

# UNIVERSIDAD CENTRAL DE NICARAGUA

*“Agnitio Ad Verum Ducit”*



## Diseño de proyecto de investigación

**Título:** “Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de I año de la carrera de Medicina y Cirugía de Universidad Central de Nicaragua, campus Doral en el primer semestre del año 2023”.

**Autor (es):** Lic. Adriana Gutiérrez García.

**Asesor (es):** Lic. Xochilt Martínez

Lic. Arcelia Reyes

Msc. Evelin Martinez

**Institución (es):** Universidad Central de Nicaragua.

Investigación de equipo investigadores Sede Central, Doral y su Extensión Docente Estelí Fecha de Presentación: 13 de diciembre 2023.

MANAGUA – NICARAGUA

2023

## **Resumen**

El estudio "Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de I año de la carrera de Medicina y Cirugía de Universidad Central de Nicaragua Campus Doral en el primer semestre del año 2023", aborda el problema del estrés académico en estudiantes de primer año. La investigación busca identificar estos niveles y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes, con el fin de mejorar su bienestar y rendimiento académico.

El problema de investigación, se centra en la alta incidencia de estrés académico y las dificultades para manejarlo. Los objetivos incluyen identificar los niveles de estrés y las estrategias de afrontamiento, así como analizar su relación. Se destaca la importancia de comprender estos aspectos para desarrollar programas de apoyo efectivos.

La metodología que se utilizó, es cuantitativa, correlacional y de corte transversal. La población del estudio incluye 130 estudiantes, con una muestra de 91 estudiantes de primer año, seleccionados mediante criterios específicos. Las variables estudiadas incluyen características sociodemográficas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento, medidas a través de cuestionarios validados.

La conclusión de este estudio enfatiza la necesidad de diseñar intervenciones efectivas basadas en los hallazgos para mejorar el bienestar y rendimiento académico de los estudiantes.

## Índice de Contenido

<b>I.</b>	<b>Introducción</b> .....	1
<b>II.</b>	<b>Capítulo I. Problema de Investigación</b> .....	2
2.1.	<b>Formulación del Problema (Antecedentes y contexto del problema)</b> .....	2
2.2.	<b>Objetivos</b> .....	3
2.3.	<b>Justificación</b> .....	4
2.4.	<b>Limitaciones del estudio</b> .....	5
2.5.	<b>Hipótesis</b> .....	5
<b>III.</b>	<b>Capítulo II. Marco Teórico</b> .....	6
3.1.	<b>Revisión de la literatura</b> .....	6
3.2.	<b>Estado del Arte</b> .....	6
3.3.	<b>Teorías y conceptualizaciones asumidas</b> .....	8
<b>IV.</b>	<b>Capítulo III. Diseño Metodológico</b> .....	12
4.1.	<b>Tipo de Investigación</b> .....	12
4.2.	<b>Población y Muestra</b> .....	12
4.3.	<b>Criterios de Inclusión</b> .....	12
4.4.	<b>Criterios de exclusión</b> .....	12
4.5.	<b>Variables (operacionalización de variables)</b> .....	14
4.6.	<b>Técnicas e Instrumentos de recolección de datos</b> .....	17
4.7.	<b>Procedimiento para el procesamiento y análisis de datos</b> .....	19
	Para aceptar o rechazar la hipótesis de investigación se utilizó la técnica estadística Correlación de Pearson, relacionando el nivel de estrés académico con las estrategias de afrontamiento. ....	19
	El inventario de Estrés Académico SISCO, se compone de cinco dimensiones, cada una de las cuales se evalúa obteniendo un promedio específico. Para calcular el promedio general, se multiplica el total obtenido por 100 y se divide entre 5, representando así cada una de las dimensiones. ....	19
	Las categorías de evaluación establecidas en la prueba son las siguientes: .....	19
•	De 0% a 33%: nivel de estrés leve .....	19
•	De 34% a 66%: nivel de estrés moderado.....	19
•	De 67% a 100%: nivel de estrés severo.....	19
<b>V.</b>	<b>Resultados</b> .....	20
	Respecto a la Hipótesis el valor de Pearson de Kruskal Wallis, nos indica que la distribución de estrategias de estancamiento tiene un P-Valor del 0.153, esto indica que es mayor a 0.05, por lo tanto, no se rechaza la hipótesis nula.....	20

El valor de prueba Kruskal Wallis, nos indica que la distribución de estrategia de cambio está dentro de las categorías globales con un P-Valor del 0.528 mayor al grado de significancia del 0.05, por lo tanto, no se rechaza la hipótesis nula, esto quiere indicar que la mayoría de los estudiantes de primer año de Medicina y Cirugía con grado de estrés moderado prefieren utilizar las estrategias de cambio. <b>Ver Tabla 1</b> .....	20
En el análisis realizado con el instrumento Estrés Académico SISCO, arroja que la población de estudio se encuentra en un nivel de <b>Estrés Moderado con un 60%</b> .....	20
La estrategia de afrontamiento mayormente utilizada por la población total de estudiantes entrevistados es la Resolución de Problemas con un 17%, la cual se dentro de grupo de estrategias de afrontamiento de cambio. Ver gráfica 1. ....	21
Al relacionar los niveles de estrés académico con la estrategia de afrontamiento según se observa en tabla 1, se refleja que el nivel de estrés académico mayormente representado, en un 81.3%, por la población estudiantil, es moderado y con mayor frecuencia se utilizan estrategias de afrontamiento positiva. Ver Tabla 2. ....	21
<b>VI. Conclusiones</b> .....	22
<b>VII. Referencias</b> .....	24
<b>Cronograma de actividades</b> .....	26
<b>Recursos Humanos, materiales y financieros</b> .....	26

## **I. Introducción**

El estrés académico es una respuesta normal en el organismo que genera la liberación en el cerebro de distintas sustancias, entre ellas el cortisol que se libera como una respuesta a estímulos estresantes.

En la Universidad Central de Nicaragua, la carrera de Medicina y Cirugía ha sido históricamente una de las más demandadas y prestigiosas. Su atractivo radica en la posibilidad de formarse como profesionales de la salud altamente capacitados y en la oportunidad de contribuir al cuidado y mejora de la salud de las personas.

Según Silva Ramos, López Cocotle & Meza Zamora (2020), citan a Zárate Depraect, Soto Decuir, Castro y Quintero Salazar, (2017) quienes definen “el estrés académico es un estado que se produce cuando el estudiante percibe negativamente (distrés) las demandas de su entorno, cuando le resultan angustiantes aquellas situaciones a las que se enfrenta durante su proceso formativo y pierde el control para afrontarlas y en algunas ocasiones se manifiestan síntomas físicos como ansiedad, cansancio, insomnio, y expresiones académicas como bajo rendimiento escolar, desinterés profesional, ausentismo e incluso deserción”

Por lo anteriormente descrito, resulta esencial comprender los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes de Medicina y Cirugía, especialmente en su primer año de estudio, ya que este período puede ser crucial para su adaptación y desarrollo profesional.

Además, al identificar los factores que contribuyen al estrés y las formas de afrontarlo, se pueden implementar medidas de apoyo y recursos adecuados para garantizar el bienestar y el éxito académico de los estudiantes en esta exigente carrera.

De ahí que esta investigación tiene como principal objetivo identificar los niveles de estrés académico y sus estrategias de afrontamiento en estudiantes I año de la carrera de Medicina y Cirugía de Universidad Central de Nicaragua, Campus Doral en el II Semestre del año 2023.

Para alcanzar este objetivo se empleará un diseño metodológico correlacional de corte transversal con enfoque cuantitativo. Se recolectará información mediante cuestionarios validados para medir el estrés académico y las estrategias de afrontamiento.

## **II. Capítulo I. Problema de Investigación**

### **2.1. Formulación del Problema (Antecedentes y contexto del problema)**

En Universidad Central de Nicaragua, los estudiantes de I año de Medicina y Cirugía reflejan indicadores relacionados a altos niveles de estrés y a su vez dificultades en el manejo y afrontamiento de este.

En el primer semestre del año 2023 Universidad Central de Nicaragua Campus Doral realizó una matrícula inicial de 347 estudiantes de nuevo ingreso para la carrera de estudio, de esta matrícula se observó una deserción significativa como consecuencia de los diversos factores que han incidido en su desempeño.

Con el fin de dar una respuesta a esta problemática se plantea la siguiente pregunta de investigación **¿Cuáles son los niveles de estrés académico y qué estrategias de afrontamiento poseen los estudiantes de I año de la Carrera de Medicina y Cirugía de Universidad Central de Nicaragua Campus Doral, en el II Semestre del año 2023?**

## **2.2. Objetivos**

### **Objetivo general:**

Identificar niveles de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de I año de la carrera de Medicina y Cirugía de Universidad Central de Nicaragua, Campus Doral en el II Semestre del año 2023.

### **Objetivos específicos:**

- Determinar los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de I año de Medicina y Cirugía de UCN, Campus Doral.
- Analizar la relación que existe entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de I año de Medicina y Cirugía de UCN, Campus Doral.

### **2.3. Justificación**

Conocer sobre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de primer año de Medicina y Cirugía, tiene gran relevancia, en el que se puede destacar que la carga académica intensa y demandante a la que se enfrentan estos estudiantes no solo impacta en su bienestar emocional, mental y físico, sino que también puede influir en su desarrollo profesional y en la calidad de la atención médica que brindarán en el futuro.

El estrés académico puede generar consecuencias negativas en la salud mental y física de los estudiantes, afectando su capacidad para concentrarse, memorizar información y tomar decisiones críticas en situaciones de alta presión. Por lo tanto, comprender cómo los estudiantes de Medicina y Cirugía experimentan y gestionan el estrés en su primer año es fundamental para identificar posibles factores de riesgo y diseñar estrategias de intervención efectivas que promuevan su bienestar integral.

Además, al investigar este tema, se abre la oportunidad de contribuir al desarrollo de políticas y programas institucionales que prioricen la salud mental y el bienestar de los estudiantes de Medicina y Cirugía. Estas iniciativas pueden incluir la implementación de servicios de apoyo psicológico, la promoción de prácticas saludables de autocuidado y la creación de entornos académicos que fomenten la resiliencia y el equilibrio entre la exigencia académica y el bienestar estudiantil.

En última instancia, mejorar la gestión del estrés académico y fortalecer las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de Medicina y Cirugía no solo impactará positivamente en su formación académica, sino que también influirá en su desempeño profesional futuro, permitiéndoles enfrentar los desafíos de la práctica médica con mayor resiliencia, empatía y eficacia.

#### **2.4. Limitaciones del estudio**

Durante el proceso de desarrollo del estudio investigativo se pueden determinar limitaciones relacionadas a los sujetos en estudio como la participación requerida de todos los estudiantes de la carrera de Medicina y Cirugía de UCN Campus Doral al momento de la recolección de información puesto que por la naturaleza de la carrera los estudiantes realizan actividades académicas como prácticas comunitarias y de Anatomía.

#### **2.5. Hipótesis**

Ha: “Los estudiantes de I año de la carrera de Medicina y Cirugía de UCN Campus Doral, utilizan estrategias de afrontamiento de cambio frente al estrés académico”

Hn: Los estudiantes de I año de la carrera de Medicina y Cirugía de UCN Campus Doral, utilizan estrategias de afrontamiento de estancamiento frente al estrés académico”

### **III. Capítulo II. Marco Teórico**

#### **3.1. Revisión de la literatura**

#### **3.2. Estado del Arte**

De acuerdo a investigaciones y búsquedas realizadas en diversos repositorios a nivel nacional e internacional se han identificado estudios monográficos relacionados con el tema de esta investigación.

#### **Antecedentes Internacionales.**

En el año 2016 se realizó la monografía titulada “Estrategias de afrontamiento frente al estrés en estudiantes de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de Huancavelica-2016” en el país de Perú por Elisa Matamoros Romero y Rosa Paquiyauri Choque. El tipo de investigación fue de corte transversal dado a que tuvo información del objeto de estudio una única vez, el nivel de investigación es de tipo descriptivo. Como conclusiones se encontraron que la estrategia de afrontamiento predominante frente al estrés en los ciclos inferiores como II y IV ciclo fue la estrategia autocrítica frente al estrés; mientras en los ciclos VI y VII predominaron la estrategia retirada social frente al estrés y la resolución de problemas frente al estrés.

En el año 2016 fue expuesta en la ciudad de Ambato, Ecuador la monografía titulada “Estrés y tipos de afrontamiento al estrés en los estudiantes asignados por el sistema nacional de nivelación y admisión en la Universidad Técnica de Ambato” realizado por Lucia de las Mercedes Vaca Narváez. Esta investigación tuvo un diseño descriptivo puesto que realizó una comparación entre dos fenómenos y situaciones. El universo de estudio a investigar fue 240 estudiantes; para la recolección de datos de esta muestra se utilizaron herramientas como “Escala General de Estrés” que consta de 53 preguntas y “Cuestionario de afrontamiento de estrés” que consta de 42 preguntas.

## **Antecedentes Nacionales**

En el ámbito nacional se revisó el repositorio de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua (UNAN) en el cual se encontró la monografía para optar al título de psicología titulada “Repercusiones psicológicas del estrés académico en estudiantes de II-V año de la Carrera de Contaduría Pública y Finanzas, turno sabatino, UNAN Managua, FAREM Estelí, agosto diciembre 2020” realizado por Alba Iris Blandón Casco, Erika Milagros Briones Sánchez y Angie Paola Villarreyna Rodríguez en el año 2020. Esta investigación fue de tipo mixta porque vincula datos cualitativos y cuantitativos. El universo de la muestra fue de 158 estudiantes y la muestra de 30 estudiantes, las herramientas utilizadas en esta muestra fueron “Entrevista mixta”, “Escala de estrés percibido” y “Test del estrés”. Como conclusiones se obtuvieron que en cuanto a las características sociodemográficas la muestra está más integrada por el sexo femenino con un porcentaje de un 66.7% y un 24.2% del sexo masculino, las edades de los estudiantes oscilan entre los 18 a 31 años de edad, el 100% de los mismos trabaja y a causa de esto están siendo sometidos a niveles de estrés ya que no solo deben cumplir con responsabilidades académicas sino también con responsabilidades laborales y personales.

A su vez, se encontró la monografía titulada “Síndrome de Burnout Académico y Estilos de Afrontamiento en Estudiantes de la Licenciatura en Enfermería Materno Infantil POLISAL UNAN- Managua II semestre 2020” realizado por Heyling Judith Pérez Flores y Kelly Lizbeth Romero Alvarado; El tipo de estudio realizado en esta investigación fue descriptivo con un enfoque cuantitativo; El universo de muestra fue de 91 estudiantes; los instrumentos utilizados fueron “Test de maslach” y “Encuesta y cuestionario de afrontamiento al estrés”. Mediante el procesamiento y análisis de datos con resultados expresado en tablas y gráficos se obtuvo que el 36% de los participantes a nivel general presentaron indicadores del síndrome de burnout, el 32% de los participantes en total presentaron niveles promedios de estrés, dejando así un 32% que no presentan factores de riesgo de desarrollar el síndrome, predominando en su mayoría el sexo femenino con un porcentaje de 35%.

### **3.3. Teorías y conceptualizaciones asumidas**

Para efectos de la siguiente investigación se realizó una exhaustiva revisión bibliográfica, de la cual se retomaron los conceptos más importantes para este proyecto de investigación de los cuales tenemos:

#### **Estrés**

El término “estrés” se ha utilizado para denominar realidades muy diferentes, es un concepto complejo y vigente, no obstante, en la actualidad no cuenta con una definición única, por lo que diversos autores han tratado de definirla.

Históricamente se han encontrado definiciones fundamentales; biomédica y psicológica; “Para la medicina el estrés es una respuesta del organismo ante estímulos adversos” (Helgelson, Cohen, y Fritz, 1998). Para Satchimo Namalyor (2012) el estrés en psicología “es un proceso que surge de la interacción individuo-ambiente...”

Tomando como referencia lo anterior, es importante destacar que desde el punto de vista psicológico el estrés tiene dos tipos de respuestas emocionales; estrés positivo (eustrés) y estrés negativo (distrés), cuyas consecuencias pueden inferir en las estrategias de afrontamiento de los estudiantes.

En la actualidad la Organización Mundial de la Salud (OMS. 2023) Define “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 otros estímulos.”

#### **Tipos de estrés.**

Para analizar la relación que existe entre el estrés académico y los niveles de estrés es necesario enlistar los tipos de estrés. Existen autores que clasifican el estrés en; Estrés laboral, Estrés académico, Estrés agudo y Estrés Crónico (Villa Misar Caseres et al.,2023)

### ✓ **Estrés laboral**

El estrés laboral es aquel que se produce debido a la excesiva presión que tiene lugar en el entorno de trabajo. Generalmente es consecuencia del desequilibrio entre la exigencia laboral (también propia) y la capacidad o recursos disponibles para cumplirla eficientemente. Aunque en ocasiones, también puede originarse por factores completamente ajenos al trabajador. Los síntomas pueden ir desde un ligero mal humor hasta graves depresiones, y casi siempre suelen ir acompañadas de un cierto agotamiento y debilidad física. (Osorio & Cárdenas Niño, 2017).

### ✓ **Estrés académico.**

El estrés académico es la reacción normal que se presenta frente a las diversas exigencias y demandas a las que se enfrentan los estudiantes en la Universidad, tales como pruebas, exámenes, trabajos, presentaciones, etc. Se manifiesta por medio de ansiedad, frustración, aislamiento, pensamiento de incapacidad dificultad en la resolución de problemas y conducta (Romero, 2009)

### ✓ **Estrés crónico**

Es el causante de un desgaste emocional y físico, constante el cual deja secuelas psicológicas graves que no son fácil cambiar por lo vivido o sucedido, que tiene consecuencias las cuales bajan la autoestima, deterioran la salud provocando depresión (Suárez y Díaz, 2015)

### ✓ **Estrés agudo**

Es la forma más común de estrés a corto plazo, donde se originan respuestas de exigencia o presión que resultan ser agotadoras a nivel personal o emocional, es de poca duración y de fácil manejo, el estrés agudo no es necesariamente negativo sino todo lo contrario ya que se presenta en situaciones emocionantes y excitantes (Fernández, 2020)

Los conceptos antes mencionados se pueden ver reflejados en manifestaciones conductuales, que son fácilmente observados por otros, entre las que podemos

encontrar: Frecuente tendencia a discutir con los demás, necesidad de estar solo, aislarse, uso de fármacos para dormir o estar despierto (auto medicados), falta de concentración, entre otras.

Así mismo, tenemos eventos o condiciones en el entorno que pueden desencadenar el estrés. A esto se le denomina factores estresantes en donde el cuerpo responde a estos de manera diferente, según si el factor estresante requiere cierto nivel de exigencia.

### **Niveles de estrés académico.**

- ✓ **Nivel leve de estrés:** Cuando existe el 33% de posibilidad de presentar manifestaciones psicósomáticas.
- ✓ **Nivel moderado de estrés:** Cuando existe el 50% de posibilidad de presentar manifestaciones psicósomáticas.
- ✓ **Nivel severo de estrés:** Cuando existe el 80% de posibilidad de presentar manifestaciones psicósomáticas.

### **Estrategias de afrontamiento.**

Lazarus y Folkman, (1986, p. 44) citado por Berrios García y Mazo Zea (2011) quienes definen "El afrontamiento es el proceso a través del cual el individuo maneja las demandas de la relación individuo-ambiente que evalúa como estresantes y las emociones que ello genera"

Los estilos de afrontamiento son disposiciones personales estables, que permiten hacer frente a las diferentes situaciones estresantes.

Existen estrategias de afrontamiento, de acuerdo a la situación estresante, puesto que el afrontamiento depende del contexto.

Lazarus y Folkman, (1986, citado en Ornella Castagnetta, 2016) Las Estrategias de Afrontamiento se categorizan en tres grados grupos, las cuales se detallan a continuación:

- ✓ **Las estrategias centradas en el problema:** suelen ser utilizadas en condiciones de estrés visto como controlable: son estrategias orientadas hacia la tarea, para alcanzar la resolución y/o modificación del problema.
- ✓ **Las estrategias centradas en las emociones:** tienden a ser utilizadas cuando percibimos el evento estresante como incontrolable, como lo que se puede experimentar ante el peligro: se intenta afrontar el problema centrándose en las emociones y liberarlas e intentar relajarse.
- ✓ **Las estrategias basadas en la evitación:** tienden a manejarse en aquellos momentos en los que la persona asume aplazar el afrontamiento activo por la necesidad de ordenar y hacer acopio de sus recursos psicosociales antes de afrontar activamente la situación: son estrategias centradas en la evasión, en la distracción, en tomar distancia del evento estresante, o volcarse en otra actividad para no pensar.

### **Estrategias adecuadas e inadecuadas.**

#### **1. Estrategias de afrontamiento adecuadas:**

- ✓ Resolución de problemas.
- ✓ Reestructuración cognitiva.
- ✓ Apoyo social
- ✓ Expresión emocional.

Estas estrategias facilitan la resiliencia de las personas y mejoran las habilidades adaptativas de aquellos factores estresantes que se presentan en la vida diaria.

#### **2. Estrategias de afrontamiento inadecuadas:**

- ✓ Evitación de problemas.
- ✓ Pensamiento desiderativo.
- ✓ Retirada social.
- ✓ Autocrítica.

## **IV. Capítulo III. Diseño Metodológico**

### **4.1. Tipo de Investigación.**

El enfoque de esta investigación es cuantitativo ya que permitirá recolectar información para procesar datos estadísticos, de carácter correlacional dado que este tipo de investigación se utiliza para analizar dos o más variables utilizando métodos matemáticos, es de corte transversal, debido a que los datos recolectados están dados en un solo momento y en un tiempo único.

### **4.2. Población y Muestra**

#### **✓ Universo**

347 estudiantes de la Carrera de Medicina y Cirugía de Universidad Central de Nicaragua, Campus Doral entre nuevos ingresos, reingreso y subsecuentes, matriculados en el I semestre 2023

#### **✓ Población**

130 estudiantes de I año de la Carrera de Medicina y Cirugía de Universidad Central de Nicaragua, Campus Doral.

#### **✓ Muestra**

91 estudiantes de I año de la Carrera de Medicina y Cirugía de Universidad Central de Nicaragua, Campus Doral.

### **4.3. Criterios de Inclusión**

- ✓ Estudiantes de I año de la Carrera de Medicina y Cirugía.
- ✓ Ser estudiante activo de Universidad Central de Nicaragua.
- ✓ Estudiantes de Medicina y Cirugía del Campus Doral de Universidad Central de Nicaragua.
- ✓ Disposición a participar en el estudio de investigación.

### **4.4. Criterios de exclusión**

- ✓ Estudiantes de años superiores de la Carrera de Medicina y Cirugía.
- ✓ Ser estudiante inactivo de Universidad Central de Nicaragua.

- ✓ Estudiantes de Medicina y Cirugía de otras sedes de Universidad Central de Nicaragua.
- ✓ No contar con disposición a participar en el estudio de investigación

#### 4.5. Variables (operacionalización de variables)

Dimensión	Variable	Definición conceptual	Indicadores	Instrumentos
Características sociodemográficas	sexo	Refiere a las características biológicas, anatómicas, fisiológicas y cromosómicas de la especie humana, sobre todo relacionadas a funciones de la procreación.	Masculino y Femenino	Inventario de estrategias de afrontamiento
	Edad	Lapso de tiempo que transcurre desde el nacimiento hasta el momento de referencia.    Cada uno de los periodos evolutivos en que, por tener ciertas características comunes, se divide la vida humana: infancia,	Adolescentes 15 – 18 años	

		juventud, edad adulta y vejez		
Estrés Académico	Leve	Estrés a corto plazo que desaparece rápidamente.	Cuando existe el 33% de posibilidad de presentar manifestaciones psicossomáticas.	Inventario SISCO de estrés académico
	Moderado	Puede ser bueno y permite el desarrollo de una tarea, como hacer un examen o dar un discurso	Cuando existe el 50% de posibilidad de presentar manifestaciones psicossomáticas.	
	Severo	Consiste en una reacción disfuncional, desagradable e intensa que comienza poco después de un acontecimiento traumático o abrumador y que se prolonga	Cuando existe el 80% de posibilidad de presentar manifestaciones psicossomáticas.	

		durante menos de un mes		
Estrategias de Afrontamiento	Basadas en el Problema	Suele ser utilizadas en condiciones de estrés vistas como controladas.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Resolución del problema.</li> <li>2. Reconstrucción cognitiva.</li> <li>3. Evitación de problemas.</li> <li>4. Pensamiento desiderativo</li> </ol>	Inventario de estrategias de afrontamiento
	Basadas en la emoción	Tienen a ser utilizadas cuando percibimos el evento estresante como incontrolable.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apoyo social.</li> <li>2. Expresión emocional.</li> <li>3. Retirada social.</li> <li>4. Autocritica.</li> </ol>	
	Basadas en la Evitación	Tienden a manejarse aquellos momentos en los que la persona asume aplazar el afrontamiento activo.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evitación de problemas.</li> <li>2. Pensamiento desiderativo.</li> <li>3. Retirada social.</li> <li>4. Autocritica</li> </ol>	

#### **4.6. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos**

Para la recolección de datos se utilizaron los siguientes instrumentos:

**Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés Académico. Segunda versión de 21 ítems. SISCO SV-21**

**Ficha técnica SISCO SV-21**

**Nombre:** Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems

**Nombre abreviado:** Inventario SISCO SV-21

**Autor:** Arturo Barraza Macías

**Estructura:** Este instrumento está constituido por 23 ítems.

**Administración:** El cuestionario fue diseñado para ser auto administrado y puede ser aplicado de manera individual o grupal.

**Duración:** Sin tiempo limitado para su resolución; su aplicación dura entre 20 y 25 minutos.

**Población objeto de estudio:** Alumnos de educación media superior (bachillerato), superior (licenciatura) y posgrado (especialización, maestría y doctorado).

**Propiedades Psicométricas:** Este instrumento reporta las siguientes propiedades psicométricas:

**Confiabilidad del Instrumento:** El Inventario SISCO de estrés académico en su totalidad presenta una confiabilidad en alfa de Cronbach de .85. La dimensión de estresores presenta una confiabilidad de .83; la de síntomas presenta una confiabilidad de .87; y la de estrategias de afrontamiento una de .85. Todas ellas también en alfa de Cronbach. Todos estos niveles de confiabilidad pueden ser considerados muy buenos de acuerdo a la escala de valores propuesta por DeVellis (2011) y al ser el alfa de Cronbach un procedimiento basado en la consistencia interna se puede afirmar la homogeneidad de los ítems con relación al constructo “estrés académico” que los integra.

## **Inventario de estrategias de afrontamiento.**

### **Ficha técnica del Inventario de estrategias de afrontamiento**

**Nombre:** Inventario de estrategias de afrontamiento

**Siglas:** CSI

**Autor:** D. L Tobin

**Descripción / tipo de evolución:** Auto informe / Entrevista

**Objetivo:** Evaluar las técnicas de afrontamiento

**Ámbitos de medidas / áreas / problemas evaluados:** Técnicas de afrontamiento centradas en el cambio y técnicas de afrontamiento centradas en el estancamiento.

**Población:** Población en general.

**Tiempo de administración:** Máximo una hora

**Procedimientos de puntuación:** Escala tipo Likert. Se obtiene una puntuación para las técnicas de afrontamiento centradas en el cambio y otra para las técnicas de afrontamiento centradas en el estancamiento.

**Confiabilidad del Instrumento:** El Inventario de Estrategias de Afrontamiento fue validado por Tobin et al; (1989), en muestra de estudiantes universitarios y sometido al análisis factorial jerárquico que dio lugar a los 72 enunciados que responden al 47% de la varianza; coeficientes alfa de Cronbach entre 0,72 y 0,94; presenta escala tipo Likert de cinco puntos, no hay respuestas correctas o incorrectas; sólo se evalúa lo que hizo, pensó o sintió el evaluado en ese momento. Al final de la escala se presenta un enunciado adicional que mide el grado en que la persona manejó la situación.

#### **4.7. Procedimiento para el procesamiento y análisis de datos**

Para la aplicación de los instrumentos seleccionados de esta investigación se reunieron a los estudiantes en sus aulas de clases, donde se le informó sobre el propósito del estudio, asegurando la confiabilidad de sus respuestas y obteniendo su consentimiento. Los instrumentos fueron aplicados a los 130 estudiantes de la población de estudio de los cuales solo participaron 92 estudiantes.

Para aceptar o rechazar la hipótesis de investigación se utilizó la técnica estadística Correlación de Pearson, relacionando el nivel de estrés académico con las estrategias de afrontamiento.

El inventario de Estrés Académico SISCO, se compone de cinco dimensiones, cada una de las cuales se evalúa obteniendo un promedio específico. Para calcular el promedio general, se multiplica el total obtenido por 100 y se divide entre 5, representando así cada una de las dimensiones.

Las categorías de evaluación establecidas en la prueba son las siguientes:

- De 0% a 33%: nivel de estrés leve
- De 34% a 66%: nivel de estrés moderado
- De 67% a 100%: nivel de estrés severo

Los resultados se procesaron a través del software SPSS 29.0 para el análisis de la información, en los que se aplicaron frecuencias, porcentajes, y se organizaron los datos considerando los objetivos del estudio

## V. Resultados

Respecto a la Hipótesis el valor de Pearson de Kruskal Wallis, nos indica que la distribución de estrategias de estancamiento tiene un P-Valor del 0.153, esto indica que es mayor a 0.05, por lo tanto, no se rechaza la hipótesis nula.

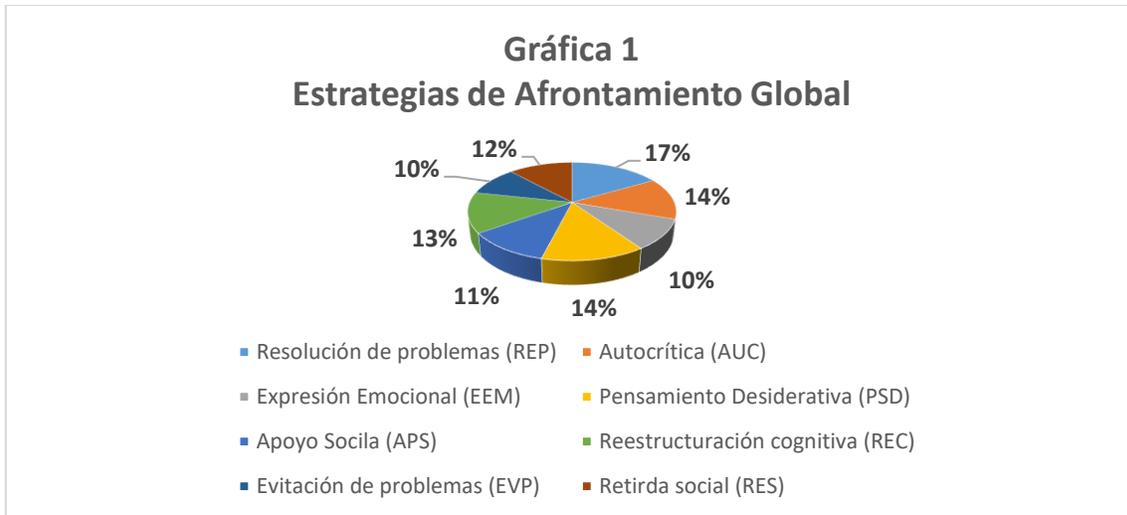
El valor de prueba Kruskal Wallis, nos indica que la distribución de estrategia de cambio está dentro de las categorías globales con un P-Valor del 0.528 mayor al grado de significancia del 0.05, por lo tanto, no se rechaza la hipótesis nula, esto quiere indicar que la mayoría de los estudiantes de primer año de Medicina y Cirugía con grado de estrés moderado prefieren utilizar las estrategias de cambio. Ver

**Tabla 1.**

Tabla 1			
Resumen de prueba de hipótesis			
	Hipótesis nula	Prueba	Sig. Decisión
1	La distribución de Estrategias de Estancamiento es la misma entre las categorías de RESULTADO_GLOBAL.	Prueba de Kruskal-Wallis para muestras independientes	.153 Retener la hipótesis nula.
2	La distribución de Estrategias de Cambio es la misma entre las categorías de RESULTADO_GLOBAL.	Prueba de Kruskal-Wallis para muestras independientes	.528 Retener la hipótesis nula.
Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significación es de .05.			

En el análisis realizado con el instrumento Estrés Académico SISCO, arroja que la población de estudio se encuentra en un nivel de **Estrés Moderado con un 60%**.

La estrategia de afrontamiento mayormente utilizada por la población total de estudiantes entrevistados es la Resolución de Problemas con un 17%, la cual se dentro de grupo de estrategias de afrontamiento de cambio. Ver gráfica 1.



Al relacionar los niveles de estrés académico con la estrategia de afrontamiento según se observa en tabla 1, se refleja que el nivel de estrés académico mayormente representado, en un 81.3%, por la población estudiantil, es moderado y con mayor frecuencia se utilizan estrategias de afrontamiento positiva. Ver Tabla 2.

**TABLA 2**  
**Tabla Cruzada Niveles de Estrés vs Estrategias de Afrontamiento Positivas**

RESULTADO_GLOBAL	Estrés		Estrategias positivas		Total
			Mucha frecuencia	Frecuencia moderada	
RESULTADO_GLOBAL	Estrés Leve	Recuento	15	0	15
		% del total	16.5%	0.0%	16.5%
	Estrés moderado	Recuento	74	2	76
		% del total	81.3%	2.2%	83.5%
Total	Recuento	89	2	91	
	% del total	97.8%	2.2%	100.0%	

## VI. Conclusiones

La investigación sobre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de primer año de la carrera de Medicina y Cirugía en la Universidad Central de Nicaragua, Campus Doral, durante el segundo semestre del año 2023, revela hallazgos significativos que pueden impactar tanto en la gestión académica como en el bienestar de los estudiantes.

1. **Niveles de Estrés Académico:** Los resultados obtenidos muestran que una proporción considerable de estudiantes experimenta niveles moderados a severos de estrés académico. Esto se refleja en síntomas físicos como ansiedad, cansancio y dificultades en el rendimiento académico. Estos hallazgos son consistentes con la literatura revisada, que indica que el primer año de medicina es particularmente demandante.
2. **Estrategias de Afrontamiento:** Las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes varían ampliamente. Se observa que muchas veces se recurre a estrategias centradas en las emociones y en la evitación, mientras que estrategias como la resolución de problemas y la reestructuración cognitiva, que podrían ser más efectivas, se emplean de manera menos frecuente. Este hallazgo sugiere la necesidad de desarrollar habilidades adaptativas más efectivas entre los estudiantes para manejar el estrés académico de manera más saludable.
3. **Relación entre Estrés Académico y Estrategias de Afrontamiento:** Se encontró una relación significativa entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento empleadas. Los estudiantes que reportaron niveles más altos de estrés tienden a utilizar estrategias menos adaptativas, lo que puede perpetuar o incluso aumentar su nivel de estrés. Esto resalta la

importancia de intervenciones tempranas para enseñar y fomentar estrategias más efectivas de manejo del estrés desde el inicio de la carrera.

4. **Implicaciones y Recomendaciones:** Basado en los hallazgos de esta investigación, se recomienda la implementación de programas educativos y de apoyo psicológico dirigidos específicamente a los estudiantes de primer año de Medicina y Cirugía, con el objetivo de fortalecer sus habilidades de afrontamiento, promover la salud mental, y crear un entorno académico que reduzca los factores estresantes. Asimismo, es fundamental que las políticas institucionales fomenten un equilibrio saludable entre el rigor académico y el bienestar estudiantil.

5. **Limitaciones del Estudio:** Se identificaron limitaciones relacionadas con la muestra, como la disponibilidad y participación de los estudiantes durante la recolección de datos, así como el enfoque exclusivo en una sola sede universitaria. Estas limitaciones deben ser consideradas al interpretar los resultados y al diseñar estudios futuros.

En resumen, esta investigación proporciona una visión detallada y fundamentada sobre el estrés académico en estudiantes de Medicina y Cirugía en su primer año, ofreciendo información valiosa para mejorar las políticas y programas de apoyo universitario, y promover un ambiente académico más saludable y productivo.

## VII. Referencias

1. Berrios García y Mazo Zea (2011) Estrés Académico, Revista de Psicología Universidad de Antioquia, vol.3 (no.2). Recuperado de: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2145-48922011000200006](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006).
2. Fernández Poncela, A. M. (2020). 2020: Estudiantes, emociones, salud mental y pandemia. Revista Andina de Educación, 4(1), 23–29. <https://doi.org/10.32719/26312816.2021.4.1.3>.
3. Helgelson, V. C. (1998). Social ties end cancer. In J.C.Holland ( Ed.). Psycho-oncology, (99-109) New York: Oxford University Press. Recuperado de: <file:///C:/Users/Docencia/Downloads/Resiliencia-Psicooncologa.pdf>.
4. Organización Mundial de la Salud. (OMS. 2023). Estrés. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress#:~:text=Se%20puede%20definir%20el%20estr%C3%A9s,las%20amenazas%20y%20a%20otros%20est%C3%ADmulos>.
5. Osorio, J. E., & Cárdenas Niño, L. (2017). Estrés laboral: estudio de revisión. Diversitas: perspectivas en psicología, 13(1), 81-90. Recuperado de: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1794-99982017000100081](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982017000100081)
6. Ornella Castagnetta (2016), Estrategias de afrontamiento: ¿qué son y cómo pueden ayudarnos?, Psicología y mente. Recuperado de <https://psicologiaymente.com/psicologia/estrategias-afrontamiento>.
7. Romero, M. R. M. (2009). Implicaciones de la respuesta de estrés sobre el proceso de estudio en estudiantes de Ciencias de la Salud. Universidad De A Coruña Escuela Universitaria De Enfermería Y Podología. 1 -223. <http://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=20345&orden=241857&info=link%5Cnhttp://dialnet.unirioja.es/servlet/exttes?codigo=20345>.
8. Suárez-Montes, N., & Díaz-Subieta, L. B. (2015). Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. Revista de Salud Pública, 17(2), 300–313. <https://doi.org/10.15446/rsap.v17n2.5289>.

9. Satchimo Namalyor. A. (2012). Estudio de los factores de riesgo y vulnerabilidad al estrés en estudiantes universitarios de Cuba y Angola [Archivo PDF]. Recuperado de: [Apolinario.pdf](#)
10. Villamizar Cáceres, A, Vargas Tarazona, L, Blanco Barrera, M y Ríos Ortega, S. (2023). Causas del estrés Académico en estudiantes de ciencias de la salud. Una revisión de la literatura. Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Ciencias de la salud, Enfermería, Bucaramanga. Recuperado de: <https://hdl.handle.net/20.500.12494/52811>.
11. Zárate Depraect, Soto Decuir, Castro y Quintero Salazar, (2017). Estrés académico en estudiantes universitarios. Investigación y Ciencia, vol. 28, núm. 79, pp. 75-83, 2020 Universidad Autónoma de Aguascalientes. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>.

### Cronograma de actividades

RESPONSABLE	ACTIVIDAD	2023						2024									
		Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	
Investigador	Definición del Tema de Investigación.	■	■														
Investigador	Revisión bibliográfica.	■	■														
Investigador	Elaboración del Diseño de Investigación.			■													
Investigador, Tutor y Asesor	Elaboración del marco teórico.		■	■													
Investigador, Tutor y Asesor	Planteamiento del problema y la pregunta de investigación, objetivos e hipótesis.		■	■													
Investigador, Tutor, Asesor y Colaboradores	Diseño y validación de instrumentos				■	■											
Comité metodológico	Aprobación del Proyecto de Investigación				■	■											
Investigador y Colaboradores	Aplicación de los instrumentos y recolección de los datos.							■	■								
Investigador, Tutor, Asesor y Colaboradores	Análisis y Discusión de los resultados									■	■						
Investigador, Tutor y Asesores	Conclusiones											■	■				
Investigador	Presentación del Informe de Investigación																

### Recursos Humanos, materiales y financieros

PARTIDA FINANCIERA TOTAL			
DESCRIPCIÓN	Costo U	Total	Observaciones
<b>RECURSOS HUMANOS</b>	C\$24,680.00	C\$24,680.00	
<b>RECURSOS INVENTABLES</b>	C\$25,922.00	C\$25,922.00	
<b>MATERIALES FUNGIBLES</b>	C\$500.00	C\$500.00	
<b>INFRAESTRUCTURA</b>	C\$0.00	C\$0.00	
<b>SUB TOTAL DE GASTOS</b>	C\$51,102.50	C\$51,102.50	
<b>PARTIDA DE IMPREVISTOS (10%)</b>	C\$5,110.25	C\$5,110.25	
<b>TOTAL, DE GASTOS</b>	C\$56,212.75	C\$56,212.75	