



BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE
PUEBLA.

FACULTAD DE ESTOMATOLOGÍA

LICENCIATURA EN ESTOMATOLOGÍA

**PRESENCIA DE ESTRÉS ACADÉMICO EN
ALUMNOS EN LA FACULTAD DE
ESTOMATOLOGÍA DE LA BENEMÉRITA
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA**

TESIS

**Presentada para obtener el grado de:
Licenciatura en Estomatología**

PRESENTA:

ANDREA SALAS INFANTE
JESUS ROMAN SALAS INFANTE

Director de tesis:

Dr. Edgar Mauricio Pérez Peláez

Asesor de tesis:

Mtr. María Elena Martínez Linares

NOVIEMBRE 2021

Agradecimientos.

Quiero darle gracias a Dios; a mi mamá por apoyarme incondicionalmente en todos los aspectos de mi vida; a mis hermanos Jesus y Sonia, que nunca dejaron que abandonara la meta y me mantuvieron feliz.

A mi novio Carlos por estar conmigo durante este proceso y por todo el apoyo.

A todas mis amigas, en particular Gsm, Fer, Andy, Ale y Gaby que me hicieron más divertido este proceso y supieron motivarme cuando lo necesite.

A mis pacientes, que me otorgaron su confianza y tiempo.

Y, por último, pero no menos importante; al Dr. Edgar Mauricio Pérez Peláez, por brindarme su confianza, su amistad y su cariño. Me dejó varias enseñanzas y experiencias que hicieron de la universidad mi mejor etapa.

Quiero agradecer a los que hicieron posible cumplir esta meta, a dios, a mis padres, hermanas y maestros. Muchas gracias por apoyarme e inspirarme a lograr mis metas en cada etapa de mi vida.

Mi agradecimiento a mis directores de tesis, Dr. Edgar Mauricio, gracias por compartirme sus enseñanzas y conocimientos y a la Dra. María Elena por motivarme a superarme cada día.

A la Facultad de Estomatología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

	Pagina
INTRODUCCIÓN	4
1. ANTECEDENTES GENERALES	5
1.1.1 ESTADÍSTICAS	5
1.1.2 ESTRESORES	5
1.1.3 TIPOS DE ESTRÉS	7
1.1.4 FASES DE LA RESPUESTA DE ESTRÉS	7
1.1.5 CONTROL DEL ESTRÉS	7
1.2 ANTECEDENTES ESPECÍFICOS	10
2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	15
3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	15
4. JUSTIFICACIÓN	15
5. OBJETIVOS	
5.1 OBJETIVO GENERAL...	16
5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	16
6. MATERIALES Y MÉTODOS	17
6.1 SUJETOS DE ESTUDIO	18
6.2 DISEÑO Y TIPO DE MUESTREO	18
6.3 MÉTODO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	19
6.4 VARIABLES DE LA MUESTRA	19
6.5 INSTRUMENTOS	20
6.6 CRITERIOS DE SELECCIÓN...	..20
6.6.1 CRITERIOS DE INCLUSIÓN...	.20
6.6.2 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN...	21
7. LOGÍSTICA	21
7.1 RECURSOS HUMANOS	21
7.2 RECURSOS MATERIALES	21
7.3 RECURSOS FINANCIEROS	21
8. CRONOGRAMA	21
9. ASPECTOS BIOÉTICOS	23

10 ANÁLISIS ESTADÍSTICOS	23
11 RESULTADOS.....	24
12 DISCUSIÓN.....	30
13 CONCLUSIÓN.....	31
11 REFERENCIAS32
ANEXO.....	35

INTRODUCCIÓN

Hoy en día el estrés es un problema de salud que padecen todas las personas sin importar sexo ni edad, ya que el estrés es un estado en el que el individuo sufre distintos problemas, alguna de las veces debido a una mala adaptación en su entorno social, académico o laboral lo cual influye en su estado de salud físico y mental.

Esta provoca en la persona angustia, inquietud alteración en la personalidad, problemas en la familia así también como en su entorno social.

Las principales causas son los llamados estresores, estos son conocidos como estímulos externos e internos los cuales son capaces de desencadenar problemas en la percepción de la persona como importante, dañino, peligroso, o capaz de modificar su vida; conociendo las causas se clasifica el estrés en dos tipos ,en eustrés y diestres; el eustrés hace referencia al estrés que es conocido también como estrés positivo, ya que este es necesario para la vida de la persona, el diestres conocido como estrés negativo debido a que causa cambios en el individuo consecuente a un esfuerzo excesivo de trabajo.

Es por ello que las personas deben de ser capaces de prevenir y controlar su estrés, quienes no lo logran pueden poner su salud en peligro, en cambio las personas que aprenden a prever y manejar el estrés son las personas que podrán llevar un buen estado de vida ya que podrán disfrutarla sanamente, por lo que el que el objetivo principal es determinar la presencia de estrés académico en alumnos que cursan la clínica de la FEBUAP y con los resultados obtenidos en esta investigación se pretende avisar a las autoridades correspondientes para que puedan dar una orientación a los alumnos a realizar una terapia para disminuirlo en caso de padecerlo y así poder evitar alguna complicación en ellos a futuro que puedan afectar su paso por las clínicas.

1.1 ANTECEDENTES GENERALES

El estrés es una reacción fisiológica del organismo el cual conlleva diversos dispositivos de defensa para enfrentar una situación la cual es percibida como dañino,¹ el estrés está caracterizado por una respuesta subjetiva hacia lo que está ocurriendo en el estado mental interno de tensión o excitación². Debido a los desórdenes que el estrés causa en la persona, este concepto se entiende como: “un conjunto de reacciones fisiológicas y psicológicas que experimenta el organismo cuando se lo somete a fuertes demandas”.³

Por lo tanto, el estrés es un estado emocional que puede afectar a todos sin importar edad, en mayor o menor medida, de acuerdo a la situación en que nos encontremos y los recursos que tengamos para manejar esa situación⁴. Mundialmente en la literatura hay más prevalencia de estrés en mujeres que a comparación de los hombres, así también como en las personas que padecen ansiedad o depresión.

En México, los autores Medina-Mora et al, concluyeron que al 68% de la población mexicana ha padecido de algún suceso estresante a lo largo de su vida, diferenciando en la edad y género⁵. Por otro lado, los estudiantes universitarios en México al menos 60% de ellos, principalmente de carreras relacionadas con la medicina y la odontología, padecen estrés ocasionado por los horarios y el nivel de exigencia académica.⁶

ESTRESORES

Los llamados estresores, o factores estresantes, o situaciones desencadenantes del estrés, son cualquier estímulo, externo o interno (físico, químico, acústico o somático, como sociocultural) que, de una manera aguda o crónica, podría ser percibido por el individuo como importante, peligroso o potencialmente capaz de modificar su vida, propiciando la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo.⁷

Existen varias clasificaciones de los factores desencadenantes de la respuesta de estrés en el organismo, dependiendo de la intensidad y duración, su naturaleza, su previsibilidad, entre otros. Por lo que se expondrán algunas de estas clasificaciones. Una clasificación de los estresores es la que propone Sandín, según la perspectiva psicosocial, en la que los estresores se denominan “sucesos vitales”.

Sucesos vitales altamente traumáticos: se refieren a hechos tales como catástrofes naturales, situaciones de guerra entre otros.

Sucesos vitales mayores: son sucesos normativos de la gente no traumáticos como lo son un ascenso de puesto, el matrimonio o el nacimiento de un hijo, así como también existen los traumáticos la pérdida de una persona, tener un accidente, entre otros. Micro eventos o sucesos vitales menores: consisten en pequeños problemas que suceden habitualmente.

Estresores ambientes: no se les denomina sucesos vitales dado que no requieren un reajuste en las condiciones del organismo ya que se refieren a circunstancias del contexto socio físico como el ruido, tráfico, contaminación entre otros.⁸

Una clasificación similar de los estresores es la que realiza Mucio-Ramírez, en el 2007, atendiendo también a la naturaleza del estresor:

Estrés emocional: se origina a partir de que la persona curse un conflicto el cual genere cambio en su vida.

Estrés por enfermedad: originada por una afectación física debido a una infección, dolor o una simple gripa.

Estrés por factores ambientales: el clima frío o caliente o como el lugar de una ciudad son un factor, así como también la contaminación por toxinas o venenos ya que estos influyen en la homeostasis de la persona.

Ejercicio extremo: originado por la exigencia del cuerpo para realizar actividades físicas ya que el cuerpo se le lleva a un punto extremista.

Finalmente, hay que tener en cuenta que los agentes estresantes no solo difieren a nivel cuantitativo (intensidad y duración del estímulo), sino que también difieren en su cualidad (naturaleza del estímulo).⁹

TIPOS DE ESTRÉS

EUSTRÉS: se define como la estabilidad de una buena salud física y mental ya que ayuda al cuerpo a que desarrolle su máxima potencia y el cual interactúe con su estresor, lo cual mantendrá su mente en movimiento y creativa; en este estado los individuos reflejan placer, alegría, equilibrio lo que resulta en experiencias agradables y satisfactorias.¹⁰

Por lo tanto, es un tipo de estrés positivo donde las personas se caracterizan por expresar talentos especiales de una forma original lo cual los hace únicos.

Finalmente es un estrés que es necesario para el crecimiento personal y profesional, debido a que este es indispensable para la vida.

DIESTRÉS: este tipo de estrés es desagradable causa una carga de trabajo excesiva lo cual provoca un desequilibrio físico y psicológico repercutiendo en una reducción de la productividad de la persona, causando la aparición de enfermedades reales y un envejecimiento más rápido de lo normal.

Es perjudicial para el organismo debido a que causa daño, provoca sufrimiento y desgaste personal.^{11,12}

FASES DE LA RESPUESTA DEL ESTRÉS

FASE DE ALARMA: El organismo frente a una situación estresante, el cuerpo reaccionara rápidamente frente a el estímulo causando en el individuo la acción de

luchar o como para huir de la situación. Los signos que se puedan observar en esta fase son sequedad de boca, pupilas dilatadas, sudoración, taquicardia, aumento de la frecuencia respiratoria, aumento de la presión arterial, entre otros.

En el organismo el cerebro es el órgano principal de la respuesta al estrés, causando una cascada de respuestas fisiológicas con el fin de alcanzar la supervivencia.

FASE DE RESISTENCIA: que es cuando el cuerpo no posee el tiempo para adaptarse y continúa el cuerpo en un estado de alarma sin que exista descanso.

En esta fase se inician los primeros síntomas del estrés.

FASE DE AGOTAMIENTO: Se origina cuando se transforma en crónico el cual se mantendrá en un periodo de tiempo dependiendo de cada individuo; al ser la última fase será causante de problemas al individuo como lo son la activación, tensión, los estímulos y la carga de estresantes no disminuyen, apareciendo nuevamente la alarma, por tanto, los problemas físicos y psicológicos.

Esta fase se caracteriza por debilidad, fatiga, aparición de sensación de angustia y el deseo de huida es por ello que reacciona, pero el organismo trata de regresar a su estado de homeostasis.¹³

CONTROL DEL ESTRÉS

Actualmente no existe una fórmula o estrategias para el afrontamiento del estrés, pero si se puede controlar los factores desencadenantes por lo que realizando actividades muy diversas se puede llegar a controlarlo, así que es importante dominar los factores desencadenantes:

Controlar los factores ambientales.

Polución ambiental: evitar visitar lugares donde exista una aglomeración de gente, lugares con humo o contaminación, lugares con demasiado ruido debido que causan reacciones constantemente y aunque no lo podamos percibir, es por ello que es recomendable visitar lugares abiertos, como el aire libre.

Estilo de vida: realizar cambios en la vida cotidiana ya que esto ayudará a eliminar la energía negativa; por ejemplo, tomar vacaciones, cambiar actividades a la semana, tiempo para relajarse.

Alimentación: no alterar los tiempos de comida, alimentarse de alimentos naturales, reducir alimentos procesados, de la misma manera evita comida rápida, debido a que si no se cuida la alimentación aumentará de peso y secundariamente existirá tensión por disminuir.

Cambios bruscos: por ejemplo, de temperatura depresión o de humedad, ya que individuos con estrés crónico es un factor desencadenante.

Control de factores psicológicos.

Visión positiva: positivo siempre ante cualquier situación, para todos sale el sol.

Jerarquía de valores, ordenar las prioridades conforme su importancia.

Cultivar valores del espíritu: las actividades culturales expanden el espíritu y ayudan a conseguir una armonía.

Pensar en los demás: Ayudar a las demás personas ayudará que la persona olvide sus asuntos; dedicar a pensar en aquello que agrada a los demás, tanto en casa como en el trabajo.

Fracaso: están hechos para aprender de ellos y levantarse más fuerte, y no es como un desánimo si no para seguir trabajando.

Control de factores biológicos.

Expansión rural y deportiva: buscar alguna fascinación para relajarse y descansar, como aficionarse a un deporte semanal o salir a caminar.

Distensión muscular: vivir con tensión parece que es el precio de una sociedad actual, parar y soltar los músculos y respirar ayuda a la relajación.¹⁴

Teniendo en cuenta lo anterior, la literatura ha demostrado que el estrés afecta la capacidad que se tiene para responder efectivamente a las actividades; de otra forma el estrés impacta el proceso de ajuste, debido al sexo y edad de los individuos, las características fisiológicas de cada género modularan las respuestas en el ámbito que los rodea.¹⁵

1.2 ANTECEDENTES ESPECÍFICOS

Carballo et al, en el 2020, realizaron un estudio con un universo constituido por 732 alumnos de primer año de la carrera de medicina de la Facultad de Ciencias Médicas “Mariana Grajales Cuello”. Donde determinaron los niveles de estrés académico; con lo cual obtuvieron, que el 63,11 % presentó un nivel de estrés excesivo; el 56,8%, un estrés patológico; el 54,85 %, un nivel de depresión medio; y el 57,69 % de los que experimentaban un estrés excesivo, un nivel de depresión media.¹⁶

Castillo et al, en el 2016 ejecutaron un estudio donde su objetivo fue describir el estrés académico de 587 estudiantes de enfermería de la ciudad de Cartagena, Colombia y encontraron que el 90,8% (533) expresó haber tenido episodios de preocupación o nerviosismo durante el transcurso del semestre, el 42% (224) obtuvo un nivel medio de estrés, y un 48.2% (257) con una fuente principal debido a la sobrecarga de trabajos debido a las asignaturas teóricas y prácticas.¹⁷

Fachal et al, en el 2014 realizaron un estudio donde 207 alumnos de la Escuela Universitaria de Enfermería A Coruña, que a través de un cuestionario y de acuerdo con los resultados, los ítems en los que los estudiantes más manifestaron preocupación debido al estrés fueron: “no hacer mi trabajo bien y perjudicar al paciente”, “confundirme de medicación”, “hacerle daño físico al paciente”.¹⁸

Castro et al, en el 2020, realizaron un estudio en alumnos de programas de psicología y trabajo social de la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta con el propósito de describir la influencia del estrés sobre el rendimiento donde se concluyó que existe una tendencia inversa entre el rendimiento académico y estrés, es decir, en un nivel más bajo de rendimiento académico, poseen una puntuación más alta en términos de estrés y el tener un nivel moderado de estrés los estudiantes son capaces de obtener un resultado académico bueno o superior que puede ser el resultado de un manejo adecuado del estrés.¹⁹

Otero et al, en el 2020, realizaron un estudio donde su objetivo era comparar el nivel de estrés en 270 estudiantes del programa de Medicina de la Universidad de Sucre sometidos a una evaluación oral y escrita; en el cual obtuvieron que los estudiantes padecen de estrés igualitario cuando estos son sometidos a exámenes tanto orales como escritos; además otros estresores con mayor efecto es la excesiva carga de tareas y trabajos escolares, no entender los temas que se abordan en clase y el escaso tiempo para hacer el trabajo y por otra parte los principales síntomas que los estudiantes presentan en tiempos de estrés son somnolencia, ansiedad, angustia, desesperación y cambios en el consumo de su alimentación.²⁰

Rodríguez et al, en el 2013, realizaron un estudio donde fue determinar la prevalencia de estrés en 453 estudiantes de medicina de una universidad privada de Medellín, en el cual obtuvieron como resultado que el nivel de estrés fue medio

en un 95.4% de los estudiantes mientras que en tan solo un 4.6% presentaron un nivel de estrés leve.²¹

Mendoza et al, en el 2010, ejecutaron un estudio en 78 alumnos de enfermería de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí, México; en el cual se estudiaron factores y niveles de estrés en los estudiantes, donde obtuvieron que 76 (97.4%) confirmaron haber vivido estrés en momento de preocupación o nerviosismo mientras tanto solo 2 (2.6%) negaron presentar situaciones de estrés frente a algún evento escolar.²²

Feldman et al, en el 2008, realizaron un estudio en 321 estudiantes de carreras técnicas en Caracas, Venezuela, donde su objetivo fue evaluar el apoyo social, estrés académico y su repercusión en la salud mental y el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Los resultados indicaron que las condiciones favorables

de salud mental se encuentran asociadas con un nivel mayor de apoyo social y un menor estrés académico. Por lo tanto, en las mujeres, la mayor presencia de estrés se asoció al menor apoyo social de los amigos, en cambio en los hombres se relacionó con un menor apoyo social por parte de personas cercanas a su círculo social, y un menor apoyo en general. Ambos mejoraron su rendimiento cuando el estrés académico captado fue mayor y el apoyo social de las personas allegadas.

23

Laredo et al, en el 2015, realizaron un estudio donde su objetivo fue encuestar a 900 estudiantes de nivel licenciatura de las Facultades de Químicofarmacobiología, Psicología y Escuela de Enfermería y Salud Pública de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo para evaluar el nivel de estrés académico; cual obtuvieron que en relación al género se observa que predomina el género femenino con un 64.4% (580). En relación con el lugar de origen de los estudiantes

el 46.8 % (421) son del interior del estado de Michoacán, el 36.9% (332) son de Morelia y el 16.3% (147) son de otros estados. Relacionado a la sobrecarga de tareas y trabajos escolares el 55.2% (469) refiere que casi siempre y siempre tiene sobrecarga de tareas y trabajos escolares les ocasiona estrés.²⁴

Galván et al, en el 2018, realizaron un estudio el cual fue determinar el nivel de estrés académico en 149 estudiantes de dos licenciaturas. 79 de la licenciatura en economía y finanzas(LEF) y 70 de la licenciatura en administración de empresas turísticas(LAET) de la universidad de Michoacán, en el cual obtuvieron que el promedio de estrés que presenta el alumnado fue de 2.8 lo que corresponde a un nivel moderado; mientras que conforme a las licenciaturas el promedio que presento LEF fue de un valor promedio de 2.74 mientras que LAET fue de tan solo un 2.40 por lo tanto las dos licenciaturas se ubican en un nivel intermedio o moderado.²⁵

Galván et al, en el 2010 ejecutaron un estudio en 79 estudiantes de la licenciatura en economía y finanzas donde el objetivo fue determinar el nivel de estrés en estudiantes para proponer recomendaciones que favorezcan su disminución; de lo cual se obtuvo que el valor promedio de estrés fue de 2.74, lo cual lo ubica en un nivel moderado.²⁶

Jerez et al, en el 2015, realizaron un estudio sobre el estrés donde se estudió a 314 alumnos de 4 carreras diferentes de la Universidad de Los Lagos, Osorno, Chile. Concluyeron que el 98,4% de los alumnos señalan haber tenido estrés académico durante el semestre, señalando la mayoría (85%) de los alumnos elevados niveles, de estrés académico, existe una diferencia entre géneros ya que el 96,24% de las mujeres presentan niveles elevados de estrés a comparación de los hombres con un 88,57%.²⁷

Kloster et al, en el 2019, ejecutaron un estudio con 163 alumnos de la universidad católica Argentina para obtener el nivel de estrés académico de los estudiantes universitarios, en el cual concluyeron que el 85% (139) de los estudiantes universitarios presentaban un nivel de estrés académico moderado, mientras que el 11% (17) presentó un nivel leve de estrés académico y un 4% (n=7) un nivel profundo. ²⁸

Díaz et al, en el 2014 realizaron un estudio con 251 estudiantes de odontología de la universidad de Cartagena de indias (Colombia) donde el estrés se presentó en un 87.3% de los estudiantes estudiados, donde también obtuvieron que los causantes con más predominio fue la evaluación del docente y la disfuncionalidad familiar. ²⁹

Pérez et al, en el 2015, realizan un estudio en Chile, en estudiantes de odontología sobre el estrés y burnout, donde reportan que estos niveles aumentan dependiendo de factores que influyan desfavorablemente en esta carrera. ³⁰

Diaz et al, en el 2018, realizaron un estudio en Facultad de Odontología de Cartagena sobre “La percepción del estrés en estudiantes de odontología ante procedimientos nuevos” y encontraron que el principal factor causante de estrés en los estudiantes de odontología es la falta de tiempo, así mismo la falta de recursos económicos que presentan los estudiantes para obtener los materiales necesarios para sus prácticas preclínicas y clínicas es otro factor y por último la falta de interés para aprender a fondo un tema o procedimiento nuevo que no sean de su agrado en los estudiantes. ³¹

De La Llata et al, en el 2018, realizaron un estudio sobre los principales estresores en la clínica odontológica y los niveles de estrés en alumnos de quinto y séptimo semestre de la carrera de cirujano dentista de la Facultad de Estudios Superiores

Iztacala de la Universidad Nacional Autónoma de México, concluyendo que el 100% de los estudiantes encuestados manifiestan tener estrés académico en la clínica y su nivel es mayor en los de séptimo semestre, así mismo reportan que los principales estresores era la sobrecarga de trabajo, las evaluaciones y el tiempo para trabajar.³²

Barraza et al, en el 2019 realizaron un estudio en 93 alumnos de la carrera de Médico Cirujano Dentista en la universidad de Monterrey, en donde se aplicó la encuesta SISCO para el estudio de estrés académico y reportaron que los principales estresores son la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, las evaluaciones de los docentes y el tiempo limitado para hacer el trabajo.³³

Luna et al, en el 2021 realizaron un estudio en 146 estudiantes de odontología del Instituto Politécnico Nacional para determinar el nivel de estrés académico asociado al apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico mediante una encuesta y concluyen que el nivel de estrés académico, el apoyo social y el pensamiento positivo fue moderado, mientras que el nivel del bienestar psicológico fue alto. Comparadas con hombres, las mujeres indicaron mayor estrés académico ($p < 0.01$) y un menor bienestar psicológico ($p < 0.05$). El estrés académico correlacionó desfavorablemente con el bienestar psicológico ($r = -0.41$) y el apoyo social ($r = -0.29$), pero solo en mujeres. Una regresión lineal múltiple mostro que el bienestar psicológico ($\beta = -0.27$) y el sexo femenino ($\beta = -0.26$) pronosticaron el nivel de estrés académico ($p = 0.01$). Los sucesos que generaron mayor estrés fueron el desempeño académico y el panorama a futuro respecto a su profesión

2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El estrés afecta a la población en general, lo cual causa problemas tanto sociales como emocionales. La vida universitaria trae diversos y variados desafíos académicos que aumentan la disposición a los estados depresión, ansiedad y estrés. En estas situaciones se ha observado a lo largo del tiempo que estos padecimientos se ven más prevalentes en las carreras del Sector salud, y tal condición está relacionada con las características inherentes de estos programas.

La licenciatura en estomatología es una carrera totalmente demandante debido a la búsqueda de pacientes, cumplimiento, acreditación de tratamiento clínicos y el tiempo que se necesita para realizarlos; lo cual puede hacer que el estudiante sufra de estrés debido a la demanda de trabajo, por tal motivo, puede que los jóvenes cursantes de clínicas presenten un menor rendimiento en clases teóricas, así como las prácticas clínicas de la licenciatura; así como padecer de cansancio, problemas de concentración, ansiedad y mucho más; por lo tanto, los alumnos que cursan clínicas desde 6to hasta 10mo pueden llegar a presentar diferentes niveles de estrés. Dado a la escasez de información y al uso erróneo de esta en Puebla, no se ha logrado especificar un único motivo por el cual los alumnos puedan sufrir estrés académico, en su curso en las clínicas de FEBUAP.

2. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál es la presencia de estrés académico en alumnos que cursan la clínica de la FEBUAP?

3. JUSTIFICACIÓN

El alumno de estomatología cursa por diferentes clínicas durante su formación profesional, estas clínicas hacen que el alumno presente estrés debido a

diferentes factores como el número de tratamientos a realizar, el tiempo para acabar la clínica y así mismo el docente a cargo de la clínica.

Al paso de los años, los alumnos que cursan estas clínicas se enfrentan a recursos de las mismas por varios años, haciendo que el alumno se estanque varias generaciones provocando un retraso escolar impresionante.

No se sabe si este estrés académico impida el desempeño del alumno en la clínica por lo que el objetivo de esta investigación es determinar la presencia de estrés académico en alumnos que cursan la clínica de la FEBUAP.

Con los resultados obtenidos en esta investigación se podrá dar una orientación al alumno para disminuir si es que está presente o no, este estrés académico y poder evitar así el rezago académico clínico que este presenta.

4. OBJETIVOS

5.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar la presencia de estrés académico en alumnos que cursan la clínica de la FEBUAP.

5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) Determinar por sexo la presencia de estrés académico en alumnos que cursan la clínica de la FEBUAP
- b) Determinar por edad la presencia de estrés académico en alumnos que cursan la clínica de la FEBUAP
- c) Determinar por semestre la presencia de estrés académico en alumnos que cursan la clínica de la FEBUAP

6. MATERIALES Y MÉTODOS DISEÑO DEL ESTUDIO

De acuerdo a la taxonomía de Feinstein, el estudio es :

- Objetivo: es descriptivo
- Temporalidad: es transversal
- Por la asignación de la maniobra: es escrutinio
- Por la formación de grupos: es homodémico
- Recolección de datos: es prolectivo

Por ser un estudio descriptivo no lleva hipótesis.

UBICACIÓN ESPACIO TEMPORAL

El presente estudio se realizó en la Facultad de Estomatología de la BUAP.

PROCEDIMIENTO

- Se pidió autorización a la Secretaria de Investigación y estudios de posgrado de la FEBUAP y a el comité de investigación del mismo para poder realizar este estudio.
- Posteriormente se habló con los alumnos de la facultad de Estomatología

de la BUAP, explicando los motivos del estudio de manera verbal.

- Una vez que aceptaron, se les dio el consentimiento informado a leer y a firmar (anexo 1).
- Posteriormente se les entregó un instrumento para su llenado (ver anexo 2).
- Ya con todos los instrumentos llenados, se procedió a realizar la base de datos en el programa spss versión 25 para el análisis estadístico descriptivo y poder así hacer un análisis de resultados, discusión y conclusión.

6.1 SUJETOS DE ESTUDIO

Alumnos de las diferentes clínicas de la FEBUAP

6.2 DISEÑO Y TIPO DE MUESTREO

Para esta investigación se utilizará un diseño no probabilístico por conveniencia.

6.2.1 CÁLCULO DEL TAMAÑO DE MUESTRA

Aunque el muestreo es no probabilístico, se estimó el tamaño de la muestra con la

aplicación de la siguiente fórmula general:
$$n = \frac{z^2 pq}{e^2}$$

$z=1.96$ para 95% confiabilidad $p=0.51$ $e=10\%$

Para obtener el tamaño de la muestra se sustituyen los valores y se obtiene que:

$$n = \frac{z^2 pq}{e^2}$$

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.51)(0.49)}{(0.10)^2}$$

$$n = 96$$

De aquí se obtuvo que el número total de muestras para el presente estudio fue de 96, los cuales fueron elegidos entre todos aquellos que cumplieron con los criterios de selección para ser incluidos en el estudio.

6.3 MÉTODO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Se les pidió a los alumnos de las clínicas de 6° hasta 10° de la licenciatura de la FEBUAP que llenaron el instrumento en presencia de los investigadores dándoles 15 min para su llenado y por último se les agradeció por haber participado en la investigación.

6.4 VARIABLES DE LA MUESTRA

Las variables observadas en esta investigación fueron: (tabla1)

Variables	Definición	Tipo	Escala	indicador	descripción	Fuente de verificación
Edad	Tiempo transcurrido desde el nacimiento de un ser vivo	Cuantitativa	Continua	Años cumplidos	Según edad biológica	Instrumento

Sexo	Conjunto de características físicas, biológicas y anatómicas que definen a los seres humanos como hombre o mujer	Cualitativa	Nominal	Femenino Masculino	Según sexo biológico	Instrumento
Semestre	Periodo de seis meses de duración	Cualitativa	Ordinal	Sexto Séptimo Octavo Noveno Décimo	Según semestre a cursar	Instrumento
Estrés académico	Proceso en el cual el alumno se ve sometido a una serie de demandas	Cualitativa	Nominal	Ausente Presente	Según estrés biológico	Instrumento

6.5 INSTRUMENTO

Para esta investigación se utilizó la prueba SISCO del estrés académico según Barraza (2007), el cual fue validado en el 2006, por medio de un análisis de consistencia interna y de grupos contrastados, así mismo se realizó la confiabilidad por medio del alfa de Cronbach de .90 lo que le da un nivel de confiabilidad muy bueno o excelente, dicho instrumento, contiene 31 ítems y 3 dominios (reacciones físicas, reacciones psicológicas y reacciones comportamentales),³¹ distribuidos de la siguiente manera:

- 1 ítem de filtro que, en términos dicotómicos (si-no), permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.
- 1 ítem que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores numéricos (del 1 al 5, donde uno es poco y cinco mucho), permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.
- 8 ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.
- 15 ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
- 6 ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales, (Nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.

6.6 CRITERIOS DE SELECCIÓN

Todos aquellos alumnos inscritos en la clínica de la FEBUAP de diferentes horarios de 7:00 am a 9:00 pm.

6.6.1 CRITERIOS DE INCLUSIÓN

Se consideraron para el estudio todas las encuestas que los alumnos de la clínica de la FEBUAP que hayan sido contestadas y que hayan aceptado a participar en dicho estudio.

6.6.2 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

No se tomaron aquellas encuestas que no estén completas (10% o más).

5. LOGÍSTICA

7.1 RECURSOS HUMANO

- Directores y alumnos investigadores

7.2 RECURSOS MATERIALES

- Computadora
- Paquete estadístico
- Word
- Instrumento impreso
- pluma

7.3 RECURSOS FINANCIEROS

Esta investigación no recibió apoyo económico, los gastos generados fueron aportados por los propios investigadores.

8. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES	MAYO/ JULIO	AGOSTO/ SEPTIEMBRE	OCTUBRE/ NOVIEMBRE	DICIEMBRE/ ENERO
ELABORACIÓN DE PROTOCOLO DE INVESTIGACIÓN	x			

REVISIÓN Y APROBACIÓN PROTOCOLO	x			
RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN		x		
ORGANIZACIÓN DE LA INFORMACIÓN		x		
ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN			x	
INTERPRETACIÓN				x
ELABORAR CONCLUSIONES				
PRESENTACIÓN Y DIFUSIÓN				x

9. ASPECTOS BIOÉTICOS

Este proyecto de investigación se apegó a la Ley General de Salud promulgadas en 1987 y última reforma publicada DOF 02-04-2014 y a las normas éticas elaboradas de Helsinki de 1972 y revisadas en la 64ª Asamblea General, Fortaleza, Brasil, en octubre del 2013. Se sometió a evaluación por la comisión de Investigación de la Facultad de Estomatología de la BUAP. La información fue confidencial, se protegió la privacidad de los encuestados involucrados en el estudio. El estudio fue descriptivo, transversal, escrutinio y homodémico sin implicación de riesgos para la salud, intimidad y derechos individuales de los encuestados. Además, se ajustó a las normas e instructivos institucionales en materia de investigación científica. Los participantes y debieron firmar un consentimiento informado. En éste se les informó que su participación fue voluntaria, que se podían retirar en el momento que desearan, los beneficios y los datos que se obtuvieron fueron absolutamente confidenciales, entre otros aspectos. Los datos de cada instrumento fueron absolutamente confidenciales y en ningún momento se divulgaron a personas ajenas del estudio. Los datos se manejaron de acuerdo a un número-código, que no incluía el nombre del participante.

10. ANÁLISIS ESTADÍSTICO

Para este estudio se utilizó estadística descriptiva que incluye medidas de tendencia central como la media, mediana, moda y desviación estándar, expresadas en porcentajes, frecuencias y gráficos mediante el software spss versión 25.

11. RESULTADOS

De acuerdo a los objetivos planteados, los resultados del presente proyecto son, que de acuerdo al género de los alumnos que acuden a la clínica en la Facultad de Estomatología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, se encontró un mayor porcentaje en el género femenino (62.7 %) (ver tabla 1).

Género	f	%
Femenino	64	62.7
Masculino	38	37.3
Total	102	100

Tabla 1. Sexo de los encuestados

Con respecto a la edad de los alumnos que acuden a la clínica en la Facultad de Estomatología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, se encontró un mayor porcentaje en la edad de 23 años (50.9 %) con un promedio de edad de 20.4+/- 3.6 (ver tabla 2).

Edad	f	%
21	11	10.7
22	29	28.4
23	52	50.9
24	6	5.8
25	4	3.9
Total	102	100

Tabla 2. Edad de los encuestados

Por el semestre de los alumnos que acuden a la clínica en la Facultad de Estomatología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, se encontró un gran porcentaje en noveno semestre (33.3 %), a diferencia de los de sexto semestre (12.7 %) (ver tabla 3).

Semestre	f	%
6	13	12.7
7	12	11.7
8	25	24.5
9	34	33.3
10	18	17.6
Total	102	100

Tabla 3. Semestre de los encuestados

El nivel de intensidad del estrés académico, se encontró que de los alumnos que acuden a la clínica en la Facultad de Estomatología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, el sexo femenino presentó un mayor nivel de estrés (56) (ver tabla 4).

Intensidad de estrés por sexo	Poco	Mucho	Total
Femenino	8	56	64
Masculino	7	31	38
Total	15	87	102

Tabla 4. Nivel de intensidad de estrés por sexo

En cuanto a los estímulos estresores, se encontró que de los alumnos que acuden a la clínica en la Facultad de Estomatología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación sexo femenino presentó un elevado nivel de estímulo de estrés (44) (ver tabla 5).

Estímulos estresores	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
La competencia con los compañeros del grupo	19	36	27	13	7
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	9	26	32	22	13
La personalidad y el carácter del profesor	9	28	39	19	7
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.	7	16	44	22	13
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc).	10	22	33	25	12
No entender los temas que	9	25	38	22	8

se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc)	14	30	31	20	7
Tiempo limitado para hacer el trabajo	12	18	40	21	11

Tabla 5. Estímulos estresores

De acuerdo al dominio de reacciones físicas, se encontró que de los alumnos que acuden a la clínica en la Facultad de Estomatología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, en trastornos en el sueño se presentó con mayor puntaje en rara vez (49) (ver tabla 6).

Reacciones físicas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	15	49	26	6	6
Fatiga crónica (cansancio permanente)	19	31	32	14	6
Dolores de cabeza o migrañas	14	28	38	12	10

Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	23	21	40	9	9
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	22	25	25	22	8
Somnolencia o mayor necesidad de dormir	16	28	36	15	7

Tabla 6. Reacciones físicas

En el dominio de reacciones psicológicas, se encontró que de los alumnos que acuden a la clínica en la Facultad de Estomatología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, en sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad se presentó con mayor puntaje (40) (ver tabla 7).

Reacciones psicológicas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	13	29	31	6	5

Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	17	32	37	10	6
Ansiedad, angustia o desesperación	10	38	31	16	7
Problemas de concentración	11	32	36	15	8
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	23	21	40	9	9

Tabla 7. Reacciones psicológicas

En el dominio de reacciones comportamentales, se encontró que de los alumnos que acuden a la clínica en la Facultad de Estomatología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, presentan un conflicto o tendencia a polemizar o discutir, así mismo un desgano para realizar las labores escolares con mayor puntaje (39) (ver tabla 8).

Reacciones comportamentales	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	33	39	23	2	5
Aislamiento de los demás	17	23	34	17	11
Desgano para realizar las labores escolares	18	27	39	9	9

Aumento o reducción del consumo de alimentos	16	30	37	13	6
---	----	----	----	----	---

Tabla 8. Reacciones complementarias

Así mismo en la parte de estrategias de afrontamientos, se encontró que de los alumnos que acuden a la clínica en la Facultad de Estomatología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, presentan una habilidad asertiva y elogios a si mismos con mayor puntaje (39) (ver tabla 9).

Estrategias de afrontamientos	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras	18	26	39	11	8

preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	19	29	26	23	5
Elogios a si mismo	18	27	39	9	9
Religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	35	37	17	9	4
Búsqueda de información sobre la situación	19	27	34	12	10
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	22	31	26	14	9

Tabla 9. Estrategias de afrontamientos

12. DISCUSIÓN

Se observó que la mayoría de los estudiantes encuestados si presentan momentos de preocupación o nerviosismo durante algún semestre; esto concuerda con el estudio realizado por Castillo *et al* (2016), quienes en su investigación encontraron que el 90.8% de los alumnos estudiados manifestaron haber tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso del semestre.

Por otro lado, de acuerdo al sexo que padecían de preocupación o nerviosismo se encontró que el sexo femenino posee la mayor probabilidad de padecerlo, a comparación de sexo masculino, esto concuerda con la investigación realizada por Jerez *et al* (2015), donde concluyen que las mujeres presentaron en mayor frecuencia nerviosismo en comparación con los hombres.

Además, se observó que en el nivel de preocupación o nerviosismo se obtuvo que el 48% de los estudiantes de la FEBUAP padecen un nivel de estrés profundo, un 37% moderado y tan solo el 14% nivel leve, a diferencia en el estudio realizado por Kloster *et al* (2019) donde ellos obtuvieron como resultado un 85% de estrés moderado, mientras que el 11% un nivel leve y un 4% de nivel profundo.

Del mismo modo de acuerdo a las evaluaciones de los profesores que los alumnos realizan se observó que existe un nivel de mayor puntaje lo que quiere decir que puede afectar como estresor a los estudiantes, esto concuerda con el estudio realizado por Laredo *et al* (2015), donde obtuvieron que el estresor con mayor impacto es la evaluación de los profesores.

Por otra parte, se encontró que uno de los síntomas el cual es trastornos en el sueño que está presente durante el estrés, de tal manera que en el estudio de Otero *et al*

(2020) es uno de los principales síntomas que presentan los estudiantes cuando padecen de estrés.

13. CONCLUSIÓN

La presencia de estrés dependiendo del sexo, es mayor con un 53% en el sexo femenino, siendo menor en el sexo masculino con un 35%, de igual manera se pudo observar que los estudiantes presentar un nivel de estrés profundo en un 48%; la forma de enfrentar el estrés en los estudiantes es la habilidad asertiva en la cual es defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos.

Los alumnos de la FEBUAP si padecen de estrés durante sus prácticas clínicas, lo cual repercute en el funcionamiento académico del estudiante, es por ello que los alumnos deben tener la iniciativa de controlar el estrés por medio de terapias o prácticas que lo ayuden, ya que de esa forma podrán tener un desempeño favorable durante el curso de sus clínicas.

14. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Avila J. El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista conciencia*. 2015; 2:115–124.
2. ISSSTE. Guía para el estrés causas, consecuencias y prevención, 2018, 1-9.
3. Naranjo Pereira ML. Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Educación*. 2009;33(2):171–190.
4. Maceo Palacio O, Maceo Palacio A, Ortega Y. Estrés académico: causas y consecuencias. *Multimed*. 2013;17(2):185–196.
5. Leal Morales E, Vázquez Martínez VH. Prevalencia de estrés postraumático en unidades de medicina familiar de seis ciudades de la frontera México-Estados Unidos de América. *Elsevier*. 2013;20(4):114.
6. Notimex. Un 60% de estudiantes universitarios sufren estrés en México [sede web], México. *Eldiariony.com*, 18 de abril 2014.
7. Rosaura R. Estrés y salud, Univ Jaén. 2014 2-12.
8. María de L. y Laura F, Algunos factores psicológicos y su papel en la enfermedad: una revisión, *Psicología y Salud*, 15(2): 169-185.
9. Mucio-Ramírez, J.S. La neuroquímica del estrés y el papel de los péptidos opioides. *Revista de Educación Bioquímica*, 26 (4) 2007: 121-128.
10. De Camargo B. Estrés, Síndrome General de Adaptación o Reacción General de Alarma. *Rev Méd Cient [Internet]*. 8 de agosto de 2010 [citado 8 de junio de 2021];17(2). Disponible en: <https://www.revistamedicocientifica.org/index.php/rmc/article/view/103>
11. Perez Nuñez D, Garcia Viamontes J, Garcia G TE, Ortiz D. Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. *Revista Cubana*. 2014;30(3):354–363.
12. Herrera C D, Muñoz Z G, Graillet Mora D, Ortiz D. Impacto del estrés psicosocial en la salud. *E neurobiología*. 2017;8(17):117–220.
13. Ana M. ¿que es el estrés y cómo nos afecta, Univ. de Málaga, 1-5.
14. Barrio, J.A.; García, M.R.; López, M.; Bedia, M. Control del estres. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, vol. 2, núm. 1, 2006, pp. 429-439
15. Cote, L. P. & García, A. M. (2016). Estrés como factor limitante en el proceso

de toma de decisiones: una revisión desde las diferencias de género. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 34(1), 19-28. doi: [dx.doi.org/10.12804/apl34.1.2016.02](https://doi.org/10.12804/apl34.1.2016.02)

16. Lázaro C, Anabell A, Onelis G. Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina. *Educación Méd. Sup.* 2020;34(2):21-25.
17. Yolanda C, Arleth B, Luis R. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 2018, 20(2), ISSN: 0124-2059.
18. Yera Fachal MC, Gomez Besteiro MI, Factores desencadenantes de estrés en los estudiantes de Enfermería durante sus prácticas clínicas en la Escuela Universitaria de Enfermería A Coruña. *Metas Enferm nov* 2014; 17(9): 27-31.
19. Jhon-Franklin, Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*; 39 (1), 2020. 63-69
20. Otero-Marrugo G, Carriazo Sampayo G, Tamara-Oliver S, Lacayo- Lepesqueur MK, Torres- Barrios G, Pájaro-Castro N. Nivel de estrés académico por evaluación oral y escrita en estudiantes de Medicina de una universidad del Departamento de Sucre. *Rev CES Med.* 2020; 34(1): 40-52.
21. María De L, Lina M, Camillo A, prevalencia de estrés en estudiantes de medicina de una universidad privada de la ciudad de medellin, Colombia. *Med UBAM.* 2018. 16 (2); 53-58
22. Mendoza L, Cabrera Ortega E, Gonzáles D, Martinez R. Factores que ocasionan estrés en Estudiantes Universitarios. *Ene - enfermería.* 2011;4(3):35-45.
23. Feldman L, Goncalves L, Chacón G, Zaragoza J. Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *PSYCHOL.* 2009;7(3):739-751.
24. Marín Laredo, Ma. Estrés en estudiantes de educación superior de Ciencias de la Salud RIDE *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo.* 2015. vol. 6, núm. 11, julio-diciembre.

25. Gonzales A., De la Mora, Cecilia A. Estrés académico en estudiantes universitarios de Turismo y de Economía y Finanzas. Academia Journals. 2018. 10, (3), 1133-1139.
26. Jerez Mendoza M., Oyarzo Barria C., Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. REV CHIL NEURO-PSIQUIAT 2015; 53 (3): 149-157.
27. Kloster k., Perrotta F. Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná. 2019.
28. Pulido M, Serrano M, Valdés E, Chávez M, Hidalgo P, Vera F. Estrés académico en estudiantes universitarios. Psicología y Salud. 2011. 21 (1): 31-37.
29. Pérez Díaz F., Cartes-Velásquez R., Estrés y burnout en estudiantes de Odontología: una situación preocupante en la formación profesional. Rev EDUMECENTRO. 2015. 7(2): 179-190.
30. Díaz C, Bustillo J, Jhon C y Alejandro F. Percepción del estrés en estudiantes de odontología ante procedimientos nuevos. 2018. 10-37.
31. De La Llata C y Lozano E. Estrés académico en la práctica clínica del odontólogo en formación. Revista de Educación y Desarrollo. 2018; 44: 17
32. Barraza Macias A, González García L, Garza Madero A y Cázares de León F. El estrés académico en alumnos de odontología. Revista Mexicana de Estomatología. 2019. 6 (1).
33. Luna D., García-Reyes S., Soria-González E., Avila-Rojas M., Ramírez-Molina V., García-Hernández B. Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico. Investigación educ. médica. 2021; 9(35): 8-17.
34. Barraza Macias A. El inventario SISCO del estrés académico. Investigación Educativa Duranguense. 2007. 90-93.
35. Sandín B. El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. International Journal of Clinical and Health Psychology [Internet]. 2003;3(1):141-157. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33730109>

36. Castillo Pimienta C, Chacón de la Cruz T, Díaz-Véliz G. Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investig educ médica*. 2016;5(20):230–7.

ANEXOS

Anexo 1

BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA
FACULTAD DE ESTOMATOLOGÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO DE PARTICIPACIÓN EN PROYECTO
DE INVESTIGACIÓN

Mediante la presente, se le solicita su autorización para la participación en el protocolo de investigación “Presencia de estrés académico en alumnos que cursan la clínica en la Facultad de Estomatología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla”, conducido por los alumnos pertenecientes a la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

El objetivo de este estudio es determinar el estrés académico en los alumnos que cursan la clínica en la FEBUAP.

En función de lo anterior es pertinente su participación, por lo que mediante la presente, se le solicita su consentimiento informado.

Su colaboración en esta investigación, consistirá en que conteste una serie de preguntas en un lapso no mayor a 15 minutos. Los beneficios reales o potenciales que aporte por su participación en la investigación, son solo para poder dar aviso a las autoridades e implementar un tratamiento para disminuir el estrés en las próximas generaciones. Además, su participación en este estudio no implica ningún riesgo de daño físico y se tomarán todas las medidas que sean necesarias para garantizar la salud e integridad física y psíquica de quienes participen en éste.

El acto de autorizar su participación en la investigación es absolutamente libre y voluntario. Todos los datos que se recojan serán estrictamente anónimos y de carácter privados. Además, los datos entregados serán absolutamente confidenciales y sólo se usarán para los fines científicos de la investigación. El responsable de esto, en calidad de custodio de los datos, serán los investigadores responsables del proyecto, quienes tomarán todas las medidas necesarias para cautelar el adecuado tratamiento de los datos, el resguardo de la información registrada y la correcta custodia de estos. Los investigadores responsables del proyecto aseguran la total cobertura de costos del estudio, por lo que su participación no significará gasto alguno. Por otra parte, la participación en este estudio no involucra pago o beneficio económico alguno. Si presenta dudas sobre este proyecto o sobre su participación en él, puede hacer preguntas en cualquier momento de la ejecución del mismo. Igualmente, puede retirarse de la investigación en cualquier momento, sin que esto represente perjuicio.

Nombre:

Investigador responsable:

Fecha: _____

Yo _____, apoderado(a)
de _____, en base a lo expuesto en el presente documento, acepto voluntariamente participar en la investigación “Presencia de estrés académico en alumnos que cursan la clínica en la Facultad de Estomatología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla”, conducida por losalumnos de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

He sido informado(a) de los objetivos, alcance y resultados esperados de este estudio y de las características de la participación. Reconozco que la información que se provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y anónima. Además, esta no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio. He sido informado(a) de que se puede hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que es posible el retiro del mismo cuando así se desee, sin tener que dar

explicaciones ni sufrir consecuencia alguna por tal decisión.

De tener preguntas sobre la participación en este estudio, puedo contactar a

Entiendo que una copia de este documento de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar al Investigador responsable del proyecto al correo electrónico

Nombre y firma del participante

Nombre Investigador responsable

Anexo 2

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla Facultad de Estomatología

Edad:

Sexo:

Semestre.

Clínica:

Instrucciones: a continuación, se te presentaran una serie de preguntas, solo escoge una opción, por tu participación, gracias.

1. Durante el transcurso de este semestre, ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?
Si _____ No _____

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5, señale su nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

--	--	--	--	--

3. En una escala del 1 al 5, donde (1) es nunca, (2) rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron 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 el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc).					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Trastornos en el 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					

Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a si mismo					
Religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					

