

# ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LAS CAUSAS DE ESTRÉS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. DIAGNÓSTICO PARA ACCIONES TUTORIALES

---

ALICIA LÓPEZ BETANCOURT

Escuela de Matemáticas, Universidad Juárez del Estado de Durango

IRMA DÍAZ UNZUETA

Facultad de Ciencias Químicas, Universidad Juárez del Estado de Durango

**RESUMEN:** Tomando en cuenta que las instituciones educativas son un reflejo de lo que el contexto y la sociedad las situaciones de estrés en general han permeado los ambientes, los procesos, los códigos lingüísticos, se incidido directamente en el comportamiento y transformación de los actores educativos.

El presente trabajo se centra en obtener un diagnóstico del estrés en estudiantes del

campus sur de la Universidad Juárez del Estado de Durango (UJED). La medición del estrés se realiza en dos aspectos académicos y socio familiares, así como la relación entre ellos. Con el propósito de diseñar estrategias de tutoría que apoyen el transcurso de la vida estudiantil, aprovechando instrumentos estadísticos.

**PALABRAS CLAVE:** Estudiantes, estrés académico, estrés socio-familiar, tutorías.

## Introducción

En los últimos años el término estrés se ha convertido en un vocablo habitual en nuestra sociedad y años recientes ha empezado a penetrar los ámbitos educativos como un problema creciente de atención. Se trata de un término complejo, extremadamente vigente e interesante, del cual no existe consenso en su definición y cuyos planteamientos históricos han estado relacionados con las respuestas fisiológicas del organismo, por lo que su estudio se ha centrado en la caracterización del estrés y en las consecuencias perjudiciales que puede producir la exposición a un estrés excesivo o prolongado (Acosta: 2002).

Por otro lado, Fisher (1984) considera que la entrada en la Universidad representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador –con otros factores- del fracaso académico universitario.

Tomando en cuenta lo antes mencionado coincidimos con Balanza (2008) cuando expresa:

“...El elevado nivel de riesgo de sufrir ansiedad y depresión en el entorno universitario se demuestra actualmente por las cifras de estudiantes que se ven afectados por estos trastornos (constatados normalmente a posteriori). Son por tanto las actividades de carácter eminentemente preventivo encaminadas a la disminución de la incidencia de estos trastornos en dicha población las que deben potenciarse y mejorarse, siendo el entorno universitario el que presenta mayor accesibilidad a las poblaciones de estudiantes.

Por tanto partimos del hecho de que conociendo, detectando y previniendo podemos mejorar los procesos educativos en las instituciones educativas, suponiendo una mejora general de los ambientes de trabajo escolar, de las relaciones profesor-alumno y del rendimiento académico.

Considerando que los profesores en el trato día a día con los estudiantes no siempre logran percatarse de situaciones de riesgo de estrés en los estudiantes. Generalmente lo que se precisa por parte de los profesores es falta de interés en los estudiantes, el llegar tarde, la entrega de tareas fuera de tiempo entre otros; es decir se centra la atención en el aspecto académico y se deja de lado su entorno socio familiar. Es aquí donde la tutoría resulta de suma importancia en el transcurso de los alumnos en la universidad, como expresa Malbrán (2001) “...La tutoría favorece la identidad de estudiante, la posibilidad de actuar y responder a una persona determinada...”.

El propósito de este trabajo fue *realizar un diagnóstico representativo del estrés en estudiantes de la Universidad Juárez del Estado de Durango, campus sur; para delinear estrategias tutoriales que apoyen la vida estudiantil, aprovechando instrumentos estadísticos que favorecen el análisis.*

## Referente Teórico

El estrés constituye uno de los factores psicosociales más estudiados en la actualidad, especialmente por la aparición de ciertas enfermedades y la forma en que se manejan las distintas situaciones de estrés. La población estudiantil constituye un grupo vulnerable y propenso a períodos particularmente estresantes, como son las épocas de exámenes.

Los estudiantes se enfrentan cada vez más a exigencias, desafíos y retos que les demandan una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos de diferente índole. Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, autocrítica (Cabrallero y col.:2007) e incluso, llevarlo a la pérdida de control sobre el ambiente (Martín: 2007).

En éste ámbito se ha encontrado que el apoyo social podría actuar, además, como un potenciador en el logro de un desempeño satisfactorio de los estudiantes (Román & Hernández: 2005) ya que contribuiría a que afronten a los estresores de su ambiente, con mayores probabilidades de éxito.

De ahí que disponer de un programa de tutorías adecuado brindando ayuda y entrenamiento para que esta población aprenda a manejar las situaciones de estrés cotidianas y mejore sus condiciones de salud, tanto física como mental, así como su rendimiento académico; del mismo modo, el apoyo social a través de todos aquellos que rodean al estudiante y los recursos que le brindan, es fundamental como soporte emocional.

## Método

La presente es una investigación diagnóstica de tipo experimental-descriptivo y correlacional en el cual se evaluaron todas las variables del instrumento, se descubrieron las relaciones entre ellas y sirvieron de base para la interpretación de datos, sin embargo al final, fueron consideradas las variables más significativas para el análisis de resultados.

## Materiales

La población fue de 1332 estudiantes de las Escuelas de: Matemáticas (EM), Educación Física y Deporte (EEFyD), Superior de Música (ESM) y las Facultades de Ciencias Forestales (FCF) y Ciencias Químicas (FCQ). Estas unidades se localizan en el campus sur en la ciudad de Durango. Se realizó un muestreo estratificado y se tomó una muestra con un nivel de significación de 0.05, se obtuvo un tamaño de muestra de 714 durante mayo-junio 2009.

Se tomó como base el instrumento propuesto por Balanza (2008) El cuestionario consta de 15 preguntas, las cuales se dividen en dos aspectos:*Primer aspecto académico:* se enfoca en las expectativas de éxito, motivación y ansiedad ante los exámenes y conflicto

escolares. Este aspecto se compone de ocho preguntas. *Segundo aspecto del entorno social y familiar:* se enfoca en la relación de pareja, el apoyo que recibe, ya sea por parte de la familia o por los compañeros. Este aspecto se compone de siete preguntas.

Estos dos aspectos tienen la finalidad de recolectar datos para obtener información acerca del estrés generado en los alumnos de la universidad del campus sur, en donde las puntuaciones de cada pregunta oscila entre un valor máximo de 5 hasta un valor mínimo de 1, aquí se utiliza la escala, que se encuentra ordenada de la siguiente manera: (1) Muy de acuerdo, (2) De acuerdo, (3) Ni acuerdo, ni desacuerdo, (4) En desacuerdo, (5) Totalmente en desacuerdo. En el instrumento se agregaron preguntas complementarias, en donde su respuesta era abierta u opcional, se toman en forma de variables independientes como lo son: escuela, sexo, estado civil, personas que dependen de él; el tiempo de desplazamiento que realiza para asistir a la universidad, se compagina estudio y trabajo, si tiene asignaturas pendientes, si reside con su familia durante el curso, estas preguntas ayudan para los posibles factores que afectan o motivan a generar el estrés en el universitario.

Se aplicó una prueba piloto y después se procedió a la aplicación final, para medir en estudiantes universitarios la asociación de la ansiedad y depresión con apoyo del software estadístico Statistical Package for Social Science (SPSS). En la sección de Anexos pueden encontrarse las tablas, donde la **tabla uno** presenta el Análisis de homogeneidad.

Con ella y siguiendo el criterio propuesto por Balanza y cols (2008), se verifica la homogeneidad o consistencia interna en la escala total obteniendo un alfa de Cronbach de 0.754 es favorable ya que supera el valor recomendado de Balanza de ser  $>.700$ , teniendo una media de  $54.24 \pm 8.631$  puntos, se obtuvo en la mayoría de los ítems un valor de correlación mayor a .300.

En seguida se presentan las **tablas descriptivas de la 2 a la 10**, que son más sobresalientes por sus resultados:

El ítem 20 (tabla 3) registra un porcentaje de 55.6% en varones y 65.4% en mujeres, colocándose en las escalas “muy de acuerdo” y “de acuerdo” esto nos indica que hay una preocupación en la pérdida y deterioro de valores en la sociedad, obteniéndose un mayor porcentaje de preocupación por parte de las mujeres.

De igual forma en el ítem 27 (tabla 5) tenemos que el mayor porcentaje se agrupa en “totalmente en desacuerdo” y “en desacuerdo” respectivamente con un 43.2% en varones y 43.8% en mujeres, pero hay que tomar en cuenta un porcentaje significativo que se obtuvo para las escalas “muy de acuerdo” y “de acuerdo” con el 31.4% en varones y el 29.9% en mujeres ya que es muy cercano al 30% se toma en cuenta, sin embargo es mayor el porcentaje en las escalas de “totalmente en desacuerdo” y “en desacuerdo”, por lo cual concluimos que la mayoría están contentos con su rendimiento académico pero no hay que olvidar que hay una tercera parte de los varones y mujeres que no se siente satisfecho por su rendimiento académico.

En el ítem 28 (tabla 6) registra los porcentajes de 43.8 varones y 40.2 en mujeres, para las escalas “totalmente en desacuerdo” y “en desacuerdo”, aunque es un porcentaje aceptable, se esperaría sus opiniones por debajo de los porcentajes de lo manifestado por los encuestados. ¿Qué factores serán los que influyen para que casi el 30% se cargue al lado izquierdo de la escala y también cercano a este porcentaje se muestre indiferente?

Para el ítem 29 (tabla 7) la frecuencia mayor se ubica en la escala “totalmente en desacuerdo” y “en desacuerdo” con un porcentaje del 54.2% en varones y 46.3% en mujeres, por lo tanto nos indica que no hay problema por causa del nerviosismo, sin embargo en la escala de “muy de acuerdo” y “de acuerdo” para el caso de las mujeres que obtienen un porcentaje significativo de 31% (con 87 sujetos).

En la (tabla 8), se presenta la relación entre estudio y asignaturas pendientes. La subescala de aspectos académicos y la escala total resulta significativa, lo cual nos señala que si existe diferencia en los estudiantes que tienen asignaturas pendientes y los que no.

Si existe diferencia significativa en la subescala de estrés en los aspectos académicos por Escuela o Facultad, lo cual impacta a la escala total cuya significancia es de .025. Estos tres ítems también fueron significativos al realizar la comparación por género.

## Conclusiones

Los resultados de esta investigación son un diagnóstico que permitió precisar acorde a Balanza (2008) que factores influyen en el estrés de los estudiantes. El análisis realizado a los ítems más significativos permite ir descubriendo resultados positivos en sus procesos de formación o en su trayecto universitario, pero al mismo tiempo pone al descubierto

preocupaciones y debilidades institucionales que conducen a situaciones de estrés entre los estudiantes.

A partir de estos resultados se pueden precisar estrategias de tutoría que orienten, ayuden y apoyen la vida estudiantil. Dichas estrategias institucionales deberán involucrar a expertos en el área de Psicología, Trabajo Social, orientadores y sobre todo los profesores. Las estrategias tomarán en cuenta el tema de valores, dominio para resolución de exámenes, la satisfacción en su carrera y los aspectos relevantes que se derivaron en esta investigación. A lo largo de la vida estudiantil establecen una relación que puede ligar los aspectos académicos y socio familiares. Esta relación ligada a las estrategias estimularía escenarios más favorables para los estudiantes.

## Referencias

- Balanza Galindo S., Morales Moreno I., Guerrero Muñoz J. y Conesa Conesa A. (2008). "Fiabilidad y validez de un cuestionario para medir en estudiantes universitarios la asociación de la ansiedad y depresión con factores académicos y psicosocofamiliares durante el curso 2004-2005." **Revista Especializada Salud Pública**. No. 2. Págs. 189-200.
- Caballero, C., Abello, R. y Palacios, J. (2007); "Relación de burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios (Versión electrónica), **Avances en Psicología Latinoamericana**, 25 (2), 98-111
- Camacho Rosales J., (2003). **Estadística con SPSS para Windows**. Ed. Alfaomega. México.
- Douglas C. Montgomery (2006). **Diseño y análisis de experimentos**. Ed. Limusa,S.A. de C.V. Segunda edición. México
- Feldman, L., Bagés, N., De Pablo, J., Goncalves, L., Chacón-Puignau, G. y Zaragoza, J. (2008); "Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos" en **Universitas Psychologica**, Vol.7, No.3. Universidad Simón Bolívar, Caracas, Venezuela. 739-751
- Ferrán Aranaz Magdalena. (2001). **SPSS para Windows Análisis estadístico**. Ed. McGRAW-HILL/INTERAMERICANA DE ESPAÑA, S.A.U. Primera edición. España.
- Grima L. G., y Yarnold P. (2000). **Reading and Understanding more multivariate statistics**.Ed. British Library. USA.
- Hernández Sampien R; Fernández Collado C. Y Baptista Lucio P.(2006). **Metodología de la investigación**. Ed. Mc Grawtill. Cuarta edición. México
- Johnson D.E., (1998). **Métodos Multivariados aplicados al análisis de datos**. Ed. Thomson. México.

- Levin Jack. (1977). **Fundamentos de estadística en la investigación social**. Ed. Harla. Segunda edición. México.
- Malbrán, M.C. (2001). "La tutoría en el nivel universitario". **Revista de informática educativa y medios audiovisuales**. Vol 1(1).
- Martori I. Joan Carles. **Análisis estadístico con SPSS para Windows. Estadística multivariante**. Vol II.Ed. McGRAW-HILL/INTERAMERICANA DE ESPAÑA, S.A.U. Segunda edición. México.
- Martín, I. (2007); "Estrés académico en estudiantes universitarios". **Apuntes de Psicología**, 25 (1), España.
- Mendenhall William; Scheaffer Richard L. Y Wackerly Dennis D. (1986).**Estadística Matemática con Aplicaciones**. Ed. Iberoamericana. Primera edición.USA.
- Peña Daniel (2002). **Análisis de datos multivariantes**. Ed. McGRAW-HILL/INTERAMERICANA DE ESPAÑA, S.A.U. Primera edición. España
- Pérez C., (2000). **Técnicas de Muestreo Estadístico Teoría, practica y aplicaciones informáticas**. Ed. Alfaomega. México.

## Tablas

**Tabla 1. Análisis de la homogeneidad.**

Items	Media $\pm$ desviación típica	Correlación ítem con total escala
16. ¿Me considero una carga económica para mi familia?	3.45 $\pm$ 1.342	.298
17. ¿Me siento incomprendido por mi familia?	4.19 $\pm$ 1.023	.404
18. ¿Tengo problemas interpersonales con mis amigos, compañeros?	4.17 $\pm$ 1.029	.362
19. ¿Mi estado físico o de salud no es muy favorable actualmente?	3.54 $\pm$ 1.436	<b>.234</b>
20. ¿Me preocupa la perdida y deterioro de valores en la sociedad?	2.39 $\pm$ 1.265	<b>.101</b>
21. ¿No soy capaz de dar la talla, no cubro expectativas en mi estudio?	4.04 $\pm$ 1.043	.474
22. ¿Soy introvertido y no tengo facilidad para relaciones?	3.93 $\pm$ 1.158	.302
23. ¿Tengo problemas personales con mi pareja?	4.11 $\pm$ 1.157	.342
24. ¿Mi futuro profesional al terminar los estudios es preocupante?	3.40 $\pm$ 1.296	.415
25. ¿La carrera que estoy realizando no me satisface plenamente?	4.17 $\pm$ 1.184	.334
26. ¿Me falta tiempo para estudiar?	3.36 $\pm$ 1.280	.363

27. ¿Estoy descontento con mi rendimiento académico?	3.26 ± 1.222	.512
28. ¿Estoy poco satisfecho con la enseñanza recibida?	3.24 ± 1.173	.410
29. ¿Rindo mal en los exámenes porque me pongo nervioso?	3.41 ± 1.260	.386
30. ¿Me falta tiempo para estudiar?	3.52 ± 1.256	.484

**Tabla 2. Mi estado de físico o de salud no es muy favorable actualmente por género.**

ITEM	Muy de acuerdo		De acuerdo		Ni acuerdo, ni desacuerdo		En desacuerdo		Totalmente en desacuerdo	
	V	M	V	M	V	M	V	M	V	M
19. Mi estado físico o de salud no es muy favorable actualmente?	72	28	50	39	60	40	96	71	148	103
	16.9%	10.0%	11.7%	13.9%	14.1%	14.2%	22.5%	25.3%	34.7%	36.7%

V: varón y M: mujer.

**Tabla 3. Me preocupa la perdida y deterioro de valores en la sociedad por género.**

ÍTEM	Muy de acuerdo		De acuerdo		Ni acuerdo, ni desacuerdo		En desacuerdo		Totalmente en desacuerdo	
	V	M	V	M	V	M	V	M	V	M
20. ¿Me preocupa la perdida y deterioro de valores en la sociedad?	112	99	125	85	104	48	37	29	48	20
	26.3%	35.2%	29.3%	30.2%	24.4%	17.1%	8.7%	10.3%	11.3%	7.1%

V: varón y M: mujer.

**Tabla 4. Me falta tiempo para estudiar por género.**

ITEM	Muy de acuerdo		De acuerdo		Ni acuerdo, ni desacuerdo		En desacuerdo		Totalmente en desacuerdo	
	V	M	V	M	V	M	V	M	V	M
26. ¿Me falta tiempo para estudiar?	37	25	68	67	106	62	102	65	113	62
	8.7%	8.9%	16.0%	23.8%	24.9%	22.1%	23.9%	23.1%	26.5%	22.1%

V: varón y M: mujer.



**Tabla 5. Estoy descontento con mi rendimiento académico por género.**

ITEM	Muy de acuerdo		De acuerdo		Ni acuerdo, ni desacuerdo		En desacuerdo		Totalmente en desacuerdo	
	V	M	V	M	V	M	V	M	V	M
27. ¿Estoy descontento con mi rendimiento académico?	24	24	110	60	108	74	93	69	91	54
	5.6%	8.5%	25.8%	21.4%	25.4%	26.3%	21.8%	24.6%	21.4%	19.2%

V: varón y M: mujer.

**Tabla 6. Estoy poco satisfecho con la enseñanza recibida por género.**

ÍTEM	Muy de acuerdo		De acuerdo		Ni acuerdo, ni desacuerdo		En desacuerdo		Totalmente en desacuerdo	
	V	M	V	M	V	M	V	M	V	M
28. ¿Estoy poco satisfecho con la enseñanza recibida?	33	18	88	60	118	90	104	75	82	38
	7.8%	6.4%	20.7%	21.4%	27.8%	32.0%	24.5%	26.7%	19.3%	13.5%

V: varón y M: mujer.

**Tabla 7. Rindo mal en los exámenes porque me pongo nervioso por género.**

ITEM	Muy de acuerdo		De acuerdo		Ni acuerdo, ni desacuerdo		En desacuerdo		Totalmente en desacuerdo	
	V	M	V	M	V	M	V	M	V	M
29. ¿Rindo mal en los exámenes porque me pongo nervioso?	35	26	61	61	99	64	116	75	115	55
	8.2%	9.3%	14.3%	21.7%	23.2%	22.8%	27.2%	26.7%	27.0%	19.6%

**Tabla 8. Prueba T y valores medios de la escala y subescala en función de asignaturas pendientes.**

Variables	Aspectos Académicos	Aspectos Socio Familiares	Escala Total	
Asignaturas pendientes cursos anteriores	No	26.964 ± 5.746	25.603 ± 4.357	52.567 ± 8.424
	Si	28.654 ± 5.688	25.633 ± 4.279	54.287 ± 8.665
	t: -2.863	t: -0.67	t: -1.924	
	p: 0.004	p: 0.947	p: 0.055	

T: Estadístico:T de Student, F: Estadístico análisis de varianza, p: significación estadística.

**Tabla 9. Prueba ANOVA y valores medios de la escala y sub escala por facultad o escuela.**

Variables		Aspectos Académicos	Aspectos Socio Familiares	Escala Total
Facultas o escuela	Matemáticas	26.453 ± 5.098	25.562 ± 3.567	52.015 ± 7.011
	FCF	28.423 ± 5.739	25.019 ± 4.564	53.442 ± 9.174
	EEFYD	29.345 ± 5.556	25.934 ± 4.210	55.279 ± 8.485
	FCQ	27.673 ± 6.257	25.689 ± 4.523	53.363 ± 9.328
	ESM	28.894 ± 4.199	26.070 ± 3.726	54.964 ± 6.155
			F: 4.469 p: 0.001	F: 1.258 p: 0.285

t: Estadístico T de Student F: Estadístico análisis de varianza p: significación estadística.

**Tabla 10. Comparación por género con inferencia estadística.**

ITEM	No. de varones	No.de mujeres	varones		mujeres		t	significancia
20. ¿Me preocupa la pérdida y deterioro de valores en la sociedad?	426	281	2.49	1.276	2.24	1.235	-2.628	<b>.009</b>
25. ¿La carrera que estoy realizando no me satisface plenamente?	426	281	4.08	1.238	4.30	1.087	2.364	<b>.018</b>
29. ¿Rindo mal en los exámenes porque me pongo nervioso?	426	281	3.50	1.254	3.26	1.256	-2.577	<b>.010</b>