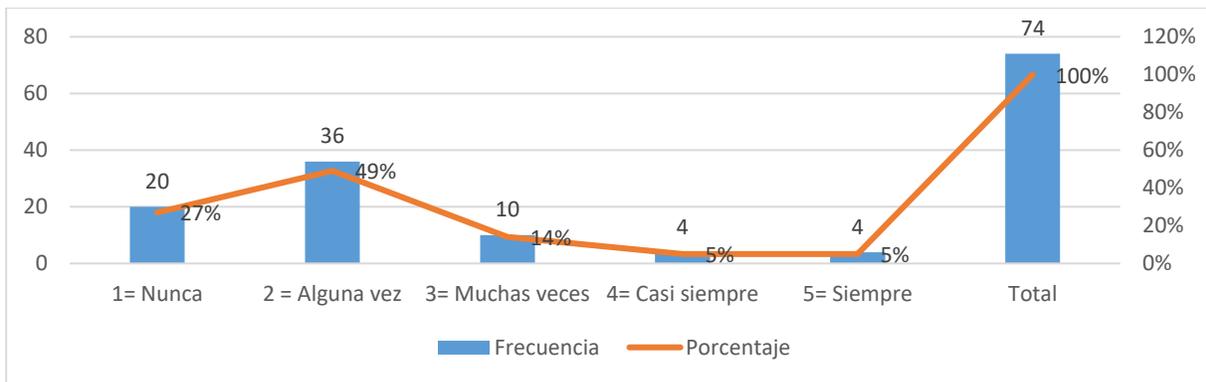
Docente 6: En mi caso, intranquila, muy estresadas, un fenómeno trasversal.

Cuadro 15.
Realización de actividad física

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	20	27%
2 = Alguna vez	36	49%
3= Muchas veces	10	14%
4= Casi siempre	4	5%
5= Siempre	4	5%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 15.
Realización de actividad física



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

El 27% de los estudiantes, nunca realizan actividad física, el 49% algunas veces, el 14% muchas veces, el 5% casi siempre, y un 5% siempre. En este contexto el concepto de actividad física esta relacionada con las distintas formas en que los estudiantes pueden realizar el ejercicio cotidiano como caminar, transitar en bicicleta a sus lugares de trabajo, subir escaleras, entre otros; necesario para obtener beneficios en la salud o en el estilo de vida, pero con el paso de los años y de las generaciones se ha ido creciendo y concientizando sobre la importancia de la práctica de la actividad física más rutinaria y disciplinada (Hernández-Escolar, Herazo-Beltrán, & Valero, 2010).

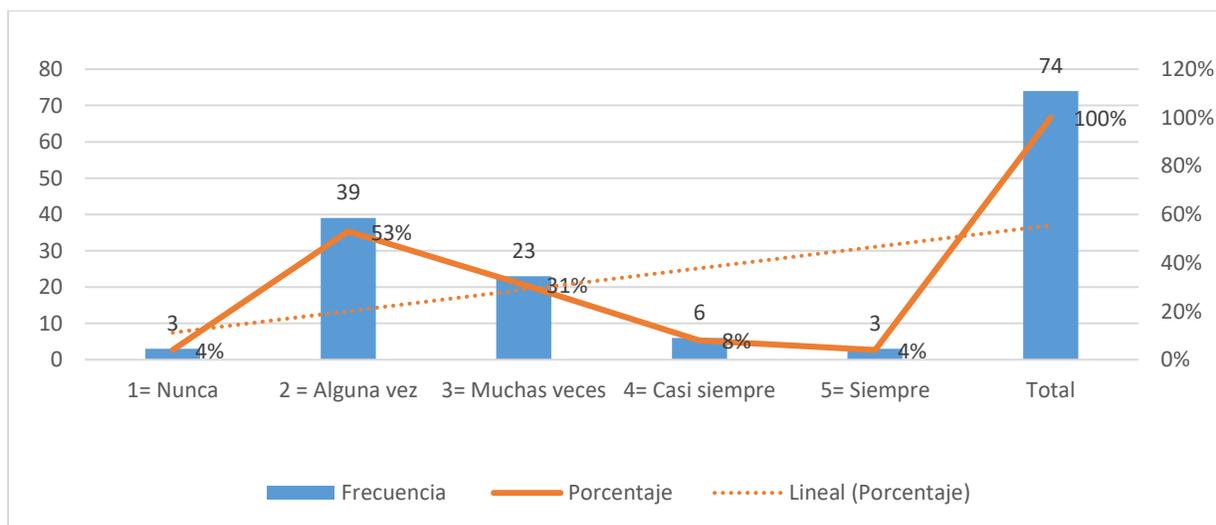
Interesante sería evaluar la actividad física como medida de soporte a los estudiantes que le permitan generar mecanismos de autorregulación, generando liberación de estrés y conseguir de esa manera también un estado psicológico de mayor tranquilidad, aludiendo a los recursos emocionales que utiliza la persona, mientras mejores herramientas de regulación logren mejor enfrentara a los elementos estresores del medio.

Cuadro 16.
Asumo actividades de afrontamiento

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	3	4%
2 = Alguna vez	39	53%
3= Muchas veces	23	31%
4= Casi siempre	6	8%
5= Siempre	3	4%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 16. Asumo actividades de afrontamiento



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

El porcentaje más significativo representado por el 53% de los entrevistados, expresan

que algunas veces recibe algunas actividades de afrontamiento, mientras el 31% muchas veces, el 8% casi siempre, un 4% siempre. Lo que implica que un porcentaje mayor de estudiantes no asumen las actividades de afrontamiento. Partiendo por entender que las actividades de afrontamiento están directamente relacionadas con el centro de emociones del ser humano y las estrategias que éste aplica para minimizar los esfuerzos cognitivos, el como conducirse, dominar y controlar todo ese caudal de emociones que influyen sobre el bienestar psicológico de la persona (Díaz, 2022).

Cuadro 17.

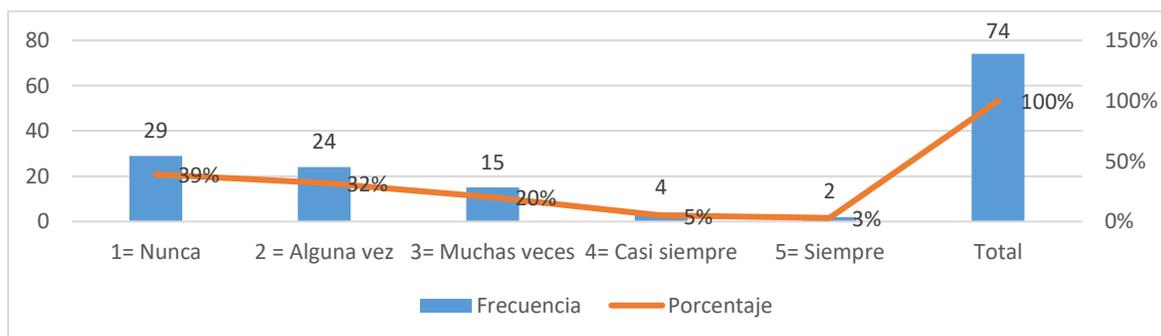
La sobreactividad académica en la carrera me provoca dificultad para respirar

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	29	39%
2 = Alguna vez	24	32%
3= Muchas veces	15	20%
4= Casi siempre	4	5%
5= Siempre	2	3%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 17.

La sobreactividad académica en la carrera me provoca dificultad para respirar



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

El 39% considera que la sobreactividad académica en la carrera nunca le provoca dificultad para respirar como principal sintoma producto de las actividades que demanda la carrera. El 32% algunas veces, un 20% muchas veces, un 5% casi siempre, un 3% siempre. El stres académico, repercute directamente sobre la salud del estudiante, a nivel físico, psicológico generando desequilibrio en el sistema inmunológico, tanto que

afecta la capacidad normal de respirar. (Silva, et al; 2020)

Cuadro 18.
Siento ansiedad cuando hay demandas académicas

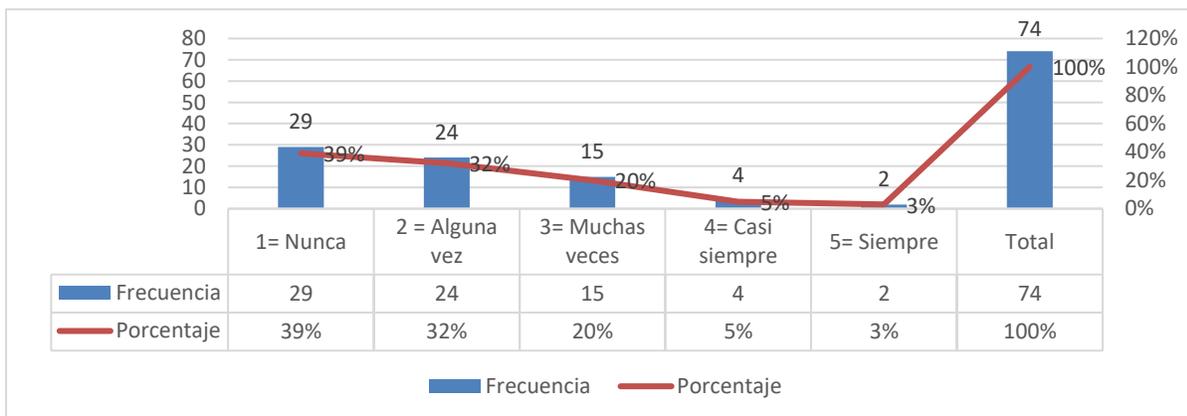
Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	29	39%
2 = Alguna vez	24	32%
3= Muchas veces	15	20%
4= Casi siempre	4	5%
5= Siempre	2	3%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

El 39% considera que la sobreactividad académica en la carrera nunca le provoca dificultad para respirar como principal sintoma producto de las actividades que demanda la carrera. El 32% algunas veces, un 20% muchas veces, un 5% casi siempre, un 3% siempre. Es muy común que las personas experimenten estrés frente algunas situaciones, generando en las personas sensaciones que son desencadenadas en frustraciones y nerviosismo. (Timothy, 2020).

Grafica 18.
Siento ansiedad cuando hay demandas académicas



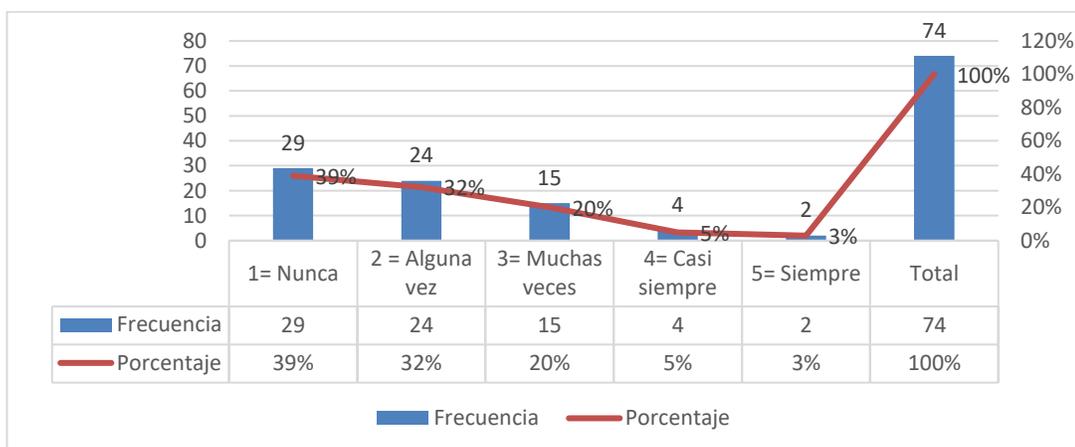
Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Cuadro 19.
Tengo la sensación de pérdida de control frente a las actividades académicas

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	29	39%
2 = Alguna vez	24	32%
3= Muchas veces	15	20%
4= Casi siempre	4	5%
5= Siempre	2	3%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica19.
Tengo la sensación de pérdida de control frente a las actividades académicas



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

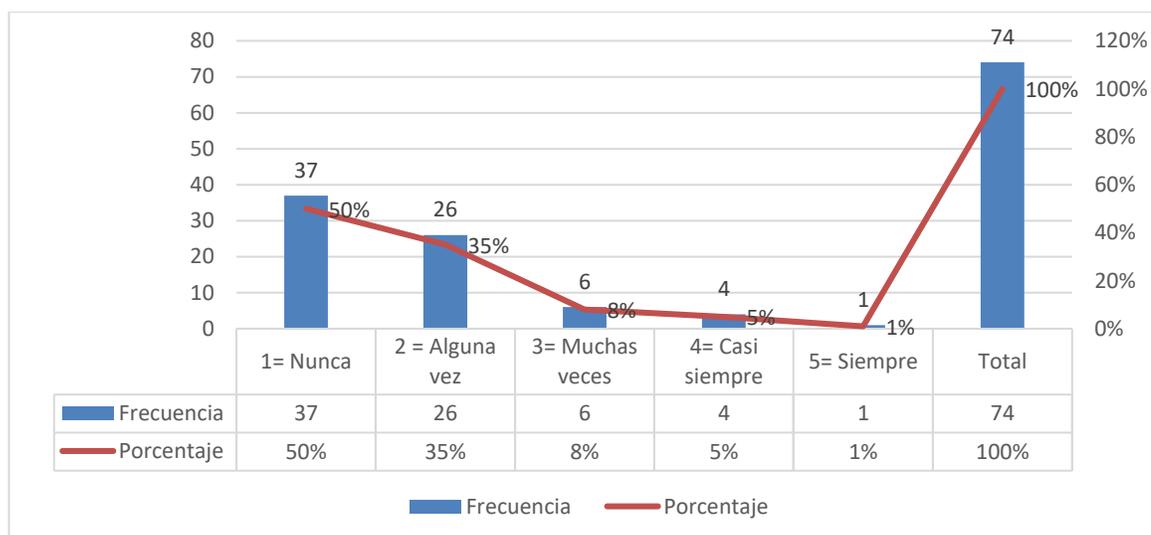
El 39% considera que no presenta la sensación de pérdida de control frente a las actividades académicas como consecuencia de la recarga de tareas académicas, el 32% algunas veces, un 20% muchas veces, un 5% casi siempre, un 3% siempre. Tal como se ha evidenciado, de acuerdo a Díaz y Castro (2020) la recarga de actividades académicas incide directamente en la forma como responde el estudiante frente a las actividades académicas.

Tabla 20.
Las demandas académicas por sobre actividad me generan agresividad

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	37	50%
2 = Alguna vez	26	35%
3= Muchas veces	6	8%
4= Casi siempre	4	5%
5= Siempre	1	1%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 20.
Las demandas académicas por sobre actividad me generan agresividad



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

El 50% consideran que las demandas académicas por sobre actividad no le generan agresividad, un 35% algunas veces, 8 % muchas veces, 4% casi siempre y sólo 1% manifestó que siempre las actividades le generan agresividad.

Al analizar las respuestas del cuerpo docente frente a este ítem, podemos observar que los estudiantes, a pesar de manifestar que en alguna ocasión las actividades les generan agresividad, logran manejarse dentro del aula y no expresan el estado emocional de forma negativa.

Se le han presentado casos de estudiantes con reacciones violentas. En caso afirmativo, menciónelos

Docente 1: No. Ninguno. Son autocríticos, y realizan mea culpa sobre su actuar, para mejorar.

Docente 2: No. En este nivel no, en otros niveles sí, por frustración. y hospitalización.

Docente 3: No. Existen primeros auxilios psicológicos en la universidad. Buscan ayuda por el centro de estudiantes, con sus docentes, o se puede agilizar la hora para diagnosticar a tiempo.

Docente 4: Nunca violentos. Son muy autocríticos, y quieren ser efectivos.

Docente 5: No, en mi asignatura no.

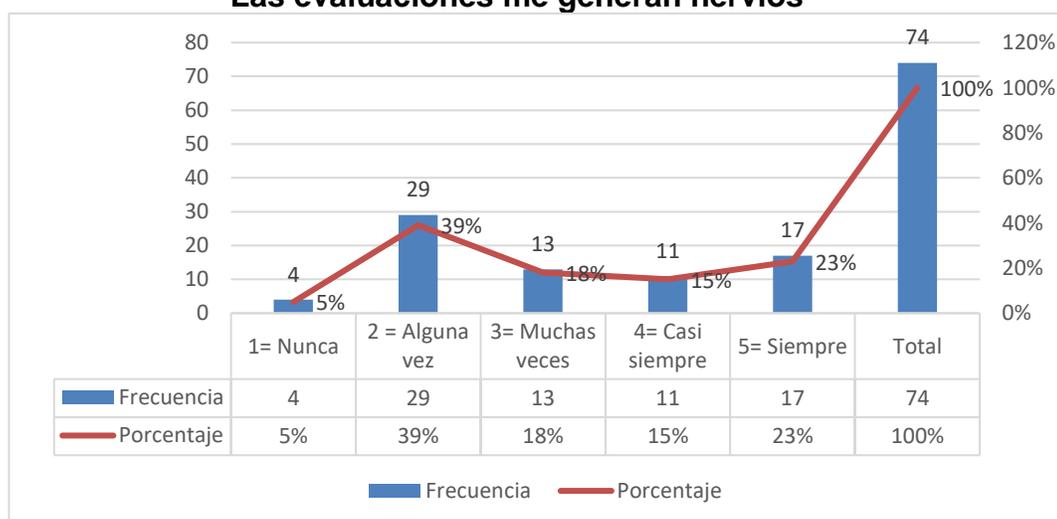
Docente 6: No. En las clases no.

Tabla 21.
Las evaluaciones me generan nervios

Escala	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	4	5%
2 = Alguna vez	29	39%
3= Muchas veces	13	18%
4= Casi siempre	11	15%
5= Siempre	17	23%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 21.
Las evaluaciones me generan nervios



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

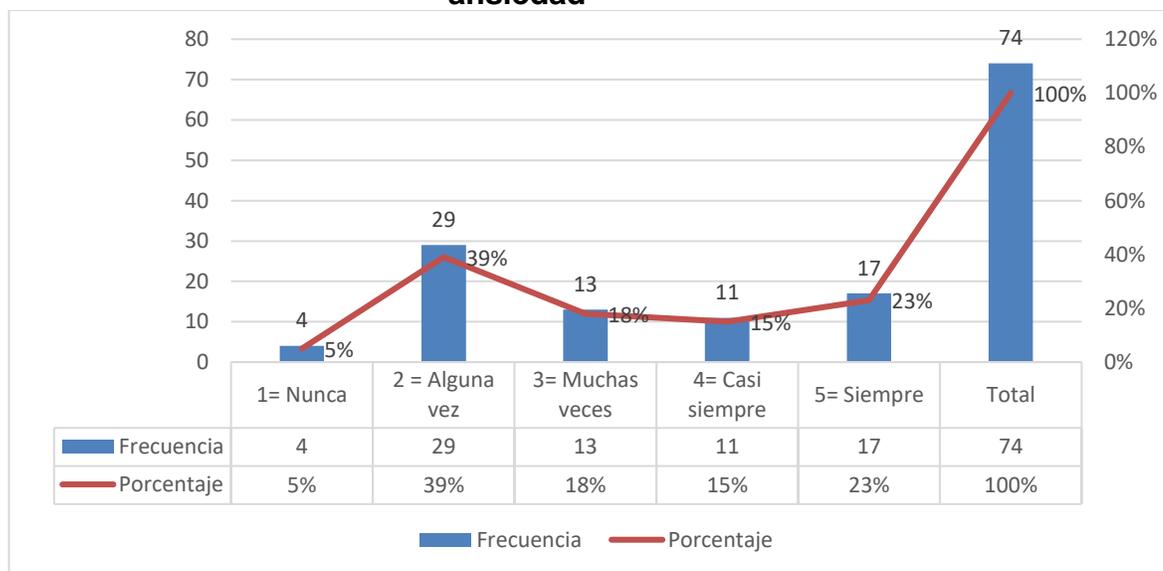
El 5% expresó que las evaluaciones no le generan nervios, por otro lado, un 39% expreso algunas veces, un 18% muchas veces, 15% casi siempre y un 23% siempre presentan nervios al presentar evaluaciones.

Tabla 22.
El desconocimiento de los resultados de las evaluaciones me genera nervios o ansiedad

Escala	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	4	5%
2 = Alguna vez	29	39%
3= Muchas veces	13	18%
4= Casi siempre	11	15%
5= Siempre	17	23%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 22.
El desconocimiento de los resultados de las evaluaciones me genera nervios o ansiedad



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

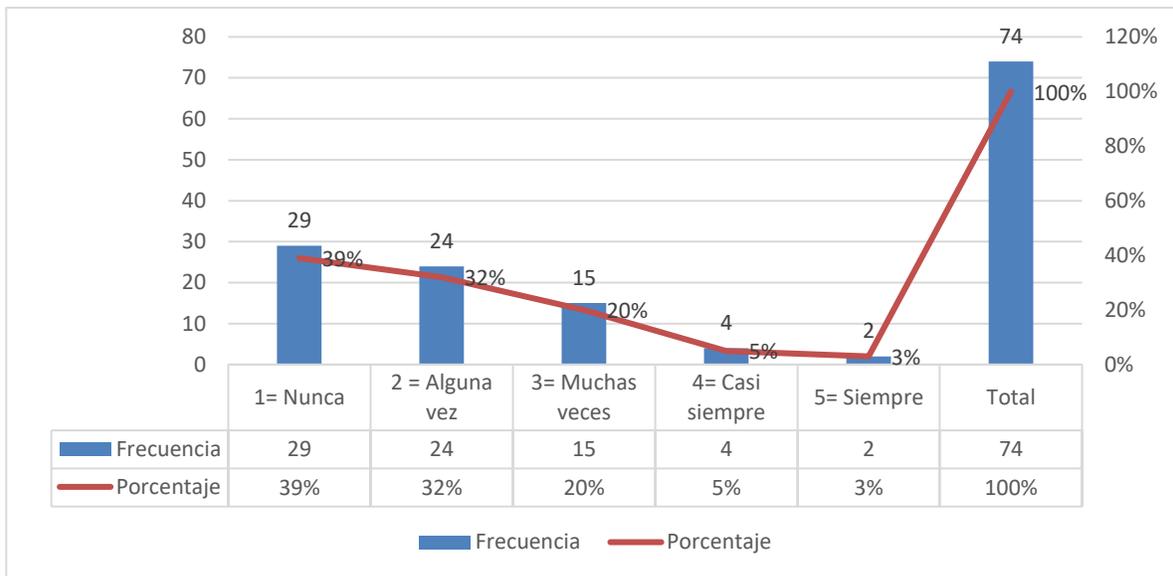
El 5% expresó que el desconocimiento de los resultados de las evaluaciones no le genera nervios o ansiedad, por otro lado, un 39% algunas veces, un 18% muchas veces, 15% casi siempre y un 23% siempre presentan nervios al presentar evaluaciones.

Tabla 23.
No hay retroalimentación de las actividades académicas presentadas

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	29	39%
2 = Alguna vez	24	32%
3= Muchas veces	15	20%
4= Casi siempre	4	5%
5= Siempre	2	3%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 23.
No hay retroalimentación de las actividades académicas presentadas



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

Se evidenció que un 39% expresaron que no hay retroalimentación de las actividades académicas presentadas, un 32% alguna vez, 20% muchas veces, 5% casi siempre y 3% siempre.

Los estudiantes aceptan la retroalimentación de sus profesores. En caso afirmativo, menciónelos

Docente 1: Sí. Muy receptivos, incluso si reprueba.

Docente 2: Sí. En sí, salvo posturas muy rígidas.

Docente 3: En general las aceptan. Son alumnos que no discuten inoficiosamente.

Docente 4: Muy a la defensiva. Otros se bajonean bastante, no están preparados para aceptar críticas, en general la generación desea ser aceptada. Y quieren resultados, enseguida.

Docente 5: Sí, siempre muy receptivas.

Docente 6: Bastante receptivas.

Dentro del aseguramiento de calidad actual, la retroalimentación es una arista del proceso de enseñanza aprendizaje muy importante, es por eso que llama la atención que los estudiantes en la valoración de este punto un porcentaje importante refiera que nunca se entrega. Por otro lado, si observamos las respuestas de los docentes al indagar como reciben los estudiantes la retroalimentación todos confieren que la entregan al estudiante, aunque a veces no sea bien entendida.

Tabla 24.

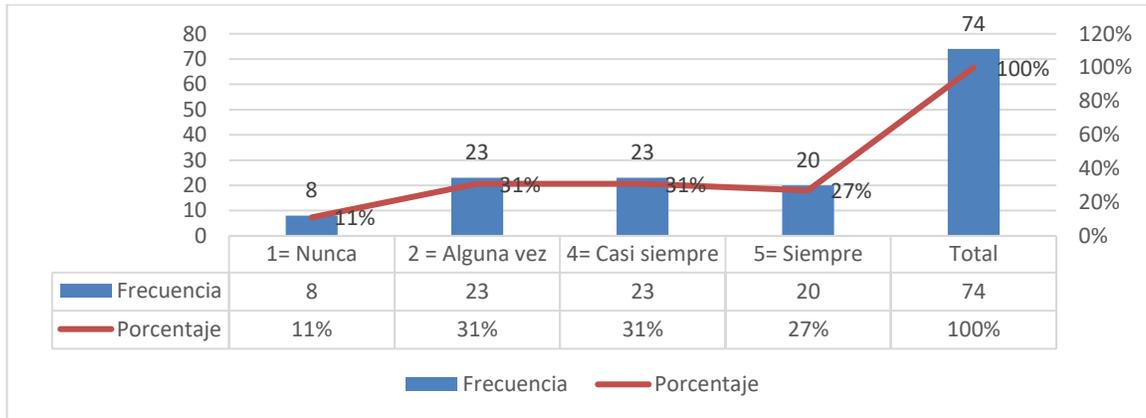
Porque no tengo claro cómo conseguir que se valore mi dominio de las materias

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	8	11%
2 = Alguna vez	23	31%
4= Casi siempre	23	31%
5= Siempre	20	27%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 24.

Porque no tengo claro cómo conseguir que se valore mi dominio de las materias



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

El estrés en la carrera casi siempre representado por el 31% se genera cuando no tengo claro cómo conseguir que se valore el dominio de la materia, el 27% siempre, el 31% algunas veces y un 11 % nunca.

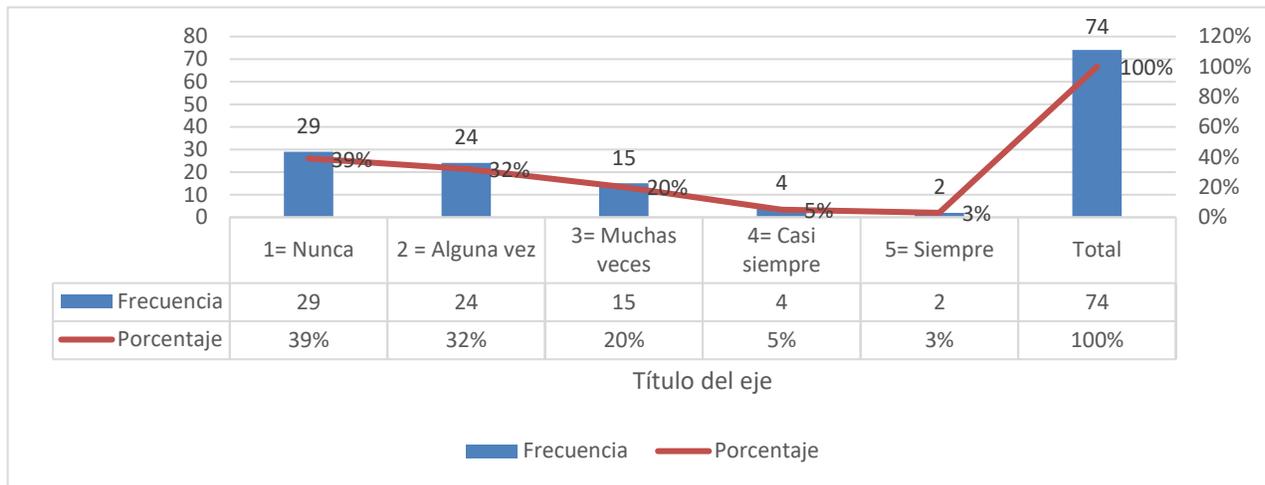
Tabla 24.

Las deficiencias metodológicas del profesor

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	29	39%
2 = Alguna vez	24	32%
3= Muchas veces	15	20%
4= Casi siempre	4	5%
5= Siempre	2	3%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 24.
Las deficiencias metodológicas del profesor



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

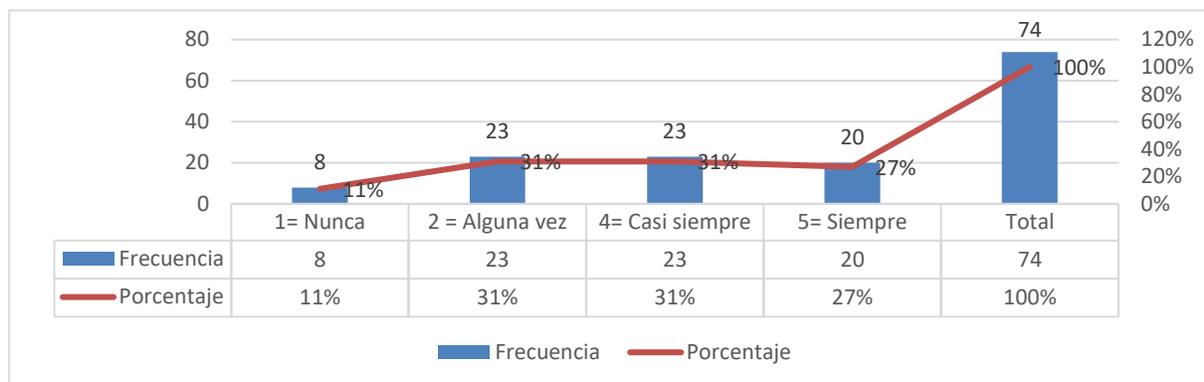
El 3% de los estudiantes indican que su principal nivel de estrés es producto de las deficiencias metodológicas del profesor, el 32 % algunas veces le genera estrés, un 20% muchas veces la metodología del profesor tiene incidencia, un 5% casi siempre y un 39% nunca. Las deficiencias en las metodologías del profesor influye en el estilo de aprendizaje, los modelos pedagógicos tienen incidencia directa en los resultados de los procesos de aprendizaje.

Tabla 25
Clima del aula poco favorecedor del proceso de aprendizaje

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	8	11%
2 = Alguna vez	23	31%
4= Casi siempre	23	31%
5= Siempre	20	27%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 25
Clima del aula poco favorecedor del proceso de aprendizaje



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

Según los resultados obtenidos con el cuestionario aplicado el 11% consideran que el clima del aula nunca es favorecedor del proceso de aprendizaje de los contenidos de las materias, el 31% considera que el clima algunas veces es poco favorecedor y un 31 % casi siempre, y un 27% siempre es poco favorecedor de los procesos de aprendizaje. El clima de aprendizaje cuyo contexto es el aula y los espacios formativos constituye en un agente favorecer del desarrollo personal, es aquel en que los/las estudiantes perciben apoyo y solidaridad por los compañeros, profesores y agentes de la educación superior.

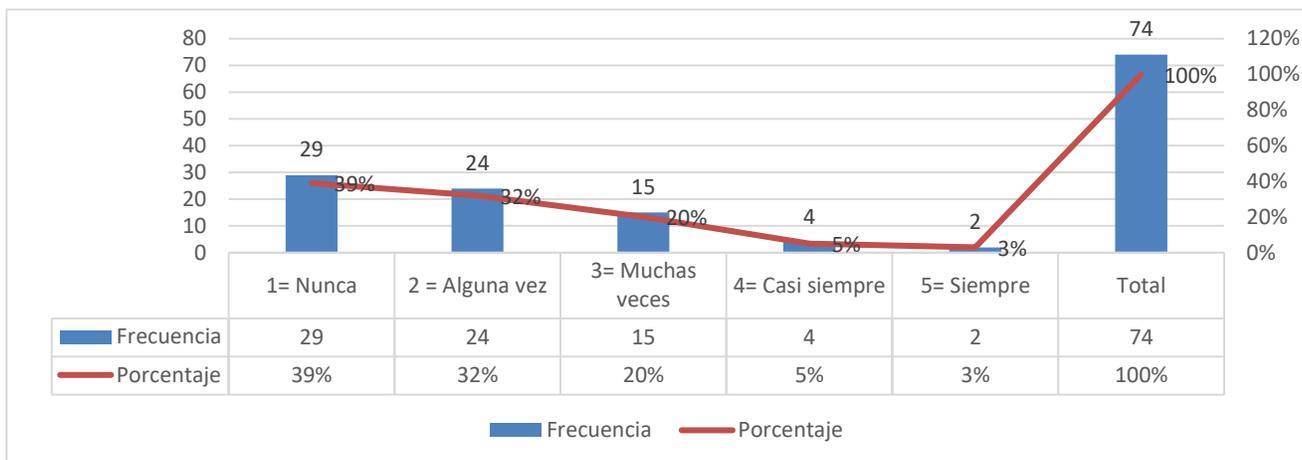
Tabla 26.
Por los conflictos en las relaciones con otras personas (profesores, compañeros)

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	29	39%
2 = Alguna vez	24	32%
3= Muchas veces	15	20%
4= Casi siempre	4	5%
5= Siempre	2	3%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 26.

Por los conflictos en las relaciones con otras personas (profesores, compañeros)



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Tabla 27.

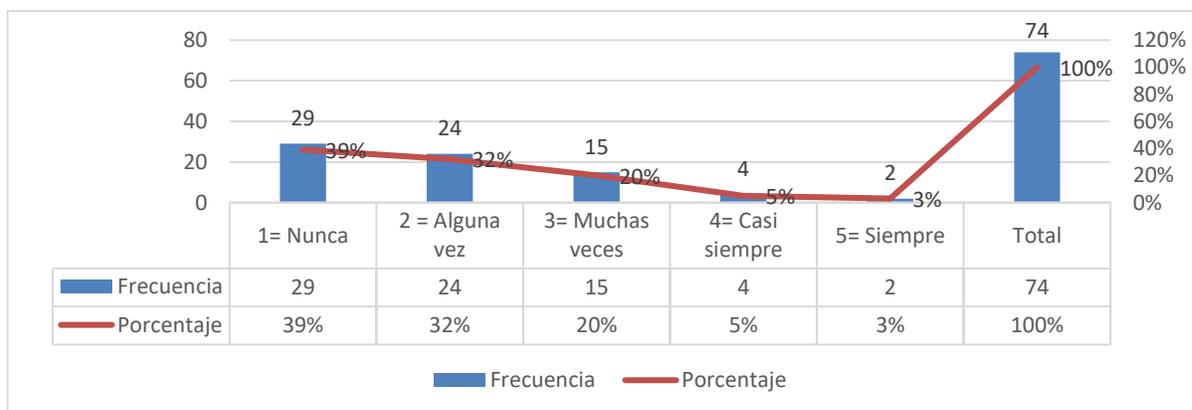
Por la excesiva competitividad existente en clase

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	29	39%
2 = Alguna vez	24	32%
3= Muchas veces	15	20%
4= Casi siempre	4	5%
5= Siempre	2	3%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 27.

Por la excesiva competitividad existente en clase



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

Para el 39% de los estudiantes la excesiva competitividad nunca incide en el estrés estudiantil, el 32% se considera algunas veces, el 20% muchas veces, el 5% casi siempre y un 3% siempre. La competitividad académica y en el contexto de aprendizaje es necesaria para el logro de los objetivos, sin embargo, es necesario el abordaje de una sana competencia para el alcance de las metas de aprendizaje por cada uno de los estudiantes. Esta competencia debe concebirse desde el ganar para todos, con una visión compartida del proyecto de aprendizaje.

Considera que los estudiantes tienen competencia favorable entre sus compañeros. En caso afirmativo comente.

Docente 1: Actualmente hay buena participación, en una actividad se obtuvo una nota 7, y todas aplauden, aun sacando un 50% nota roja. Pudiendo empatizar con la alegría de quien obtiene buena calificación.

Docente 2: Es un buen grupo, un buen curso, hay líderes positivos, con buenas relaciones entre ellos. En otros niveles son más competitivos.

Docente 3: Sí, en este nivel sí.

Docente 4: Sí, se aplauden bastante. No aceptan las críticas, por lo que se tiran flores.

Docente 5: Sí, pasaron varios semestres conociéndose, y este nivel son bastante unidas.

Docente 6: Sí, en mi ramo, tras una evaluación las compañeras aplaudieron a la mejor nota de una solemne.

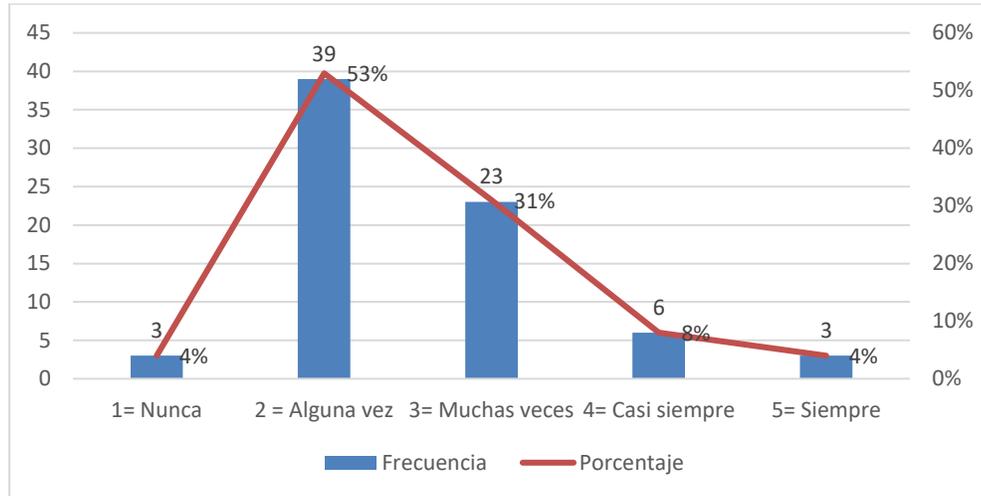
Si bien es cierto para un porcentaje de estudiantes este ítem tiene importancia, el grueso de los resultados se condice con lo que observan los docentes en el aula, refiriendo que la competencia entre los estudiantes no es un elemento negativo, por lo menos en estos niveles intermedios no se observa un efecto negativo.

Tabla 28.
Por la falta de apoyo de los profesores

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	3	4%
2 = Alguna vez	39	53%
3= Muchas veces	23	31%
4= Casi siempre	6	8%
5= Siempre	3	4%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 28.
Por la falta de apoyo de los profesores



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

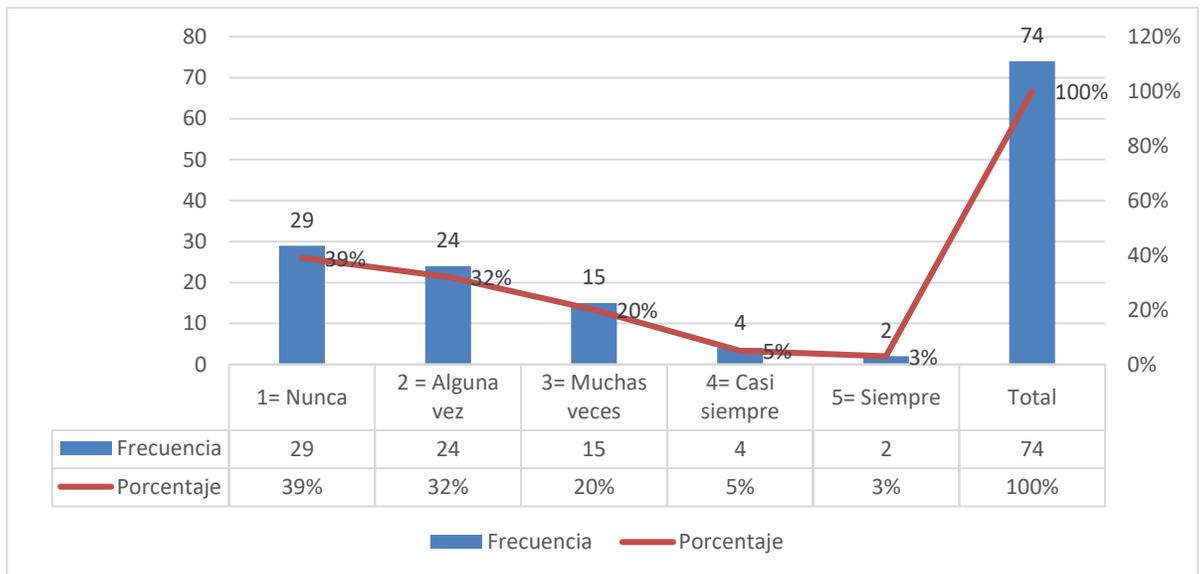
El 53% de los estudiantes expresan que la falta de apoyo de los profesores son la causal del estrés académico sufrido en las actividades de aprendizaje, el 23% muchas veces constituye el principal motivo, el 8 % casi siempre, y un 5% siempre. En el proceso formativo es esencial el acompañamiento de los docentes en las diferentes actividades de aprendizaje. Así como en los proyectos académicos que se emprendan desde una visión compartida para el logro de las metas propuestas en los planes curriculares de las carreras del área ciencias de la salud.

Tabla 29.
Por la falta de apoyo de los compañeros

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	29	39%
2 = Alguna vez	24	32%
3= Muchas veces	15	20%
4= Casi siempre	4	5%
5= Siempre	2	3%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 29.
Por la falta de apoyo de los compañeros



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

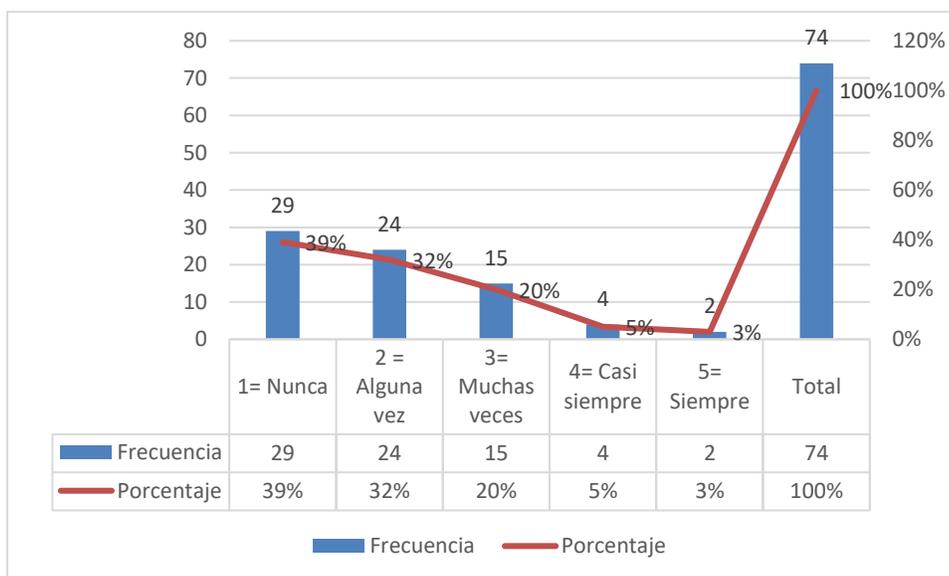
El 20% de los estudiantes expresan que muchas veces, casi siempre 5%, y siempre 3%, las faltas de apoyo de los compañeros generan estrés. El 20% muchas veces ocurre que el estrés es generado por este motivo, el 20% algunas veces y un 39% nunca. Para Molina (2009) uno de los factores que tiene incidencia en el control emocional y equilibrio de la persona es la limitada cooperación y responsabilidad social entre los compañeros en las diferentes tareas y actividades.

Tabla 30
Sobrecarga del estudiante

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	29	39%
2 = Alguna vez	24	32%
3= Muchas veces	15	20%
4= Casi siempre	4	5%
5= Siempre	2	3%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 30
Sobrecarga del estudiante



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

El 28% de los estudiantes consideran que los niveles de estrés se generan por la sobrecarga del estudiante. El 32% algunas veces puede ser el motivo, el 20% muchas veces. La sobrecarga es uno de los factores generadores de estrés que inciden en el abordaje de las actividades de aprendizaje que responden a los contenidos de la carrera de obstetricia.

A continuación, se muestran las respuestas de los docentes para este ítem:

Considera que los estudiantes tienen exceso de trabajos académicos. En caso afirmativo, menciónelos

Docente 1: No. Con los ajustes de los programas, existen menos trabajos, se realizan trabajos y una prueba solemne, para obtener una nota de solemne a fin de repartir en un trabajo grupal y una prueba individual una nota, que antes era sólo una solemne.

Docente 2: Sí, posee dos asignaturas bastante densas, simulación en las mañanas, muchos trabajos. Educar, hablar en público.

Docente 3: No, creo que está adecuado. Se coordina entre docentes, para no sobrecargar

Docente 4: No. Deben estudiar, pero el número es adecuado con bastante plazo.

Docente 5: No, tienen trabajos con plazos prudentes, y pruebas acordes a los contenidos.

Docente 6: No, Está adecuado a su nivel.

Los estudiantes tienen problemas para comprender las temáticas de su asignatura. En caso afirmativo menciónelos

Docente 1: Los ramos troncales, les cuesta integrar.

Docente 2: Sí, les cuesta la integración. Clasificar, o errores de concepto, de vocabulario, o asimilar, tampoco preguntan, no cuestionan. Quieren tener mucha información, sin revisar la información.

Docente 3: Tienen problemas para comprender, explicarles muy bien qué es lo que se quiere, tiene poca comprensión lectora. No ay aprendizaje significativo, es pasajero.

Docente 4: Toman atención, y creo que se cumple.

Docente 5: Les cuesta al principio, pero se logra al final

Docente 6: En general, les cuesta relacionar los conceptos aprendidos. Las alumnas que estudian más preguntan más, y las lleva a comprender las temáticas, y muchas

veces son quienes socializan las temáticas.

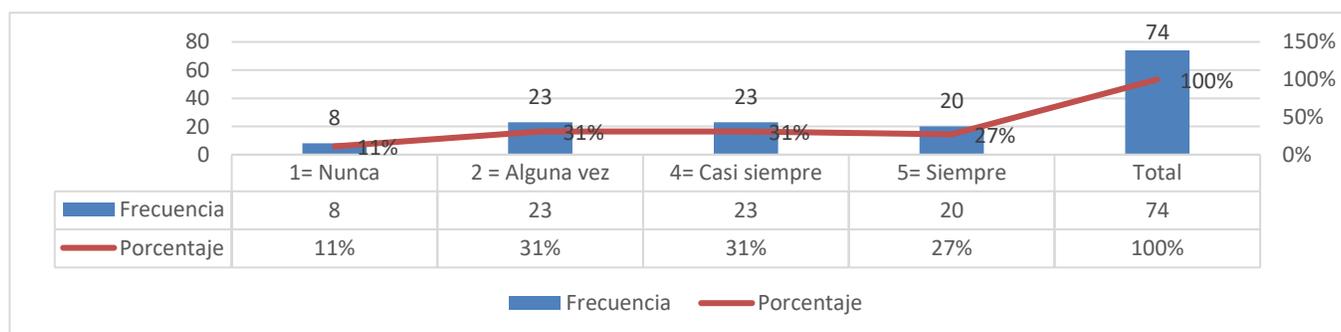
A juicio de los docentes no existe una sobrecarga académica para el estudiante ya que se trabaja en ajustar programas, tiempos entre solemnes y trabajos, pero si hay clara conciencia de que los estudiantes no logran los objetivos de aprendizajes esperados o propuestos por asignatura. Por otro lado, los estudiantes refieren una sobrecarga académica que incide directamente en los resultados esperados. Se relaciona el análisis con la literatura referente, el estudiante que no logra percibir el acompañamiento docente y los mecanismos de refuerzo no logra manejar los niveles de estrés y esto le genera un daño y una presión permanente que lo mantiene en estados de alerta perjudiciales para su salud y desarrollo.

Tabla 31.
Aplicación de estrategias complejas

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
1= Nunca	8	11%
2 = Alguna vez	23	31%
4= Casi siempre	23	31%
5= Siempre	20	27%
Total	74	100%

Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Gráfica 31.
Aplicación de estrategias complejas



Fuente: cuestionario aplicado (2022)

Descripción y análisis

El 58% de los estudiantes consideran que siempre y casi siempre las aplicaciones de estrategias complejas tienen incidencia en los niveles de estrés, el 31% algunas veces y un 11% nunca. Los niveles de dificultad de las actividades promovidas desde el curriculum académico de la carrera de obstetricia, pero en general del área de ciencias de la salud lleva al abordaje de metodologías consideradas y administrada bajo niveles de dificultad superior comparadas a otras áreas. El hecho de promover una estrategia que tenga altos niveles de complejidad para su comprensión y análisis llevaría a la limitada aprehensión de esta, en desmedro de los resultados de aprendizaje previstos.

Capítulo V

5. Discusión y conclusiones

El estrés académico en estudiantes universitarios de tercer año de Obstetricia de una Universidad privada chilena se constituyó en la unidad de análisis, que ha sido estudiada y analizada desde distintas perspectivas, con la finalidad de buscarle explicación a las distintas variables, algunas ampliamente justificadas y otras emergentes en vías de argumentación.

En la investigación el objetivo general consistió en analizar las características del estrés académico en estudiantes universitarios de tercer año de obstetricia de una universidad privada chilena, al cual se le dio respuesta mediante el abordaje de los objetivos específicos.

La muestra encuestada corresponde a 74 estudiantes de tercer año, de los cuales solo uno corresponde al sexo masculino y la edad fluctúa entre los 20 y 42 años. Referente a actividades extras al aula, existe un 18% de estudiantes que refiere trabajar para costear sus estudios y gastos extras.

Hoy en día, producto de la pandemia y los cambios que implicó en los modelos de enseñanza aprendizaje de los estudiantes, hubo una readecuación curricular que generó un impacto importante en la actividad académica. Este año, el retorno a la presencialidad marcó un nivel importante de estrés a los estudiantes porque se vieron enfrentados a la evaluación presencial, el retorno a las prácticas clínicas y obligaciones académicas que los forzaron a salir de su hogar y retomar la vida universitaria. Este escenario es importante de evaluar porque precisamente como lo refería Orlandini en sus estudios (1999), la adolescencia tardía, que justamente coincide con el grupo de estudio, presenta mayores índices de labilidad emocional y estrés, hay un desajuste importante en las emociones que se gatillan por diferentes eventos estresores, lo que si no es manejado en forma óptima conlleva a niveles altos de estrés y daño en la salud mental.

Los resultados de la presente investigación concuerdan con la literatura y estudios revisados con anterioridad, ya que algunos hallazgos se repiten en relación por ejemplo a lo que plantea Sánchez, R et al. (2020) y su estudio titulado “estrés académico en estudiantes universitarios” para lo cual se plantearon como objetivo general, analizar el estrés académico en estudiantes universitarios. Dicha investigación la llevaron a cabo mediante un enfoque, transversal de tipo descriptivo. Usaron una muestra cuantitativa de 450 estudiantes, haciendo uso del “inventario SISCO”. El estudio mostró que el estrés académico entre las diversas reacciones analizadas en los jóvenes objeto de estudio, puede terminar en un proceso de perturbación severa, incluso si se le suman otros factores socio afectivos, económicos, laborales que pudieran afectar mucho más la situación raíz del estrés, derivando en un total desbalance producto de la cantidad de tareas, que termina en inquietud, somnolencia, ansiedad, etc. En el caso de los estudiantes de Obstetricia, un porcentaje menor, solo 18% refirió trabajar y estudiar, sin embargo, no es menos importante si consideramos que esta actividad extra genera cansancio, agotamiento, estrés e incluso reprobación de asignaturas, lo que involucra un estado de constante estrés para el estudiante.

En cuanto a la determinación de los principales síntomas físicos en los estudiantes se concluye que el estrés académico, como lo define la OMS, es la reacción normal que tenemos frente a las diversas exigencias y demandas a las que nos enfrentamos en la Universidad, tales como pruebas, exámenes, trabajos, presentaciones, entre otros. Esta reacción nos activa y nos moviliza para responder con eficacia y conseguir nuestras metas y objetivos. Sin embargo, como lo plantea Maturana et al (2015), cuando estos mecanismos, denominados estresores, ejercen un fuerte impacto, que puede perturbar y causar desequilibrio en el sistema y pérdida de la capacidad de control emocional, psíquico y físico del estudiante, activa al organismo y la manera cómo responderá fisiológica y conductualmente marcará el grado de estrés al cual está expuesto.

Los resultados obtenidos con la aplicación del cuestionario dirigido a los estudiantes y entrevista realizada a docentes de la carrera encontraron como hallazgos significativos

que más del 50% de los encuestados expreso sentirse muchas veces, casi siempre y siempre con temor al presentar evaluaciones inherentes a las exigencias de cada una de las asignaturas del plan de estudio de la carrera de Obstetricia.

En correspondencia con las experiencias que plasmaron los profesores en las entrevistas, acerca de los síntomas físicos de los estudiantes durante las evaluaciones destacaron las siguientes: llanto, depresión, ansiedad, dolores musculares. Así como comerse las uñas, crisis de angustia, entre otros síntomas. Desde la sintomatología física más del 40% de los estudiantes expresaron sentir dolor de cabeza cuando les corresponde presentar evaluaciones sumativas. Así como sudoración en las manos, y aceleración del ritmo cardiaco durante las presentaciones orales. Asociados a un 10% de ellos que durante las pruebas escritas le provocan vómitos y mareos.

Referente a la sintomatología que presentan los estudiantes, y que además son referidas por el cuerpo académico, estos resultados presentan similitudes con otros estudios realizados anteriormente, como el de Zárate et al. (2017) citado en Ramos, (2020) que refieren que el estrés académico genera algunos síntomas físicos como: agotamiento, cefalea, malestar estomacal, perdida del sueño, toda una suma de reacciones que impactan de manera negativa no sólo su organismo, sino también su rendimiento académico e incluso en condiciones severas el ausentismo o deserción académica

El 14% de los estudiantes, indican que nunca le da dolor de cabeza, un 46% alguna vez le da dor de cabeza, el 24% muchas veces, el 12% casi siempre y un 4% siempre. El estrés viene a representar la fuente principal generadora de toda actividad humana, siendo objeto de estudio en la persona, especialmente en aquellas que realizan actividades que implican procesos de evaluación(Kantlen y Perrotta, 2019).

Con respecto a la valoración de la forma o manera en que los estudiantes manejan los principales estresores académicos solo una minoría representada por 19 estudiantes realiza entre muchas veces y siempre actividad física como herramienta para el manejo

del estrés por actividades académicas derivadas de las asignaturas del plan de estudio de la carrera. La actividad física está relacionada con las distintas formas y maneras en que los estudiantes desarrollan actividades dirigidas a la movilidad corporal, física, recreativa como la realización de ejercicios de forma cotidiana, caminar, andar en bicicleta, subir y bajar escaleras, dirigido a prevenir enfermedades y generar beneficios a la salud.

Importante también es hacer hincapié en el manejo del tiempo para el estudio, un bajo porcentaje refiere estudiar más de seis horas por día, que se relaciona con que a menor número de horas menor es la preparación para las evaluaciones y eso genera a su vez un desequilibrio que provoca estrés y malos resultados académicos. Existe una relación significativa entre percepción de control del tiempo y estrés académico.

En cuanto a la valoración de las diferentes estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes del tercer año se determinó que se promueve la aplicación de estrategias complejas en un 20%, el proceso de autocrítica como herramienta de determinación de los puntos críticos que deben controlarse para abordar las actividades académicas que demanda la carrera y prevenir el estrés que genera alteraciones tanto físicas como psicológicas. Así como se promueve la expresión de emociones y sentimientos, lo cual lleva a la liberación de las emociones en los estudiantes. Así como se abordan actividades centradas en el apoyo social.

En resumen, el análisis revela que las estrategias de afrontamiento del estrés “pensamiento desiderativo”, “resolución de problemas”, “expresión emocional”, inciden determinadamente en el estrés académico de los estudiantes. Lo cual se explica por las obligaciones académicas, por el récord académico, las expectativas de futuro, las dificultades personales, resolución de problemas, expresión de sentimientos y emociones, la resignificación cognitiva, la autocrítica y el abordaje social.

Los resultados obtenidos reflejan que un número significativo de estudiantes sufren de estrés académico en el afrontamiento de las distintas actividades estudiantiles que les demanda su carrera. De allí la importancia de determinar las características del estrés

académico que presentan los estudiantes que cursan la carrera de obstetricia con la finalidad de determinar los principales síntomas físicos en los estudiantes de la carrera de obstetricia, valorar de qué manera manejan los estudiantes los principales estresores académicos y evaluar las diferentes estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes de tercer año de la Carrera de Obstetricia de una Universidad privada de Chile.

El estrés académico lleva al estudiante a la pérdida del equilibrio interior, afectando el funcionamiento psicológico y fisiológico, lo que se traduce en respuestas que generan afecciones directas en la conducta de la persona. Siendo el estrés académico una dimensión de análisis relevante en cuanto a que se conocen las causas que puede generar el estrés y el consiguiente deterioro de la salud mental (Suárez y Díaz, 2015). A manera de conclusión final, los resultados obtenidos reflejan que por lo menos un estudiante ha sufrido de estrés derivado de las actividades académicas que exigen los currículos de formación en la carrera de obstetricia. Lo cual tiene explicación en múltiples factores tanto académicos como inherentes al mismo estudiante.

La pandemia de COVID-19 impactó el proceso enseñanza-aprendizaje de la medicina tensionándola como disciplina, porque de inmediato surgió la siguiente interrogante: ¿cómo vamos a enseñar la disciplina? siempre hemos aprendido que las enseñanzas de las ciencias de la salud tienen un proceso teórico seguido inmediatamente de un proceso práctico y ¿qué significa este proceso práctico?, significa que la enseñanza debe esencialmente, estar al lado de las personas. Es decir, que para poder ser un profesional de la salud es sumamente importante tener vinculación con las personas (Núñez et al; 2021, p.1). Sin embargo, este planteamiento ha llevado a replantear las estrategias, las formas de enseñar, la forma de recepción parte de los estudiantes y de la adaptación al cambio generando un cambio en 360° en la formación de los estudiantes para adquirir una educación de calidad y con las competencias necesarias para ejecutar su rol como profesional. Ante tales antecedentes, es importante generar esta reflexión y poder cada uno sacar sus propias conclusiones para poder contribuir a que cada vez los profesionales sean personas con más competencias para el desarrollo íntegro y holístico de la profesión sin dejar de mirar como plasmamos este ambiente para que ese

estudiante en particular cumpla con sus metas y logre un desarrollo adecuado de la mano de una óptima salud mental y física.

El estrés académico es evidente que debe ser un tema primordial dentro de las agendas universitarias, ya que su estudio y conocimiento de cómo influye en los estudiantes permitirá entregar mejores herramientas que van desde incentivar la actividad física hasta regular el manejo del tiempo en forma adecuada. Es por ello que la presente investigación busca relacionar la realidad local con el escenario actual, donde los índices de estudiantes que buscan apoyo psicológico por estrés es altísimo, asociado a trastornos importantes de salud mental, a bajo rendimiento académico y a deserción universitaria o suspensión de estudios por terapias psicológicas de largo tratamiento.

Referencias

- Aldana, Julio; Isea, Josia; Colina, Félix. (2020). Estrés Académico y Trabajo de Grado en Licenciatura en Educación. **Telos:** revista de Estudios Interdisciplinarios en Ciencias Sociales, 22 (1), Venezuela. (Pp. 91-105). DOI: www.doi.org/10.36390/telos221.07
- Aranberri, Ainara (2020). Autorregulación Emocional: Programa de Intervención en Biorretroalimentación de la Variabilidad de la Frecuencia Cardíaca en Educación Primaria.
https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/50435/TESIS_ARANBERRI_RUIZ_AINARA.pdf?sequence=1
- Barraza, M (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Psicología educativa. ISSN: 3222-8644. Disponible:
<https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>
- Berrio, N; Mazo, R (2011). Estrés académico. Revista de psicología. Universidadde Antioquia. Vol.3 N°2. Disponible:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S21454892201100020006
- Bermeosolo, J. (1997) *Cómo aprenden los seres humanos*. Depto. Educación Especial, PUC.
- Cabanach, R, Souto, A y Franco, V. (2016). Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. DOI: 10.1016/j.rips.2016.05.001
- Cerna, A. (2018). Estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada de lima tesis para optar el grado de maestro en psicología educacional con mención en psicología escolar y problemas de aprendizaje en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=674/67462875008>
- Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médica (CIOMS) y Organización Mundial de la Salud (OMS). (2016). *Pautas éticas internacionales para la investigación relacionada con la salud con seres humanos* (4a ed.). Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud.
https://cioms.ch/wp-content/uploads/2018/01/CIOMS-EthicalGuideline_SP_WEB.pdf

- Díaz Medina, M. (02 de junio de 2022). Estrategias de afrontamiento. *MDM, psicología clínica*. Disponible en:
<https://www.mdmpsicologiaclinica.com/2020/06/02/estrategias-de-afrontamiento/>
- Emanuel, E., (2003). ¿Qué hace que la investigación clínica sea ética? Siete requisitos éticos En Lolás, F. Quezada, A. Pautas éticas de investigación en sujetos humanos: Nuevas perspectivas. (pp.83-91).
- Espinoza, J; Hernández, J; Rodríguez, J; Chacín, M. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico.
<http://DOI.org/10.5281/zenodo.4065032>
- Ferrera, C; Bárcenas, S (2016). Estrés académico: el enemigo silencioso del estudiante. *Salud y Administración Volumen 3 Número 7*. Disponible:
http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf
- Guzmán, M, Carrasco, N, Figueroa, P, Trabucco, C, Vilca, D (2016). Estilos de Apego y Dificultades de Regulación Emocional en Estudiantes Universitarios.
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/psykhe/v25n1/art01.pdf>
- Fernández, J. (19.09.2020). *Cómo combatir las contracturas y la tensión muscular*. <https://jesusfernandezquiromasaje.es/2019/09/19/contracturas-musculares-y-tension-muscular/>
- Hans Selye (S/F) El modelo de Selye.
http://www.ub.edu/psicologia_ambiental/unidad-4-tema-8-2-1
- Ley N° 19.628. Sobre protección de la vida privada. (26 de agosto 2020). En Biblioteca del Congreso Nacional. <http://bcn.cl/2f7cq>
- Ley N° 20370. Establece la ley general de educación (12 de septiembre de 2009). En Biblioteca general del Congreso Nacional.
<https://www.bcn.cl/leychile/navegar?idNorma=1006043>
- López, D; Damián, T; Céleri, M; Castillo, M; Inca, M. (2019). Técnicas Psicológicas Para Manejar El estrés académico en el proceso de aprendizaje del idioma inglés. Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Ecuador. <http://DOI:10.19044/esj.2019.v15n4p421>
- Maturana, A; Vargas, A (2015). El estrés académico. *Revista médica Condes*. Disponible: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000073>
- Muñoz. (2004) El estrés académico: Problemas y soluciones desde una perspectiva

- psicosocial. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Huelva.
Molina, D (2009) Hacia una educación integral. Ediciones Erasmus. España.
- Naranjo, L (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. Universidad de Costa Rica.
- Orlandini A.(1999) El estrés, qué es y cómo evitarlo. México: FCE.
- Pineida y Anacallo, C. (2020). Nivel de estrés académico de los estudiantes de Psicología Educativa y Orientación de la Universidad Central del Ecuador, en el período de estudio julio-noviembre 2019.
<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/20646>
- Revista Educación 33(2), 171-190, ISSN: 0379-7082. Disponible:
<https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
- Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Castañeda Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17-37.
<https://doi.org/10.25057/21452776.1331>
- Rodríguez, G, Gómez, J, Gil, Flores, García Jiménez (2009). Metodología de la investigación cualitativa.
https://cesaraguilar.weebly.com/uploads/2/7/7/5/2775690/rodriguez_gil_01.pdf
- Silva Ramos, M.F; López Cocotle, J.J; y Meza Zamora, M.E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28 (79), pp. 75-83.
<https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>
- Sroufe, L. A., Martha Susana tr Donís Galindo, & José rev. téc Huerta Ibarra. (2000). Desarrollo emocional: la organización de la vida emocional en los primeros años.
- Suárez, N., y Díaz, L. (2015). Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. *Revista de Salud Pública*, 17(2), 300-313.
- Timothy J. L. (2020). El estrés y la ansiedad: Causas y cómo controlarlos. *Healthline*, editorial team. Disponible en: <https://www.healthline.com/health/es/como-quitar-el-estres#En-conclusin>
- Torrades, S (2007). Estrés y *burn out*. Divulgación sanitaria. Vol. 26 N° 10. Disponible: <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-pdf-13112896>

- Trucco, M. (2002) Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales. Rev. Chile. Neuropsiquiatría. v.40 supl.2 Santiago. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272002000600002>
- Taylor y R. Bogdan. (2000). *Introducción a los métodos cualitativos*. Ediciones Paidós. <https://asodea.files.wordpress.com/2009/09/taylor-s-j-bogdan-r-metodologia-cualitativa.pdf>
- Williams, David R. & House, James S. (2002) Stress, social support, control and coping: a social epidemiological view <https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc>
- Zárate, N; Soto, M., Castro, M., y Quintero Salazar, J. (2017). Estrés académico en estudiantes universitarios: Medidas preventivas. Revista de Alta Tecnología y la Sociedad, 9(4), 92-98.
- Pozos, B, Preciado, M, Plascencia, C, Acosta, M, Aguilera, M (2015). Estrés Académico y Síntomas Físicos, Psicológicos y Comportamentales en Estudiantes Mexicanos De Una Universidad Pública



UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIAN

Anexos

Anexo

Entrevista dirigida a los profesores

Técnicas e instrumentos de recolección de la información

Entrevista semiestructurada

El instrumento principal de recogida de datos información significativa para el estudio fue la entrevista semiestructurada, el cual presenta un grado de flexibilidad que las entrevistas estructuradas, debido a que parten de preguntas planeadas, que pueden ajustarse a los entrevistados. Su ventaja es la posibilidad de adaptarse a los sujetos con enormes posibilidades para motivar al interlocutor, aclarar términos, identificar ambigüedades y reducir formalismos (Martínez, 2008 p. 65-68)

Durante el desarrollo de la entrevista a los profesores de la universidad se procede de acuerdo a las recomendaciones propuestas por Martínez (2008) con respecto al abordaje de la entrevista semiestructurada:

- Disponer de una guía de entrevista (protocolo) con preguntas de análisis que responda a los objetivos del estudio
- Dar a conocer al entrevistado los objetivos y el fin de la entrevista, además de obtener su autorización para la grabación.
- Asumir actitud positiva frente al entrevistado
- Tomar en consideración la guía de preguntas, sin interrumpir al entrevistado
- Invitar al entrevistado a profundizar en la temática.
- Atendiendo a los lineamientos anteriores se procedió a recoger la información pertinente.

Técnica de análisis de contenido cualitativo

El análisis de contenido en perspectiva cualitativa se orienta hacia la interpretación de significados en contexto expresivo o comunicativo. En definitiva, el análisis de la respuesta del receptor es el análisis de su forma y contenido, por lo cual este apartado remite también

al estudio del mensaje en sí (Campos, C, 2017, p.67)

Mediante la técnica de análisis de contenido se ha procedido al estudio del contenido de las respuestas recogidos producto de la aplicación de la entrevista semiestructurada aplicada a 6 docentes de la carrera de Obstetricia, que se constituyó como unidad de análisis.

La categorización en el análisis de contenido

Las categorías textuales o de contenido son las variables sobre las que el investigador hace sus inferencias.

Un sistema de categorías es una clasificación lógicamente de los discursos recogidos por los informantes claves. En el caso de las categorías de contenidos es ante todo una clasificación de material textual, las mismas se configuran de los objetivos específicos de la investigación y del cuerpo epistemológico en que se fundamenta el estudio

Categorías a partir de los discursos obtenidos de los instrumentos aplicados en el caso de estudio de la entrevista semiestructurada se procedió a la organización de la información.

Criterio de validación de la entrevista

Objetivo de la entrevista:

Objetivo general

Analizar las vivencias y opinión de los docentes respecto al estrés académico en estudiantes universitarios de tercer año de la carrera de Obstetricia de universidad privada chilena.

Presentación y análisis de los resultados: Entrevista semiestructurada para ser administrada a los profesores.

Preguntas:

- 1) Ha observado Ud. algunos síntomas físicos en los estudiantes durante el desarrollo de las clases. En caso afirmativo cuáles

Docente 1: No.

Docente 2: No. Baja la asistencia en época de solemne

Docente 3: Sí. He asistido alumnos llorando en el suelo.

Docente 4: En clases, son muy ansiosos, se estresan con muy poco. E visto mucha gente que se comen las uñas, muchos suspiros profundos.

Docente 5: No, en mi clase no.

Docente 6: Sí, varias estudiantes se mostraban ansiosas, lloraban, se sentían angustiadas, en mi asignatura.

2) Ha observado Ud. algunos síntomas físicos en los estudiantes durante las evaluaciones. En caso afirmativo, menciónelos.

Docente 1: No.

Docente 2: Sí, sudoración, permisos para acudir al baño, sofocación.

Docente 3: Sí, sudoración, crisis, se necesita contener por un tiempo para poder rendir su prueba

Docente 4: Sí, alumnas con taquicardia, que debe salir a caminar a respirar para volver a clases. Ente que se desmaya, con nauseas.

Docente 5: Sí. Durante las evaluaciones, aunque están bastante concentradas, después se ven más evidencias como llantos.

Docente 6: En mi caso, intranquila, muy estresadas, un fenómeno trasverso.

3) Ha observado estado de cansancio en sus estudiantes (sueño, desinterés, falta de atención).

Docente 1: Sí, llegan cansados, atrasados, se quedan dormidos en clase, con falta de atención. Y desinterés si la asignatura no necesita “nota”

Docente 2: Se quedan dormidas. Un porcentaje menor.

Docente 3: Trastornos alimenticios, y crisis de pánico. Cansancio, por el transporte, traslado. Y algunos trabajan para solventar sus gastos, será el alumno que se quedará dormido.

Docente 4: Llegan cansados, con baja participación, desmotivados, desganados.

Docente 5: En general no se ve más allá de un bostezo, o sueño.

Docente 6: cansancio más hacia final del semestre.

- 4) Se le han presentado casos de estudiantes con reacciones violentas. En caso afirmativo, menciónelos

Docente 1: No. Ninguno. Son autocríticos, y realizan mea culpa sobre su actuar, para mejorar.

Docente 2: No. En este nivel no, en otros niveles sí, por frustración. y hospitalización.

Docente 3: No. Existen primeros auxilios psicológicos en la universidad. Buscan ayuda por el centro de estudiantes, con sus docentes, o se puede agilizar la hora para diagnosticar a tiempo.

Docente 4: Nunca violentos. Son muy autocríticos, y quieren ser efectivos.

Docente 5: No, en mi asignatura no.

Docente 6: No. En las clases no.

- 5) Los estudiantes aceptan la retroalimentación de sus profesores. En caso afirmativo, menciónelos

Docente 1: Sí. Muy receptivos, incluso si reprueba.

Docente 2: Sí. En sí, salvo posturas muy rígidas.

Docente 3: En general las aceptan. Son alumnos que no discuten inoficiosamente.

Docente 4: Muy a la defensiva. Otros se bajonean bastante, no están preparados para aceptar críticas, en general la generación desea ser aceptada. Y quieren resultados, enseguida.

Docente 5: Sí, siempre muy receptivas.

Docente 6: Bastante receptivas.

- 6) El rendimiento académico es de calidad.

Docente 1: No. Ha disminuido si se considera la nota como resultado. De 6.5 actualmente bajo los mismos estándares, formación y estrategias 4.8 en promedio.

Docente 2: No, son rendimientos malos. Los resultados son difíciles de lograr.

Docente 3: Post Pandemia a disminuido bastante. Las notas son buenas, porque pueden rendir una prueba, vulnerando el sistema online, y al retorno, tras dar las pruebas presencialmente se traducen en malas notas.

Docente 4: Les ha costado muchísimo. Muchos rojos.

Docente 5: Sí, es un ramo que exige atención y comprensión. Y tiene un alto porcentaje de aprobación.

Docente 6: Las notas han disminuido, la carga académica y las horas son las mismas.

7) Los estudiantes aceptan las críticas constructivas del profesor. En caso afirmativo, menciónelos

Docente 1: Se realiza retroalimentación partiendo por lo positivo. Enfocándome en lo que debe mejorar, los alumnos lo ven con alturas de mira. En privado si es algo particular. Lo teórico se retroalimenta colectivamente.

Docente 2: Bastante receptivos en lineamientos generales, dependerá de la relación que haya cultivado el docente y sus alumnos.

Docente 3: Sí, porque aceptan las críticas y lorán entender los puntos a mejorar, y un porcentaje menor realizan el cambio.

Docente 4: No la toman mal, se quedan muy callados, y fuera de plazo presentan descargos.

Docente 5: Sí, en general es una carrera de alumnas muy educadas, y reciben bien las críticas.

Docente 6: No siempre, la mayoría las aceptan.

8) Los estudiantes cumplen con las actividades académicas. En caso afirmativo, menciónelos.

Docente 1: Depende si es forma, no todos la realizan. Si es con nota, se realiza 100%. Trabajos formativos, sin nota: últimamente se van realizando todas las actividades.

Docente 2: Depende si es con nota.

Docente 3: Sólo si es con nota. Excepcionalmente, no lo realizan, y se debe recordar los plazos de entrega.

Docente 4: Solo las actividades sumativas, con nota.

Docente 5: Sí, les es más fácil trabajos grupales, y cumplen con los plazos.

Docente 6: Sí, cumplen con los trabajos y las evaluaciones.

- 9) Considera que los estudiantes tienen competencia favorable entre sus compañeros.
En caso afirmativo comente.

Docente 1: Actualmente hay buena participación, en una actividad se obtuvo una nota 7, y todas aplauden, aún sacando un 50% nota roja. Pudiendo empatizar con la alegría de quien obtiene buena calificación.

Docente 2: Es un buen grupo, un buen curso, hay líderes positivos, con buenas relaciones entre ellos. En otros niveles son más competitivos.

Docente 3: Sí, en este nivel sí.

Docente 4: Sí, se aplauden bastante. No aceptan las críticas, por lo que se tiran flores.

Docente 5: Sí, pasaron varios semestres conociéndose, y éste nivel son bastante unidas.

Docente 6: Sí, en mi ramo, tras una evaluación las compañeras aplaudieron a la mejor nota de una solemne.

- 10) Considera que los estudiantes tienen exceso de trabajos académicos. En caso afirmativo, menciónelos

Docente 1: No. Con los ajustes de los programas, existen menos trabajos, se realizan trabajos y una prueba solemne, para obtener una nota de solemne a fin de repartir en un trabajo grupal y una prueba individual una nota, que antes era sólo una solemne.

Docente 2: Sí, posee dos asignaturas bastante densas, simulación en las mañanas, muchos trabajos. Educar, hablar en público.

Docente 3: No, creo que está adecuado. Se coordina entre docentes, para no sobrecargar

Docente 4: No. Deben estudiar, pero el número es adecuado con bastante plazo.

Docente 5: No, tienen trabajos con plazos prudentes, y pruebas acordes a los contenidos.

Docente 6: No, Está adecuado a su nivel.

- 11) Los estudiantes tienen problemas para comprender las temáticas de su asignatura.
En caso afirmativo menciónelos

Docente 1: Los ramos troncales, les cuesta integrar.

Docente 2: Sí, les cuesta la integración. Clasificar, o errores de concepto, de vocabulario, o asimilar, tampoco preguntan, no cuestionan. Quieren tener mucha información, sin revisar la información.

Docente 3: Tienen problemas para comprender, explicarles muy bien qué es lo que se quiere, tiene poca comprensión lectora. No ay aprendizaje significativo, es pasajero.

Docente 4: Toman atención, y creo que se cumple.

Docente 5: Les cuesta al principio, pero se logra al final

Docente 6: En general, les cuesta relacionar los conceptos aprendidos. Las alumnas que estudian más preguntan más, y las lleva a comprender las temáticas, y muchas veces son quienes socializan las temáticas.

12) Los estudiantes les dedican poco tiempo a las actividades académicas. En caso afirmativo, menciónelos

Docente 1: Les dedican mucho tiempo, no saben organizarse. Estudian 3 días previos. 50% estudian

Docente 2: 1% del estudiante, estudia organizadamente. Se preparan 3 días antes de la solemne

Docente 3: El aprendizaje es más liviano. No tienen habito de estudio, no existe reforzamiento solo estudio de último momento.

Docente 4: Les falta organizarse, dejan todo para el final.

Docente 5: Sí, estudian para aprobar más que para aprender.

Docente 6: Creo que le dedican mucho tiempo, estudian toda la noche, sin ser el más efectivo de los estudios.

13) Considera Ud. que algunos estudiantes se han retirado de la carrera por exceso de actividades académicas. En caso afirmativo, menciónelos

Docente 1: Sí, existen alumnos que realizan pausas, congelando. Otros se retiran por exceso de ramos.

Docente 2: Sí, este año alumnos nuevos, cuyos puntajes de admisión eran entre 450 y 500 puntos. Porque pensaron que la carrera era más fácil.

Docente 3: En tercero, no se retiran por esa razón.

Docente 4: En general, trabaja bajo presión. Por eso se estresa. Un par de alumnos, se retiran por no poder seguir estudiando.

Docente 5: No, por otras razones pocos retiros. Por la sobrecarga no.

Docente 6: A mí parecer, no es la razón para abandonar la carrera. Se suman otros factores.

14) Qué estrategias recomienda aplicar a los estudiantes para afrontar el estrés académico.

Docente 1: Administrar mejor su tiempo. Establecerse metas, establecer horas de estudio al día. Se reúnen a estudiar en meet de google en grupos.

Docente 2: Asistir a clases, consciente. Estudio a diario. Subrayar, resumen de lo visto, revisar lo que desconocen. Preguntas al docente, en su correo. CREAR: cita psicológica para apoyar su estudio.

Docente 3: El estudio debe ser a diario, deben profundizar los contenidos, más allá del PPT. Que acuda a la fuente que es el libro. Acudan a la bibliografía sugerida.

Docente 4: Crear: es como debe estudiar, como enfrentar una sala de clases, no toman a esas advertencias. - Organización, con calendario del celular, algo más detallado. A conciencia, una hora sin distractores.

Docente 5: Administre mejor su tiempo, que no estudie a última hora, que aproveche la biblioteca virtual, y resuelva sus dudas.

Docente 6: Ir a todas las clases, preguntar y aclarar sus dudas, acudir a la bibliografía, y desarrollar las actividades encomendadas. Leer lo que se les sugiere. Y estudiar diariamente, cuando la clase terminó.

Anexo 1. Formulario de consentimiento informado del estudiante.

La presente investigación tiene por nombre “Estrés académico en estudiantes universitarios de Obstetricia de una Universidad Privada en Chile”. A cargo de las investigadoras Carola Uribe Maldonado, matrona clínica de la Clínica Andes Salud, y Loretto Rodríguez Rivas, matrona y docente de la carrera de Obstetricia, de la Universidad San Sebastián, y que tiene por objetivo general Analizar las características del estrés académico en estudiantes universitarios de tercer año de obstetricia de una universidad privada chilena.

La participación en la siguiente investigación es de carácter voluntaria y anónima, los datos recogidos son de carácter privado y solo los investigadores tendrán acceso a dicha información, ya que los resultados de la encuesta serán enviados a un correo exclusivo para almacenar la información, la que una vez analizada será eliminada con un ministro de fe.

Con respecto a su participación en la investigación, esta se basa en responder una encuesta sociodemográfica de ocho preguntas y una encuesta tipo Likert agrupada en cuatro categorías, contará con 30 minutos aproximadamente, a la que tendrá acceso una vez firme el consentimiento informado. Le llegará un enlace a su correo institucional. Los investigadores se encontrarán disponibles para resolver dudas con relación al consentimiento mediante correo electrónico mencionado más adelante.

Los beneficios potenciales de la investigación y para el participante son poder identificar los estresores que acompaña a los estudiantes y analizar sus características, lo cual podría significar una mejora en el desarrollo de la actividad académica y mejorar las herramientas que se utilizan para el manejo del estrés identificado en los estudiantes universitarios.

Los riesgos de su participación en la investigación son mínimos, ya que los datos obtenidos son únicamente de valor estadístico y bajo ningún concepto significaran perjuicio o menoscabo. El beneficio de esta investigación no es de tipo monetario, tiene por objetivo identificar los elementos estresores en los estudiantes que permita buscar estrategias de abordamiento y disminución, que favorezcan un desempeño académico adecuado.

Este consentimiento es la primera versión y puede ser modificado en el transcurso de la investigación, para tal efecto, una de las investigadoras tomara contacto con usted y se procederá a firmar un nuevo consentimiento, siempre y cuando usted acepte participar nuevamente.

La encuesta y consentimiento informado solo será revisado por las investigadoras y se procederá a destruir toda la información una vez se conformen los datos estadísticos.

Usted como participante tiene la opción de revocar en cualquier momento el consentimiento, así como abandonar la investigación, sin que eso signifique menoscabo alguno.

Los participantes podrán conocer los resultados de la investigación en publicación

en la página web de la Universidad San Sebastian. Los datos generales pueden ser utilizados para una publicación científica o de carácter académico.

Se firman dos copias del mismo tenor, quedando una copia con el participante y la otra con las investigadoras.

La investigación ha sido aprobada y validada por el Comité ético científico de la Universidad SanSebastian, presidente Señor Bernardo Aguilera Dreyse, medico, Facultad Medicina y Ciencia, Universidad San Sebastian, Santiago. Cualquier duda con relación a los aspectos éticos de la investigación, deben consultarlos en el siguiente correo electrónico: cec@uss.cl

Las investigadoras son dos matronas que cursan el grado de Magister en educación para Ciencias de la salud en la Universidad San Sebastian, Sede de la Patagonia, Puerto Montt, guiados por la tutora Sara Parada Ibañez, Magister en Educación en Ciencias de la Salud.

Las investigadoras pueden ser contactadas en cualquier momento para aclarar dudas de la investigación, revocación del consentimiento, uso de los datos de cada participante, entre otras instancias.

Estudiante	Correo electrónico
Carola Uribe Maldonado	carolauribemaldonado@gmail.com +56 9 84539977
Loretto Rodriguez Rivas	María.rodriquezr@uss.cl +56 9 89358287

Acepto participar (firma) _____

No acepto participar (firma) _____

Fecha:



UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIAN

Anexo 2. Formulario de consentimiento informado docente

La presente investigación tiene por nombre “Estrés académico en estudiantes universitarios de Obstetricia de una Universidad Privada en Chile”. A cargo de las investigadoras Carola Uribe Maldonado, matrona clínica de la Clínica Andes Salud, y Loretto Rodríguez Rivas, matrona y docente de la carrera de Obstetricia, Facultad de Ciencias del Cuidado, de la Universidad San Sebastián, y que tiene por objetivo general Analizar las características del estrés académico en estudiantes universitarios de tercer año de obstetricia de una universidad privada chilena.

La participación en la siguiente investigación es de carácter voluntaria y anónima, los datos recogidos son de carácter privado y solo los investigadores tendrán acceso a dicha información, ya que los resultados de la encuesta serán enviados a un correo exclusivo para almacenar la información, la que una vez analizada será eliminada con un ministro de fe.

Con respecto a su participación en la investigación, esta se basa en responder una entrevista de 14 preguntas semiestructuradas, contará con 30 minutos aproximadamente, a la que tendrá acceso una vez firme el consentimiento informado, el que le será entregado de manera presencial. En caso de participar, la entrevista se llevará a cabo en la sala de profesores de la escuela de Obstetricia, espacio físico que se resguardará exclusivamente para el proceso. Los investigadores se encontrarán disponibles para resolver dudas con relación al consentimiento mediante correo electrónico mencionado más adelante.

Los beneficios potenciales de la investigación y para el participante son poder identificar los estresores que acompaña a los estudiantes y analizar sus características, lo cual podría significar una mejora en el desarrollo de la actividad académica y mejorar las

herramientas que se utilizan para el manejo del estrés identificado en los estudiantes universitarios.

Los riesgos de su participación en la investigación son mínimos, ya que los datos obtenidos son únicamente de valor estadístico y bajo ningún concepto significaran perjuicio o menoscabo. El beneficio de esta investigación no es de tipo monetario, tiene por objetivo identificar los elementos estresores en los estudiantes que permita buscar estrategias de abordamiento y disminución, que favorezcan un desempeño académico adecuado.

Este consentimiento es la primera versión y puede ser modificado en el transcurso de la investigación, para tal efecto, una de las investigadoras tomara contacto con usted y se procederá a firmar un nuevo consentimiento, siempre y cuando usted acepte participar nuevamente.

La encuesta y consentimiento informado solo será revisado por las investigadoras y se procederá a destruir toda la información una vez se conformen los datos estadísticos.

Usted como participante tiene la opción de revocar en cualquier momento el consentimiento, así como abandonar la investigación, sin que eso signifique menoscabo alguno.

Los participantes podrán conocer los resultados de la investigación en publicación en la página web de la Universidad San Sebastian. Los datos generales pueden ser utilizados para una publicación científica o de carácter académico.

Se firman dos copias del mismo tenor, quedando una copia con el participante y la otra con las investigadoras.

La investigación ha sido aprobada y validada por el Comité ético científico de la Universidad SanSebastian, presidente Señor Bernardo Aguilera Dreyse, medico, Facultad Medicina y Ciencia, Universidad San Sebastian, Santiago. Cualquier duda con relación a los aspectos éticos de la investigación, deben consultarlos en el siguiente correo electrónico: cec@uss.cl

Las investigadoras son dos matronas que cursan el grado de Magister en educación para Ciencias de la salud en la Universidad San Sebastian, Sede de la Patagonia, Puerto Montt, guiados por la tutora Sara Parada Ibañez, Magister en Educación en Ciencias de la Salud.

Las investigadoras pueden ser contactadas en cualquier momento para aclarar dudas de la investigación, revocación del consentimiento, uso de los datos de cada participante, entre otras instancias.

Docente	Correo electrónico
Carola Uribe Maldonado	carolauribemaldonado@gmail.com +56 9 84539977
Loretto Rodriguez Rivas	María.rodriquezr@uss.cl +56 9 89358287

Acepto participar (firma) _____

Acepto participar y acepto también ser grabado en audio. _____

Acepto participar de la investigación y ser filmado. _____

No acepto participar (firma) _____

Fecha:



UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIAN

Anexo 3. Operacionalización de las variables

Operacionalización de las variables

Título del estudio: Estrés Académico en Estudiantes Universitarios de Obstetricia de La Universidad “San Sebastián” SedePatagonia, Puerto Montt

Variable dependiente: estrés académico

Variable independiente: estudiantes universitarios

Matriz N° 1 Mapa de operacionalización de objetivos

Objetivo general	Objetivos específicos	Dimensiones de análisis/descriptores	Definición de las dimensiones	Subdimensiones de análisis	Ítems
Analizar el estrés académico que acompaña a los estudiantes de la educación superior de la Carrera de Obstetricia de la Universidad San Sebastián, Sede	Identificar las reacciones físicas y conductuales que explican el estrés académico que acompaña a los estudiantes de la educación superior de la Carrera de Obstetricia de la Universidad San	Reacciones físicas y psicológicas	Síntomas físicos, psicológicos y de comportamiento que son producto de reacciones ante situaciones de estrés académico.	Reacciones físicas	1, 2, 3, 4, 5, 6

Patagonia, Puerto Montt.	Sebastián, Sede Patagonia, Puerto Montt.			Reacciones psicológicas/emocionales	1,2,3, 4
	Determinar los principales estresores académicos en los estudiantes de Educación Superior de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile, Sede Patagonia, Puerto Montt.	Estresores académicos	Estresores académicos representan el conjunto de situaciones ocurridas en el contexto académico-formativo que pueden generar estrés en los estudiantes.	Tipos de estresores	1,2,3, 4,5,6, 7,8,9, 10
	Valorar las diferentes estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes	Estrategias de afrontamiento del estrés académico		Estrategias de afrontamiento	1,2,3, 4,5,6,

Anexo 4. Entrevista dirigida a los profesores

Título del estudio: Estrés Académico en Estudiantes Universitarios de tercer año de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile Sede Patagonia, Puerto Montt.

Instrucciones: Entrevista semiestructurada para ser administrada a los profesores.

Preguntas abiertas/entrevista semiestructurada
1) Ha observado Ud. algunos síntomas físicos en los estudiantes durante el desarrollo de las clases. En caso afirmativo cuáles
2) Ha observado Ud. algunos síntomas físicos en los estudiantes durante las evaluaciones. En caso afirmativo, menciónelos
3) Ha observado estado de cansancio en sus estudiantes (sueño, desinterés, falta de atención).
4) Se le han presentado casos de estudiantes con reacciones violentas. En caso afirmativo, menciónelos
5) Los estudiantes aceptan la retroalimentación de sus profesores. En caso afirmativo, menciónelos
6) El rendimiento académico es de calidad. En caso afirmativo, menciónelos
7) Los estudiantes aceptan las críticas constructivas del profesor. En caso afirmativo, menciónelos
8) Los estudiantes cumplen con las actividades académicas. En caso afirmativo, menciónelos
9) Considera que los estudiantes tienen competencia favorable entre sus compañeros. En caso afirmativo, menciónelos
10) Considera que los estudiantes tienen exceso de trabajos académicos. En caso afirmativo, menciónelos
11) Los estudiantes tienen problemas para comprender las temáticas de su asignatura. En caso afirmativo, menciónelos
12) Los estudiantes les dedican poco tiempo a las actividades académicas. En caso afirmativo, menciónelos
13) Los estudiantes se han retirado de la carrera por exceso de actividades académicas. En caso afirmativo, menciónelos
14) Qué estrategias recomienda aplicar a los estudiantes para afrontar el estrés académico. En caso afirmativo, menciónelos

Anexo 5. Instrumento Escala de Estresores Académicos dirigida a los estudiantes

Título del estudio: Estrés Académico en Estudiantes Universitarios de tercer año de Obstetricia, de La Universidad San Sebastián Sede Patagonia, Puerto Montt.

El instrumento consta de dos partes: en la primera se presentan ocho preguntas abiertas dirigidas a recoger datos sociodemográficos de los estudiantes a encuestar y en la segunda parte se les aplica una escala tipo Likert dirigida a determinar el nivel de estrés que le genera como estudiante Universitario del tercer año de Obstetricia, de La Universidad San Sebastián Sede Patagonia, Puerto Montt. Esta parte del encuesta debe responderla en función de la experiencia vivida como estudiante durante los tres años de carrera. Para ello debe responder según la frecuencia de ocurrencia de la misma y según la escala que se presenta seguidamente indicando en qué medida le ponen nervioso o le inquietan a usted.

Escala	Valor en la escala	Interpretación
Nunca	1	Nunca me pongo nervioso o nerviosa
Alguna vez	2	Algunas veces me pongo nervioso o nerviosa
Muchas veces	3	Muchas veces me pongo nervioso o nerviosa
Casi siempre	4	Casi siempre me pongo nervioso o nerviosa
Siempre	5	Siempre me pongo nervioso o nerviosa

Parte I: Datos sociodemográficos del estudiante

1. ¿Cuál es tu edad?
2. ¿Con cuál género te identificas?
3. ¿Cuál es tu estado civil?
4. ¿Cuántas personas viven en tu hogar?
5. ¿Actualmente, te encuentras trabajando?
6. ¿Qué tipo de deporte practica?
7. ¿Cuántas horas diarias le dedica a sus estudios, incluyendo el tiempo que asiste a la universidad?
8. Otros aspectos que desee agregar.

Parte II: Esta parte del encuesta debe responderla en función de la experiencia vivida como estudiante durante los tres años de carrera. Para ello debe responder según la frecuencia de ocurrencia de la misma y según la escala que se presenta seguidamente indicando en qué medida le ponen nervioso o le inquietan a usted.

Categorías	1 = nunca	2 = alguna vez	3 = Muchas veces	4 = casi siempre	5 = siempre
Categoría: síntomas físicos					
1. Cuando tengo una evaluación sumativa me dan dolores de cabeza					
2. Me sudan las manos cuando me exigen presentaciones individuales					
3. Las presentaciones orales me aceleran el ritmo cardíaco					
4. Las pruebas escritas me provocan vómitos y mareos					
5. Cuando no alcanzó los objetivos me dan temblores, tensión o dolores musculares					

6. La sobreactividad académica en la carrera me provoca dificultad para respirar					
Categoría: síntomas psicológicos					
1. Siento temor cuando voy a presentar una evaluación					
2. Siento ansiedad cuando hay demandas académicas					
3. Tengo la sensación de pérdida de control frente a las actividades académicas					
4. Las demandas académicas por sobre actividad me generan agresividad					
5. Las evaluaciones me generan nervios					
Categoría: Estresores académicos					
1. El desconocimiento de los resultados de las evaluaciones me genera nervios o ansiedad					
2. No hay retroalimentación de las actividades académicas presentadas					
3. Porque no tengo claro cómo conseguir que se valore mi dominio de las materias					
4. Las deficiencias metodológicas del profesor					
5. Clima del aula poco favorecedor del proceso de aprendizaje					

6. Por los conflictos en las relaciones con otras personas (profesores, compañeros)					
7. Por la excesiva competitividad existente en clase					
8. Por la falta de apoyo de los profesores					
9. Por la falta de apoyo de los compañeros					
10. Sobrecarga del estudiante					
Categoría: Estrategias de afrontamiento del estrés académico					
1. Aplicación de estrategias complejas					
2. Asume el proceso de autocrítica					
3. Manifiesta sus emociones					
4. Realiza apoyo social					
5. Evitación de problemas					
6. Realización de actividad física					
7. Asumo estrategias de afrontamiento					

Anexo 6. Comunicaciones dirigidas a los expertos y directora de la institución

Carta de Solicitud

Estimado Panel de Expertos:

Nos dirigimos a Ud. para saludarle muy atentamente y solicitarle su valiosa colaboración. Le manifestamos que actualmente nos encontramos realizando una investigación titulada “Estrés Académico en Estudiantes Universitarios de Obstetricia de Tercer Año de la Carrera de Obstetricia de una Universidad Privada de Chile. Para abordarla investigación, se ha seguido un determinado procedimiento que consiste en la definición de la matriz de operacionalización del objetivo general y específicos, con sus respectivas Dimensiones. En función de estas Dimensiones se elaboró un instrumento que se ha denominado “Escala de estresores académicos”, con el cual se plantea analizar Estrés Académico y que será aplicado a los estudiantes de tercer año de la carrera de Obstetricia. Por otro lado, se realizara en seis docentes de la carrera una entrevista semi estructurada para ayudar a recabar mayor información sobre el tema de investigación.

La encuesta tipo escala Likert y la entrevista semi estructurada, antes de ser aplicado exige ser analizado mediante el juicio de expertos, para su análisis y validación, razones que han llevado, dada su amplia trayectoria profesional en el área como profesor e investigador, a ser invitado para el proceso de validación. En tal sentido, recorro a Ud. para solicitar su apoyo en relación con el proceso de validación, el cual permitirá determinar la pertinencia y claridad de cada una de las Dimensiones, y proceda a emitirsu recomendación al respecto para proceder a su aplicación definitiva a la muestra de estudio.

Se agradece los aportes, comentarios y sugerencias, que pueden ser enviadas vía correo electrónico a los siguientes correos: maría.rodriquezr@uss.cl curibem2@correo.uss.cl con la finalidad de aplicar la encuesta y recoger la información que permita dar respuesta a los objetivos planteados.

**Estudiantes candidatos para optar al grado de Magister en Educación
Universitaria en Ciencias de la Salud:**

María Loretto Rodríguez Rivas Carola Eugenia Uribe Maldonado



UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIAN

Universidad San Sebastián
Facultad de Ciencias del Cuidado

Puerto Montt, 29 de abril 2022

Estimado
Prof. Bernardo Aguilera Dreyse
Presidente comité ético científico
Presente

Como directora de la carrera de Obstetricia, Facultad de Ciencias del Cuidado de la Universidad San Sebastián, Sede Patagonia, declaro, aceptar que las investigadoras Carola Uribe Maldonado y Loreto Rodríguez Rivas realicen su investigación titulada "Estrés académico en estudiantes universitarios de tercer año de Obstetricia de la Universidad San Sebastián Sede Patagonia, Puerto Montt" para optar al grado académico de Magister en Educación Universitaria para Ciencias de la salud a través de entrevistas a los docentes y estudiantes de nuestra facultad.

Sin otro particular, le saludo cordialmente a usted.

Sigrid Daniela S. Izquierdo
Directora carrera Obstetricia
Sede de la Patagonia
Universidad San Sebastián



UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIAN

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo Alejandro Hernández Escobar Titular de la Cédula de identidad N° 17.278.840-8 de profesión Matrón ejerciendo actualmente como Docente Asistente en la institución Universidad San Sebastián, Sede de la Pto. Montt

Por medio de la presente dejo constancia que he revisado con fines de validación el instrumento estrés académico para los efectos de su aplicación a estudiantes y docentes de tercer año de Obstetricia de la Universidad San Sebastián de la comuna de Puerto Montt.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Amplitud de conocimientos				X
Redacción de los ítems				X
Claridad y precisión				X
Pertinencia				X

En Puerto Montt, Chile, a 26 del mes de abril del 2022


Alejandro Hernández Escobar
17.278.840-8



UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIÁN

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo Cecilia Flores Titular de la Cédula de identidad N° 10.486.191-7 de
profesión Matrona ejerciendo actualmente como Docente en la institución
Universidad San Sebastián

Por medio de la presente dejo constancia que he revisado con fines de validación el instrumento
estrés académico para los efectos de su aplicación a estudiantes y docentes de tercer año de
Obstetricia de la Universidad San Sebastián de la comuna de Puerto Montt.

Después de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Amplitud de conocimientos				X
Redacción de los ítems				X
Claridad y precisión				X
Pertinencia				X

En Puerto Montt, Chile, a 26 del mes de Abril del 2022



UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIÁN

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo Yolanda Arriagada C. titular de la Oficina de Identidad Nº 15.896.334-S de profesión Psicóloga ejerciendo actualmente como psicóloga en la institución Universidad San Sebastián

Por medio de la presente dejo constancia que he revisado con fines de validación el instrumento estrés académico para los efectos de su aplicación a estudiantes y docentes de tercer año de Obstetricia de la Universidad San Sebastián de la comuna de Puerto Montt.

Después de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Amplitud de conocimientos			✓	
Relevancia de los ítems				✓
Claridad y precisión				✓
Pertinencia				✓

En Puerto Montt, Chile, a 20 de del mes de Abril del 2022



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo P. José Rojas V. Titular de la Cédula de Identidad N° 10.345.444-1 de profesión Biólogo ejerciendo actualmente como Biólogo en la institución Universidad San Sebastián

Por medio de la presente dejo constancia que he revisado con fines de validación el instrumento estrés académico para los efectos de su aplicación a estudiantes y docentes de tercer año de Obstetricia de la Universidad San Sebastián de la comuna de Puerto Montt.

Logo de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Amplitud de conocimientos				X
Redacción de los ítems			X	
Claridad y precisión			X	
Pertinencia				X

En Puerto Montt, Chile, a 06 del mes de Mayo del 2022



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Natalia Paz Acha Gómez
Titular de la Cédula de Identidad N° 14.829.324-0 de
profesión Matrona ejerciendo actualmente como Docente en la institución
Universidad San Sebastián

Por medio de la presente dejo constancia que he revisado con fines de validación el instrumento
estratégico académico para los efectos de su aplicación a estudiantes y docentes de tercer año de
Odontología de la Universidad San Sebastián de la comuna de Puerto Montt.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Amplitud de conocimientos				X
Redacción de los ítems				X
Claridad y precisión				X
Pertinencia				X

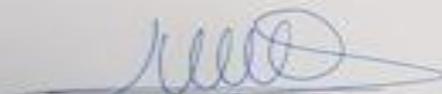
En Puerto Montt, Chile, a 9 del mes de Mayo del 2022.

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

Mediante la presente, certifico que el instrumento de investigación denominado "Estrés Académico en Estudiantes Universitarios.", cumple con todos los resguardos éticos de bienestar socioemocional dirigido a estudiantes universitarios, y, por tanto, es apto para ser aplicado para la siguiente investigación a realizarse el presente año 2022.

"Estrés académico en estudiantes universitarios de Obstetricia de tercer año de la Universidad San Sebastián Sede Patagonia, Puerto Montt"

Se extiende el presente certificado para los fines que el grupo investigador estime conveniente.



María José Marcos Vasquez
10.345.444-1
Psicóloga

Santiago, 5 de agosto de
2022 Número de
Proyecto: 80-22

ACTA DE APROBACIÓN

COMITÉ ÉTICO CIENTÍFICO – UNIVERSIDAD SAN SEBASTIÁN (CEC-USS)

Investigador Responsable: Maria Loretto Rodriguez

Coinvestigador: Carola Uribe M

Filiación institucional: Tesis para optar al grado de magíster en Educación Universitaria para Ciencias de la Salud

Título del proyecto: Estrés académico en estudiantes universitarios de tercer año de Obstetricia de una Universidad privada de Chile.

Documentos revisados y aprobados por el Comité:

- Carta al presidente del CEC-USS con declaración de intereses
- Carta de respaldo del Director de Programa de postgrado.
- Carta de respaldo tutor
- Carta de respaldo Director(a) de la carrera de Obstetricia, Sede Patagonia, Puerto Montt
- CVs investigadoras
- Proyecto de investigación (incluye documentos de consentimiento informado)
- Resumen

Considerando:

Que al presente proyecto le fueron solicitadas enmiendas el 11/07/2022, las cuales fueron satisfactoriamente respondidas por los investigadores y recibidas el 22/07/2022.

Resolución del Comité:

Este proyecto ha sido aprobado con fecha 05/08/2022. Esta aprobación tiene vigencia de un año. Si cumplido este plazo el investigador responsable desea continuar ejecutando el proyecto, deberá solicitar al CEC-USS la renovación de la aprobación.

Para efectos de reclutamiento y consentimiento de participantes, el investigador responsable deberá emplear la versión de los documentos de consentimiento y asentimiento informado que han sido aprobados y timbrados por el CEC-USS.

Para la evaluación de este proyecto, el CEC-USS ha tenido como referencia las leyes, reglamentos y políticas nacionales, las pautas internacionales sobre la materia, y los instrumentos de derechos humanos, en lo que respecta a la investigación con seres humanos, conforme a lo estipulado por la la Norma Técnica Nº 0151 del Ministerio de Salud.

Le saluda atentamente,

Presidente
Comité Ético Científico
Universidad San Sebastián

Secretaria (s)
Comité Ético Científico
Universidad San Sebastián

