

VI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología
XXI Jornadas de Investigación Décimo Encuentro de Investigadores en
Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos
Aires, Buenos Aires, 2014.

Componentes sociales del estrés académico en jóvenes universitarios.

Avila, Solana Maria De La Cruz, Castaldo, Rosa Inés, Sarubbi De Rearte, Emma, Chirre, Adrián Eduardo, Barrionuevo, MyrianLilian y Combes, Julieta.

Cita:

Avila, Solana Maria De La Cruz, Castaldo, Rosa Inés, Sarubbi De Rearte, Emma, Chirre, Adrián Eduardo, Barrionuevo, MyrianLilian y Combes, Julieta (2014). *Componentes sociales del estrés académico en jóvenes universitarios. VI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXI Jornadas de Investigación Décimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-035/354>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ecXM/nnr>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

COMPONENTES SOCIALES DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN JÓVENES UNIVERSITARIOS

Avila, Solana Maria De La Cruz; Castaldo, Rosa Inés; Sarubbi De Rearte, Emma; Chirre, Adrián Eduardo; Barrionuevo, Myrian Lilian; Combes, Julieta
Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Tucumán. Argentina

RESUMEN

Se presentan primeras aproximaciones al estrés académico en estudiantes de la carrera de Psicología de la UNT desde el Proyecto de Investigación "Estrés en estudiantes universitarios de la UNT: Incidencia de los factores bio - psico - sociales en el recorrido académico" aprobado por el CIUNT para el período 2014-2018. Podemos definir el estrés académico como "un desequilibrio en la homeostasis entre las demandas académicas y la capacidad de la persona para llevarlas a cabo". Según estadísticas mundiales "uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés ... el 50 % de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo" (Caldera, Pulido y Martínez, 2007, p. 78). Como factor epidemiológico, se considera un aspecto de gravedad, ya que genera diversas patologías siendo considerado un factor de riesgo cardiovascular tan relevante como el tabaquismo o la hipertensión. En Argentina, numerosas publicaciones e investigaciones demuestran altos porcentajes de deserción y de lentificación (demora en la finalización de los estudios) en estudiantes universitarios. Considerando nuestra sociedad marcada por constantes crisis sociales, económicas y políticas y la presión extra que esto genera sobre la ya difícil tarea de realizar estudios superiores, este trabajo se aboca a un componente específico del estrés académico: el componente socio-económico.

Palabras clave

Estrés Académico, Universidad, Componentes sociales

ABSTRACT

SOCIAL STRESS COMPONENTS IN COLLEGE STUDENTS ACADEMIC
First approaches to academic stress in students of the Psychology of UNT are presented from the research project "Stress among college students in the UNT: impact of factors bio - psycho - social in the academic course" approved by CIUNT for the period 2014-2018. We can define academic stress as "an imbalance in the homeostasis between academic demands and the person's ability to carry them out." According to global statistics "one in four people suffer from some serious stress problem ... 50% of people have some mental health problem of this type" (Caldera, Pulido and Martinez, 2007, p. 78). As epidemiological factor is considered an aspect of gravity, generating various pathologies being considered a cardiovascular risk factor as important as smoking or hypertension. In Argentina, numerous publications and research demonstrate high dropout rates and slowing (delay in the completion of studies) in university students. Considering our society marked by constant social, economic and political crisis and this creates extra pressure on the already difficult task of higher education, this paper advocates a specific component of academic stress: the socio-economic component.

Key words

Academic Stress, University, Social Components

El presente trabajo se deriva de las primeras aproximaciones a la temática específica del estrés académico en estudiantes de la carrera de Psicología de la UNT, puntualmente desde el Proyecto de Investigación "Estrés en estudiantes universitarios de la UNT: Incidencia de los factores bio - psico - sociales en el recorrido académico" aprobado por el CIUNT para el período 2014-2018.

Para forjar el concepto y hacerlo aplicable al periodo de aprendizaje, el estrés académico podría definirse como un desequilibrio en la homeostasis entre las demandas académicas y la capacidad de la persona para llevarlas a cabo.

Estimaciones estadísticas afirman que "uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés y en las ciudades, se estima que el 50% de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo" (Caldera, Pulido y Martínez, 2007, p. 78). Como factor epidemiológico, se considera un aspecto de gravedad, ya que el estrés es un importante generador de diversas patologías; y desde hace tiempo se lo considera como un factor de riesgo cardiovascular tan relevante como el tabaquismo o la hipertensión.

En cuanto al contexto nacional se puede afirmar que, específicamente en la Argentina existe un alto porcentaje de deserción y de lentificación (entendida como demora en la finalización de los estudios) en estudiantes universitarios. Así lo demuestran numerosas publicaciones e investigaciones; como ser: las realizadas por Teobaldo (2006) sobre la calidad educativa en el Ciclo Básico Común de la UBA; el estudio realizado por Fernández (2005) en la misma unidad académica investigando con qué otro tipo de variables (además del contexto socio-cultural y económico) se relacionan los índices de deserción de estudiantes; y Ortega (2004) en la Universidad Nacional de Córdoba analiza la misma problemática.

Las investigaciones realizadas dividen cargas polarizadas entre la escuela media - como preparatoria - y las instituciones de educación superior - como recepcionistas. Acerca del primer punto se abordaron las representaciones de los docentes y de los jóvenes encontrando núcleos de representación que incluyen: insuficiencia de contenidos, de hábitos y metodologías de estudio y del desarrollo de autonomía que les permita una inserción favorable en el ámbito universitario. En el ámbito de las universidades las investigaciones se centraron en los componentes relacionados al desempeño académico, las modalidades de docencia, la cultura académica y los requisitos de ingreso y permanencia académica. La Lic. Teobaldo considera que es necesario aprender el "oficio de estudiante universitario" para incorporarse a la universidad, de modo tal que permanecer en ella exige un proceso de resocialización en las exigencias y reglas propias de este nivel. En la universidad se aprende -también- el oficio de estudiante; este aprendizaje requiere adaptarse a nuevos estilos y modelos de docentes, diferentes normativas y funcionamiento institucional, etc. La autora recalca que quienes no logren aprender el oficio de alumno, se verán forzados -en la mayoría de los casos- a abandonar la Universidad o a

permanecer en ella en calidad de estudiantes “crónicos”.

Algunas investigaciones han centrado su interés en el Área personal, familiar y vincular de los jóvenes. Alberto Fernández (2005) plantea como hipótesis de trabajo que la “herencia” y presión de los padres influye en la elección de carrera y en el tránsito académico de los jóvenes. Aparecen como factores que influyen positivamente en el desarrollo de la carrera:

- La persistencia y el esfuerzo por continuar a pesar de las dificultades con algunas materias (32%)
- La posibilidad de encontrar una carrera que responda a sus intereses (21%)
- La inteligencia y la preparación personal (20%)
- El apoyo familiar (19%)

El presente trabajo busca precisar un componente específico y a veces determinante del estrés académico: el componente socio-económico.

La comunidad universitaria enfrenta en estos momentos uno de sus mayores desafíos: recibir alumnos socialmente estresados quienes por el sólo hecho de ingresar al sistema universitario, se ven expuestos a una situación de estrés que supone para ellos su entorno un doble esfuerzo: mayor riesgo y menos posibilidades de resolución.

Consideramos que como punto de partida debe desterrarse el mero concepto que generalmente se emplea en este tipo de situaciones: “estrés académico”, por cuanto la idea aquí planteada del “estrés del estresado” ó “componente social del estrés académico” la supera ampliamente.

Ortega (2004) manifiesta que el abandono de los estudios está ligado a las dificultades económicas pero que no parecen éstas el determinante principal. Se podría enlazar el abandono de los estudios con los cambios culturales y sociales registrados en los últimos diez años con el impacto que éstos tuvieron sobre los jóvenes. De este modo, las dificultades en la inserción del estudiante en la vida universitaria y el fenómeno de la deserción estarían asociados a dimensiones socioculturales y psicosociales. Las causas del abandono de los estudios estarían relacionadas por un lado con la inadecuación entre la disposición del sujeto y la demanda exigida por una institución universitaria compleja y por el otro con la falta de elementos y de orientación que se vinculan con el empobrecimiento cultural.

Una sociedad marcada por constantes crisis sociales, económicas y políticas ejerce a modo de reflejo una presión extra sobre la ya difícil tarea de realizar estudios superiores.

En el proyecto CIUNT “Migración Estudiantil en la UNT, transculturación y aculturación” (1998-2000) se encontró que las dificultades para adaptarse a la vida académica de los estudiantes migrantes se relacionan con extrañar su lugar de origen, su familia, sus amigos, etc.; la integración a nuevos grupos humanos; sentimientos de deuda por el esfuerzo familiar; redes de contención empobrecidas; dificultades económicas, entre otras.

En el proyecto CIUNT “Aspectos obstaculizadores y facilitadores en la inserción del estudiante universitario de la UNT” pudieron identificarse las principales dificultades de inserción del estudiante universitario, las áreas de prevalencia y los correlatos con la currícula específica y las áreas disciplinares de las diversas unidades académicas; demarcando así grandes áreas que contienen factores de incidencia -a veces obstaculizadores y otras facilitadores- sobre el ingreso y permanencia académica. Las grandes áreas incluyen factores económicos, laborales, familiares, motivacionales o vocacionales, características curriculares, etc.

Ancer Elizondo y colab. (2011) puntúan que las experiencias estre-

santes son causadas por el contexto en el que vive el sujeto y por las múltiples actividades que realiza, en lo que también influyen el estatus social y económico y el sexo de la persona (Pearlin, Morton, Menaghan y Mullan, 1981). Cohen (1980) y Cohen y Williamson (1988) apuntan que los sujetos con mayor número de obligaciones reportan un mayor nivel de estrés debido a la sobrecarga de las tareas a realizar, en comparación con aquellos que tienen menos ocupaciones. Es por ello que algunos estudios conceden una importancia considerable a los recursos que tiene cada persona para afrontar la presión causada por el entorno (Lazarus y Folkman, 1984).

Maldonado, Hidalgo y Otero (2000, citado en Román, Ortiz y Hernández, 2008) plantean que un nivel elevado de estrés académico altera el sistema de respuestas del individuo a nivel cognitivo, motor y fisiológico. La alteración en estos tres niveles de respuestas influye de forma negativa en el rendimiento académico, en algunos casos disminuye la calificación de los alumnos en los exámenes y, en otros casos, los alumnos no llegan a presentarse al examen o abandonan el aula antes de dar comienzo el examen.

Pulido Rull y colab. (2011) en diversas investigaciones han mostrado que el estrés académico ocurre en los estudiantes de primaria (Connor, 2003), secundaria (Aherne, 2001) y preparatoria (Gallagher y Millar, 1996). También se ha demostrado que dicho estrés aumenta conforme el estudiante progresa en sus estudios (Putwain, 2007), y que llega a sus grados más altos cuando cursan sus estudios universitarios (Dyson y Renk, 2006). Los estudios superiores representan el punto culminante del estrés académico por las altas cargas de trabajo. A la vez coinciden con una etapa de la vida en la que el estudiante debe enfrentarse a muchos cambios en su vida (Arnett, 2000). Específicamente, el ingreso a la universidad coincide con el proceso de separación de la familia, la incorporación al mercado laboral y la adaptación a un medio poco habitual (Beck, Taylor y Robbins, 2003). La definición de las elecciones y la estabilización del aparato psíquico son procesos intrapsíquicos expectables de la etapa de la juventud, que se imbrican con los biológicos relacionados a la estabilidad corporal, de la identidad los correlatos psíquicos asociados y los sociales más relacionados a los cambios de representatividad grupal, separación progresiva e independencia paterna (Chirre, 2009).

Ancer Elizondo y colab (2011) citan diversos estudios que reportan diferencias entre el estrés que perciben los estudiantes de acuerdo a su sexo, siendo mayor en las mujeres (González y Landero, 2006; van Gundy, 2002), mientras que Dohrenwend y Dohrenwend (1974) y Dohrenwend (1985) hallan que las vivencias que tienen continuamente las personas repercuten en su vida sin importar el género.

Nuestro proyecto intenta identificar la incidencia de los factores bio - psico - sociales que lo determinan el estrés en estudiantes universitarios, con el fin no solo realizar un estudio de prevalencia y visibilizar vulnerabilidades, sino también sentar las bases de un posible reporte epidemiológico que permita acciones macro-socio-sanitarias.

Para este trabajo se tomaron los emergentes atribuidos a componentes netamente sociales que aportan un plus de presión sobre el Joven universitario.

Barrionuevo, M.; Ballesteros, P.; Combes, J. (2012) en un estudio específico en la Facultad de Psicología de la UNT sobre 240 estudiantes han podido concluir la presencia de indicadores determinantes de la existencia de estrés académico en un alto porcentaje de ellos.

A partir de la sistematización de datos recogidos en encuestas administradas a una muestra de 240 estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de Tucumán (2012) se trabajaron las asigna-

ciones causales relacionadas a componentes socioeconómicos y de contexto familiar obteniendo los siguientes resultados:

- 47% atribuye mayor incidencia a los factores de orden económicos por sobre los relacionados a lo estrictamente académico y o vocacional.
- 34% atribuye mayor incidencia a los factores de orden social (medidas de paro docente, excesivos feriados nacionales y provinciales, etc) por sobre los académicos y vocacionales.
- 28% atribuye mayor incidencia a los factores relacionados a la futura inserción profesional por sobre los componentes académicos.
- 16% atribuye mayor incidencia a los factores relacionados a la distancia entre los centros de estudio y los lugares de origen por sobre los componentes académicos.

CONCLUSIONES:

Según el estudio bibliográfico del tema y el entrecruzamiento con datos recogidos en encuestas, puede decirse en esta primera aproximación que los componentes socio - económicos presentes en el recorrido académico de nuestros estudiantes tiene un papel preponderante en la aparición del estrés, y en los obstáculos que conllevan al abandono del ámbito universitario o a la lentificación de la finalización de carreras de grado. Si bien el instrumento utilizado no apuntaba específicamente a que aparezca ninguno de los componentes específicos, el componente socio económico significativamente con mayor frecuencia que las cuestiones académicas (planes de estudio, modalidades docentes, material bibliográfico, etc.).

Podría decirse que la conjunción de aspectos sociales entonces, estaría agravando o condicionando modalidades de estrés académico específicas.

Nuestro desafío como docentes investigadores consiste en la construcción de dispositivos que contribuyan a aminorar el impacto de los aspectos socio económicos. En este sentido, podrían pensarse algunas acciones relacionadas a la articulación entre el grado y el postgrado, o el grado y la inserción laboral profesional y al mismo tiempo generar acciones que tengan que ver específicamente con la gestión de ayuda económica desde las instituciones.

Como profesionales de la salud mental y docentes de los jóvenes que se encuentran en este camino de formación universitaria debemos poder comprender y mejorar las oportunidades de éxito académico, pero desde una lectura crítica de nuestro contexto socioeconómico actual.

Consideramos que esta presentación es punto de partida para varias líneas de investigación. Intentaremos, en próximos recorridos deslindar el peso que tienen los componentes sociales en cada una de las unidades académicas relacionándolos también con perfiles profesionales, carreras, motivaciones, modalidades de ingreso, y otras variables a considerar.

BIBLIOGRAFIA

Ancer Elizondo, L.; Meza Peña, C.; Pompa Guajardo, E. G.; Torres Guerrero, F. y Landero Hernández, R. Relación entre los niveles de autoestima y estrés en estudiantes universitarios. Enseñanza e investigación en Psicología. Vol. 16, Núm. 1: 91-101 Enero-Junio, 2011

Caldera Montes, J. F.; Pulido Castro, B. E. y Martínez González, M. G. Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos Revista de Educación y Desarrollo, 7. Octubre-diciembre de 2007.

Gutiérrez Rodas, J. A.; Montoya Vélez, L. P.; Toro Isaza, B. E.; Briñón Zapata, M. A.; Rosas Restrepo, E. y Salazar Quintero, L. E. Depresión en Estudiantes Universitarios y su asociación con el estrés académico. CES Medicina. Vol 24, núm 1, enero-junio, 2010, pp 7-17.

Martínez, A. E.; Piqueras, J. A. E inglés, C. J. Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés. Clínica Neuropsicológica Mayor, Alcantarilla (Murcia). Departamento de Psicología de la Salud, Universidad Miguel Hernández, Elche (Alicante).

Marty M, C., Lavín G., M.; Figueroa M, M.; Larraín de la C., D y Cruz M, C. Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. REV CHIL NEURO-PSIQUIAT 2005; 43(1): 25-32

Naranjo Pereira, M. L. Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este en el ámbito educativo. Educación, Vol. 33, Num. 2, 2009, pp.171-19. Universidad de Costa Rica. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=44012058011>

López Gómez, R. E. Intervención Tutorial para manejo de estrés en estudiantes de licenciatura. Congreso Nacional de Investigación Educativa / 1. Aprendizaje y Desarrollo Humano / Ponencia. Universidad Estatal del Valle de Ecatepec.

Oliveti, S. Estrés académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario. Universidad Abierta Interamericana. Facultad de Psicología y relaciones humana. Junio de 2010.

Polo, A.; Hernández, J. M. y Poza, C. Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. Universidad Autónoma de Madrid. Disponible en la Red: http://www.unileon.es/estudiantes/atencion_universitario/articulo.pdf

Pulido Rull, M. A.: Serrano Sánchez, M. L.; Valdés Cano, E.; Chávez Méndez, M. T.; Hidalgo Montiel, P. y Vera García, F. Estrés académico en estudiantes universitarios. Psicología y Salud, Vol. 21, Núm. 1: 31-37, enero-junio de 2011.

Rodríguez Campuzano, M. de L. Competencias académicas, reporte de estrés y Salud en estudiantes universitarios. Revista electrónica de Psicología de Itzcala. 15. (2).2012.

Román Collazo, C. A.; Ortiz Rodríguez, F. y Hernández Rodríguez, Y. El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. Escuela Latinoamericana de Medicina, Cuba Revista Iberoamericana de Educación. n.º 46/7 - 25 de julio de 2008