

El Estrés Y Su Relación En El Rendimiento Académico En Los Estudiantes Del  
Programa De Instrumentación Quirúrgica De La Universidad Popular Del Cesar

Daniela Jisel Castro Caro

Yaireth Yajaira Chinchilla Rincón

Universidad Popular Del Cesar  
Facultad De Ciencias De La Salud  
Programa De Instrumentación Quirúrgica  
Valledupar – Cesar

2024

**El Estrés Y Su Relación En El Rendimiento Académico En Los Estudiantes Del Programa  
De Instrumentación Quirúrgica De La Universidad Popular Del Cesar**

Proyecto realizado con el fin de obtener el título de Instrumentador Quirúrgico

**Director De Trabajo De Grado**

Liliana Patricia Torres Obregón

**Instrumentadora Quirúrgica**

**Especialista En Salud Familiar**

**Magister En Gerencia De Las Organizaciones Educativas**

Universidad Popular Del Cesar

Facultad De Ciencias De La Salud

Programa De Instrumentación Quirúrgica

Valledupar – Cesar

2024

**Nota De Aceptación**

---

---

---

---

---

---

**Firma del presidente del Jurado**

---

**Firma de Jurado**

---

**Firma de Jurado**

## **Dedicatoria**

A Dios principalmente por brindarnos la sabiduría, discernimiento e inteligencia para cumplir y culminar nuestro proceso de formación. A nuestros padres por aconsejarnos, apoyarnos y darnos los ánimos y las ganas de nunca desistir que en muchos momentos necesitamos. A mis compañeras, amigas y futuras colegas, que el futuro pinte exitoso para todas nosotras.

*Yaireth Yajaira Chinchilla Rincón & Daniela Jisel Castro Caro.*

## **Agradecimientos**

"El éxito no es casualidad, es el resultado de un esfuerzo constante"

En primer lugar, quiero dar gracias a Dios por permitirme escalar este peldaño, tuve días difíciles en este proceso, pero estoy convencida de que siempre vi su respaldo, siempre encomendé mi vida y mis capacidades en su presencia y vi respuesta de su parte. De igual manera quiero agradecer a mis padres que han sido pilares fundamentales en todo mi proceso de formación, siempre vi ese apoyo emocional, de clamor a Dios y económico también, a pesar de las circunstancias nunca dejaron de confiar en mis capacidades.

A mi alma mater, la Universidad Popular del Cesar por abrirme sus puertas, a la facultad de Ciencias de la Salud, a mi programa de Instrumentación Quirúrgica y a mis docentes, por compartir ese conocimiento con tanta devoción, los recordaré con nostalgia y agradecimiento por darme el recurso intelectual para ser una profesional integral, aprendiendo mucho y espero dejar su nombre en alto. Por último, pero no menos importante, a mis amigas a Yaireth Chinchilla y Diana Molina, puedo decir con certeza que son un regalo hermoso que me encontré en mi proceso de formación, cada día con ellas fue memorable y sé que nos extrañaré en los pasillos estudiando, pero seguiremos de la mano por este camino profesional, como colegas, compartiendo no solo una hermosa amistad sino también este futuro que pinta brillante para nosotras.

*Inspiración Daniela Jisel Castro Caro.*

“El éxito es la suma de pequeños esfuerzos repetidos día tras día”

Inicialmente quiero darle las gracias a Dios porque me permitió identificar y creer en el propósito por el cual fui creada y me dio la fortaleza para que en medio de las adversidades pudiera tener un objetivo claro de la meta.

A la Universidad Popular del Cesar, quien me abrió las puertas de su alma mater para poder desarrollarme a nivel personal y profesional facilitando los recursos necesarios para que pudiera tener un crecimiento integral en mi carrera; agradecerle a cada profesor que participó en mi proceso profesional en cada semestre, las asignaturas fueron cruciales en los conocimientos que hoy me permiten ser una instrumentadora quirúrgica completa.

Mis papas Edgar Jose Chinchilla Pertuz y Emperatriz Rincón Palomino quien con tanto amor me apoyaron en todos mis semestres de manera económica y emocional para que en momentos difíciles me mantuviera firme y enfocada en el objetivo, a mis hermanas Yennys Paola Chinchilla Rincón y Laura Marcela Chinchilla Rincón las que noche tras noche fueron un apoyo desde la distancia en mi vida para que creyera en mí y en que era más que mi condición. Por último, a mi tutora Liliana Torres por su dedicación en la realización de nuestra tesis, fue de gran importancia para nosotras y el enfoque que siempre quisimos mostrar.

*Inspiración Yaireth Yajaira Chinchilla Rincón.*

**Tabla de contenido**

Resumen .....	xvi
Abstract .....	xviii
Introducción .....	xx
1. Planteamiento del Problema .....	21
1.1. Descripción del Problema .....	21
1.2. Formulación del Problema .....	23
2. Justificación .....	24
3. Propósito .....	27
4. Objetivos .....	28
4.1. Objetivo General .....	28
4.2. Objetivos Especificos .....	28
5. Línea de Investigación .....	29
5.1. Sublínea de Investigación.....	29
6. Factibilidad y Delimitaciones .....	30
6.1. Factibilidad.....	30
6.2. Delimitación: Espacios Temporales y Geograficos.....	31
7. Marco Teórico.....	33
7.1. Marco Conceptual .....	33

7.2.	Antecedentes y Estado del Arte Investigativo.....	34
7.2.1.	Antecedentes Históricos.....	34
7.2.2.	Antecedentes Investigativos.....	37
7.3.	Bases Teóricas .....	41
7.3.1.	Conceptualización del estrés.....	41
7.3.2.	Estudio del estrés.....	42
7.3.3.	Tipos de estrés.....	42
7.3.4.	Estrés académico.....	43
7.3.5.	Síntomas del Estrés académico.....	44
7.3.6.	Rendimiento Académico.....	45
7.4.	Marco Legal .....	49
8.	Diseño Metodológico.....	51
8.1.	Tipo de Estudio .....	51
8.2.	Población.....	51
8.3.	Muestra.....	52
8.4.	Variable.....	52
8.5.	Unidad de Análisis .....	52
8.5.1.	Criterios de Inclusión.....	52

8.5.2. Criterios de Exclusión .....	52
8.6. Técnicas de Obtención de la Información.....	53
8.6.1. Fuentes Primarias .....	53
8.6.2. Fuentes Secundarias .....	53
8.7. Análisis y Presentación de la información .....	53
8.7.1. Análisis de la información .....	53
8.7.2. Presentación de la Información.....	54
8.7.3. Difusión de la Información .....	54
8.8. Aspectos Éticos de la Investigación .....	54
9. Resultados .....	56
- Discusión.....	108
Conclusiones .....	112
Recomendaciones.....	114
Referencias.....	115
Anexos .....	119

### Lista de tablas

tabla 1: edad de los estudiantes.....	56
tabla 2: género.....	57
tabla 3: estado civil.....	58
tabla 4: cantidad de hijos.....	59
tabla 5: promedio semestral.....	61
tabla 6: ocupación.....	62
tabla 7: manifestación de inquietud o nerviosismo.....	63
tabla 8: nivel de nerviosismo.....	64
tabla 9: nivel de inquietud, la competencia con los compañeros del grupo.....	66
tabla 10: nivel de inquietud, sobrecarga de tareas y trabajos escolares.....	67
tabla 11: nivel de inquietud, la personalidad y carácter del docente.....	68
tabla 12: nivel de inquietud, las evaluaciones de los profesores, exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.....	70
tabla 13: nivel de inquietud, el tipo de trabajos que te piden los profesores (consultas de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, exposiciones etc.....	71
tabla 14: nivel de inquietud, no entender los temas que se abordan en clases.....	73
tabla 15: nivel de inquietud, participación en clases (responder preguntas, presentaciones de temas, etc.).....	74
tabla 16: nivel de inquietud, tiempo limitado para hacer el trabajo.....	75
tabla 17: inquietud (incapacidades para relajarse y estar tranquilo).....	77
tabla 18: reacción psicológica, sentimientos de depresión y tristeza (decaído)....	78
tabla 19: reacción psicológica ansiedad, angustia o desesperación.....	80

tabla 20: reacción psicológica problemas de concentración .....	81
tabla 21: reacción psicológica sentimientos de agresividad o aumento de la irritabilidad.....	82
tabla 22: reacción física trastornos del sueño (insomnio o pesadillas).....	84
tabla 23: reacción física fatiga crónica (cansancio permanente).....	85
tabla 24: reacción física, dolores de cabeza o migrañas.....	86
tabla 25: reacción física problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.....	88
tabla 26: reacción física rascarse, morderse las uñas. frotarse, etc.....	89
tabla 27: reacción física somnolencia o mayor necesidad de dormir.....	90
tabla 28: reacción comportamental conflictos o tendencias a polemizar o discutir.	92
tabla 29: reacción comportamental, aislamiento de los demás.....	93
tabla 30: reacción comportamental, desgano para realizar las labores escolares...	95
tabla 31: reacción comportamental, aumento o reducción del consumo de alimentos.....	96
tabla 32: uso de estrategias, habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).....	97
tabla 33: uso de estrategias, elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.....	99
tabla 34: uso de estrategias, elogios sí mismo.....	100
tabla 35: uso de estrategias, la religiosidad (oraciones o asistencias a servicios religiosos).....	102
tabla 36: uso de estrategias, búsqueda de información sobre la situación.....	103

tabla 37: uso de estrategias, ventilación y confiancias (verbalización de la situación).....	105
---	-----

### Lista De Graficas

Gráfico 1: Edad de los estudiantes.....	57
Gráfico 2: Género.....	58
Gráfico 3: Estado civil.....	59
Gráfico 4: Cantidad de hijos.....	60
Gráfico 5:.....	61
Gráfico 6: Ocupación.....	62
Gráfico 7: Manifestación de inquietud o nerviosismo.....	63
Gráfico 8: Nivel de nerviosismo.....	65
Gráfico 9: Nivel de inquietud, la competencia con los compañeros del grupo...	66
Gráfico 10: Nivel de inquietud, sobrecarga de tareas y trabajos escolares....	67
Gráfico 11: Nivel de inquietud, la personalidad y carácter del docente.....	69
Gráfico 12: Nivel de inquietud, las evaluaciones de los profesores, exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.....	70
Gráfico 13: Nivel de inquietud, el tipo de trabajos que te piden los profesores (consultas de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, exposiciones etc.....	72
Gráfico 14: Nivel de inquietud, no entender los temas que se abordan en clases..	73
Gráfico 15: Nivel de inquietud, participación en clases (responder preguntas, presentaciones de temas, etc.).....	74
Gráfico 16: Nivel de inquietud, tiempo limitado para hacer el trabajo.....	76
Gráfico 17: Inquietud (incapacidades para relajarse y estar tranquilo).....	77
Gráfico 18: Reacción psicológica, sentimientos de depresión y tristeza (decaído).	79
Gráfico 19: Reacción psicológica ansiedad, angustia o desesperación.....	80

Gráfico 20: Reacción psicológica problemas de concentración.....	81
Gráfico 21: Reacción psicológica sentimientos de agresividad o aumento de la irritabilidad.....	83
Gráfico 22: Reacción psicológica trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)...	84
Gráfico 23: Reacción física fatiga crónica (cansancio permanente).....	86
Gráfico 24: Reacción física, dolores de cabeza o migrañas .....	87
Gráfico 25: Reacción física problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea..	88
Gráfico 26: Reacción física rascarse, morderse las uñas. Frotarse, etc .....	89
Gráfico 27: Reacción física somnolencia o mayor necesidad de dormir.....	91
Gráfico 28: Reacción comportamental conflictos o tendencias a polemizar o discutir.....	92
Gráfico 29: Reacción comportamental, aislamiento de los demás.....	94
Gráfico 30: Reacción comportamental, desgano para realizar las labores escolares.....	95
Gráfico 31: Reacción comportamental, aumento o reducción del consumo de alimentos.....	97
Gráfico 32: Uso de estrategias, habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).....	98
Gráfico 33: Uso de estrategias, elaboración de un plan y ejecución de sus tareas..	99
Gráfico 34: Uso de estrategias, elogios sí mismo.....	101
Gráfico 35: Uso de estrategias, la religiosidad (oraciones o asistencias a servicios religiosos).....	102

Gráfico 36: Uso de estrategias, búsqueda de información sobre la situación.....	104
Gráfico 37: Uso de estrategias, ventilación y confidencias (verbalización de la situación).....	105

## Resumen

La Organización Mundial de la Salud - OMS, define al fenómeno del estrés como “las reacciones fisiológicas que en su conjunto preparan al organismo para la acción” del cual podemos inferir que ante una situación de estrés el cuerpo se prepara para realizar una acción que puede manifestarse de manera positiva o negativa según la tolerancia o el manejo que el individuo le dé.

Este proyecto de investigación surge de la necesidad de estudiar las causas de detonación de los estresores académicos, que manifiestan con gran incidencia en relación al buen desarrollo académico de los estudiantes de 5to y 6to semestre del programa de instrumentación quirúrgica de la universidad popular del cesar. Se llevó a cabo el objetivo general que consiste en, determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico evidenciado en los estudiantes del programa de Instrumentación Quirúrgica de la Universidad Popular del Cesar, Valledupar 2024.

En el desarrollo de la investigación se evidenciaron las principales causas asociadas con un 43 % a las reacciones psicológicas; gracias a que los encuestados afirman que a veces, los problemas de concentración se generan cuando se encuentran preocupados o nerviosos. Entre otra reacción de interés es aquella en la que los estudiantes precisan algunas veces tener sentimiento de depresión y tristeza con un porcentaje de 30%, de igual manera y con un valor muy en correlación al anterior presentado tenemos que algunas veces el 29% de la población encuestada tiende a sentirse ansiosa, angustiada y desesperada frente a situaciones que generen preocupación o nerviosismo y por consiguiente estrés. Metodológicamente, la investigación se enmarca bajo un estudio descriptivo, cuantitativo; con una población que comprende a todos los

estudiantes del programa de instrumentación quirúrgica que cursan 5to y 6to semestre en la universidad popular del Cesar en el periodo 2024-1.

Dando como resultado la manifestación de aquellos factores que dan prevalencia al estrés académico; además de, corroborar lo dicho sobre la presencia del estrés a manera general, nunca ha sido algo que este fuera de nuestro contexto. En estudios anteriores (Guzmán-Castillo, Castillo-Navarrete, 2020) presentan porcentajes del estrés académico en Latinoamérica, entre 35 % y 95 % de estudiantes de educación superior; muchos podrían no estar relacionados con el ámbito académico, pero si se cree que estos factores pueden inhibir el éxito del desempeño académico.

**Palabras Claves:** depresión, estrés, rendimiento académico.

### **Abstract**

The World Health Organization - WHO, defines the phenomenon of stress as “the physiological reactions that together prepare the body for action” from which we can infer that in a stressful situation the body prepares to carry out an action that can manifest itself in a positive or negative way depending on the tolerance or management that the individual gives it.

The present research project arises from the need to thoroughly study the causes that trigger academic stressors, which manifest with a great impact in relation to the good academic development of the 5th and 6th semester students at the university's surgical instrumentation program. popular of Caesar. The general objective was carried out, which consists of determining the relationship between stress and academic performance evidenced in the students of the Surgical Instrumentation program of the Popular University of Cesar, Valledupar 2024.

During the development of the research, it was possible to demonstrate the main causes that are associated with 43% of psychological reactions; thanks to the fact that the respondents affirm that sometimes, concentration problems are generated when they are worried or nervous. Among another reaction of interest is that in which students sometimes need to have a feeling of depression and sadness with a percentage of 30%, in the same way and with a value very much in correlation with the previous one presented, we have that sometimes 29% of the surveyed population tends to feel anxious, distressed and desperate in situations that generate worry or nervousness and therefore stress. This is why methodologically, the research is framed under a descriptive, quantitative study; with a population that includes all those students of the surgical instrumentation program who are studying the 5th and 6th semester at the popular university of Cesar in the period 2024-1.

Resulting in the manifestation of those factors that give prevalence to academic stress; In addition, corroborating what was said about the presence of stress in a general way has never been something that is outside our context. In previous studies (Guzmán-Castillo, Castillo-Navarrete, 2020) they present percentages of academic stress in Latin America, a percentage between 35% to 95% of higher education students; Many of the causes may not be related to the academic field, but it is believed that in one way or another these factors can directly or indirectly inhibit academic performance from being successful.

**Keywords:** depression, stress, academic performance.

## Introducción

La organización mundial de la salud define el estrés como un estado de preocupación o tensión mental generado por una situación difícil. Todas las personas tenemos un cierto grado de estrés, ya que se trata de una respuesta natural a las amenazas y a todos estímulos. Es la forma en que reaccionamos al estrés lo que marca el modo en que afecta a nuestro bienestar. (Organización Mundial de la salud, 2023).

El presente proyecto de investigación surge de la necesidad apremiante de examinar a fondo las causas subyacentes de la relación que se manifiesta en cuanto al estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de 5to y 6to semestre de la universidad popular del Cesar pertenecientes al programa de instrumentación quirúrgica. A través de este análisis meticuloso se pretende identificar con ayuda de todas las variables implicadas, la influencia del estrés en los estudiantes y su desarrollo o manejo en cuanto al ámbito académico. La viabilidad de este proyecto se ve respaldada por la disponibilidad de recursos económicos, humanos y fuentes de información necesarias para llevar a cabo su ejecución de manera exitosa.

Si bien sabemos el área de la salud es un ámbito donde existen muchos factores que inhiben la aparición del estrés, dada esas circunstancias lo que se pretende es evaluar el nivel de estrés de los estudiantes y los principales estresores desencadenantes que se encuentren asociados al rendimiento que se vean reflejados por los estudiantes. Así las ideas se busca seleccionar una población en estudio para hacer la respectiva colecta de los datos, esta recolección de la información se hará con un instrumento que nos posibilitara evaluar estos factores que favorecen la aparición del estrés y que pudieran concernir el rendimiento académico, así como brindar soluciones y recomendaciones que permitan al lector

aprender sobre cómo manejar bien estas situaciones y que no cause un impacto negativo en el desarrollo de las actividades.

## **1. Planteamiento del Problema**

### **1.1.Descripción del Problema**

La organización mundial de la salud define el estrés como un estado de preocupación o tensión mental generado por una situación difícil. Todas las personas tenemos un cierto grado de estrés, ya que se trata de una respuesta natural a las amenazas y a todos estímulos. Es la forma en que reaccionamos el estrés lo que marca el modo en que afecta a nuestro bienestar. (OMS, Organización Mundial de la Salud, 2023)

El estrés se define como una respuesta psicológica que se puede evidenciar en el cuerpo o que por el contrario no ser específicamente física, esta respuesta se da a un estímulo, llamado estresor o estresante, que puede ser un evento, una persona o un objeto (Estado, 2020)

Durante mucho tiempo, los adultos no sabían del estrés que supone a los jóvenes ser estudiantes, ya que pocos o tal vez muchos suponían que por ser estudiantes no les afectaría el estrés o cualquier problema, ignorando que estos individuos pueden presentar con frecuencia episodios de estrés debido a la presión de los padres, compañeros y docentes por alcanzar la excelencia académica. (Silva & Juan Lopez, 2019)

Según la revisión bibliográfica realizada, en la investigación desarrollada por (Cassaretto, Vilela, & Gamarra, 2021) en la universidad de los andes en Chile, se observa que el 83% de los encuestados reportaron la presencia de momentos de preocupación y nerviosismos en el semestre, que el 17% de los individuos manifestaron no presentaron. En la investigación se observó que la mayoría de los encuestados presentan niveles relacionados con la intensidad del estrés. El 38,8% manifestaron niveles medios, el 10,4% niveles bajos y el 7,1% niveles altos de

estrés académico. Algunos otros factores influyentes fueron, enfrentamiento a las evaluaciones hechas por los docentes, percepción de sobrecarga académica, incluso la aparición de síntomas importantes manifestados por los encuestados en los cuales destacan. La somnolencia, los problemas de concentración y los cambios de hábitos alimenticios.

Una investigación realizada en Colombia con el tema “*Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia*” señala que, para los estudiantes de enfermería de la ciudad de Cartagena, las múltiples demandas del contexto universitario y el amplio volumen de trabajo se convierten en principales fuentes de académico, que se ve reflejado en síntomas diversos como dolores de cabeza, ansiedad, desánimo por las tareas escolares y cambios en los patrones de sueño. (Ávila, 2018)

Otra investigación en una universidad de Colombia indica algunas consecuencias del estrés, la parte emocional y por ende los resultados académicos de los estudiantes. Según los resultados, existe una relación entre el estrés académico, la regulación emocional, la presencia de síntomas somáticos (salud física) y el bienestar psicológico. Lo cual se llega a relacionar con el distrés o mal estrés que genera o causa sensaciones desagradables en las personas, estas sensaciones son físicas, mentales y emocionales. La relación entre la presencia de síntomas somáticos y estrés académico es significativa, es decir a mayor cantidad de estrés académico, mayor cantidad de síntomas somáticos (dolor de cabeza, náuseas, irritabilidad, entre otros.), esto es similar a lo encontrado por Portolés y González (2015) quienes encontraron que los indicadores de salud física influyen sobre el rendimiento académico, otro ejemplo es el de Castillo, Chacón de la Cruz y Díaz (2016) quienes proponen que al presentarse estrés se debe de realizar prácticas de relajación o actividad física para disminuir los niveles de este, por otro lado Chau y Vilela (2017) encontraron que aquellos estudiantes que en algún momento habían

cambiado de carrera presentaban más dolor corporal que aquellos que no lo habían hecho...”

(Trujillo & Gozales, 2019)

Por tanto, se examina que en la ciudad de Valledupar donde se sitúa la investigación; no se encuentra información pertinente relacionada a la temática. Esta situación proyecta un desconocimiento entre quienes estudian el fenómeno académico; expone una gran alarma al ver que no hay datos, cifras sobre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes; por eso, la prevalencia del fenómeno en Valledupar no es definida y la capacidad de afrontar el manejo para resolver el problema es insuficiente porque no permite indagar sobre los factores sociodemográficos que influyen directamente la salud del estudiante y pone en peligro la formación profesional del educando.

El estudio ayudará a enriquecer la teoría sobre el tema que afecta cada vez más a los estudiantes universitarios y a los estudiantes del área de salud.

## **1.2. Formulación del Problema**

¿Qué relación se evidencia entre el estrés académico, los factores que estimulan su aparición y el rendimiento académico de los estudiantes de 5to y 6to semestre del programa de instrumentación Quirúrgica de la Universidad Popular del Cesar, Valledupar 2024?

## 2. Justificación

Desde que se conoció la primera definición de estrés, han surgido diferentes concepciones de lo que a dicho término se refiere; pero, en común todas las definiciones llegan a la conclusión de que el estrés es un estado donde nuestro cuerpo se prepara para una amenaza o el peligro, es decir que entra en modo supervivencia, lo que nos impide retener información de manera precisa e impide la solución de problemas académicos de manera efectiva.

El aumento de la competitividad entre estudiantes, roles que cumplir, factores económicos, carga laboral, demasiada información para estudiar, tiempo insuficiente con un número exagerado de evaluaciones académicas, ha ocasionado el aumento del estrés en el alumnado mostrando en sus hallazgos diferencias significativas entre el miedo al fracaso académico y el entorno en línea y en el hogar entre estudiantes masculinos y femeninos; y advirtieron que muchos han comenzado a dedicarse a actividades creativas y a tomar cursos que ayudan a aprender habilidades técnicas, como estrategias para mediar ante el cuadro estresante. (Ureta, Cruzado, & Montero, 2022)

Un planteamiento mental del estrés académico, que destaca los componentes psicosociales que pueden originarlo, y que lo concibe como el malestar que el estudiante presenta debido a cuestiones físicas, emocionales, ya sea de carácter o ambientales que pueden ejercer una presión significativa en la competencia individual para afrontar el contexto escolar en el rendimiento académico, habilidades cognitivas para la resolución de problemas, pérdida de un ser querido, presentación de exámenes, relaciones con los compañeros y educadores, búsqueda de reconocimiento e identidad, habilidad para relacionar el componente teórico con la realidad específica abordada. (Zazueta, Campas, León, & Verdin, 2020)

Algunos factores como: el estado civil, las carreras de Medicina y Odontología, son considerados un factor de riesgo con un  $RP > 1$ . Los factores protectores para el estrés académico fueron las carreras de Enfermería y Psicología Clínica; los factores tales como: el sexo, la edad, la residencia, el ciclo académico, la reiteración de este, la funcionalidad familiar, el consumo de alcohol, la depresión y el afrontamiento pueden ser factores de riesgo pero también factores protectores, esta particularidad está determinada por el intervalo de confianza lo que permite inferir que el estrés académico es una condición psicológica que puede variar de acuerdo a las diferencias individuales de los estudiantes. (Morocho, 2017)

Peña-Paredes et al. (2018) mencionan que las situaciones que generaron estrés fueron incompreensión de temas abordados en clase (25.3%), tiempo limitado para hacer los trabajos (23.4%), sobrecarga de trabajos (21.5%), evaluaciones de profesores (20.9%), participación en clase (15.2%), tipo de trabajo solicitado (14.6%), actitud y carácter del profesor (11.4%) y competencia con los compañeros (8.2%), lo que coincide con este estudio, ya que los estresores más frecuentes fueron las evaluaciones de los maestros ( $M = 3.40$ ), seguido de la sobrecarga de tareas ( $M = 3.35$ ) y el tiempo limitado para realizar trabajos similares a los resultados de García et al. (2017), donde las actividades que generan estrés son la carga académica con 28.8%, la falta de tiempo para consumir las actividades académicas (27.4%) y las actividades relacionadas con responsabilidades de la asignatura (21.7%). (María Fernanda Silva-Ramos, 2020)

De acuerdo con datos obtenidos en la investigación realizada "*Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios*", la reprobación de estudiantes de primer año de las carreras de salud es superior a la media institucional, específicamente en asignaturas de ciencias básicas, lo que repercute en indicadores de deserción y titulación oportuna, afectando la trayectoria formativa del grupo mencionado

anteriormente. Concorde a los resultados obtenidos en esta investigación, se puede decir que para el total de los participantes consultados de las carreras del departamento de salud cohorte 2019, existe mayor prevalencia de algún nivel de ansiedad (53,20%) seguido de estrés (47,80%) y finalmente algún trastorno asociado a la depresión (29.00%). (Silvana Trinidad Trunce Morales, 2020)

La salud mental es un factor fundamental en nuestras actividades diarias, por eso se considera que este estudio a revisar es importante en diferentes ámbitos a desarrollar. Como primera instancia tenemos el ámbito social, en el que se estima, que esta investigación tendrá un impacto positivo en el ser más consciente de aquellas situaciones adversas que se manifiesten en un grupo determinado de personas, nos ayudará a dar solución a dicho inconveniente de forma pertinente.

Este documento es importante, desde un punto de vista práctico y gracias a la compilación de conceptos generales de la temática e investigación realizada, ya que se tienen las bases suficientes para encontrar un método adecuado para actuar en pro de solucionar la problemática presentada.

Por último, es importante destacar que en la ciudad son pocos los estudios publicados; por lo cual, la ampliación de los conocimientos con respecto a este tema, no solo aportará un indicador de la situación actual de la salud psicosocial de los estudiantes universitarios en relación al rendimiento académico bajo los efectos que conlleva el estrés; sino que ayudará a la comunidad estudiantil de afrontar los problemas, dificultades y situaciones que se les presente durante el transcurso de su carrera profesional evitando a toda costa la creación de episodios de estrés, de modo que, la realización de este tipo de proyecto de investigación traería beneficios no solamente a nivel institucional, sino también a nivel nacional e internacional.

### 3. Propósito

El estrés es un estado de tensión mental generado por una situación difícil o complicada por lo que, no todas las personas reaccionan igual frente a las demandas que se les exige; así, encontramos personas que pueden continuar sus labores, de ser productivos bajo presión, mientras que otras suelen sufrir bloqueos temporales que les imposibilitan terminar exitosamente las tareas exigidas.

Así, analizando la demanda académica que exige una carrera universitaria como el Programa de Instrumentación Quirúrgica, se expone que el objetivo principal del estudio es determinar la relación entre el rendimiento académico estudiantil y la aparición de estrés que contribuye negativamente al educando; además, se quiere categorizar a la población en relación a su ubicación sociodemográfica para correlacionar los factores que estimulan la aparición y plantear estrategias para darle un manejo eficiente a los episodios que se presenten en el transcurso de nuestras labores.

## 4. Objetivos

### 4.1. Objetivo General

Determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico evidenciado en los estudiantes del programa de Instrumentación Quirúrgica de la Universidad Popular del Cesar, Valledupar 2024.

### 4.2. Objetivos Especificos

Caracterizar la población objeto de estudio con base en su ubicación semestral y socio demográfica.

Identificar el rendimiento académico de los estudiantes de 5to y 6to semestre de acuerdo a su promedio académico semestral y general.

Medir los niveles de estrés de los estudiantes objeto de estudio, mediante la aplicación de un cuestionario tipo Likert a través de la plataforma SISCO para medición de estrés académico.

Correlacionar el rendimiento académico y los niveles de estrés en los estudiantes que cursen 5to y 6to semestre del programa de Instrumentación Quirúrgica de la Universidad Popular del Cesar, Valledupar 2024.

## **5. Línea de Investigación**

La investigación, está enmarcada en la línea de investigación de ORIENTACIÓN EDUCATIVA, INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN, del programa de Instrumentación Quirúrgica de la Universidad Popular del Cesar, mediante esta buscamos fomentar e incrementar el desarrollo de grandes competencias que vayan acorde con los requerimientos y necesidades de nuestra profesión y del contexto social e investigativo. Uno de los principales objetivos de esta investigación es la de lograr contribuir a un mejor desarrollo de la salud para así incrementar la calidad de vida de todas las personas, las cuales abarcamos en grupos, comunidades e instituciones.

### **5.1.Sublínea de Investigación**

Calidad educativa

Esta investigación esta contextualizada en la sublínea de calidad educativa, ya que se determina que el estrés es una problemática cuyo desarrollo afecta en el ámbito académico, se busca reflejar la importancia de conocer aquella sintomatología que puede desencadenar el estudiante, además de la eminente necesidad de procurar y priorizar por nuestra salud como estudiantes, se quiere con esta, idear estrategias para mantener un balance en nuestro cuerpo que no afecte nuestra calidad en el ámbito académico, además de prevenir posibles enfermedades que se puedan desencadenar del estrés.

Considerando lo anterior, se espera que la investigación contribuya efectiva y significativamente en la construcción del conocimiento respecto al estrés en relación con el ámbito académico; para así, sensibilizar al estudiantado sobre los efectos de la aparición de episodios. También se busca resaltar la importancia de determinar aquellos indicadores que puedan intervenir como posible estrés.

## 6. Factibilidad y Delimitaciones

### 6.1. Factibilidad

Se espera que, con la investigación estudiantil, se logre determinar la influencia del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes en el espacio físico de la universidad popular del César ubicada en Valledupar; para así, correlacionar el estrés que perjudica los resultados académicos.

Se cree en el aspecto técnico y económico de esta investigación, es factible y se puede desarrollar; ya que, se cuenta con los equipos tecnológicos necesarios para garantizar un buen desarrollo de los planes propuestos, de tal manera todos los insumos se encuentran dentro del presupuesto establecido.

Considerando la población y el lugar donde se tomará la toma de muestras para evidenciar el planteamiento, podemos determinar que no se observa ningún impedimento en cuanto a recursos materiales de tipo papelería e impresión y recurso humano; como personal extra que no cree necesario para aplicar el instrumento.

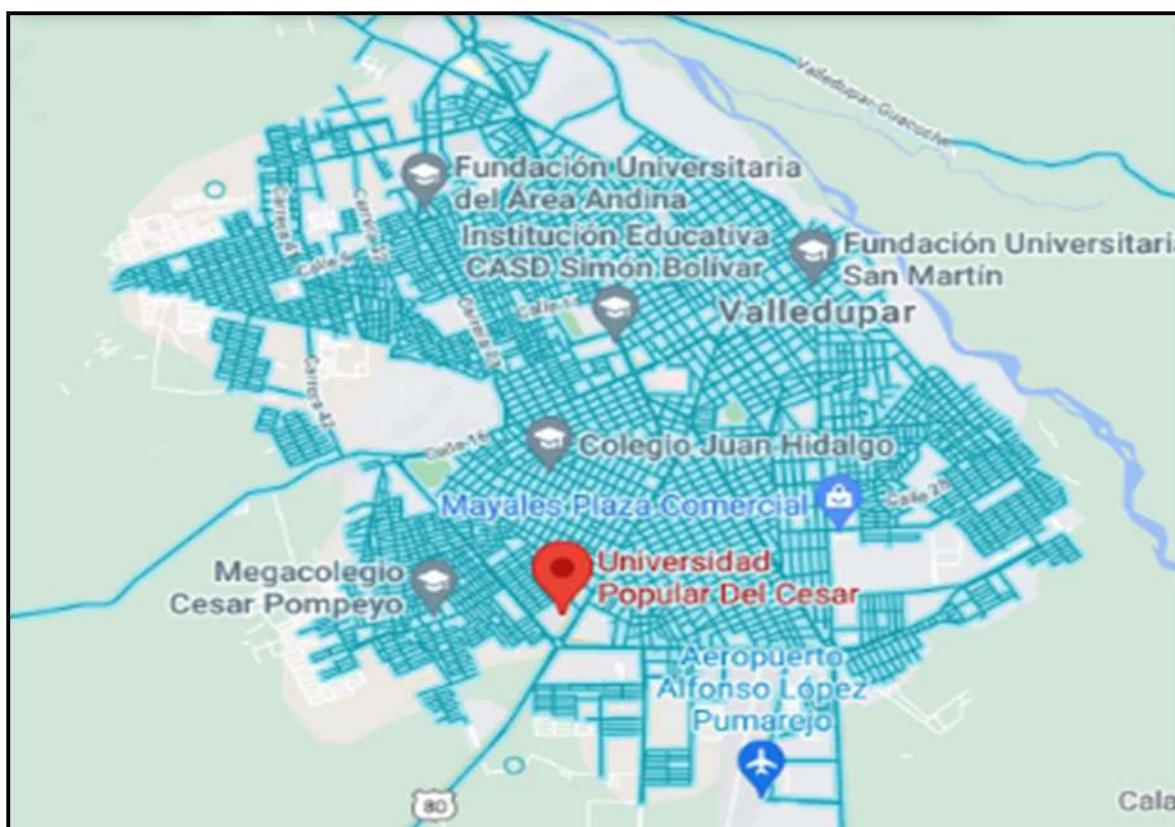
Se espera que en la investigación de la información y datos obtenidos y adquiridos puedan regir en su normalidad con todas las leyes existentes mencionadas para no violentar, ni ser atente contra los derechos individuales para salvaguardar la integridad de los estudiantes.

Además, se puede investigar gracias a la disponibilidad del tiempo por la duración semestral; que se encuentran regidas por el calendario académico establecido por la Universidad Popular del Cesar, donde se prevé el tiempo programado para obtener los resultados esperados y adecuados.

## 6.2. Delimitación: Espacios Temporales y Geográficos

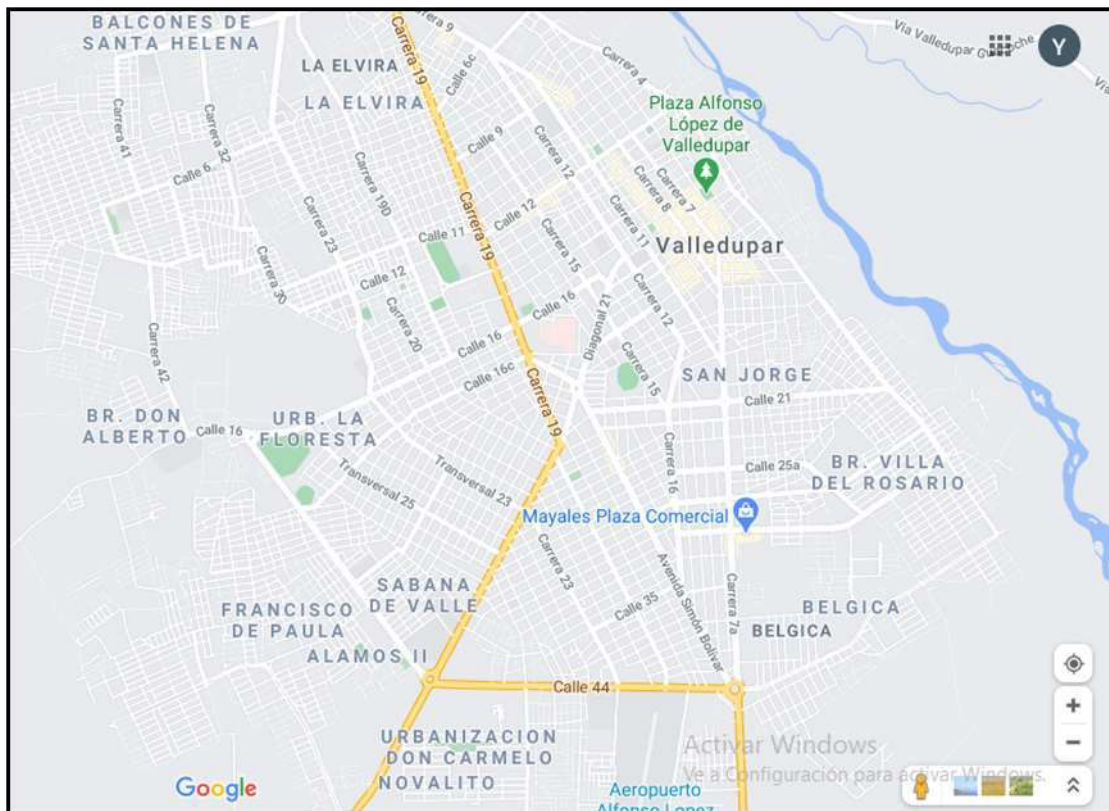
El periodo comprendido entre el año 2024, la Universidad Popular del Cesar sede Sabanas (Ver fig. 1) se encuentra ubicada en un espacio geográfico dictado como Diagonal 21 No. 29-56, Barrio Sabanas del Valle, en la ciudad de Valledupar – Cesar, Colombia (Ver fig. 2).

Figura 1: Ubicación geográfica de la Universidad Popular del Cesar, ubicada en la ciudad de Valledupar



Fuente: Ubicación en tiempo real con vista estándar obtenida de Google Maps.

Figura 2: Ubicación geográfica del barrio Sabanas del Valle



Fuente: Ubicación en tiempo real con vista tipo estándar obtenida de Google Maps.

## 7. Marco Téorico

### 7.1.Marco Conceptual

**Adaptación:** Es la acción y efecto de adaptarse o acomodarse, hace referencia a acomodarse a las condiciones de su entorno, a diversas circunstancias y condiciones. (EcuRed, 2019)

**Ansiedad:** La ansiedad es un sentimiento de miedo, temor e inquietud. Puede hacer que sude, se sienta inquieto y tenso, y tener palpitaciones. Puede ser una reacción normal al estrés. (MedLine, MedLileplus, 2019)

**Conocimiento:** Adquisición de información valiosa para comprender la realidad por medio de la razón, el entendimiento y la inteligencia. (Enciclopedia, 2023)

**Depresión:** Trastorno común del estado de ánimo caracterizado por un sentimiento fuerte de tristeza o de vacío de pérdida de interés de actividades del día a día. (OMS, Organizacion Mundial de la Salud, 2023)

**Estrés:** Se trata de un sentimiento de tensión física o emocional que se produce de manera automática y natural ante situaciones o pensamientos que nos resultan amenazadores, frustrantes o desafiantes. (MedLine, 2022)

**Enfermedad:** Alteración o desviación del estado fisiológico en una o varias partes del cuerpo, por causas en general conocidas, manifestada por síntomas y signos característicos, y cuya evolución es más o menos previsible. (Aguilera, y otros, 2019)

**Estrés académico:** El estrés académico se refiere a los procesos cognitivos y afectivos que permiten a los estudiantes percibir el impacto que causan los estresores académicos (Zurita, Mesa, & Proaño, 2018)

Estudiante: Persona que cursa estudios en un centro de enseñanza, universitaria o no universitaria. (RAE, 2020).

Fatiga: Es una sensación de falta de energía, agotamiento o cansancio. (ADAM, 2021).

Habilidad: Es la destreza que una persona tiene para ejercer determinada actividad. ("Habilidad". En: *Significados.com.*, 2019).

Instrumentación Quirúrgica: Es la profesión del área de la salud que se encarga de la seguridad del paciente en el ambiente quirúrgico, gestionando los procesos quirúrgicos y administrativos. (FUCS, 2023)

Paciente: persona que padece física y corporalmente, y especialmente quien se halla bajo atención médica (RAE, 2022)

Rendimiento Académico: Es una medida de las capacidades del alumno, que expresa lo que éste ha aprendido a lo largo del proceso formativo. También supone la capacidad del alumno para responder a los estímulos educativos. En este sentido, el rendimiento académico está vinculado a la aptitud. (Pérez Porto, J., Gardey, A., 2021).

Síntoma: Dato subjetivo de enfermedad o situación del paciente. Cualquier fenómeno anormal funcional o sensitivo, percibido por el enfermo, indicativo de una enfermedad. Convencionalmente, es opuesto a signo, anomalía perceptible por el observador. (CUN, 2023).

Sistema Nervioso: Comprende el cerebro, la médula espinal y el conjunto de todos los nervios del organismo. (Larissa Hirsch, 2019)

## **7.2. Antecedentes y Estado del Arte Investigativo**

### **7.2.1. Antecedentes Históricos**

Haciendo una revisión histórica del estrés, (Trujillo & Gozales, 2019) en la investigación con el tema “*Nivel de estrés académico en estudiantes de postgrado de la facultad de educación*

*en la universidad cooperativa de Colombia, sede Bogotá*”, enuncia que ha evidenciado en múltiples estudios que este se encuentra presente desde la antigüedad y a medida que avanza el tiempo se ha convertido en un problema que puede afectar seriamente la salud: desde tiempos remotos el estrés ha influido en el ser humano de manera significativa, aun sin haber sido diagnosticado como estrés, sino como una afección externa que podía causar un efecto negativo en la salud de las personas atribuidos a castigos divinos. Este pensamiento aparece desde Hipócrates donde se pensaba que construyendo templos al dios Asclepios (dios de la sanación), se podía obtener la cura. En los tiempos modernos aparecieron nuevos conceptos como los de Cousins y peale, (1990) quienes se refieren a” la tesis de la risa y el pensamiento positivo los cuales tenían propiedades curativas”, esto nos da una noción de los pensamientos sobre el estrés como una enfermedad, la cual podía ser curada con fortalezas internas o psicológicas. Lo que hoy llamaríamos terapia o a través de la utilización de técnicas de manejo del estrés. Es importante enfatizar, que desde esta época se destaca la importancia de encontrar un equilibrio en la mente y cuerpo del ser humano a fin de buscar un bienestar en la salud para lograr un estado armónico en su vida encontrando un balance adecuado. Consecuentemente aparece de nuevo Hipócrates donde argumenta que “la enfermedad no era un castigo de los dioses sino el resultado de un desbalance entre factores ambientales, dietéticos y de hábitos de vida.” Los postulados de Hipócrates estaban muy influenciados por la teoría de Pitágoras acerca de que la naturaleza estaba hecha de cuatro elementos: agua, tierra, aire y fuego.

Comprobadamente el estrés ha sido parte de la cultura del mundo, desde la época en donde se creaban templos de sanación, así como muchos ritos, que contribuyeron al desarrollo de las ciencias, aumentando así el conocimiento de la humanidad que permitieron en su tiempo el bienestar emocional. A medida que avanzó el tiempo se divide el concepto de la enfermedad

como castigo, en cuanto a lo religioso y aparece el concepto científico de que en realidad el estar enfermo se refería a un desequilibrio humano que se podría mejorar cambiando sus estilos de vida. En el siglo XIV aparece por primera vez el término estrés, para expresar situaciones de dureza, tensión o adversidad, y en el siglo XIX cuando este tiene un papel en el campo de la física se define como "la fuerza generada en el interior de un cuerpo como consecuencia de la aplicación de una fuerza externa o local que tiende a distorsionarse", y a fines del siglo XIX fueron tomados por la medicina como antecedentes de pérdida de salud.

El estudio científico del Estrés Crónico en Neurociencias y Psico-oncología menciona la teoría de Walter Cannon sobre la homeostasis, como noción central del proceso de adaptación, la cual se ve alterada ante la presencia de distintos estímulos generando una respuesta específica, este sería uno de los primeros conceptos del estrés, los estímulos pueden ser externos e internos y es de esta manera como el estrés comienza a verse como una inconformidad.

En el ser humano, que genera una distorsión de su personalidad y su actuar, un concepto netamente biopsicosocial, permitiendo analizar el concepto de estrés como una patología medible. El estrés se ha percibido en situaciones diversas como en las relaciones amorosas y de pareja, sexual, familiar, por duelo, enfermedad, laboral, militar, por tortura y encarcelamiento entre otros. Uno de los ambientes más estudiados como medio desencadenante de estrés lo constituye el ambiente escolar o académico, según sea el nivel de enseñanza. Hecho que nos lleva a analizar formas de identificar el estrés para poder diagnosticar y buscar un tratamiento efectivo que influya en la mejoría de los síntomas y también en la prevención para evitar consecuencias negativas. Dado que el estrés ha evolucionado según conceptos y opiniones, todos aciertan en que es una afectación interna con repercusiones externas, generada por diferentes situaciones diarias y que se fortalece como se perciben en las diferentes etapas de la vida.

En el ámbito académico, uno de los espacios más generadores de estrés, por eso ha sido necesario su estudio exhaustivo, por lo que hay muchos estudios y apuntes acerca del tema y su impacto en la búsqueda de estrategias, para mejorar la presencia de estrés en la población estudiantil.

### **7.2.2. *Antecedentes Investigativos***

En los últimos años, con las nuevas exigencias académicas, laborales, sociales y profesionales, los estudiantes universitarios se han enfrentado a una serie de retos que les demandan mayor cantidad de tiempo, esfuerzo y dedicación en estos tiempos competitivos. Quienes inician sus estudios universitarios, deben saber que implica una responsabilidad de alto peso, pues aunado al rendimiento académico, están las metas y objetivos que se establezcan, además del cumplimiento responsable en cada una de sus asignaturas. (Zazueta, Campas, León, & Verdin, 2020). En el mundo, uno de cada cuatro individuos sufre de estrés académico, y en las universidades se estima que el 50% de los estudiantes puede desarrollar problemas de salud como: el consumo de alcohol, la depresión y algunas dificultades de orden familiar; dicha condición en los estudiantes implica la presencia de estrés en las actividades académicas. Investigaciones realizadas en el continente africano ubica la prevalencia de estrés académico en un 64,5% especialmente en estudiantes de Medicina. En Latinoamérica la prevalencia del estrés académico moderado es de un 90%; en el continente americano son varias las investigaciones publicadas al respecto, destacándose países como: México, Chile, Perú, Colombia y Venezuela, reportando una frecuencia superior al 67%. En población de Ciencias de la Salud la prevalencia de estrés académico es de hasta un 36,3%. En el Ecuador la prevalencia del estrés académico es del 83%. En Cuenca la prevalencia del estrés académico es del 84,4% en estudiantes de la escuela de medicina. (Morocho, 2017)

En consecuencia, estas investigaciones acerca el estrés que desarrollan los estudiantes y en cómo se ve reflejado este han dado a conocer que en Colombia la psicología educativa ha sido abarcada para afrontar múltiples problemáticas dado que su objetivo es siempre ir por el pro del mejoramiento de la educación, dado que se enfatiza tanto en el estudio de la vida educativa como el estudio del entorno familiar y (Donado, Montoya, & Hernandez, 2021)

En Perú, en la investigación de (Zenteno, 2018) llevaron adelante una investigación que comparaba los niveles de estrés académico y las situaciones que lo generaban junto con sus manifestaciones psicológicas, físicas y comportamentales. Los datos arrojados por dicha exploración mostraron que el 96.6% de los alumnos presentó estrés. Las mujeres presentaron niveles más bajos del mismo en relación a los varones y las situaciones mayormente generadoras de estrés fueron tiempo para cumplir con las actividades, sobrecarga de tareas, trabajos de cursos y responsabilidad por cumplir con obligaciones académicas (coincidiendo en las dos primeras con las situaciones más estresantes de la investigación realizada por Polo, Hernández y Poza, 1996 en España). Las manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales se presentaron con mayor intensidad en los varones; siendo particularmente las psicológicas, las que tuvieron mayor presencia e intensidad en ambos géneros y años de estudios

Otra investigación que aporta significativamente es la de Castilla Irma (2017) en su estudio titulado Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia, inicia su proyecto exponiendo su Objetivo a continuación: Describir el estrés académico de estudiantes de enfermería de la ciudad de Cartagena, Colombia. De tal manera que se realizó un estudio descriptivo transversal que incluyó 587 estudiantes matriculados en los tres programas de enfermería de la ciudad, seleccionados mediante un muestreo probabilístico. Para la recolección de la información, se utilizó una encuesta sociodemográfica, y para medir el estrés académico, el

inventario SISCO. El análisis se hizo mediante estadística descriptiva con el programa SPSS versión 22. Fueron tenidos en cuenta todos los aspectos éticos nacionales e internacionales para investigación en salud. Los resultados obtenidos del total de participantes, el 89,6% (526) son mujeres, con una edad promedio de 20,2 años (DE = 2,52); el 43,4% (255) pertenecía al estrato 2. Con relación al estrés, el 90,8% (533) manifestó haber tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso del semestre, el 42% (224) reportó un nivel medio de estrés, cuya fuente principal fue la sobrecarga académica derivada de la demanda de tareas de las asignaturas teóricas y prácticas con un 48,2% (257). La estrategia de afrontamiento más usada para canalizar el estrés fueron las actividades religiosas (41,7%). Conclusión: Los estudiantes de los programas de enfermería de Cartagena tienen niveles heterogéneos de estrés y se sienten nerviosos y preocupados por la carga académica de los semestres, lo que puede repercutir de forma negativa en su salud física y mental; pero puede ser atenuado con la promoción de prácticas que faciliten el intercambio social y la relajación.

De igual manera otro aporte investigativo es el de, (González Olaya, Delgado Rico, Escobar Sánchez, & Cárdenas Angelone, 2020) Aunque hay un gran número de comunicaciones acerca de la alta prevalencia de estrés en estudiantes de medicina incluso hasta valores del 80%, los estudios que han utilizado el test de APE en su versión extensa ubican el mayor porcentaje de estudiantes dentro del rango de estrés leve. En el presente estudio, el alto estrés percibido pasó del 21% al inicio del semestre académico al 41% al final de éste, por lo que tales hallazgos pueden considerarse de importancia, sobre todo al final del semestre. Al analizar la prevalencia de síntomas depresivos en este estudio, el valor encontrado en la medición al inicio del semestre (23,79%) está cercano a los comunicados en la mayor parte de los estudios realizados en diferentes programas de medicina de Colombia, como por ejemplo en la Universidad de

Antioquia (27,8%), Universidad del Valle (36,4%), Universidad Pontificia Bolivariana de Medellín (21,6%), Universidad de Caldas (24,6%) y el CES de Medellín (29%), en tanto que el valor encontrado al final del semestre (51,76%) es similar al obtenido en los programas de medicina de la Universidad Militar Nueva Granada (53,2%) y Universidad Javeriana (46,95%). Sin embargo, estas comparaciones no son muy precisas, debido a diferencias en los planes de estudio, en las poblaciones estudiadas, en las mediciones utilizadas y en el diseño del estudio realizado.

Finalmente en la ciudad de Valledupar, Rojas (2020) se da lugar a una investigación de tipo cuantitativo, descriptivo no experimental de corte transversal; el cual, tiene por objetivo “Determinar cuáles son los niveles de ansiedad y estrategias de afrontamiento ante las evaluaciones académicas de los estudiantes de octavo, noveno y décimo del programa de psicología de la Fundación Universitaria del Área Andina sede Valledupar”, de manera que los resultados obtenidos con la aplicación de la Escala De Estrategias De Coping - Modificada a 212 estudiantes planteados anteriormente, se exponen las siguientes reflexiones: En los estudiantes participantes en la presente investigación, es significativo mencionar que, en los resultados obtenidos, estas estrategias se encuentran con puntuaciones representativamente bajas, las cuales son: autonomía, negación, estrategia solución de problemas. Mientras que las estrategias con puntuaciones más significativas son religión, búsqueda de apoyo y apoyo social. Lo que permite establecer, que esta población opta significativamente por el apoyo y confort que siente en sus creencias religiosas a la hora de enfrentar una situación o periodo de alto nivel de ansiedad como lo es la semana de parciales, a su vez que buscan el apoyo en su entorno social como los son sus compañeros de estudio, docentes, pareja sentimental, familiares y amigos. Por otro lado, esta población no opta significativamente por la negación de la situación y de que pueden resolver

por sí solos la situación o periodo que estén atravesando, ya que necesitan de la guía del docente y la ayuda de su entorno social como se mencionó anteriormente, tampoco opta por la estrategia solución de problemas, lo que da a entender que la población no busca en si una solución a la situación que esté enfrentando, sino una forma de sobrellevarla a la hora de enfrentarla.

### **7.3. Bases Teóricas**

#### **7.3.1. *Conceptualización del estrés***

A, Regueiro (2018) en su taller sobre el estrés, hace uso del término para referirse a la reacción física que tiene nuestro cuerpo esto en forma de defensa frente a situaciones que se perciben como amenazas o que genera una incrementación en la demanda de cualquier actividad.

Esta misma autora señala la naturalidad de la reacción de nuestro cuerpo y que necesariamente hace presencia para la supervivencia, pero una vez dicha demanda excede el límite de exigencia se produce una sobrecarga que consecuentemente puede influir en nuestro organismo y por consiguiente dar aparición a enfermedades o anomalías que impiden el correcto funcionamiento del cuerpo en general.

En la literatura se distinguen dos tipos de estrés, el primero Eustres, refiere a la activación que se produce y que es necesaria para la superación de metas. Se considera normal y necesaria. De hecho, se cree que este tipo de estrés es adaptativo y necesario para el bienestar, es positivo y surge con mayor auge en el momento de la actividad física y entusiasmo.

Otro tipo de estrés al que se hace referencia Distrés, este es desagradable que cuando que aparece en exceso de carga, causa una incorrecta activación psicofisiológica, es dañino, no solo causa sufrimiento si no también un desgaste a nivel personal y en todos los ámbitos.

### **7.3.2 Estudio del estrés**

A finales de 1995 Zryewsky y Davis establecieron datos estadísticos sobre las áreas académicas y clínicas donde obtuvieron estos resultados el 78.4% acontecimientos estresantes, el 8 % el ambiente social y 13.6 % el área personal o sentimental. Para Timmins y Kaliszer llegaron a la conclusión de los principales factores de estrés son: el estrés académico, la relación con los profesores, las relaciones en las prácticas clínicas, las finanzas y la muerte de los pacientes En Orlandini (1999) el estrés académico es una extensión excesiva desde la época preescolar hasta la educación universitaria de postgrado, cuando una persona está en periodo de experimentación y tensión. De la misma manera Caldera, Pulido y Martínez (2007) el estrés académico como las demandas del mundo educativo tanto como para los alumnos y docentes. (López, 2022)

Finalmente, 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 sistémico (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. (Claudia Toribio-Ferrer, 2016)

### **7.3.3 Tipos de estrés**

Según (Sanitas, 2023), existen varios tipos de estrés tales como:

Estrés normal: Las reacciones fisiológicas que se dan en nuestro organismo ante determinadas situaciones y que se definen como estrés en realidad son normales,

en cierta medida. Un poco de estrés y ansiedad nos puede ayudar a afrontar y superar algunas situaciones difíciles.

**Estrés patológico:** Cuando el estrés se presenta de modo intenso por periodos prolongados, es muy probable que cause problemas físicos y psicológicos, transformándose en un estrés crónico y nocivo que puede provocar crisis de llanto, depresión, y diversas afecciones físicas.

**Estrés postraumático:**

Es aquel que se presenta después de que una persona ha vivido algún tipo de suceso aterrador, como puede ser un accidente de tráfico o un desastre natural. A consecuencia de estos traumas, la persona tiene pensamientos aterradores con frecuencia, relacionados con la situación que vivió. Este tipo de estrés puede aparecer en personas de todas las edades, pero los niños son particularmente propensos a sufrirlo.

#### **7.3.4. *Estrés académico***

La Organización Mundial de la Salud - OMS, define al fenómeno del estrés como “las reacciones fisiológicas que en su conjunto preparan al organismo para la acción” del cual podemos inferir que ante una situación de estrés el cuerpo se prepara para realizar una acción que puede manifestarse de manera positiva o negativa según la tolerancia o el manejo que el individuo le dé.

El estrés suele clasificarse, según su fuente, en las categorías de estrés académico y estrés laboral. El estrés académico se define como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos. Ha sido investigado en relación con variables como género, edad, profesión, estrategias de afrontamiento, entre otros.

Domingues Hirsxh, enuncia que los factores que predisponen a un individuo al estrés pueden estar determinados por la singularidad de cada uno, incluyendo factores basados en la personalidad, la autoestima y la resistencia orgánica; por tanto, un factor de estrés puede ser percibido diferente por dos personas, mostrando que las respuestas a los estímulos estresantes son individuales y subjetivas, lo que refleja la capacidad de adaptación de cada individuo.

(Donado, Montoya, & Hernandez, 2021)

### **7.3.5. Síntomas del Estrés académico**

Según (Trujillo & Gozales, 2019), en la universidad o en el aula de clases, después de aparecer los estresores o situaciones que pueden generar estrés, el estudiante comienza a tener ciertas manifestaciones o síntomas que nos llevan a predecir o preguntarnos si el alumno está estresado e incluso a hacer un auto examen y darse cuenta si está teniendo síntomas de estrés.

Barraza (2018, p.128) menciona algunos de los síntomas más frecuentes en el estrés académico.

Estos son:

- Trastornos en el sueño, insomnio y pesadillas.
- Fatiga crónica.
- Dolores de cabeza
- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.
- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.
- Somnolencia o mayor necesidad de dormir.
- Sentimientos de depresión y tristeza.
- Problemas de concentración.
- Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.
- Aislamiento de los demás.

- Desgano de realizar las labores escolares.
- Aumento o reducción del consumo de los alimentos.

### **7.3.6. Rendimiento Académico**

El rendimiento académico es un tema que ha captado la atención no solo de estudiantes y docentes sino también de profesores y autoridades académicas, evidenciando dicha preocupación no solo a nivel nacional, sino que se ha vuelto un tema de interés en toda Latinoamérica y países extranjeros, así lo refiere (Gutiérrez-Monsalve, Garzón, & Segura-Cardona, 2021)

La conceptualización del término rendimiento académico es amplia, teniendo en cuenta que han surgido diferentes formas de nombrar dicho estado. Entre ellos se puede mencionar aptitud escolar, rendimiento escolar, desempeño académico, entre otras. Lo que sí es acertado es que dichos términos se utilizan como sinónimos del concepto que se está desarrollando.

Actualmente la concepción dada al rendimiento académico hace referencia al grado de productividad y que se puede se podría traducir cuantitativamente, y evidenciarlo así mismo en forma numérica al final del proceso curricular, lo que incentiva al estudiante a trazarse metas para cumplir dicho objetivo. (Grasso P, 2020)

#### **7.3.6.1. Tipos de Rendimiento Académico**

En la literatura se pueden encontrar dos tipos de rendimiento académico: estos son el rendimiento general y el específico.

##### **Rendimiento general**

Se define como aquella que se manifiesta mientras el estudiante sea encuentra en la institución donde lleva a cabo las actividades curriculares, en el aprendizaje de las líneas de acción educativa y conducta general del estudiante.

- **Rendimiento específico**

Se entiende a aquella capacidad de la cual consta un estudiante que le permite comprender, analizar información y desempeñarse en área de conocimiento específico o general.

### **7.3.6.2. Factores que Afectan el Rendimiento Académico**

Cuando se habla de rendimiento académico es normal pensar en todas las variables que inciden en dicho contexto, este está determinado no solo por la personalidad del estudiante, sino también con la motivación que tiene dicho individuo para realizar las tareas, la atención, la memoria, la capacidad de desarrollar las actividades académicas, el esfuerzo e incluso los recursos que posea el estudiante que le permitan cumplir con sus obligaciones curriculares. Estos son algunos de los factores que podrían influenciar de manera negativa en el desempeño del estudiante, además pueden evidenciarse otros factores psicológicos como la ansiedad, depresión y estrés que se manifiestan como nerviosismo por las actividades, falta de concentración, entre otros componentes cognitivos.

Todas las dificultades que se presentan a lo largo de la etapa estudiantil puede producir en el alumno insatisfacción personal, de motivación por continuar con el proceso académico e incluso baja autoestima, todos estos agentes pueden producir que el estudiante tenga bajo rendimiento y dicha situación puede desmotivar al individuo.

Múltiples investigaciones señalan que el estrés puede ser una causa que incide de manera negativa en el rendimiento académico debido a la incapacidad que presentan algunos estudiantes para poder gestionar dicho estado. Anteriormente se señaló que el estrés hasta cierto es justo y necesario para llevar a cabo las actividades académicas, el problema que se presenta es cuando dicho estrés pasa de ser normal a excesivo ya que como hemos venido analizando no solo afectan a nivel académico, sino que incide en otros ámbitos, como el social, familiar, entre otros.

El éxito en el rendimiento académico depende, como se pudo observar, de muchos elementos que de una u otra manera condicionan la etapa escolar, las expectativas que tiene dicho individuo y la motivación que acompaña toda esta experiencia estudiantil, es por eso por lo que se hace necesario poner especial atención a la salud mental de todos los estudiantes y brindar el apoyo necesario en su desarrollo universitario. (Pérez, 2022)

### **7.3.6.3. Dimensiones que Inciden en el Rendimiento Académico**

A continuación, vamos a dar un vistazo a algunas de las dimensiones que inciden en el rendimiento, las cuales son: la dimensión académica, económica, familiar, personal e institucional, que tiene en cuenta tanto variables implícitas del individuo como de la institución. Hemos de conceptualizar cada etapa y ver de qué manera inciden en el rendimiento académico, en consideración a lo anterior, se presenta de manera aleatoria las dimensiones primeramente mencionadas.

**Dimensión académica:** como primera medida encontramos esta dimensión que refiere al que y al como del desarrollo en el ámbito académico del individuo a lo largo de su proceso de formación de educación, en este caso, educación superior. Consecuentemente en apreciación tenemos diferentes variables que afectan dicho proceso.

**Dimensión económica:** en segunda instancia el factor económico también se considera una variable importando ya que se relaciona con las condiciones que tiene cada estudiante para dar cumplimiento y satisfacer las necesidades que se presentan en el transcurso del proceso para sostener las actividades académicas. Esta dimensión, aunque a simple vista no parece ser tan influyente, es pertinente tenerla en cuenta, el solo hecho de una constante preocupación por no tener los recursos suficientes para las actividades, puede causar en el estudiante constante distracción al intentar dar solución a dicha problemática.

Dimensión familiar: podemos entender esta dimensión como el ámbito donde se desarrolla el individuo en términos familiares, es influyente ya que puede o potenciar al estudiante o limitar sus capacidades, formación y expectativas académicas. Es el seno familiar donde nuestras primeras muestras de actos comportamentales, valores y relación en el núcleo, se gestan o hacen presencia en primera medida, lo que consecuentemente aportara de manera positiva o negativa en el estudiante.

Dimensión personal: en la literatura muchos autores mencionan lo que involucra el ámbito personal con el rendimiento académico, en dicho ámbito inciden factores individuales o psicológicos, aunque es un contexto más íntimo es necesario de igual manera saber manejar dicha dimensión. El individuo debe tener en cuenta que el rendimiento académico de los estudiantes implica conocer que existen múltiples formas de aprendizaje aun cuando en el ambiente institucional se imparte una línea general, cada uno a modo personal es capaz de aprender de diferentes maneras y cada uno a su modo tiene sus capacidades y aptitudes para llevar a cabo cada meta planteada. No saber gestionar esta dimensión puede traer repercusiones negativas al rendimiento académico.

Dimensión institucional: este ámbito tiene gran incidencia y una alta carga de valor representado en el voto de confianza que otorga la persona natural al entrar en un estado de educando en una organización determinada, en la cual el individuo espera que dicha academia pueda brindar y organizar actividades que aporten al conocimiento en el ejercicio de futuro profesional. Algunos autores refieren que en esta dimensión la capacidad de todos los miembros del cuerpo directivo y profesorado, de brindar los conocimientos al individuo en formación, así como vocación y calidad humana que detectan en su práctica. Un mal manejo de dicha

dimensión puede causar en el estudiante repercusiones en el rendimiento académico, es por eso por lo que se hace necesario prestar atención a este análisis.

#### **7.4. Marco Legal**

**La Constitución de 1991**, El Congreso de la República establece que Colombia es un Estado social de derecho, organizado de forma descentralizada, con autonomía de sus entidades territoriales, participativa y pluralista, fundada en el respeto de la dignidad humana y solidaria con las personas. Determina entre otros que toda persona tiene el deber de procurar el cuidado integral de su salud y de su comunidad. Consagra como derechos fundamentales los de la vida, la salud, los niños, la integridad física y la seguridad social.

Ley 30 De 1992 (diciembre 28): *“Por medio de la cual se organiza el servicio público de la Educación Superior”*, como se menciona en el Artículo 1° La EDUCACIÓN SUPERIOR es un proceso permanente que posibilita el desarrollo de las potencialidades del ser humano de una manera integral, se realiza con posterioridad a la educación media o secundaria y tiene por objeto el pleno desarrollo de los alumnos y su formación académica o profesional y en el Artículo 30° Es propio de las instituciones de Educación Superior la búsqueda de la verdad, el ejercicio libre y responsable de la crítica, de la cátedra y del aprendizaje de acuerdo con la presente Ley.

(Ministerio de educación)

Ley 784 Del 2002 (diciembre 23): *“Por medio de la cual se reforma la Ley 6a del 14 de enero de 1982”*, como se menciona en el Artículo 4°. DE LA ENSEÑANZA La enseñanza de la Instrumentación Quirúrgica Profesional solo podrá ser permitida a las instituciones autorizadas por el Gobierno Nacional para tal efecto. Las Instituciones que, a la fecha de promulgación de la presente ley, estén desarrollando programas técnicos o tecnológicos, podrán realizar los convenios pertinentes para garantizar la formación profesional. (Ministerio de educación, 2002)

Decreto Número 1011 De 2006 (abril 3): Por el cual se establece el Sistema Obligatorio de Garantía de Calidad de la Atención de Salud del Sistema General de Seguridad Social en Salud” (Ministerio de Salud, 2006)

Ley 1616 Del 31 de enero de 2013: *“Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones”*, como se menciona en el Artículo 3°. SALUD MENTAL. La salud mental se define como un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad. La Salud Mental es de interés y prioridad nacional para la República de Colombia, es un derecho fundamental, es tema prioritario de salud pública, es un bien de interés público y es componente esencial del bienestar general y el mejoramiento de la claridad de vida de colombianos y colombianas. (minsalud, 2013)

Resolución 2003 De 2014: Resolución que tiene por objeto definir los procedimientos y condiciones de inscripción de los Prestadores de Servicios de Salud y de la habilitación de servicios de salud. (Ministerio de salud, 2014)

## **8. Diseño Metodológico**

### **8.1. Tipo de Estudio**

El método para aplicar en este estudio cuantitativo, analítico con orientación transversal y prospectivo es la recopilación de datos con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas para la identificación del comportamiento y determinación de la existencia de alteración o no reacción con relación a los factores presentados y a todo lo planteado a lo largo del desarrollo del proyecto investigativo.

Según Sánchez Castañeda y Barrero Ramírez (2021) la investigación cuantitativa se refiere a estudios que apuntan a la medición, a la utilización de técnicas estadísticas y al lenguaje matemático en general.

Según (economipedia, 2022) la investigación analítica consiste en el análisis de las definiciones relacionadas con un tema, para estudiar sus elementos en forma exhaustiva y poder comprender con mayor profundidad.

Según Peraza (2019) Investigación Transversal se define como Investigación que hace observaciones en un solo periodo de tiempo a una población específica. Según Godet (2016) los estudios prospectivos buscan que toda la información se recogerá, de acuerdo con los criterios del investigador y para los fines específicos de la investigación, después de la planeación de ésta.

### **8.2. Población**

La población que se tendrá en cuenta para esta investigación son los estudiantes que se encuentren matriculados y que a su vez estén cursando 5to y 6to semestre en el programa de instrumentación quirúrgica de la facultad ciencias de la salud de la Universidad Popular del Cesar de la ciudad de Valledupar.

### **8.3. Muestra**

La muestra para esta investigación la determinan los 56 estudiantes que participaron en la aplicación del instrumento de recolección de datos y se encuentran activos cursando quinto y sexto semestre del programa de instrumentación quirúrgica de la facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Popular del Cesar de Valledupar.

### **8.4. Variable**

Las variables utilizadas en la presente investigación son de naturaleza cuantitativa, caracterizada según en la escala de medición ordinal. La detección de la información está íntimamente relacionada con los objetivos de la operacionalización de esta investigación.

### **8.5. Unidad de Análisis**

La unidad de análisis corresponde a la entidad mayor o representativa de lo que va a ser objeto específico de estudio en una medición y se refiere al qué o quién es objeto de interés en una investigación. (Galindo, 2021)

#### **8.5.1. Criterios de Inclusión**

En esta investigación participaran los estudiantes de la facultad de ciencias de la salud de la Universidad Popular del Cesar matriculados en el programa de instrumentación quirúrgica que se encuentren cursando 5to y 6to semestre del año en curso, y de quienes brinden el consentimiento para el manejo de datos.

#### **8.5.2. Criterios de Exclusión**

- Se excluyen todos aquellos estudiantes que no se encuentren matriculados, y aquellos que cursen diferentes semestres a los mencionados.
- Se excluyen todos aquellos estudiantes no pertenecientes al programa de instrumentación quirúrgica de la Universidad Popular del Cesar, Valledupar 2024.

- Se excluyen, además, todos aquellos estudiantes que no se hagan partícipes en la aplicación del instrumento de recolección de datos por motivos personales.

## **8.6. Técnicas de Obtención de la Información**

### **8.6.1. Fuentes Primarias**

Inventario SISCO, es un instrumento tipo Likert utilizado para medir los niveles de estrés académico, fue formulado originalmente en el año 2007 y consta de 37 ítems. El modelo sistémico cognoscitivista tiene como fundamento definir al estrés desde una perspectiva procesual y establece tres dimensiones de carácter secuencial: estresores, síntomas y afrontamiento. (Matas, A. 2018)

### **8.6.2. Fuentes Secundarias**

Artículos científicos, editoriales, revistas investigativas, tesis de investigaciones previas relacionados al tema, estudios y estadísticas presentadas por investigaciones de otros lugares, documentos encontrados en la web.

## **8.7. Análisis y Presentación de la información**

### **8.7.1. Análisis de la información**

Una vez sea recolectada la información esta será analizada a través de la estadística de una manera descriptiva mediante el programa de Microsoft Excel con la finalidad de interpretar todos los resultados obtenidos a través de las encuestas realizadas en los estudiantes de 5to y 6to semestres del programa de Instrumentación Quirúrgica de la Universidad Popular del Cesar, Valledupar 2024.

### **8.7.2. *Presentación de la Información***

La información obtenida será presentada en tablas y gráficos estadísticos, acompañado de sus respectivas discusiones para dar a conocer el estrés que manejan los estudiantes y así mismo la relación de este con el rendimiento académico.

### **8.7.3. *Difusión de la Información***

La información adquirida por esta población será difundida de manera oficial en la sustentación del proyecto, jurados, facultad y director del proyecto, esto con ayuda de medios audiovisuales.

## **8.8. Aspectos Éticos de la Investigación**

Todos las personas que voluntariamente sean partícipes de estudios para adquisición de nuevos conocimiento y refuerzos de ya existentes, poseen todo el derecho de saber que la información que depositen en estas técnicas de recolección de la información no serán revelados con nombre propio, además, de que estas investigaciones deberán cumplir algunos principios éticos que no se definen explícitamente como leyes pero que a pesar de eso se usan como guía de humanización en todo el proceso investigativo.

En vista de, se presentan a continuación algunos de los principios éticos a cumplir en todo el proceso del desarrollo de la investigación:

- El respeto a las personas: definido como un valor primordial y que busca aceptar a todas las personas y no pretender cambiarla, también se puede decir que respetar a otra persona es no juzgarla a pesar de la presencia de diferencias en aspectos físicos o de pensamientos. A su vez el respeto incluye otros dos principios éticos fundamentales

- La autonomía, que es la capacidad que tiene todas las personas de hacer elecciones, tomar decisiones sin ser juzgado por ellas y ser responsables por dichas decisiones. A modo específico mencionamos la autonomía moral, que se refiere a aquella capacidad que tiene la persona de juzgar moralmente una situación, acción o evento y determinar si es aceptable o no.
- La protección de las personas, esto aplica para cada individuo que aporte información personal para la realización de esta investigación
- La beneficencia, se define como la acción de todo acto profesional que pueda mejorar las condiciones de vida, pueda aportar conocimiento y contribuir a los avances como sociedad.
- La no maleficencia, principio que hace referencia la obligación que tenemos como persona de no perjudicar a ningún individuo intencionalmente.
- La justicia, nos referimos a esta última como el principio o voluntad que buscar dar a cada individuo lo que se merece además de respetar todos sus derechos, practicando la equidad, igualdad y libertad.

## 9. Resultados

A continuación, se presenta un análisis que ofrece una visión integral de los estudiantes del programa de instrumentación quirúrgica de la universidad Popular del Cesar que cursan 5to y 6to semestre. Se determinan las causas que influyen en la denotación de estresores académicos, además de su continuidad; encontrando caracterizados según los datos que se administran en base a la encuesta desarrollada a fin de dar a conocer, que población se pronuncia frecuentemente en cuanto a la afectación en el rendimiento académico para así lograr examinar los principales estresores para conseguir establecer una comparativa entre las causas de estrés y la afectación que éstas provocan en el rendimiento académico en la población objeto de estudio. Por otro lado, se calcularán los niveles de estrés que manejan con frecuencia los estudiantes, así mismo, alcanzar a comprender mejor el impacto que se manifiesta en cuanto a su rendimiento.

En el primer ítem, se pregunta sobre si el encuestado está de acuerdo con que sus respuestas sean utilizadas con fines investigativos; dando como resultado positivamente a la condición de utilización de dicha información suministrada como muestra para estudio científico.

Objetivo 1: Caracterizar la población objeto de estudio con base en su ubicación semestral y socio demográfica.

Tabla 1: Edad de los estudiantes

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Menor de 20 años	17	29%
Entre 20-25 años	38	66%
Entre 25-30 años	3	5%
Mayor de 30 años	0	0%
Total	58	100%

Fuente: elaboración propia 2024

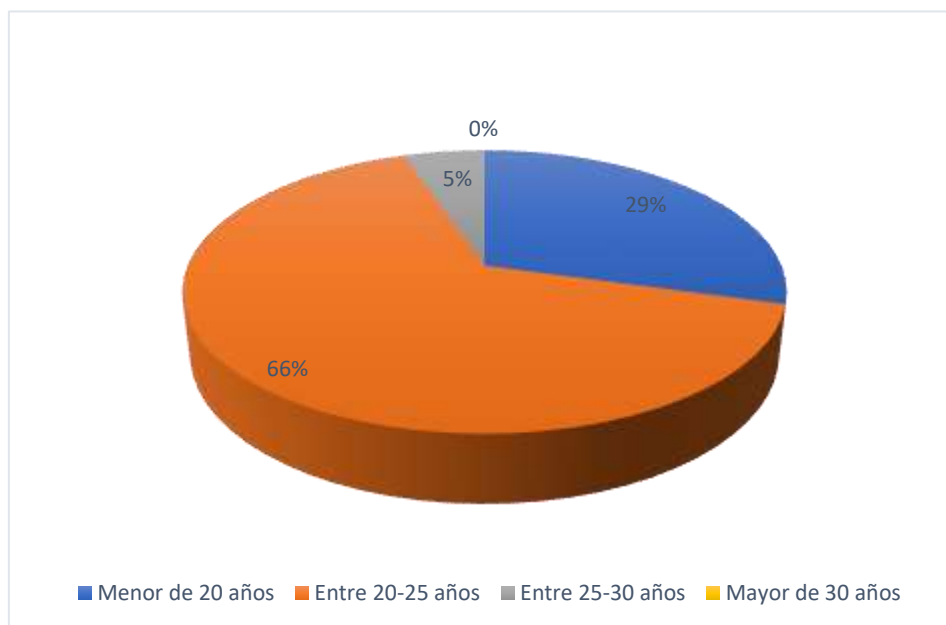


Gráfico 1: Edad de los estudiantes

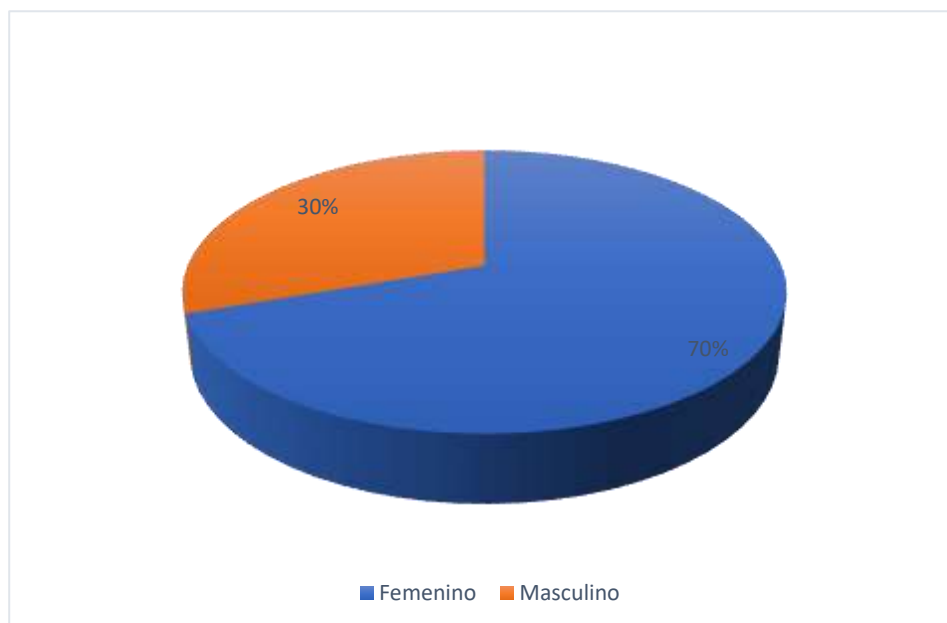
Fuente: elaboración propia 2024

Con relación a la variable edad de los estudiantes, los resultados reflejan que el 66% de la población encuestada, está en un rango de edad entre los 20 y 25 años. El 29% de la población es menor de edad y solo 5% de la población es mayor de 25 años. Al contrastar estos hallazgos con el estudio llevado a cabo por (Espinosa Castro, J.F, 2023) la población objeto de estudio de su investigación relacionada con el estrés y el rendimiento académico corresponde el 80% a una población de ambos sexos con una edad promedio de 22 años de edad.

Tabla 2: Género

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Femenino	39	70%
Masculino	17	30%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2022



Fuente: elaboración propia 2024

Gráfico 2: Género

Siguiendo con la caracterización de la variable género de los estudiantes, podemos observar que el 70% de los encuestados, pertenecen al género femenino y solo el 30% del género masculino. Al compararlo con el estudio realizado por (Espinosa Castro, J.F, 2023) se evidencio que en el programa académico en ambos semestres el 80% pertenecen al género femenino y 20% masculino, con edad promedio de 22 años.

Tabla 3: Estado civil

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Soltero	50	89%
Unión Libre	5	9%
Casado	1	2%
Divorciado	0	0%
Viudo	0	0%
Total	56	100%

*Fuente: elaboración propia 2024*

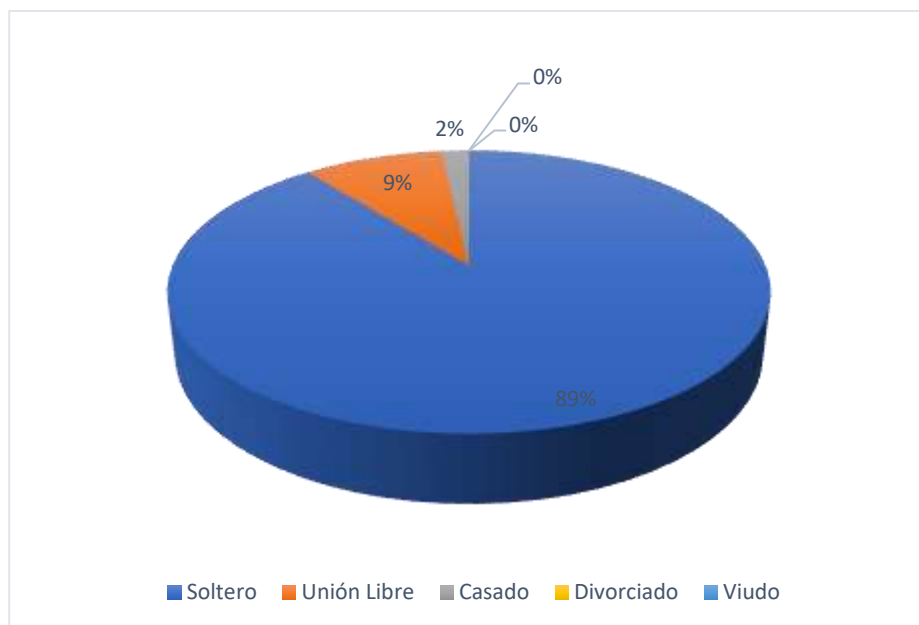


Gráfico 3: Estado civil

Fuente: elaboración propia 2024

En cuanto a la variable estado civil de la población encuestada, arrojó que el 89% se encuentran solteros, el 9% en unión libre y el 2% restante en estado casado. Al compararlo con el estudio realizado por (Espinosa Castro, J.F, 2023) Con respecto a la convivencia un 60% viven con los padres, 10% solos y el 30% restante con la pareja o familiar.

Tabla 4: Cantidad de hijos

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
1	6	11%
2	2	4%
3	1	2%
Ninguno	47	84%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

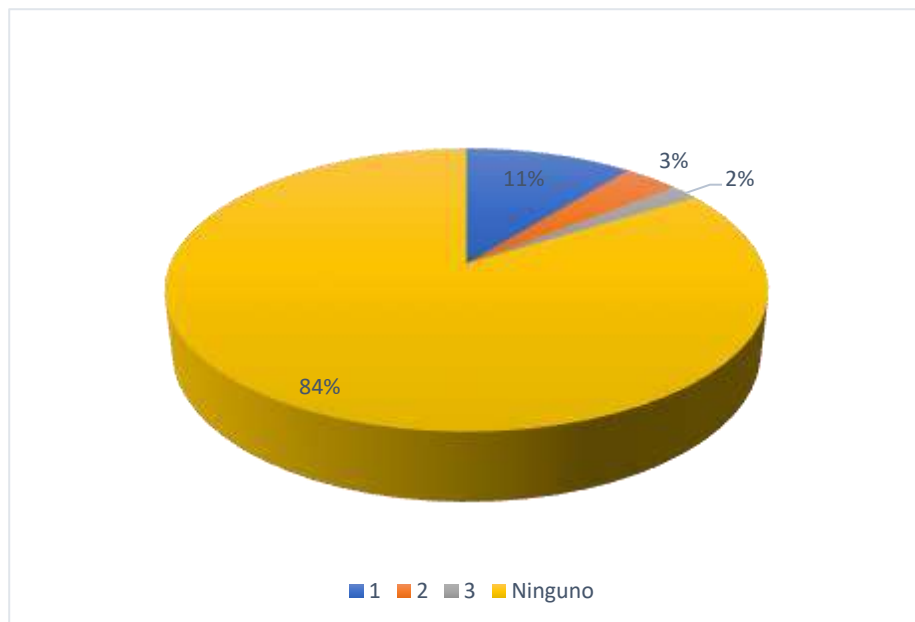


Gráfico 4: Cantidad de hijos

Fuente: elaboración propia 2024

La variable en caso de tener hijos, los encuestados tenían la posibilidad de plasmarlo. Teniendo en cuenta ello, el 84% se da por hecho que no tienen hijos; asimismo el 11% afirmó tener 1 hijo, el 3% evidencia tener 2 hijos y el 2% restante afirma tener 3 hijos. Al compararlo con el estudio realizado por (Espinosa Castro, J.F, 2023) Estudiantes con edades inferiores al promedio (22 años) presentan estrés bajo 45%, seguido del medio y alto, porque las responsabilidades están enfocadas al trabajo y familia (papá, mamá, hermano etcétera). A medida que incrementa la edad, las tendencias cambian por los compromisos adquiridos (estudios, trabajo, padres, hogar e hijos). Además, las mujeres presentan la mayor frecuencia de estrés.

Tabla 5: Promedio semestral

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
De 3.0 a 3.5	3	5%
De 3.6 a 4.0	42	75%
De 4.1 a 5.0	11	20%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

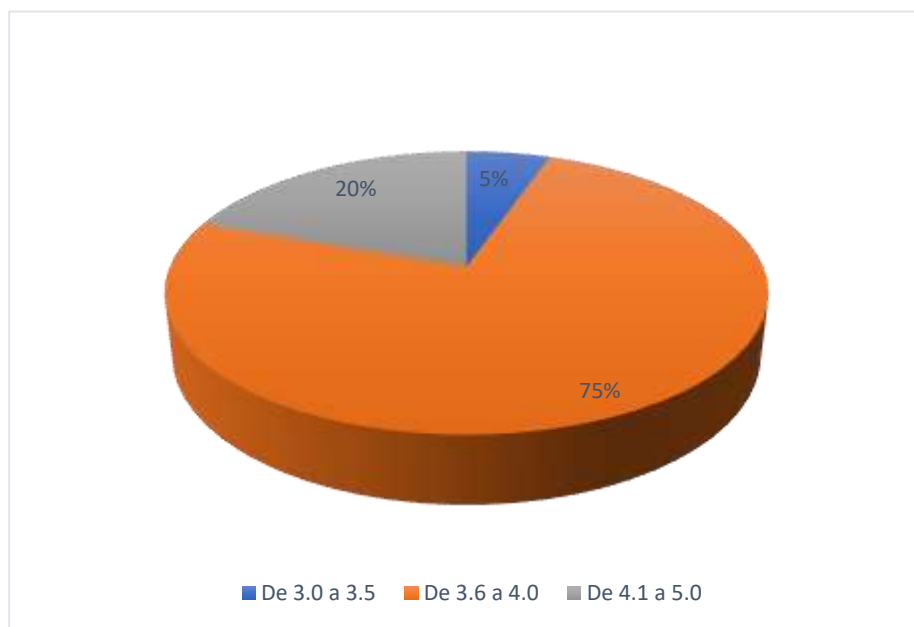


Gráfico 5

Fuente: elaboración propia 2024

Continuando con los resultados, en la variable promedio semestral en esta investigación los resultados arrojaron que el 75% de los estudiantes mantienen un promedio entre 3.6 a 4.0, seguido de un 20% con promedio entre 4.1 a 5.0; así mismo, el 5% de la población maneja un promedio entre 3.0 a 3.5. Al compararlo con el estudio realizado por (Aponte Villamil, 2020)

Con relación al promedio académico se encontró que el más frecuente por los estudiantes fue de un percentil de 3.5, teniendo como promedio mínimo de 3.0 y el máximo correspondiente a 4.2 de calificación semestral.

Tabla 6: Ocupación

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Estudiante	44	79%
Empleado	0	0%
Ambas	12	21%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

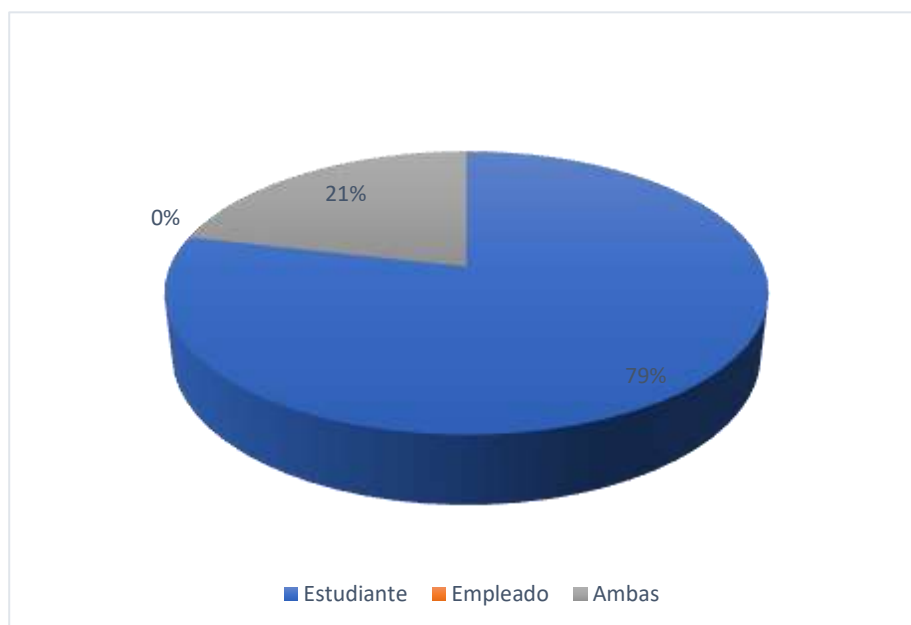


Gráfico 6: Ocupación

Fuente: elaboración propia 2024

Respecto a la variable ocupación, podemos observar que el 79% de los encuestados se dedican netamente al estudio y el 21% tienen su responsabilidad como estudiante, pero a la vez se desempeñan como empleados. Al compararlo con el estudio realizado por (Espinosa Castro,

J.F, 2023) El 80% de los estudiantes de los encuestados trabajan, en jornada diurna, de los cuales el 50% laboran dependiente y 30% independiente, el restante depende de un familiar u otra persona.

Objetivo 2: Identificar el rendimiento académico de los estudiantes de 5to y 6to semestre de acuerdo a su promedio académico semestral y general.

Para dar respuesta al objetivo número dos de la investigación se halló lo siguiente:

Tabla 7: Manifestación de inquietud o nerviosismo

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Si	48	86%
No	8	14%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

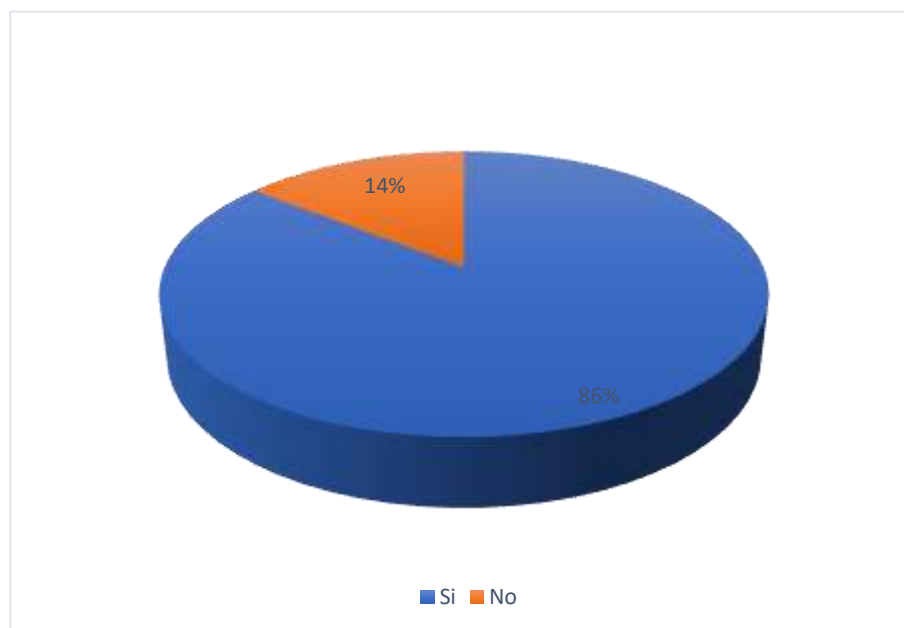


Gráfico 7: Manifestación de inquietud o nerviosismo

Fuente: elaboración propia 2024

Con relación a la variable manifestaciones de inquietud o nerviosismo, se encontró que el 86% de la población manifiesta sentir en algún momento del semestre este tipo de manifestaciones a sentir preocupación o nerviosismo y solo el 14% expresan lo contrario. Al compararlo con el estudio realizado por (Adriana Barrios, Sara Gonzales, 2023) se puede deducir que del total de la muestra que participó del instrumento el 94,74% que equivale a 36 estudiantes manifiestan que sí han tenido momentos de preocupación o nerviosismo en el presente semestre, por el contrario, tan solo un 5,26% equivalente a 2 estudiantes refieren no haberlo experimentado.

Con la idea de tener mayor precisión en los resultados y utilizando la siguiente escala donde 1 (nada) y 5 (mucho), se le preguntó a la población objeto de estudio respecto a su nivel de nerviosismo e inquietud respecto a las diferentes situaciones que se presentan diariamente en el ámbito universitario; encontrando reflejado lo siguiente:

Tabla 8: Nivel de nerviosismo

<b>Opción</b>	<b>Número de respuestas</b>	<b>Porcentaje de respuestas</b>
Nada	3	5%
Poco	4	7%
Algo	20	36%
Bastante	20	36%
Mucho	9	16%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

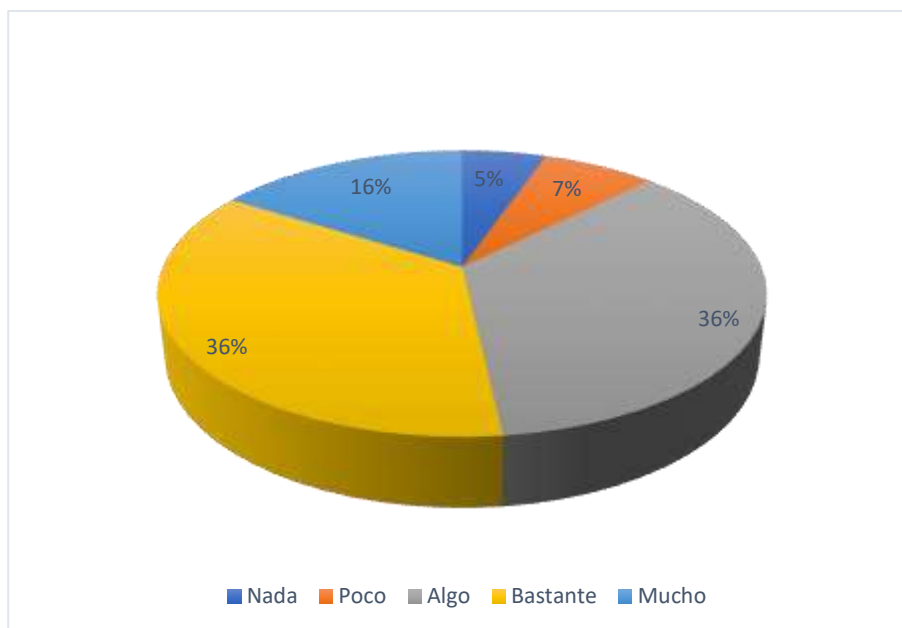


Gráfico 8: Nivel de nerviosismo

Fuente: elaboración propia 2024

En la gráfica anterior se puede evidenciar que el 14% de los estudiantes dice nunca sentirse nervioso o preocupado. En relación a la variable nivel de nerviosismo, el 7% señala solo sentirse solo un poco nervioso o preocupado, el 36% expresar tener algo de preocupación y nerviosismo, el 36% precisa sentirse bastante preocupado o nervioso y finalmente el 16% restante refleja sentirse muy preocupados o nerviosos durante el semestre, debido a muchos factores, que se evaluarán más adelante. Al compararlo con el estudio realizado por (Adriana Barrios, Sara Gonzales, 2023) se evidencia que la frecuencia en la implementación de la estrategia concentrarse en resolver la situación que preocupa se implementó en el 33,33% de la muestra equivalente a 12 de estudiantes casi siempre, seguido del 27,78 que representa 10 estudiantes en los cuales se presentó algunas veces, por el contrario, tan solo en el 8,33% equivalente a 3 estudiantes nunca se implementó esta estrategia.

Tabla 9: Nivel de inquietud, la competencia con los compañeros del grupo

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	9	16%
Rara vez	23	41%
Algunas veces	17	30%
Casi siempre	7	13%
Siempre	0	0%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

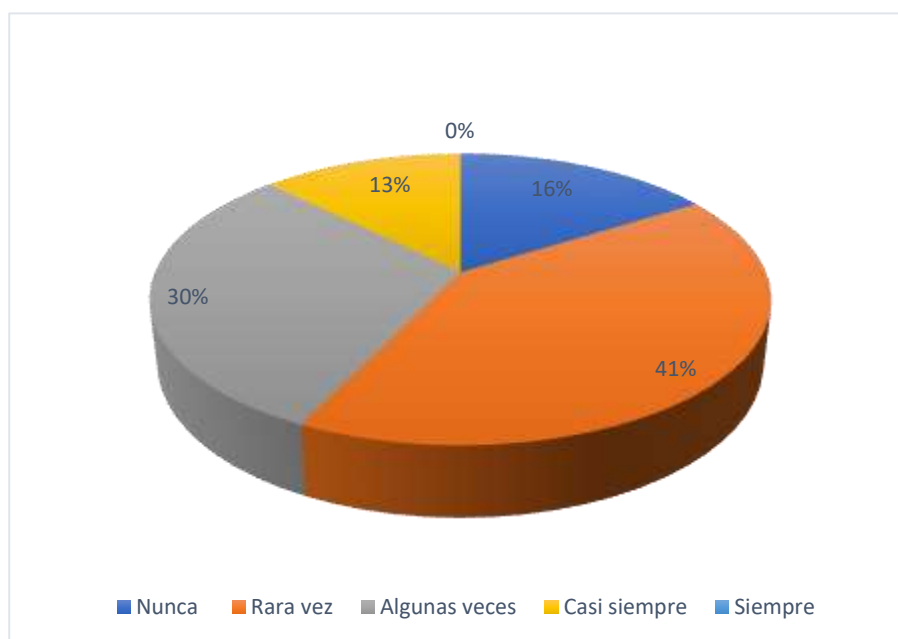


Gráfico 9: Nivel de inquietud, la competencia con los compañeros del grupo

Fuente: elaboración propia 2024

Continuando con la variable nivel de inquietud, la competencia con los compañeros del grupo; el 16% de la población dice nunca inquietar la situación plasmada, el 41% rara vez, el 30% algunas veces y el 13% reflejo que casi siempre se sienten inquietos con la competencia con los compañeros del grupo. Al compararlo con el estudio realizado por (castillo Ávila, Irma

Yolanda; Barrios Cantillo, Arleth & Alvis Estrada, Luis R. 2018) se mostró que el estímulo que menos estresa a los estudiantes es la competencia con los compañeros del grupo, donde el 9,1% (48) de ellos respondió que rara vez o nunca les genera preocupación.

Tabla 10: Nivel de inquietud, sobrecarga de tareas y trabajos escolares

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	0	0%
Rara vez	8	14%
Algunas veces	21	38%
Casi siempre	17	30%
Siempre	10	18%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

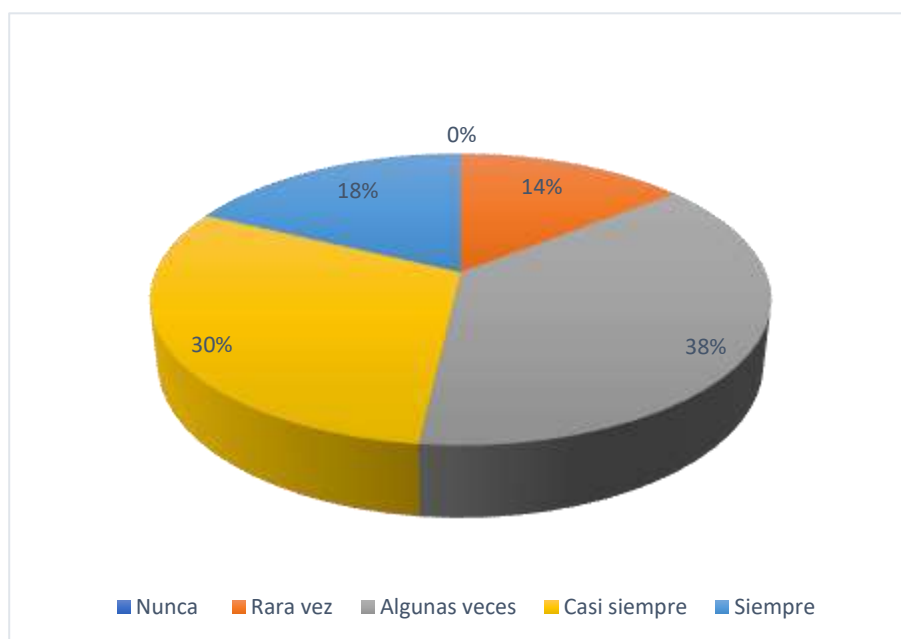


Gráfico 10: Nivel de inquietud, sobrecarga de tareas y trabajos escolares

Fuente: elaboración propia 2024

En cuanto al variable nivel de inquietud, sobrecarga de tareas y trabajos escolares. El 14% de los resultados evidencian que los encuestados durante su semestre rara vez se han sentido inquietos debido a la situación presentada, el 38% algunas veces, el 30% casi siempre y finalmente el 18% restante manifestaron siempre sentirse inquietos debido a la sobrecarga de tareas y trabajos. Al compararlo con el estudio realizado por, (Oducado & Estoque, 2021), demostró que el estrés académico, esta vinculados a estresores asociados a la sobre carga académica, lo que conlleva a un estado de ansiedad, agotamiento físico y mental. Por tanto, es un área que requiere seguir explorando, para brindarles a los estudiantes, en especial a los del área de salud, herramientas y apoyo integral dirigidas a canalizar el estrés y de esta manera mejorar la calidad de vida y el desempeño académico.

Tabla 11: Nivel de inquietud, La personalidad y carácter del docente

<b>Opción</b>	<b>Número de respuestas</b>	<b>Porcentaje de respuestas</b>
Nunca	4	7%
Rara vez	14	25%
Algunas veces	22	39%
Casi siempre	12	21%
Siempre	4	7%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

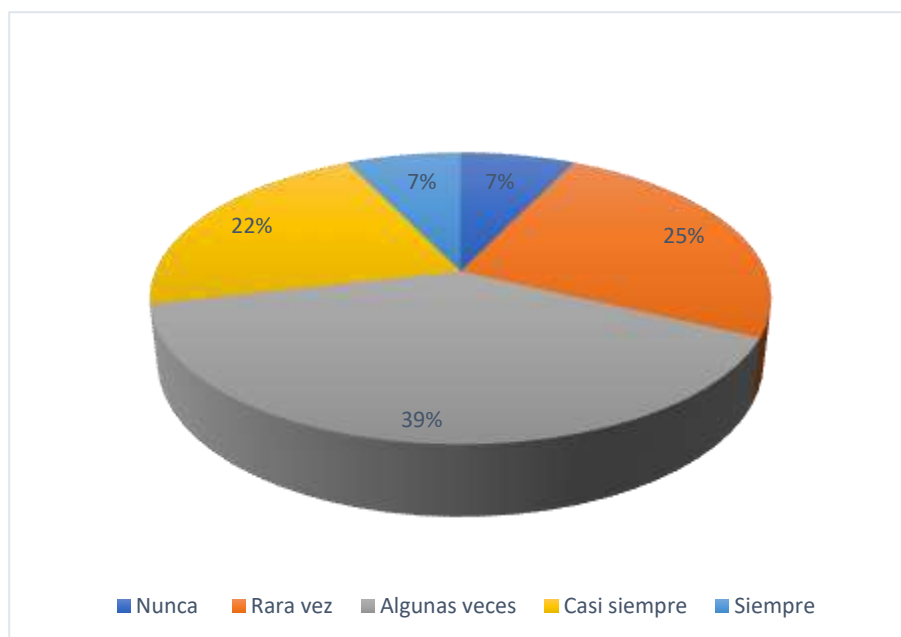


Grafico 11: Nivel de inquietud, la personalidad y carácter del docente

Fuente: elaboración propia 2024

Siguiendo con la variable nivel de inquietud, la personalidad y carácter del docente. La encuesta refleja que el 7% de la población nunca se inquieta por la situación anteriormente mencionada, el 25% rara vez, el 39% algunas veces, el 22% que casi siempre y que el 7% siempre se sienten inquietos por la personalidad y el carácter del docente. Al compararlo con el estudio realizado por (Freitas PHB, Meireles AL, Ribeiro IKS, Abreu MNS, Paula W, Cardoso CS, 2023), se evidencia que los estudiantes con síntomas de ansiedad suelen experimentar un sentimiento de inseguridad, tensión y miedo, privándose de actividades que promuevan el bienestar, lo que puede ocasionar perjuicios en la vida académica, dificultades en la interacción social, empeoramiento funcional global, pensamientos suicidas y depresión.

Tabla 12: Nivel de inquietud, las evaluaciones de los profesores, exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	1	2%
Rara vez	6	11%
Algunas veces	22	39%
Casi siempre	18	32%
Siempre	9	16%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

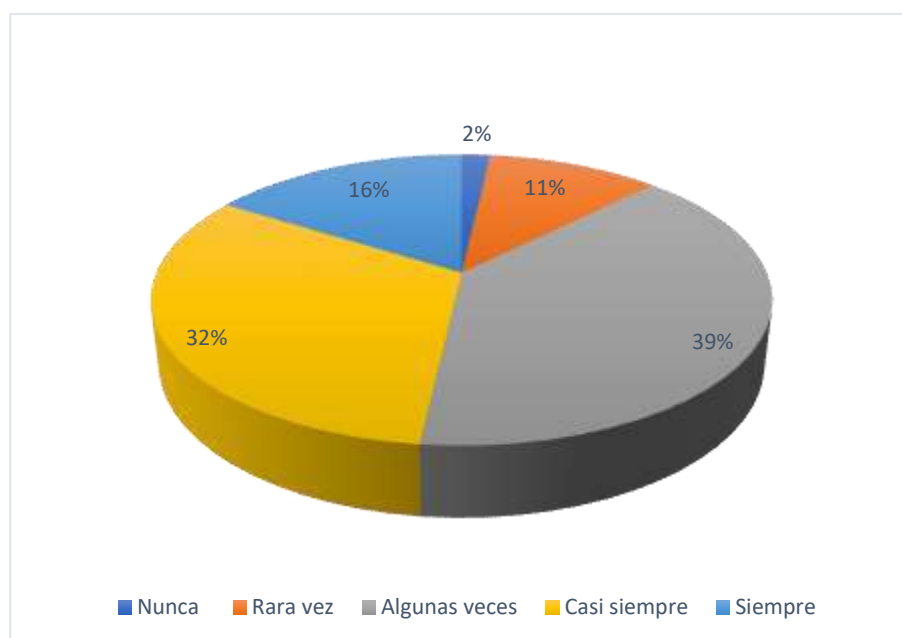


Gráfico 12: Nivel de inquietud, las evaluaciones de los profesores, exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.

Fuente: elaboración propia 2024

En relación a la variable nivel de inquietud, la evaluación de los profesores, exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc. Tal como podemos observar el 2% dice nunca estar

inquietos sobre las estrategias de evaluación del docente, el 11% rara vez, el 39% algunas veces, el 32% casi siempre y el 16% de la población objeto de estudio, evidencia siempre sentirse inquieto frente a la forma en la que el docente aborda la evaluación de los conocimientos de los encuestados. Al compararlo con el estudio realizado por (Adriana Barrios, Sara Gonzales, 2023) se evidencia que la frecuencia de estrés por la forma de evaluación del profesor se presentó en un 30,56% equivalente a 11 estudiantes rara vez, seguido por el 27,78% equivalente a 10 estudiantes en los cuales se presentó casi nunca, por el contrario, tan solo el 2,78% informó experimentarlo casi siempre. (Cardozo et al, 2020) manifiesta que la estrategia de aprendizaje activo en comparación con el uso de clases teóricas tradicionales mejora el rendimiento académico, ya que se logra bajar significativamente los niveles de estrés en los estudiantes.

Tabla 13: Nivel de inquietud, el tipo de trabajos que te piden los profesores (consultas de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, exposiciones etc.

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	2	4%
Rara vez	12	21%
Algunas veces	26	46%
Casi siempre	13	23%
Siempre	3	5%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

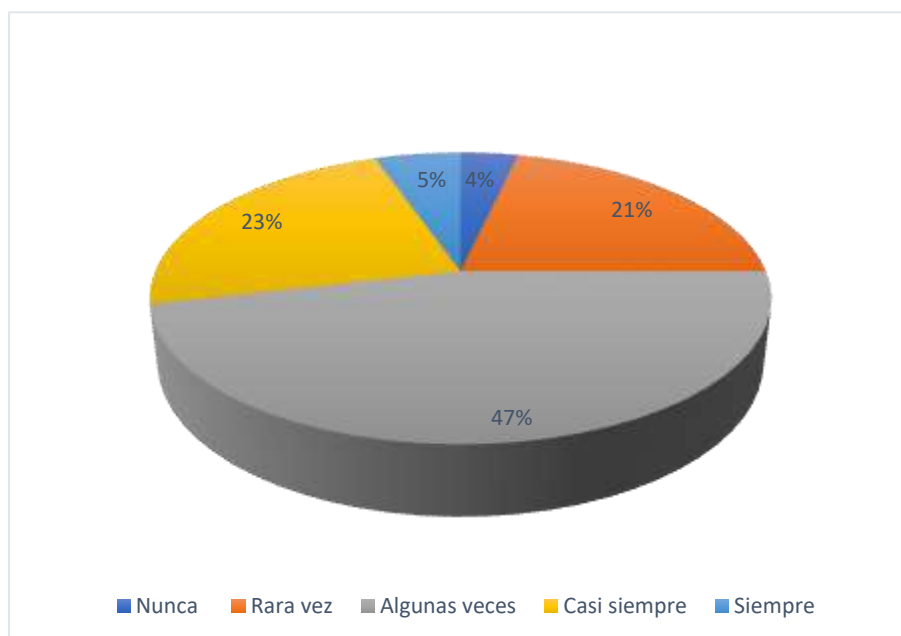


Gráfico 13: Nivel de inquietud, el tipo de trabajos que te piden los profesores (consultas de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, exposiciones etc).

Fuente: elaboración propia 2024

Continuando con la variable nivel de inquietud, la evaluación de los profesores, exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc. Tal como podemos observar el 4% dice nunca estar inquietos sobre las estrategias de evaluación del docente, el 21% rara vez, el 47% algunas veces, el 23% casi siempre y el 5% de la población objeto de estudio, evidencia siempre sentirse inquieto frente a la forma en la que el docente aborda la evaluación de los conocimientos de los encuestados. Al compararlo con el estudio realizado por (Ahmady et al., 2021). Se ha podido analizar que el aumento de la competencia entre estudiantes, diversos roles que cumplir, factores económicos, carga laboral, demasiada información para estudiar, tiempo insuficiente con un número exagerado de evaluaciones académicas, ha ocasionado el aumento del estrés en el alumnado.

Tabla 14: Nivel de inquietud, no entender los temas que se abordan en clases

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	4	7%
Rara vez	13	23%
Algunas veces	19	34%
Casi siempre	13	23%
Siempre	7	13%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

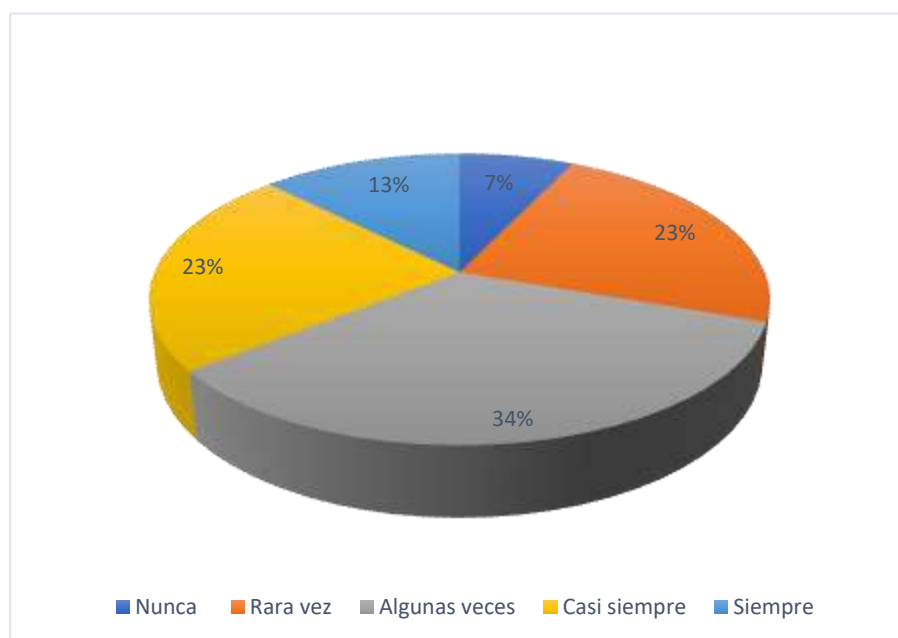


Gráfico 14: Nivel de inquietud, no entender los temas que se abordan en clases

Fuente: elaboración propia 2024

Seguidamente la variable no entender los temas que se abordan en clases, en el mismo orden de ideas del gráfico podemos observar que al 7% nunca le inquieta no entender los temas, mientras que 23% rara vez, al 34% alguna vez, al 23% casi siempre y al 13% siempre se ve inquieto por no entender del todo los temas abordados en las clases. Al compararlo con el estudio realizado por Chandra et al., (2020) mostraron en sus hallazgos diferencias significativas entre el

miedo al fracaso académico que se encuentra relacionado con el entorno en línea y en el hogar entre estudiantes masculinos y femeninos; y advirtieron que muchos de ellos han comenzado a dedicarse a diversas actividades creativas y a tomar cursos que les ayudan a aprender habilidades técnicas, como estrategias para mediar ante el evidente cuadro estresante.

Tabla 15: Nivel de inquietud, participación en clases (responder preguntas, presentaciones de temas, etc.)

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	6	11%
Rara vez	12	21%
Algunas veces	21	38%
Casi siempre	14	25%
Siempre	3	5%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

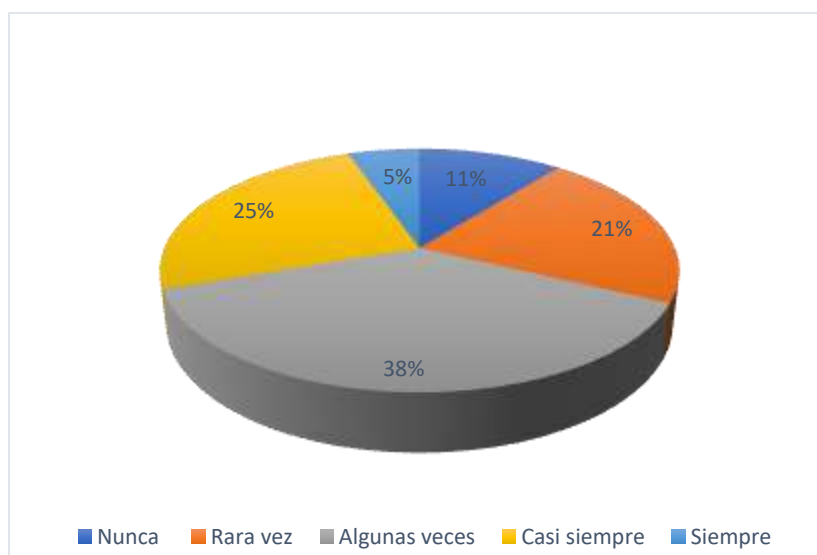


Gráfico 15: Nivel de inquietud, participación en clases (responder preguntas, presentaciones de temas, etc.)

Fuente: elaboración propia 2024

En cuanto a la variable nivel de inquietud, participación en clases (responder preguntas, presentación de temas, etc.). Del gráfico podemos evidenciar que al 11% de la población nunca le inquieta la situación planteada, al 21% rara vez, al 38% algunas veces, al 25% casi siempre y finalmente al 5% restante siempre les genera alguna reacción el hecho de participar en clases, ya sea en responder preguntas del docente y presentación de temas frente a los demás estudiantes. Al compararlo con el estudio realizado por (castillo Ávila, Irma Yolanda; Barrios Cantillo, Arleth & Alvis Estrada, Luis R. 2018) Se evidenció que la sobrecarga de tareas escolares, elegida por el 48,2% (257) de las personas, corresponde a la fuente principal de estrés; seguida de las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajo de investigación), elegidas por el 41,7% (222) de los estudiantes.

Tabla 16: Nivel de inquietud, tiempo limitado para hacer el trabajo

<b>Opción</b>	<b>Número de respuestas</b>	<b>Porcentaje de respuestas</b>
Nunca	2	4%
Rara vez	12	21%
Algunas veces	15	27%
Casi siempre	20	36%
Siempre	7	13%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

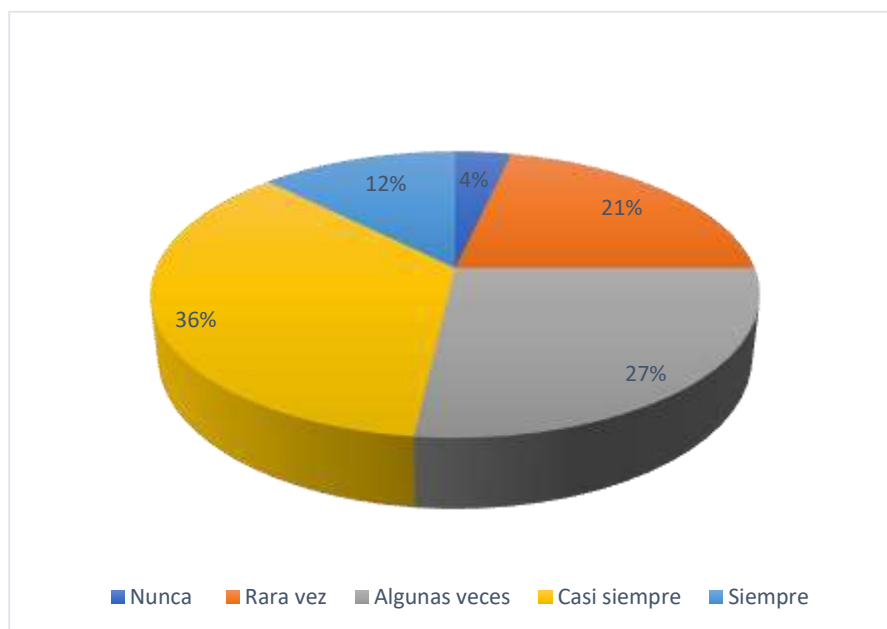


Gráfico 16: Nivel de inquietud, tiempo limitado para hacer el trabajo

Fuente: elaboración propia 2024

Seguidamente en la variable nivel de inquietud, tiempo limitado para hacer trabajos. El tiempo de entrega de trabajos para el 4% nunca genera una situación de inquietud, por el contrario, otro 27% objeta que algunas veces, al 36% casi siempre y al otro 12% siempre, el tiempo limitado para hacer los trabajos les genera cierto grado de inquietud o preocupación. En contraste con la investigación por (Adriana Barrios, Sara Gonzales, 2023) se observa que la frecuencia del estrés por el tiempo limitado para realizar trabajos se presentó algunas veces en el 27,78% equivalente a 10 estudiantes, seguido por el 25% que equivale a 9 estudiantes en los cuales se presentó rara vez, sucesivamente en el 22,22% equivalente a 8 estudiantes se presentó casi siempre, por el contrario, tan solo en el 2,78% equivalente a 1 estudiante nunca se presentó.

Tabla 17: Inquietud (incapacidades para relajarse y estar tranquilo)

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	7	13%
Rara vez	16	29%
Algunas veces	21	38%
Casi siempre	5	9%
Siempre	7	13%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

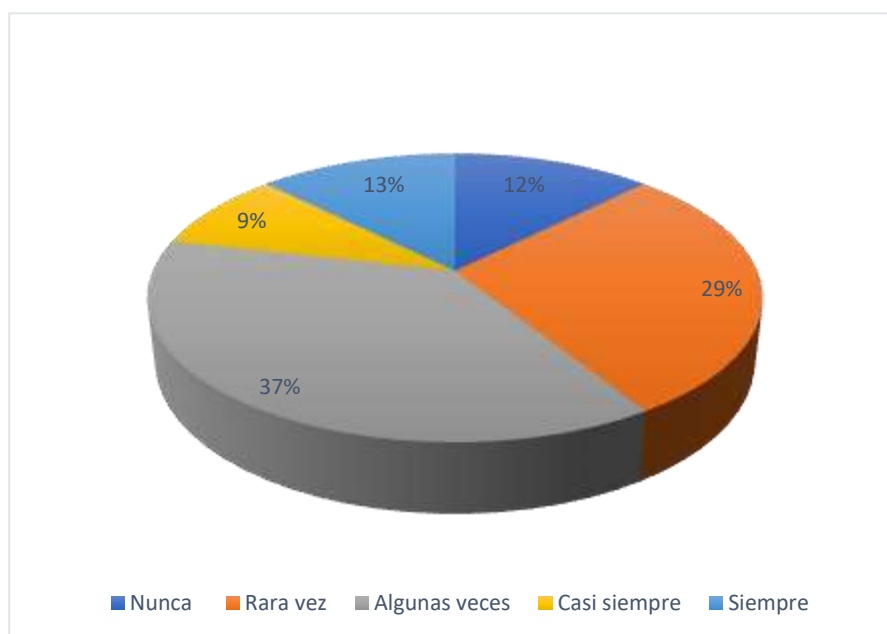


Gráfico 17: Inquietud (incapacidades para relajarse y estar tranquilo)

Fuente: elaboración propia 2024

En relación a la inquietud (incapacidades para relajarse y estar tranquilo) se puede observar en el gráfico, el 12% manifestó nunca sentirse nerviosos o preocupados, el 29% rara vez, el 37% algunas veces, el 9% casi siempre y el 13% siempre sintieron inquietud, incapaces de relajarse y estar tranquilos. Al compararlo con el estudio realizado por (castillo Ávila, Irma Yolanda; Barrios Cantillo, Arleth & Alvis Estrada, Luis R. 2018) los problemas de concentración

(77,4%) y la inquietud e incapacidad de relajarse y estar tranquilo corresponde a un (76,1%). Estas reacciones desencadenan un círculo vicioso entre el agotamiento físico y mental, que genera mayores síntomas de cansancio que limitan el desarrollo del estudiante y pueden derivar en mayor frustración y estrés.

Objetivo 3: Medir los niveles de estrés de los estudiantes objeto de estudio, mediante la aplicación de un cuestionario tipo Likert a través de la plataforma SISCO para medición de estrés académico.

Tabla 18: Reacción psicológica, sentimientos de depresión y tristeza (decaído)

<b>Opción</b>	<b>Número de respuestas</b>	<b>Porcentaje de respuestas</b>
Nunca	10	18%
Rara vez	11	20%
Algunas veces	17	30%
Casi siempre	10	18%
Siempre	8	14%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

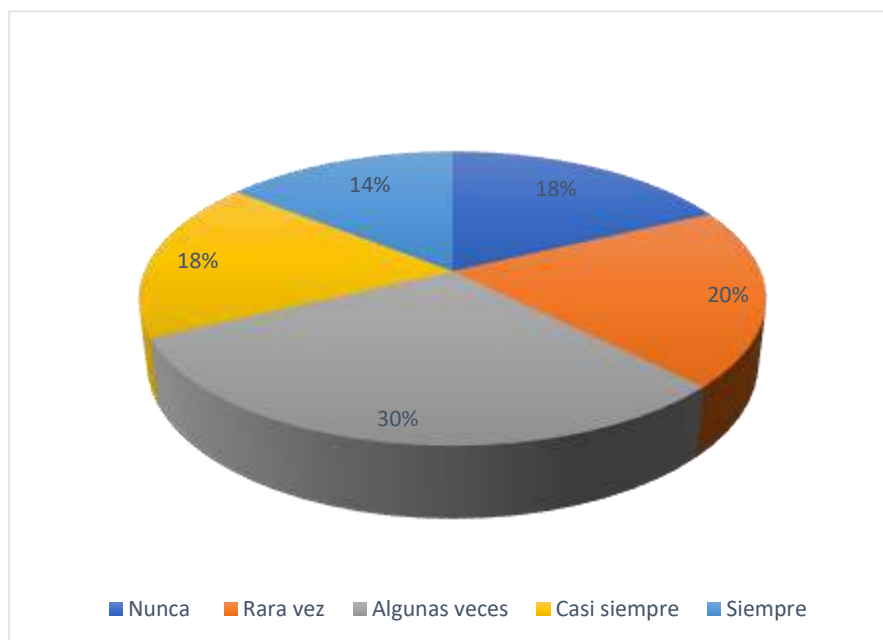


Gráfico 18: Reacción psicológica, sentimientos de depresión y tristeza (decaído)

Fuente: elaboración propia 2024

En relación a la variable de reacción psicológica dependiendo de los sentimientos de depresión y tristeza decaído, se denota que el 18% nunca reflejo sentimientos de depresión y tristeza (decaído), el 20% rara vez, el 30% algunas veces, el 18% casi siempre y el 14% siempre se sintieron identificados con la situación planteada. Al compararlo con el estudio realizado por (Freitas PHB, Meireles AL, Ribeiro IKS, Abreu MNS, Paula W, Cardoso CS, 2023). Concluyen en su investigación que los síntomas de depresión, ansiedad y estrés son fenómenos interconectados que transitan entre el afecto negativo, el malestar emocional y los cambios fisiológicos. En esta investigación se observó que aproximadamente el 50% de los estudiantes del área de la salud presentaban síntomas de depresión, ansiedad y estrés, de gravedad leve a muy grave, y más del 20% presentaba síntomas graves de estos padecimientos

Tabla 19: Reacción psicológica ansiedad, angustia o desesperación

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	3	5%
Rara vez	16	29%
Algunas veces	16	29%
Casi siempre	14	25%
Siempre	7	13%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

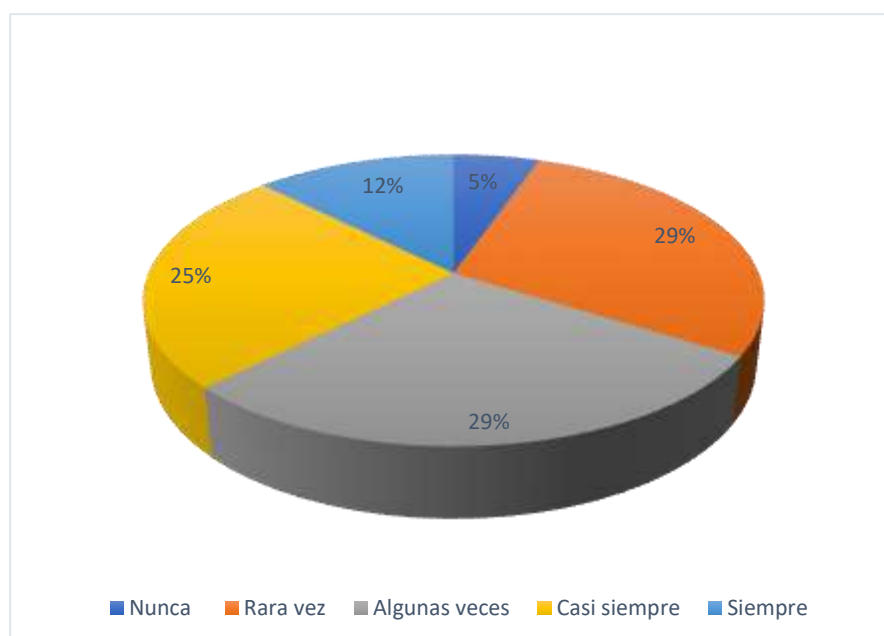


Gráfico 19: Reacción psicológica ansiedad, angustia o desesperación

Fuente: elaboración propia 2024

En la gráfica de variable reacción psicológica ante la ansiedad, angustia o desesperación, se puede observar que el 5% nunca ha experimentado dicha situación, el 29% rara vez, el 29% algunas veces, el 25% casi siempre y el 12% siempre. Al compararlo con el estudio realizado por Cénat et al., (2021), se puede observar que los estudiantes manifiestan mayoritariamente en cuanto a reacción psicológica como la depresión, ansiedad, trastorno de estrés postraumático,

destacando el insomnio como síntoma frecuente a situaciones estresantes, además hace énfasis en que la población se ve afectada por igual a ambos sexos e indistintamente al país de origen (Cheema et al., 2020; Cénat et al., 2020).

Tabla 20: Reacción psicológica problemas de concentración

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	0	0%
Rara vez	11	20%
Algunas veces	24	43%
Casi siempre	14	25%
Siempre	7	13%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

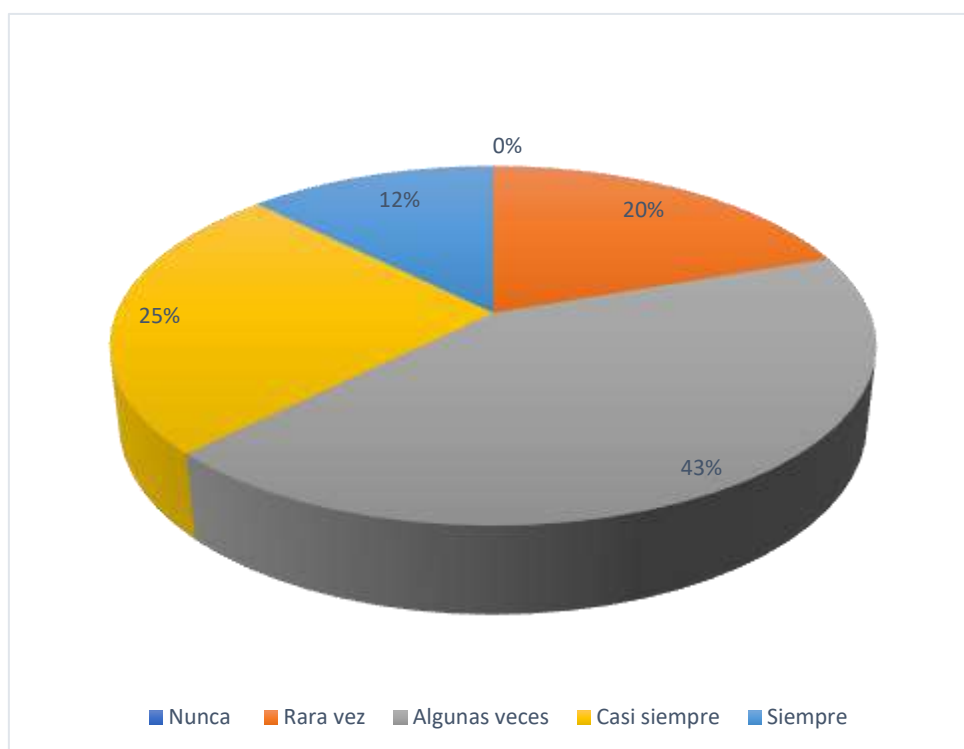


Gráfico 20: Reacción psicológica problemas de concentración

Fuente: elaboración propia 2024

Según podemos observar en la gráfica de la variable reacción psicológica frente a problemas de concentración, observamos que el 20% rara vez ha padecido problemas de concentración, mientras que el 43% algunas veces, el 25% casi siempre y el 12% de la población siempre se ven identificados respectivamente con dicha reacción. Al compararlo con el estudio realizado por Alotaibi et al., (2020), complementa resaltando que los síntomas fisiológicos como la fatiga, somnolencia diurna, insomnio y psicológico: angustia, miedo, depresión, influyen en el rendimiento neuro-cognitivo, disminuyendo la concentración en el aprendizaje, afectando así el rendimiento académico.

Tabla 21: Reacción psicológica sentimientos de agresividad o aumento de la irritabilidad

<b>Opción</b>	<b>Número de respuestas</b>	<b>Porcentaje de respuestas</b>
Nunca	14	25%
Rara vez	17	30%
Algunas veces	13	23%
Casi siempre	6	11%
Siempre	6	11%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

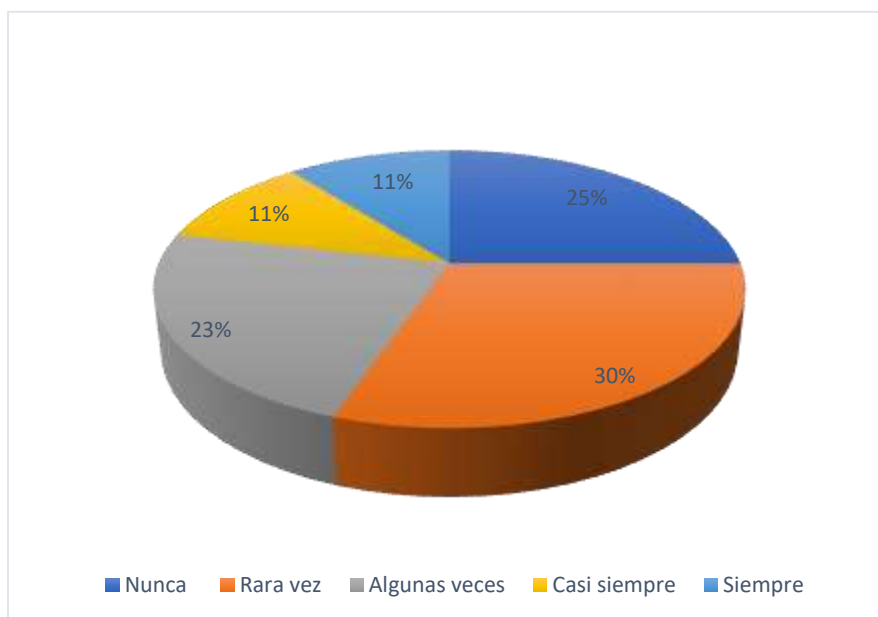


Gráfico 21: Reacción psicológica sentimientos de agresividad o aumento de la irritabilidad

Fuente: elaboración propia 2024

Continuando con la variable reacción psicológica frente a los sentimientos de agresividad o aumento de la irritabilidad, la población objeto de estudio reflejado que el 25% nunca, 30% rara vez, el 23% algunas veces, 11% casi siempre y 11% siempre, respectivamente. Al compararlo con el estudio realizado por (Adriana Barrios, Sara Gonzales, 2023) se evidencia que la frecuencia de sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad por estrés en el 33,33% equivalente a 12 estudiantes nunca se presentó, seguido por el 27,78% equivalente a 10 estudiantes en el cual se presentó algunas veces, por el contrario, tan solo en el 5,56% equivalente a 2 estudiantes se presentó casi siempre.

Tabla 22: Reacción física trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	8	14%
Rara vez	13	23%
Algunas veces	22	39%
Casi siempre	7	13%
Siempre	6	11%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

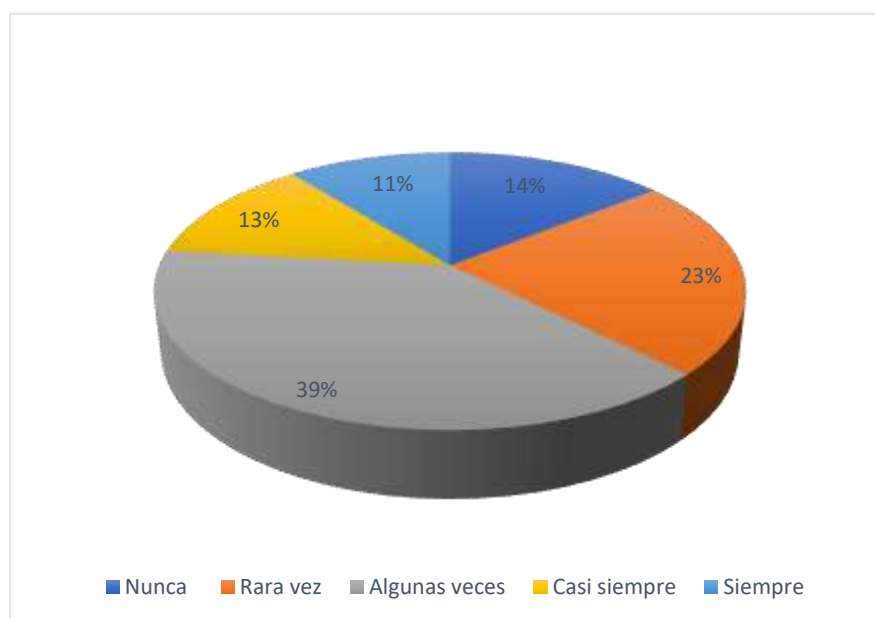


Gráfico 22: Reacción psicológica trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)

Fuente: elaboración propia 2024

De acuerdo a lo mostrado en el gráfico reacción psicológica de los trastornos del sueño, podemos observar con qué frecuencia se ven afectados por trastornos del sueño: el 14% refleja que nunca, el 23% rara vez, el 39% algunas veces, el 13% casi siempre y el 11% evidencia que

siempre se ve afectado con trastornos del sueño, insomnio e incluso pesadillas. Al compararlo con el estudio realizado por Li & Hasson, (2020) en su artículo indican que el agotamiento emocional es el predictor efectivo del rendimiento negativo, donde el estudiante de del área de la salud afronta con apoyo de sus familiares y amigos. Por lo que Alotaibi et al., (2020), complementa resaltando que los síntomas fisiológicos como la fatiga, somnolencia diurna e insomnio son los mayores predisponentes que los estudiantes manifiestan.

Tabla 23: Reacción física fatiga crónica (cansancio permanente)

<b>Opción</b>	<b>Número de respuestas</b>	<b>Porcentaje de respuestas</b>
Nunca	6	11%
Rara vez	14	25%
Algunas veces	17	30%
Casi siempre	15	27%
Siempre	4	7%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

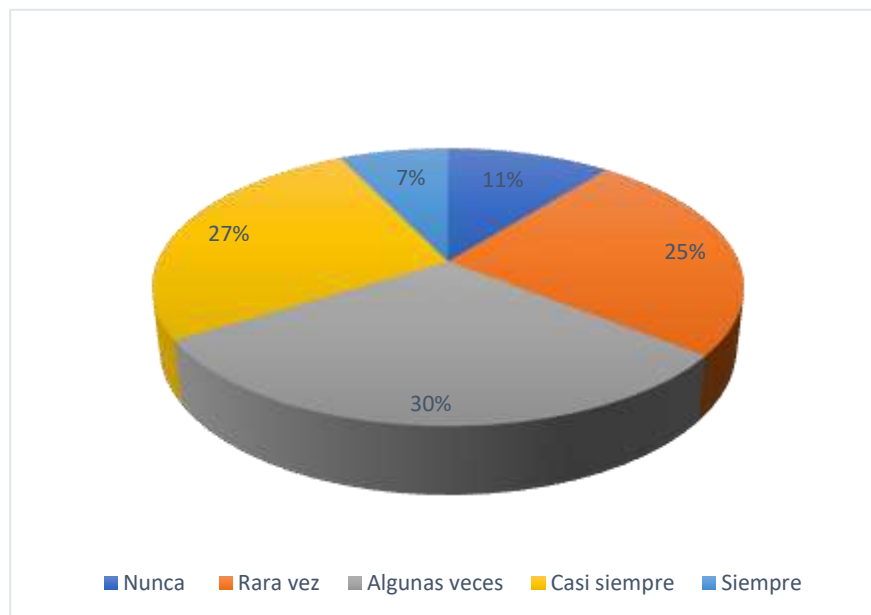


Gráfico 23: Reacción física fatiga crónica (cansancio permanente)

Fuente: elaboración propia 2024

En este ítem los estudiantes manifiestan con los siguientes resultados en porcentaje la frecuencia con la que experimentan fatiga crónica, es decir, cansancio permanente, de la siguiente manera el 11% nunca, el 25% rara vez, el 30% algunas veces, el 27% casi siempre y el 7% siempre. Al compararlo con el estudio de (Adriana Barrios, Sara Gonzales, 2023) se evidencia que la frecuencia de fatiga crónica (cansancio permanente) por el estrés es casi siempre en el 27,78 %, equivalente a 10 estudiantes, seguido del 25%, equivalente a 9 estudiantes, y en el 19,44 %, equivalente a 7 estudiantes, en los que se presentaron algunas veces, por el contrario, solo en el 19,44 %, equivalente a 7 estudiantes nunca se presentó.

Tabla 24: Reacción física, dolores de cabeza o migrañas

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	5	9%
Rara vez	12	21%

Algunas veces	23	41%
Casi siempre	12	21%
Siempre	4	7%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

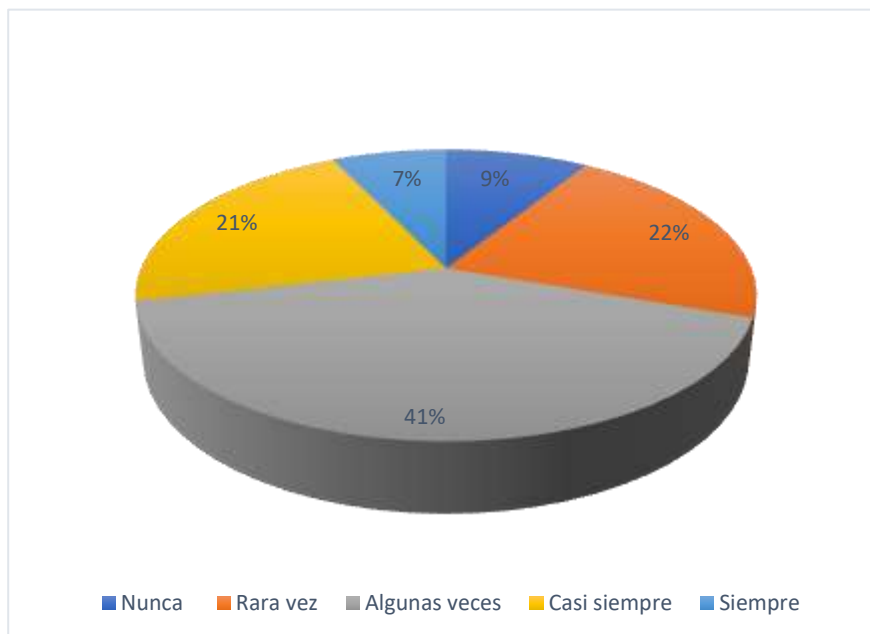


Gráfico 24: Reacción física, dolores de cabeza o migrañas

Fuente: elaboración propia 2024

En cuanto a las reacciones físicas por dolores de cabeza o migrañas, se puede evidenciar respectivamente que el 9% nunca han experimentado este tipo de situaciones, el 22% rara vez; así mismo, el 41% algunas veces, el 21% casi siempre y por último el 7% siempre ha pasado por algunos de los episodios mencionados. Al compararlo con el estudio realizado por (castillo Ávila, Irma Yolanda; Barrios Cantillo, Arleth & Alvis Estrada, Luis R. 2018). de manera general, el 47,7% (280) de los estudiantes se situó en un nivel alto y medio alto en lo referente a reacciones (físicas y fisiológicas comportamentales). Las reacciones físicas más frecuentes entre

los encuestados fueron dolores de cabeza y migraña, anotados por el 37,2% (198) de los participantes.

Tabla 25: Reacción física problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	14	25%
Rara vez	16	29%
Algunas veces	18	32%
Casi siempre	7	13%
Siempre	1	2%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

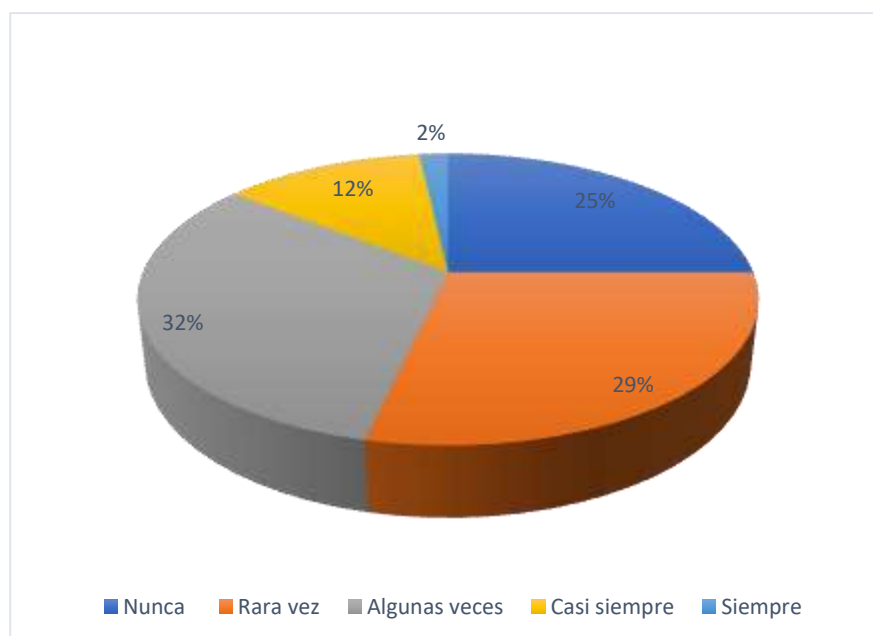


Gráfico 25: Reacción física problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea

Fuente: elaboración propia 2024

Por otra parte, de acuerdo a los resultados dados por la variable reacción física por problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea, el 25% de los encuestados nunca han presentado problemas de digestión, el 29% rara vez, el 32% algunas veces, el 12% casi siempre,

el 2% siempre se vieron afectados por dicha reacción. Al compararlo con el estudio realizado por vida (Duffy et al., 2020) La falta de autodisciplina ante la sobrecarga académica se ha reportado en manifestaciones debido a desbalances metabólicos a causa de comer en exceso con sensación de bajos niveles de satisfacción con la vida (Duffy et al., 2020). Los hallazgos indican una brecha en la investigación sobre la conexión de rendimiento académico y estrés en estudiantes universitarios (Wunsch et al., 2021).

Tabla 26: Reacción física rascarse, morderse las uñas. Frotarse, etc

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	18	32%
Rara vez	9	16%
Algunas veces	15	27%
Casi siempre	9	16%
Siempre	5	9%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

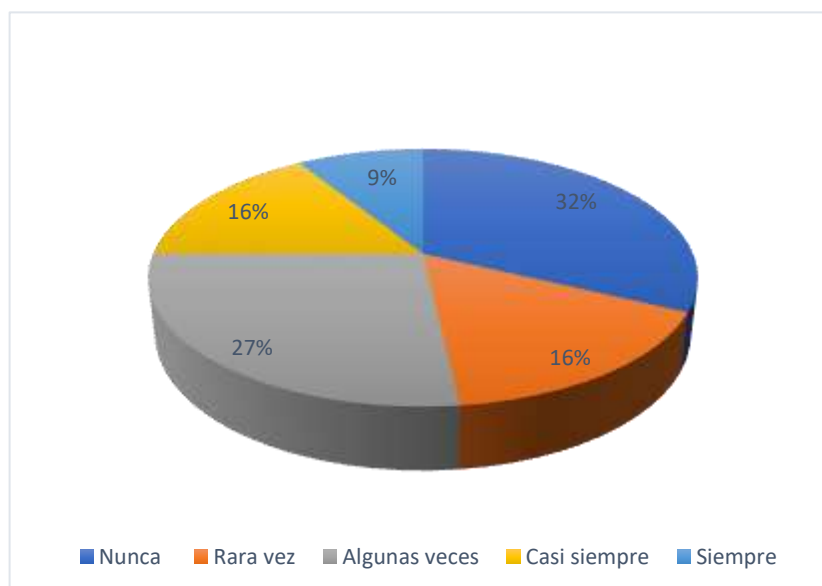


Gráfico 26: Reacción física rascarse, morderse las uñas. Frotarse, etc

*Fuente: elaboración propia 2024*

Según la variable rascarse o morderse las uñas, suele ser una causa común de reacciones a situaciones que puedan preocuparnos y podemos observar en nuestros resultados la frecuencia de este trabajo afectada por la población, el 32% nunca hizo tal acción, el 16% rara vez; el 27% algunas veces, el 16% casi siempre y el 9% siempre presentaron esta condición. Al compararlo con el estudio realizado por (Adriana Barrios, Sara Gonzales, 2023) se logra evidenciar que la frecuencia de mantener el control sobre las emociones y estabilidad sobre la ansiedad que se desencadena en manifestaciones auto lesivas se implementó en el 44,44% que equivale a 16 estudiantes algunas veces, seguido por el 19,44% equivalente a 7 estudiantes en los cuales se implementa rara vez, del mismo modo en el 13,89% representado por 5 estudiantes se implementó casi nunca, tan solo, en el 11,11% equivalente a 4 estudiantes se presentó siempre.

Tabla 27: Reacción física somnolencia o mayor necesidad de dormir

<b>Opción</b>	<b>Número de respuestas</b>	<b>Porcentaje de respuestas</b>
Nunca	7	13%
Rara vez	8	14%
Algunas veces	20	36%
Casi siempre	14	25%
Siempre	7	13%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

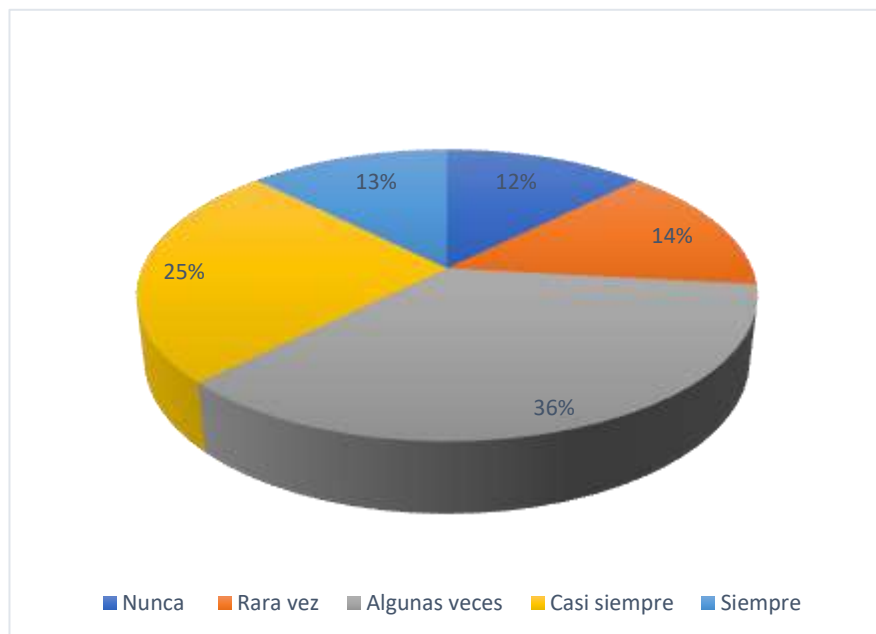


Gráfico 27: Reacción física somnolencia o mayor necesidad de dormir

Fuente: elaboración propia 2024

En términos de reacciones psicológicas este es el último ítem que se abordará sobre la somnolencia o mayor necesidad de dormir es otro factor que se ha tratado en esta investigación, y de acuerdo a las respuestas de nuestro formulario; podemos determinar que el 12% nunca ha tenido dicha reacción, el 14% rara vez, el 36% algunas veces, el 25% casi siempre y el 13% siempre presentó este tipo de situación. Al compararlo con el estudio realizado por (castillo Ávila, Irma Yolanda; Barrios Cantillo, Arleth & Alvis Estrada, Luis R. 2018). La población objeto de estudio presentó síntomas de somnolencia o mayor necesidad de dormir, correspondiente a (176) personas con el 33,1%.

Tabla 28: Reacción comportamental conflictos o tendencias a polemizar o discutir

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	18	32%
Rara vez	20	36%
Algunas veces	13	23%
Casi siempre	3	5%
Siempre	2	4%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

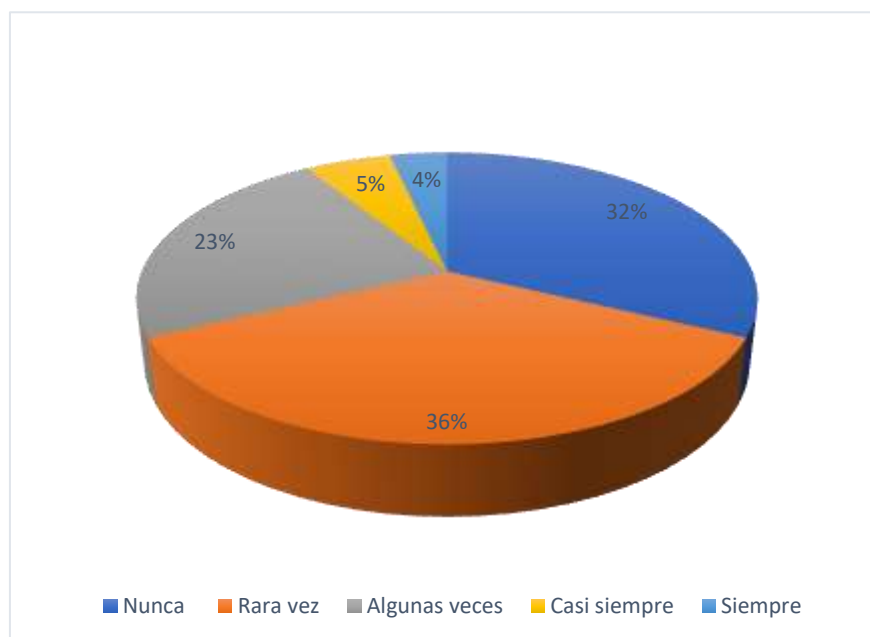


Gráfico 28: Reacción comportamental conflictos o tendencias a polemizar o discutir

Fuente: elaboración propia 2024

De acuerdo con el gráfico reacción comportamental por conflictos o tendencias a polemizar o discutir, podemos observar que los encuestados reflejan en un 32% nunca haber reaccionado de manera conflictiva o tener tendencias a polemizar o discutir, otro 36% rara vez, asimismo el 23% afirma que algunas veces, el 5% casi siempre y el 4% restante evidencia que

siempre tiende a tener dichas reacciones frente a los problemas de estrés o inquietud. Al compararlo con el estudio realizado por (castillo Ávila, Irma Yolanda; Barrios Cantillo, Arleth & Alvis Estrada, Luis R. 2018), Sin embargo, la que menos se presentó fue sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad con el 7,5% (40) acompañada de la menos recurrida fue conflictos o tendencia a polemizar o discutir con los demás, con el 5,5% (29) de los estudiantes encuestados de lo cual se puede inferir que la población no recurre frecuentemente a esta reacción comportamental.

Tabla 29: Reacción comportamental, aislamiento de los demás

<b>Opción</b>	<b>Número de respuestas</b>	<b>Porcentaje de respuestas</b>
Nunca	14	25%
Rara vez	19	34%
Algunas veces	12	21%
Casi siempre	8	14%
Siempre	3	5%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024



Gráfico 29: Reacción comportamental, aislamiento de los demás

Fuente: elaboración propia 2024

Continuando con la variable sobre las reacciones comportamentales en razón de aislamiento de los demás por estrés o inquietud, se denota que el 25% de la población objeto de estudio afirma nunca haberse sometido a aislamiento de los demás, el 34% manifiesta que rara vez lo hizo, el 22% algunas veces, el 14% casi siempre y el 5% restante señala siempre haberse envuelto en dicha práctica. Aunado a lo anterior, se complejiza el cuadro con los síntomas sociales, según Fitzgerald & Konrad, (2021), quienes mencionan que el temor de los estudiantes ante los estresores desencadenantes, sobre todo del área de salud, experimentan sentimientos de aislamiento, deficiencia en el lugar de trabajo. Otra variable que influye en el rendimiento académico son las dificultades financieras, sobre todo a los estudiantes de pregrado (Deznabi et al., 2021)

Tabla 30: Reacción comportamental, desgano para realizar las labores escolares

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	5	9%
Rara vez	16	29%
Algunas veces	22	39%
Casi siempre	9	16%
Siempre	4	7%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

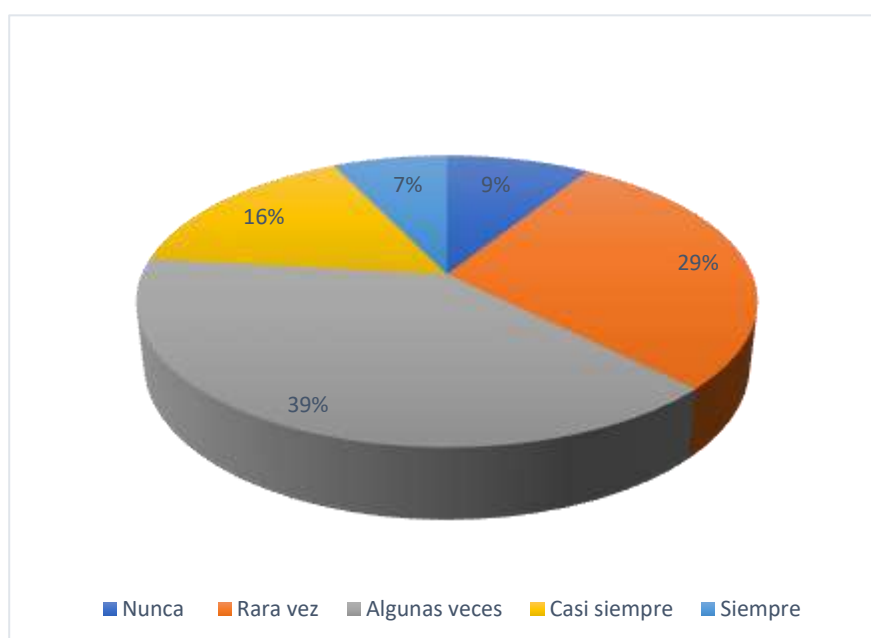


Gráfico 30: Reacción comportamental, desgano para realizar las labores escolares

Fuente: elaboración propia 2024

La variable sobre el desgano para realizar las labores escolares nunca ha sido un problema para el 9 % de los encuestados; para el siguiente 29 % rara vez, para el 39 % seguido, algunas veces; igual que el 16 % posterior, casi siempre y finalmente para el 7 % restante, siempre ha sido una afección que deteriora mucho el rendimiento académico de dichos estudiantes, lo que conlleva a exaltar problemas de estrés. Al compararlo con el estudio realizado

por Séllei et al., (2021) reporta una condición similar población la cual afirma que el afrontamiento es utilizado con mayor frecuencia por los estudiantes para el manejo del estrés académico. Así mismo, Chandra et al., (2020) afirmaron que, mediante el uso de la inteligencia emocional y el distanciamiento del aburrimiento y los pensamientos depresivos, los estudiantes estaban tratando de hacer frente a los efectos negativos derivados de la situación actual que atraviesan.

Tabla 31: Reacción comportamental, aumento o reducción del consumo de alimentos

<b>Opción</b>	<b>Número de respuestas</b>	<b>Porcentaje de respuestas</b>
Nunca	8	14%
Rara vez	12	21%
Algunas veces	15	27%
Casi siempre	17	30%
Siempre	4	7%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

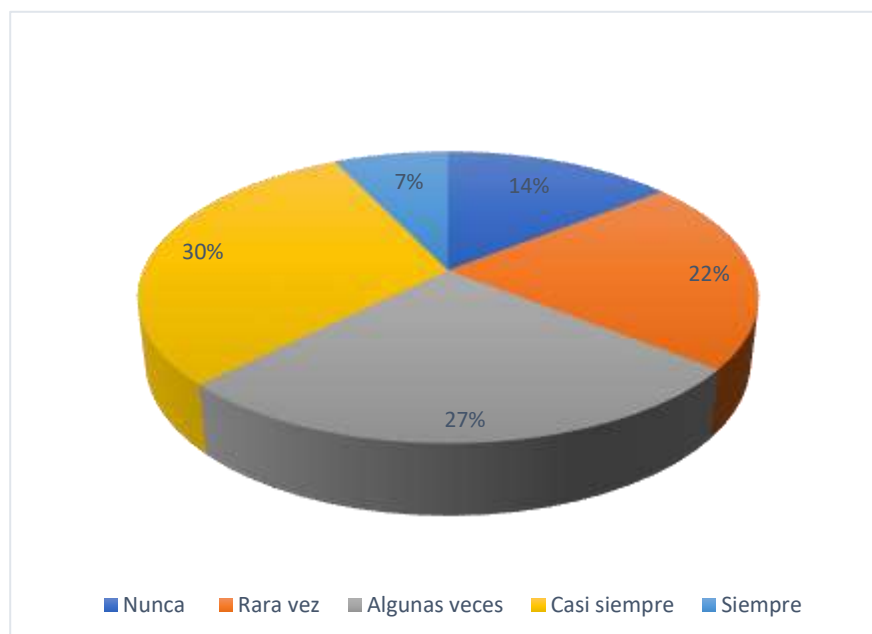


Gráfico 31: Reacción comportamental, aumento o reducción del consumo de alimentos

Fuente: elaboración propia 2024

Respectivamente en la variable de reacción comportamental por aumento o reducción del consumo de alimentos, podemos observar que el 14% nunca ha experimentado problemas con dicha situación, el 22% rara vez, el 27% algunas veces, el 30% casi siempre y finalmente el 7% de la población siempre presentó este tipo de problemáticas. Al compararlo con el estudio realizado por (castillo Ávila, Irma Yolanda; Barrios Cantillo, Arleth & Alvis Estrada, Luis R. 2018). Se logró observar que la población frente a las reacciones comportamentales, la más frecuente fue aumento o reducción del consumo de alimentos, con el 26,3% (140) personas.

Tabla 32: Uso de estrategias, habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	7	13%
Rara vez	7	13%

Algunas veces	23	41%
Casi siempre	15	27%
Siempre	4	7%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

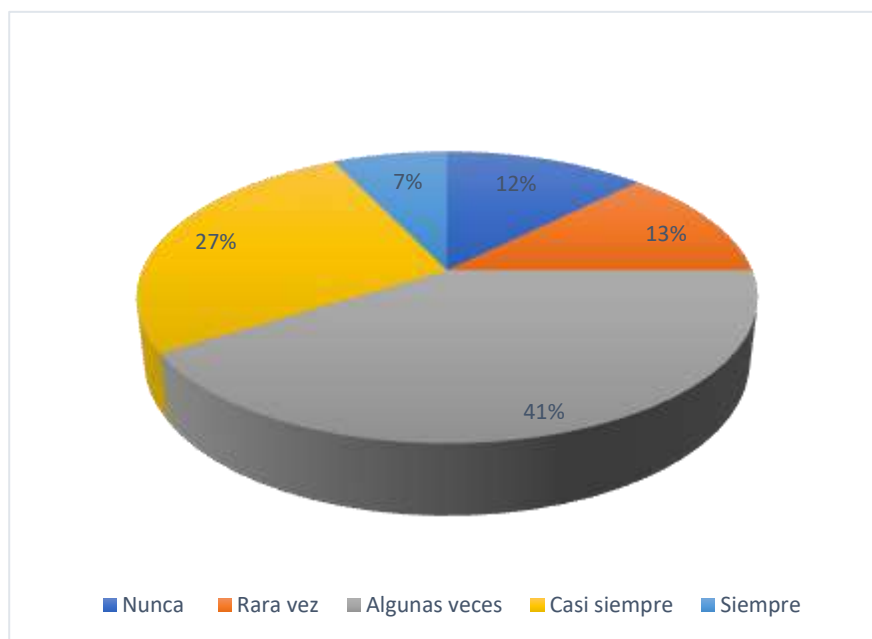


Gráfico 32: Uso de estrategias, habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)

Fuente: elaboración propia 2024

La variable habilidad asertiva es un método que utiliza para enfrentar las situaciones anteriormente mencionados a modo de estrategia, en el gráfico se puede observar que el 12% de los encuestados nunca han recorrido a esta misma, el 13% rara vez, el 41% mostró que algunas veces tienden a tener este tipo de habilidades, seguidamente del 27% casi siempre lo hace y el 7% siempre tiende a defender sus ideas, sentimientos y posturas frente a una temática sin dañar o herir a las demás personas. Al compararlo con el estudio realizado por (castillo Ávila, Irma Yolanda; Barrios Cantillo, Arleth & Alvis Estrada, Luis R. 2018) se hace la revisión que el

estímulo que menos estresa a los estudiantes es la competencia con los compañeros del grupo, donde el 9,1% (48) de ellos respondió que rara vez o nunca les genera preocupación.

Tabla 33: Uso de estrategias, elaboración de un plan y ejecución de sus tareas

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	4	7%
Rara vez	16	29%
Algunas veces	14	25%
Casi siempre	19	34%
Siempre	3	5%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

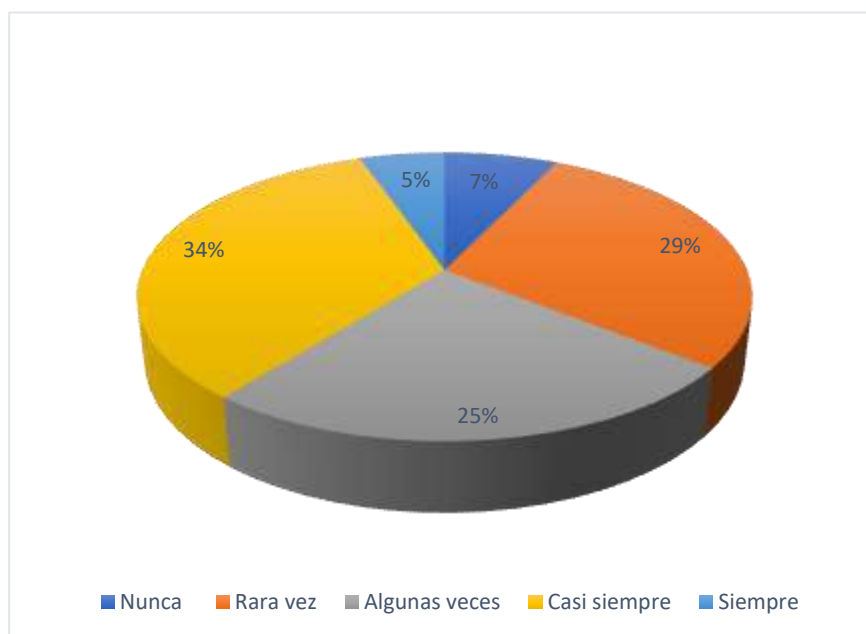


Gráfico 33: Uso de estrategias, elaboración de un plan y ejecución de sus tareas

Fuente: elaboración propia 2024

Como se puede observar en la variable uso de estrategias en relación a la elaboración de un plan y ejecución de tareas, para el 7% nunca han optado por realizar este tipo de ayudas, así mismo para el 29% rara vez, para el 25% algunas veces, seguidamente para el 34% casi siempre

y para el 5% siempre hacen este tipo de prácticas. Al compararlo con el estudio realizado por (Adriana Barrios, Sara Gonzales, 2023) se evidencia que la frecuencia de elaborar un plan y ejecutar sus actividades como estrategia de afrontamiento se emplea algunas veces en el 27,78% equivalente a 10 estudiantes, seguidos por el 25% que representa 9 estudiantes en los cuales se implementa casi siempre, del mismo modo en el 13,89% que equivale a 5 estudiante refiere ponerlo en práctica siempre, por el contrario, tan solo el 8,33% equivalente a 3 estudiantes nunca lo implementa.

Tabla 34: Uso de estrategias, elogios sí mismo

<b>Opción</b>	<b>Número de respuestas</b>	<b>Porcentaje de respuestas</b>
Nunca	11	20%
Rara vez	8	14%
Algunas veces	16	29%
Casi siempre	14	25%
Siempre	7	13%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

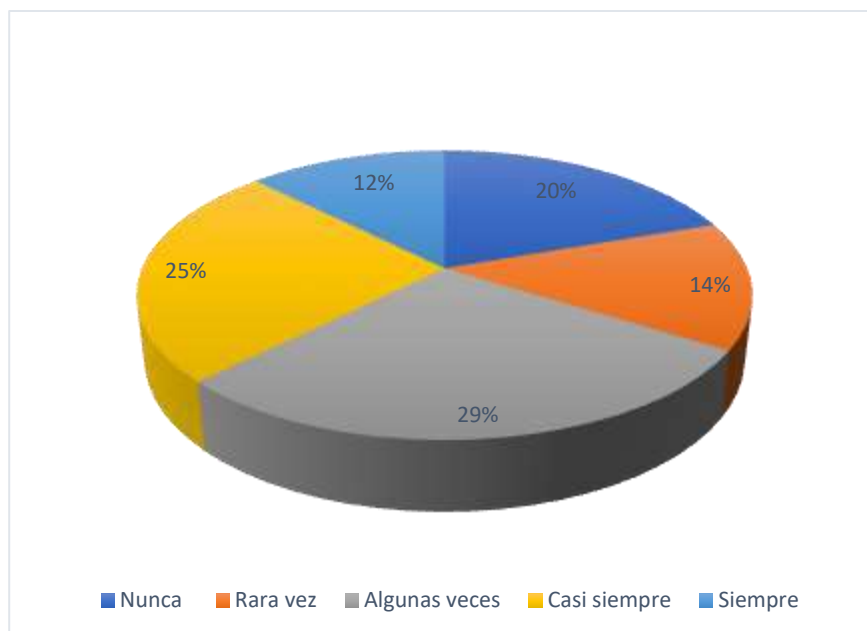


Gráfico 34: Uso de estrategias, elogios sí mismo

Fuente: elaboración propia 2024

En relación al gráfico presentado para la variable se observa que los elogios a sí mismo como estrategia el 20% nunca lo aplica, el 14% rara vez, el 29% algunas veces, el 25% casi siempre y para el 12% siempre es un recurso intangible. Al compararlo con el estudio realizado por (Freitas PHB, Meireles AL, Ribeiro IKS, Abreu MNS, Paula W, Cardoso CS, 2023)

Además, la correlación más fuerte se encontró entre el dominio psicológico y los síntomas de depresión, lo que indica el impacto de esta condición de salud mental en los estudiantes. El dominio psicológico engloba las emociones, la imagen corporal y la autoestima, estando estrictamente relacionado con la percepción que el individuo tiene de sí mismo y del entorno en el que vive.

Tabla 35: Uso de estrategias, la religiosidad (oraciones o asistencias a servicios religiosos)

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	4	7%
Rara vez	12	21%
Algunas veces	18	32%
Casi siempre	12	21%
Siempre	10	18%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

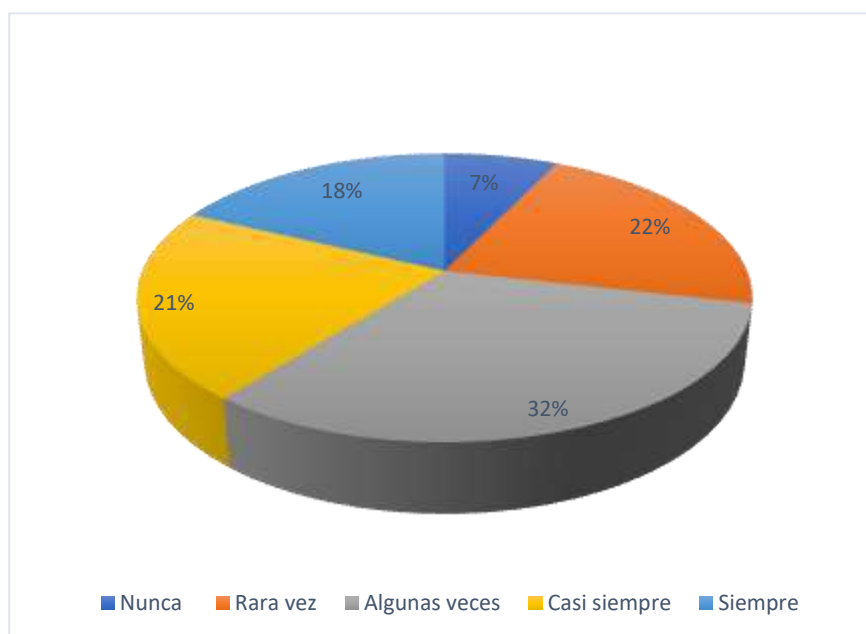


Gráfico 35: Uso de estrategias, la religiosidad (oraciones o asistencias a servicios religiosos)

Fuente: elaboración propia 2024

De acuerdo a la información presentada en la variable uso de estrategias por medio de la religiosidad, para el 7% nunca es una estrategia, para el 22% rara vez, sucesivamente para el

32% algunas veces, posterior a eso el 21% responde que casi siempre y para el 18% restante, siempre es una forma de enfrentarse a estos factores que generan nerviosismos y por consiguiente estrés. Al compararlo con el estudio realizado por (castillo Ávila, Irma Yolanda; Barrios Cantillo, Arleth & Alvis Estrada, Luis R. 2018). La estrategia de afrontamiento más frecuente fue la religiosidad (oraciones o asistencia a misa), elegida por el 41,7% (222) de los participantes; seguida de búsqueda de información sobre la situación con el 40% (213). La estrategia que menos utilizaron fue elogios hacia sí mismos, con el 21,2% (133).

Tabla 36: Uso de estrategias, búsqueda de información sobre la situación

<b>Opción</b>	<b>Número de respuestas</b>	<b>Porcentaje de respuestas</b>
Nunca	8	14%
Rara vez	15	27%
Algunas veces	17	30%
Casi siempre	13	23%
Siempre	3	5%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

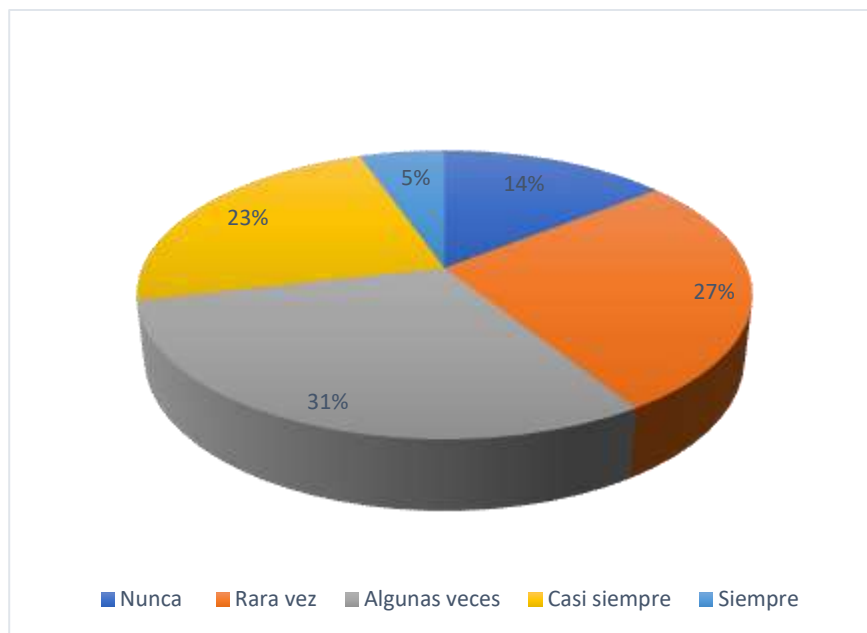


Gráfico 36: Uso de estrategias, búsqueda de información sobre la situación

Fuente: elaboración propia 2024

Continuando con la variable búsqueda de información de la situación se puede apreciar que para el 14% nunca es una estrategia, el 27% rara vez lo toma como opción, el 31% algunas veces recurre a esta misma, el 23% casi siempre lo hace y el 5% restante siempre lo aplica. Al compararlo con el estudio realizado por (Adriana Barrios, Sara Gonzales, 2023). Se observa que la estrategia de implementar situaciones similares anteriores y pensar cómo se solucionaron se implementa algunas veces en el 38,89% de la población, que equivale a 14 estudiantes, seguido por el 30,56%, que representa 11 estudiantes, en los que se implementó casi siempre, por el contrario, solo en el 8,33% de la población nunca se implementó.

Tabla 37: Uso de estrategias, ventilación y confidencias (verbalización de la situación)

Opción	Número de respuestas	Porcentaje de respuestas
Nunca	12	21%
Rara vez	16	29%
Algunas veces	15	27%
Casi siempre	12	21%
Siempre	1	2%
Total	56	100%

Fuente: elaboración propia 2024

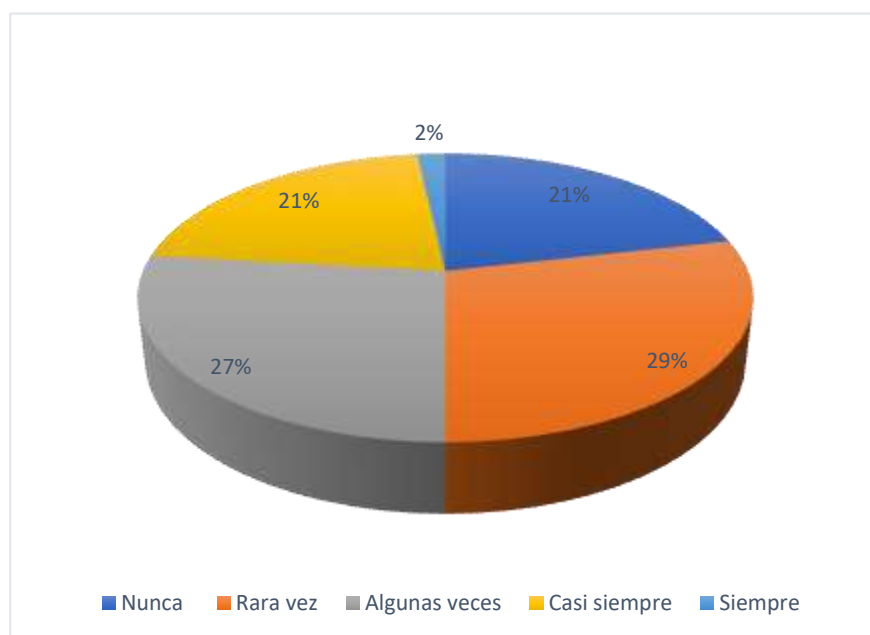


Gráfico 37: Uso de estrategias, ventilación y confidencias (verbalización de la situación)

Fuente: elaboración propia 2024

Con respecto a la ventilación y confidencias; es decir, verbalización de la situación, para el 21% de los encuestados nunca aplican este método, el 29% rara vez, el 27% algunas veces, el 21% casi siempre y finalmente para el 2% restante siempre lo utiliza a su favor como método para enfrentar tales factores. Al compararlo con el estudio realizado por (Adriana Barrios, Sara

Gonzales, 2023), se evidencia que la frecuencia con la que fija o trata de obtener lo positivo de la situación estresante fue de algunas veces en el 36,11% equivalente a 13 estudiantes, seguido a esto se encuentra que en el 19,44% que representa 7 estudiantes se implementa casi siempre, del mismo modo en el 16,67% que representa 6 estudiantes se implementa siempre. Por otro lado, tan solo en el 8,33% que equivale a 3 estudiantes nunca se implementa.

Objetivo 4: Correlacionar el rendimiento académico y los niveles de estrés en los estudiantes que cursen 5to y 6to semestre del programa de Instrumentación Quirúrgica de la Universidad Popular del Cesar, Valledupar 2024.

Los hallazgos de esta investigación que tuvo como finalidad correlacionar el rendimiento y los niveles de estrés de los estudiantes dan lugar a conocer que existe un alto índice de estudiantes de educación superior con un nivel de estrés moderado, así mismo, se identificó que los estímulos estresores más frecuentes son las evaluaciones de los profesores, la sobrecarga de tareas, trabajos escolares y el tiempo limitado con el que cuentan para para la realización de los trabajos asignados. Dado a todos los datos obtenidos en esta investigación influyen de tal manera para el conocimiento de cómo se ve afectado el rendimiento académico de los estudiantes y cuáles son los estresores que desencadenan esta falencia, los estudiantes manifiestan que como consecuencia del estrés se ven afectados en sus notas académicas dado a que su rendimiento tiende a disminuir cuando se sienten sobrecargados y muchas veces socorren a abandonar el desarrollo de sus actividades lo que da continuidad a mantener un promedio académico alto. El rendimiento de los estudiantes se ve reflejado directamente en el promedio semestral que tienden a manejar, en esta investigación se da a conocer el promedio que normalmente manejan los

estudiantes cuando desencadenan alguno de los estresores académicos y como incluye en sus actividades académicas cotidianas. Se correlaciona de manera eficiente la relación de estos

componentes y la influencia directa del estrés en cuanto a los niveles que manejan los estudiantes y en cómo se ven afectados académicamente.

Para finalizar, la salud mental de los estudiantes se ha visto comprometida por la forzosa adaptación a nuevas y exigentes rutinas de clases, debido al confinamiento que estos atravesaron por la pandemia, lo que ha permitido llevar al desarrollo de estrés académico, manifestándose con una gran repercusión en el rendimiento; lo que trajo consigo la creación de modos para afrontar los desafíos y que el éxito o fracaso depende, en gran medida, del individuo.

Existe una relación no directa entre el rendimiento académico y estrés de los universitarios, es decir, a un nivel de rendimiento académico menor, le corresponden mayor puntuación referida al estrés. Además, las tendencias de los resultados establecen que los niveles bajos y medios de estrés, es una oportunidad para el aprovechamiento escolar, a través de estrategias para fortalecer el rendimiento académico de ellos.

#### - **Discusión**

En esta investigación desde una perspectiva académica se planteó que no todos los humanos reaccionamos igual a factores externos, muchas formas pueden afrontar situaciones que aunque para muchos o algunos se consideren estresantes para otros no supondrá tanta importancia o lo tomará como una situación normal, así mismo en el punto de la investigación se habló que el estrés, aunque puede considerarse común para la realización de las actividades, estar sometido a dichas situaciones pueden preocuparse por las reacciones adversas en los individuos, psicológicas y psicológicas y conductuales.

En este contexto, el estrés académico, que es nuestro tema de interés, corresponde a la respuesta de nuestro cuerpo a situaciones en las que nos encontramos constantemente bajo presión en el ámbito académico. Los factores que dan prevalencia al estrés académico son

variados, y en la presente investigación se corrobora lo dicho, pero cabe recalcar que la presencia del estrés en términos generales nunca ha sido algo que este fuera de contexto, en estudios anteriores (Guzmán-Castillo, Castillo-Navarrete, 2020) presentan porcentajes del estrés académico en Latinoamérica, un porcentaje comprendido entre 35% a 95% de estudiantes de educación superior. Muchas de las causales podrían no ser o estar relacionadas con el ámbito académico, pero si se cree que de alguna u otra manera estos factores pueden inhibir el correcto desempeño académico.

Dicho eso, es por esto mismo que en esta investigación se dispone como instrumento, el inventario SISCO, el cual es una herramienta que nos permitirá estipular si los estresores están relacionados con el ámbito académico. Seguidamente se corrobora ítem a ítem como es el comportamiento de los estudiantes frente a cada factor. Ya que está dividido en reacciones, físicas, psicológicas y conductuales, también se analizarán las estrategias de enfrentamiento de acuerdo a las opciones plasmadas.

Los estudiantes de instrumentación quirúrgica de la universidad popular del cesar, ubicados semestralmente en el 5to y 6to respectivamente refirieron con un 39, 20% sentir bastante preocupación. En el instrumento aplicado a los estudiantes se le plantearon 8 diferentes situaciones en las cuales ellos debían escoger el nivel de inquietud que cada situación significaba un motivo de preocupación en su ambiente académico y el valor porcentual en gran medida evidencio que en reiteradas situaciones que fueron expuestas generan un grado de inquietud en nuestra población objeto de estudio.

De las 8 situaciones planteadas a los encuestados, las más significativas fueron; la situación número dos que determina el nivel de inquietud respecto a la sobrecarga de tareas y trabajos escolares (grafica 10), esto debido a su alto valor porcentual podemos observar que el

38% de la población manifiesta que, algunas veces, la sobrecarga de tareas y trabajos es un factor que genera inquietud en los estudiantes. De igual manera la situación tres que determina el nivel de inquietud que se tiene frente a la personalidad y carácter del docente (grafica 11) con un valor de 39%, evidencia que la personalidad y carácter del docente en el ámbito académico también juega un papel importante como estresor algunas veces. En ese mismo orden de ideas, la situación cinco donde nos muestra la inquietud que tiene los estudiantes por el tipo de trabajo que asignan los profesores (grafica 13) con un valor porcentual de 47% demuestra que algunas veces, se ven inquietos por el tipo de trabajos asignado por el docente.

Para determinar con más precisión la característica o factor estresante el inventario sisco se subdivide en 3 ítems, que evalúan las reacciones físicas, psicológicas y conductuales. En nuestro estudio se aprovechó esa metodología y pudimos determinar que, entre las reacciones psicológicas, el 43% de los encuestados afirman, algunas veces, tener problemas de concentración (Grafica 20) cuando estaban preocupados o nerviosos. Entre otra reacción de interés es aquella en la que los estudiantes precisan algunas veces tener sentimiento de depresión y tristeza con un porcentaje de 30% (grafica 18), de igual manera y con un valor muy similar, se observa que el 29% de la población encuestada algunas veces tiende a sentirse ansiosa, angustiada y desesperada frente a situaciones que generen preocupación o nerviosismo y por consiguiente estrés.

Otros en otras investigaciones (Gil Alvares, Fernández Becerra, 2020) encuentran que las reacciones físicas o síntomas más comunes evidenciadas por los estudiantes algunas veces, son la fatiga crónica, al igual que en esta investigación con un valor porcentual de 30% (Grafica 23). Otro síntoma asociado son los dolores de cabeza, que de acuerdo a nuestra recolección de datos es la que más alto en porcentajes tiene con un 41% (Grafica 24) plasmada por lo estudiantes, los

cuales afirman que algunas veces manifestar esta reacción cuando se sienten estresados. Gil Alvares y Fernández Becerra, pudieron concluir en si investigación que el síntoma o reacción comportamental más común fue el desgano de los estudiantes por realizar las labores académicas cuando se sienten estresados, en este caso en nuestra investigación se evidencia la misma tendencia, nuestra población objeto de estudio afirma en un 39% algunas veces sentirse identificados con el síntoma anteriormente dicho, (grafica 30).

Finalmente, en el uso de las estrategias, los estudiantes de instrumentación quirúrgica afianzan en un alto porcentaje que algunas veces con un porcentaje del 41% utilizan la habilidad asertiva como método de enfrentamiento frente a las situaciones de estrés académico (grafico 32). Otro valor que llama la atención en el uso de las estrategias en la elaboración de un plan y ejecución de tareas con un porcentaje de 34% de la población estudiantil aseguran casi siempre recurrir y hacer uso de este instrumento (grafica 33).

## Conclusiones

Para finalizar, se puede concluir que se ha logrado una comprensión más profunda de la situación académica que atraviesan los estudiantes de 5to y 6to semestre del programa de instrumentación quirúrgica población la cual fue estudiada y en la que se pudo visualizar algunos de las variables desencadenantes que juegan un papel importante. La investigación ha arrojado, patrones y desafíos que enfrentan estos estudiantes seleccionados referentes a términos académicos.

Se observa una gran incidencia de patologías psicológicas asociadas al estrés que se desencadenan en etapas de alto requerimiento, se aprecia que en estos semestres la carga académica se incrementa por lo que genera un ambiente detonante de estrés, se contempla que los estudiantes al realizar las labores académicas cuando se sienten estresados, en este caso en nuestra investigación se constata la misma tendencia, afirma en un 39% que se identifican con desgano detonante y que se refleja en el rendimiento académico.

En esta investigación se alcanza a evidenciar ítem a ítem como es el comportamiento de los estudiantes frente a cada factor. Ya que se dividió en reacciones, físicas, psicológicas y conductuales, también se consigue analizar las estrategias de enfrentamiento de acuerdo a las opciones plasmadas. Estos resultados reflejan la necesidad de un buen ámbito educativo que se refleje en cuanto a salud física y salud mental de los estudiantes, que la carga académica disminuya en cuanto a la sobre exigencia para alcanzar a prevenir una disminución notoria del rendimiento académico de los estudiantes.

Estos hallazgos constatan la necesidad de abordar las disparidades socioeconómicas y de acceso a la atención académica de los estudiantes para así tener un índice acerca de los niveles de estrés que se vieron reflejados en este proyecto. Estos resultados resaltan la importancia de

fortalecer los programas de atención y concienciar sobre la salud y el manejo del estrés como parte de autoayuda para lograr disipar los niveles académicos.

Después de todo, es evidente que se requieren intervenciones integrales y enfocadas que no solo aborden las condiciones académicas preexistentes, sino que también promuevan la educación desde un concepto sano y no competitivo, que la carga académica sea balanceada para así hallar mejoras académicas, las actividades extracurriculares, pausas activas entre jornadas académicas elevadas sería de gran ayuda para los estudiantes ya que se mantendrían activos y así se obtendría una disminución en el desgano y dolencias que muchos de los encuestados manifestaron.

### **Recomendaciones**

Posteriormente a la culminación del proceso investigativo, se proponen algunas recomendaciones tales como:

- Se indica contribuir al mejoramiento de los conocimientos en relación al estrés académico que experimentan no solo los estudiantes reflejados en la investigación; sino, la magnitud que tiende a afectar la poca salud mental en la universidad Popular de Cesar.
- Se sugiere ampliar dentro del programa de instrumentación quirúrgica y/o dentro de la facultad ciencias de la salud, espacios que brinden atención en salud mental para las resoluciones de afecciones emocionales que repercuten en el rendimiento académico estudiantil.
- Se recomienda la implementación de charlas informativas psicológicas que faciliten el manejo de los episodios de estrés, angustia, depresión; además, de la adaptación al ámbito universitario para el estudiantado en general.
- Se aconseja a los profesionales de la salud a colaborar en el desarrollo de programas educativos que aborden la salud mental que brinde estrategias para visionar y posteriormente materializar las emociones positivas que ayudan al enriquecimiento y aprovechamiento de los conocimientos que tiene por brindar la universidad Popular del Cesar. Estos programas deberían tener además como objetivo no sólo sensibilizar al estudiantado; sino también a las familias y comunidades sobre la salud mental.

## Referencias

- Aguilera, C., Labbé, T., Busquets, J., Venegas, P., Neira, C., & Valenzuela, Á. (Abril de 2019). *Scielo*. Obtenido de [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872019000400470#:~:text=Seg%C3%BAAn%20la%20OMS%2C%20enfermedad%20corresponde,m%C3%A1s%20o%20menos%20previsible%E2%80%9D9](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872019000400470#:~:text=Seg%C3%BAAn%20la%20OMS%2C%20enfermedad%20corresponde,m%C3%A1s%20o%20menos%20previsible%E2%80%9D9).
- Ávila, I. Y. (2018). *Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia*. Obtenido de Pontificia Universidad Javeriana: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20\(2018-II\)/145256681002/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20(2018-II)/145256681002/)
- Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (09 de Noviembre de 2021). *scielo*. Obtenido de <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v27n2/1729-4827-liber-27-02-e482.pdf>
- Claudia Toribio-Ferrer, S. F.-B. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Salud y Administración*, 3(7), 11-18. Obtenido de [https://www.unsis.edu.mx/SaludyAdministracion/07/A2\\_ESTRES.pdf](https://www.unsis.edu.mx/SaludyAdministracion/07/A2_ESTRES.pdf)
- Daneri, D. M. (2012). *BIOLOGÍA DEL COMPORTAMIENTO*. Obtenido de [https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios\\_catedras/electivas/09\\_0\\_comportamiento/material/tp\\_estres.pdf](https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/electivas/09_0_comportamiento/material/tp_estres.pdf)
- Dirven , B. B., Pérez, R., Cáceres, R. J., Tito, A. T., Gómez , R. K., & Ticona, A. (2018). *El desarrollo rural establecido en las áreas Vulnerables*. Lima: Colección Racso.
- Donado, L. M., Montoya, K. D., & Hernandez, T. H. (2021). *REVISIÓN DOCUMENTAL SOBRE EL ESTRÉS Y LOS EFECTOS EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS EN LOS ÚLTIMOS 10 AÑOS EN LATINOAMÉRICA*. Obtenido de <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/ba57a3df-c923-47d0-8769-93463a0cb474/content>
- economipedia*. (2022). Obtenido de <https://economipedia.com/definiciones/metodo-analitico.html>
- EcuRed. (4 de Julio de 2019). *EcuRed*. Obtenido de <https://www.ecured.cu/Adaptaci%C3%B3n>
- Enciclopedia, E. d. (16 de noviembre de 2023). *Enciclopedia significados*. Obtenido de <https://www.significados.com/conocimiento/#:~:text=El%20conocimiento%20es%20la%20acci%C3%B3n,al%20conocimiento%20en%20varios%20sentidos>.

- Estado, I. d. (22 de Julio de 2020). *Gobierno de Mexico*. Obtenido de <https://www.gob.mx/issste/articulos/el-estres-y-tu-salud?idiom=es>
- FUCS. (01 de Septiembre de 2023). *Fundación universitaria de ciencias de la salud*. Obtenido de [https://www.fucsalud.edu.co/pregrado/carreras\\_profesionales/instrumentacion](https://www.fucsalud.edu.co/pregrado/carreras_profesionales/instrumentacion)
- Galindo, E. M. (21 de marzo de 2021). *Tesis de Investigación*. Obtenido de <https://tesis-investigacion-cientifica.blogspot.com/2013/08/que-es-la-poblacion.html>
- González Olaya, H. L., Delgado Rico, H. D., Escobar Sánchez, M., & Cárdenas Angelone, M. E. (2020). *Asociación entre el estrés, el riesgo de depresión y el rendimiento académico en estudiantes de los primeros semestres de un programa colombiano de medicina*. Obtenido de <https://scielo.isciii.es/pdf/fem/v17n1/original5.pdf>
- Gutiérrez-Monsalve, J. A., Garzón, J., & Segura-Cardona, A. M. (2021). Obtenido de [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-50062021000100013#:~:text=El%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20\(RA\)%20en,conocimientos%20esperado%20en%20sus%20pares.](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50062021000100013#:~:text=El%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20(RA)%20en,conocimientos%20esperado%20en%20sus%20pares.)
- Irma Yolanda Castillo Ávila, A. B. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 20(2). Obtenido de <https://ciberindex.com/index.php/id/article/view/20205id>
- López, Y. C. (28 de Marzo de 2022). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Enfermería Global*, 21(654), 248-270. doi:10.6018
- María Fernanda Silva-Ramos, J. J.-C.-Z. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>
- MedLine. (30 de agosto de 2019). *MedLileplus*. Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html>
- MedLine. (17 de Agosto de 2022). Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003211.htm>
- Ministerio de educación. (2002). Obtenido de [https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-105028\\_archivo\\_pdf.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-105028_archivo_pdf.pdf)

- Ministerio de Salud.* (3 de abril de 2006). Obtenido de [https://www.minsalud.gov.co/Normatividad\\_Nuevo/DECRETO%201011%20DE%202006.pdf](https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/DECRETO%201011%20DE%202006.pdf)
- Ministerio de salud.* (28 de Mayo de 2014). Obtenido de [https://www.minsalud.gov.co/Normatividad\\_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%202003%20de%202014.pdf](https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%202003%20de%202014.pdf)
- minsalud.* (2013). Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/servicios-salud-mental-colombia-ley-1616-2013.pdf>
- Morocho, J. L. (2017). *PREVALENCIA DE ESTRÉS ACADÉMICO Y FACTORES ASOCIADOS EN ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA SALUD DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA, 2016.* Obtenido de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/26542/1/TESIS.pdf>
- OMS. (31 de Marzo de 2023). *Organizacion Mundial de la Salud.* Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- OMS. (21 de febrero de 2023). *Organización Mundial de la Salud.* Obtenido de Estrés: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Pérez, P. O. (1 de Marzo de 2022). *Psicología y Coaching.* Obtenido de <https://www.upadpsicologiacoaching.com/como-afecta-el-rendimiento-academico-a-los-estudiantes/>
- ROJAS, V. R. (2020). NIVELES DE ANSIEDAD Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO ANTE LAS EVALUACIONES ACADÉMICAS EN LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO, NOVENO Y DÉCIMO SEMESTRE DEL PROGRAMA DE PSICOLOGÍA DE LA FUNDACIÓN UNIVERSITARIA DEL ÁREA ANDINA SEDE VALLEDUPAR. Obtenido de <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/4559/Proyecto%20de%20grado%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sanitas. (2023). *Estrés y Ansiedad.* Obtenido de Sanitas: <https://www.sanitas.es/biblioteca-de-salud/psicologia-psiquiatria/estres-ansiedad/que-es-el-estres>
- Silva, M., & Juan Lopez, M. C. (10 de Octubre de 2019). *Redalyc.org.* Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>

- Silvana Trinidad Trunce Morales, G. d. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en educación médica*, 9(36). Obtenido de [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-50572020000400008](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572020000400008)
- Tovar, G. L. (1986). *El asentamiento y la segregación de los Blancos y Mestizos*. Bogotá: Cengage.
- Trujillo, A., & Gozales, N. (2019). *NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE POSTGRADO DE LA FACULTAD DE EDUCACIÓN EN LA UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA, SEDE BOGOTÁ*. Obtenido de <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/9d8f5d7e-0b2d-4685-95e5-16d7e0d1a472/content>
- Ureta, N. C., Cruzado, J. G., & Montero, J. N. (2022). Estrés y su relación con el rendimiento de los universitarios en tiempos de COVID-19. *Boletín de Malariología y Salud Ambiental, LXII (4)*, 787-795. Obtenido de <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/01/1412811/554-1682-1-pb.pdf>
- Zazueta, A., Campas, Q., León, A. D., & Verdin, Z. (17 de diciembre de 2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista ESPACIOS*, 41, 402-415. doi:10.48082
- Zenteno, C. A. (2018). “*ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE LA ESCUELA DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD PABLO GUARDADO CHÁVEZ 2017-2018*”. Obtenido de <https://static.elsevier.es/jano/estresyrendimiento.pdf>
- Zurita, E. R., Mesa, B. W., & Proaño, G. F. (28 de agosto de 2018). Obtenido de <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html>

### Anexos

#### Anexo A. Cuadro de Operacionalización de Variables

##### Objetivo General

Determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico evidenciado en los estudiantes del programa de

Instrumentación Quirúrgica de la Universidad Popular del Cesar, Valledupar 2024.

OBJETIVO	ARIABLE	DEFINICION	NATURALEZ A	ESCALA DE MEDICION	INDICADOR
Caracterizar la población objeto de estudio con base en su ubicación semestral y socio demográfica.	Edad	Tiempo que ha vivido una persona (RAE, 2022)	Cuantitativo	De razón	1
	Género	Clase o tipo a que pertenec en personas o cosas (RAE, 2022)	Cualitativo	Nominal	2
	Estado civil	Condición de una persona en relación con su nacimiento, nacionalidad, filiación o matrimonio (RAE, 2021)	Cualitativo	Nominal	3
	Número de hijos	Cantidad de hijos.	Cuantitativo	De razón	4

	Semestre	Espacio o periodo de tiempo que dura seis meses, entendiéndose en este contexto como la duración y ubicación del periodo académico (RAE, 2018)	Cualitativo	Nominal	5
	Ocupación	Trabajo, empleo, oficio. (RAE, 2022)	Cualitativo	Nominal	7
Identificar el rendimiento académico de los estudiantes de 5to y 6to semestre de acuerdo a su promedio académico semestral y general.	Promedio académico semestral	Una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación. Pizarro (1985)	Cuantitativo	Intervalo	Ítem 6 de la primera parte de la encuesta.

<p>Medir los niveles de estrés de los estudiantes objeto de estudio, mediante la aplicación de un cuestionario tipo Likert a través de la plataforma SISCO para medición de estrés académico.</p>	<p>Niveles de estrés</p>	<p>Se trata de un sentimiento de tensión física o emocional que se produce de manera automática y natural ante situaciones o pensamientos que nos resultan amenazadores, frustrantes o desafiantes. (Julio Maset, 2015)</p>	<p>Cuantitativo</p>	<p>Intervalo</p>	<p>1-6 de la segunda parte de la encuesta</p>
<p>Correlacionar el rendimiento académico y los niveles de estrés en los estudiantes que cursen 5to y 6to semestre del programa de Instrumentación Quirúrgica de la Universidad Popular del Cesar, Valledupar 2024.</p>	<p>Los resultados estarán determinados después de la aplicación del instrumento.</p>				

## Anexo B. Encuesta tipo Likert – Inventario SISCO



UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR  
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA INSTRUMENTACIÓN QUIRÚRGICA  
VALLEDUPAR, CESAR, 2024

### ENCUESTA

**Tema:** El estrés y su relación en el rendimiento académico en los estudiantes del programa de instrumentación quirúrgica de la universidad popular del cesar, Valledupar 2024.

¿Autoriza usted el uso de la información suministrada teniendo en cuenta la política de tratamiento de uso de datos? Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

1. Edad:
  - a. Menor de 20 años.
  - b. Entre 20-25 años.
  - c. Entre 25-30 años.
  - d. Mayor de 30.
2. Género: F \_\_\_\_ M \_\_\_\_ Otro \_\_\_\_
3. Estado civil:
  - a. Soltero.
  - b. Unión libre.
  - c. Casado.
  - d. Divorciado.
  - e. Viudo.
4. En caso de tener hijo (a), especifique la cantidad \_\_\_\_\_
5. Ubicación semestral:
  - a. 1 o 2 semestre
  - b. 3 o 4 semestre.
  - c. 5 o 6 semestre.
  - d. 7 o 8 semestre
  - e. 9 semestre.
6. Ocupación (en caso de tener ambas ocupaciones, marcas ambas opciones)
  - a. Estudiante.
  - b. Empleado.

El presente cuestionario tiene como objetivo reconocer las características del estrés que suelen acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y postgrado. La sinceridad con que responda a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? **SI** \_\_\_\_\_ **NO** \_\_\_\_\_
2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando escala de 1 (poco) al 5 (mucho), señala con una (x) tu nivel de preocupación o nerviosismo.
- 3.

1	2	3	4	5



4. Responde las siguientes preguntas con qué frecuencia le inquietan las siguientes situaciones.

	1 (nunca)	2 (rara vez)	3 (algunas veces)	4 (casi siempre)	5 (siempre)
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y carácter del profesor.					
Las evaluaciones de los profesores, exámenes, ensayos, trabajos de investigaciones, etc.					
El tipo de trabajos que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, exposiciones, etc.)					
No entender los temas que se abordan en clases.					
Participación en clases (responder preguntas, presentaciones de temas, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo.					

5. En la siguiente escala, señala con que frecuencia tuviste reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, cuando estabas preocupado o nervioso.

Reacciones Físicas	1 (nunca)	2 (rara vez)	3 (algunas veces)	4 (casi siempre)	5 (siempre)
Inquietud (incapacidad para relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad					



UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR  
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA INSTRUMENTACION QUIRURGICA  
VALLEDUPAR, CESAR, 2024

Reacciones psicológicas	1 (nunca)	2 (rara vez)	3 (algunas veces)	4 (casi siempre)	5 (siempre)
Trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas.					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					

Reacciones comportamentales	1 (nunca)	2 (rara vez)	3 (algunas veces)	4 (casi siempre)	5 (siempre)
Conflictos o tendencia para polemizar o discutir.					
Aislamiento de los demás.					
Desgano para realizar las labores escolares.					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					

6. En la siguiente escala señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba preocupación o nerviosismos.

	1 (nunca)	2 (rara vez)	3 (algunas veces)	4 (casi siempre)	5 (siempre)
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de las tareas.					
Elogios a sí mismo.					
La religiosidad (oraciones o asistencias a servicios religiosos)					
Búsqueda de información sobre la situación.					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación)					

### **Anexo C. Consentimiento informado**

Título del estudio: El estrés y su relación en el rendimiento académico en los estudiantes del programa de instrumentación quirúrgica de la universidad popular del cesar, Valledupar 2024.

#### **En qué Consiste:**

- Estudio que se concentra en determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico evidenciado en los estudiantes del programa de Instrumentación Quirúrgica de la Universidad Popular del Cesar, Valledupar 2024.
- Caracterizar la población objeto de estudio con base en su ubicación semestral y socio demográfica.
- Se realizará una encuesta, para recoger información sobre variables relacionadas al objeto de estudio.
- Toda la información recogida se mantendrá de forma confidencial y solo para fines académicos.

YO \_\_\_\_\_ (Nombre y Apellidos)

He sido informado sobre el citado estudio y he podido aclarar mis dudas sobre el mismo, de tal manera que juzgo que he recibido suficiente información al respecto.

He sido informado por \_\_\_\_\_ (Nombre del investigador). Comprendo que la participación es voluntaria y presto mi conformidad para participar en el estudio.

Firma del Participante

Firma del investigador

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_