

ARTÍCULO ORIGINAL

Factores asociados al estrés y ansiedad en estudiantes de la carrera de Odontología de la Universidad Regional Autónoma de los Andes

Factors associated with stress and anxiety in students of the Dentistry program at the Regional Autonomous University of the Andes

Adriana María García-Novillo ^{1*} , Diana Carolina Freire-Villena ¹ , Bryan Nikolas Vega-Calles ¹ , Kimberly Tatiana Sisa-Ponluisa ¹ 

¹ Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato. Ecuador

*Autor para la correspondencia: ua.adrianagn44@uniandes.edu.ec

Recibido: 27 de agosto de 2023
Aprobado: 26 de noviembre de 2023

RESUMEN

Introducción: la ansiedad se puede expresar mediante creencias catastróficas o pesimistas que son pensamientos con relación al futuro, donde los estudiantes crean escenarios negativos que pueden generar un círculo vicioso de temores e inseguridades, lo que termina perjudicando de hecho su estudio y desempeño académico en las evaluaciones. **Objetivo:** describir los niveles de estrés y ansiedad estudiantil en la carrera de Odontología de la Universidad Regional Autónoma de los Andes en el período Académico noviembre 2022 – marzo 2023 y analizar los fenómenos sociales producidos por el estrés del estudiante en su entorno. **Método:** estudio observacional, descriptivo de corte transversal en la Universidad Regional Autónoma de Los Andes, perteneciente al país de Ecuador en el período académico noviembre del año 2022 a marzo del año 2023, el

universo y muestra estuvo constituido por 40 estudiantil del nivel 2 “A” de la carrera de Odontología. **Resultados:** en el estudio se puede observar que 14 personas (35 %) dijeron que a veces presentan insomnio o pesadillas cuando están próximo a rendir evaluaciones parciales, 16 personas (40 %) eligieron la opción poca con respecto a si siente presión ante la competencia con los compañeros de grupo. **Conclusiones:** en el proyecto investigativo se observó que el nivel de estrés aumenta por lo general cuando están próximos a rendir exámenes parciales, se verifico que el asunto abordado se compone de una problemática de salud principalmente en el entorno universitario.

Palabras clave: estrés, ansiedad, prevención

ABSTRACT

Introduction: anxiety can be expressed through catastrophic or pessimistic



beliefs that are thoughts about the future, where students create negative scenarios that can generate a vicious circle of fears and insecurities, which actually ends up harming their study and academic performance in the classroom. evaluations. **Objective:** describe the levels of student stress and anxiety in the Dentistry career at the Regional Autonomous University of the Andes in the Academic period November 2022 - March 2023 and analyze the social phenomena produced by the student's stress in their environment. **Method:** observational, descriptive cross-sectional study at the Regional Autonomous University of Los Andes, belonging to the country of Ecuador in the academic

period November 2022 to March 2023, the universe and sample consisted of 40 level 2 students " A" of the Dentistry career. **Results:** in the study it can be seen that 14 people (35%) said that they sometimes have insomnia or nightmares when they are about to take midterm evaluations, 16 people (40%) chose the low option regarding whether they feel pressure from the competition. with group mates. **Conclusions:** in the research project it was observed that the level of stress generally increases when they are close to taking midterm exams, it was verified that the issue addressed consists of a health problem mainly in the university environment.

Key words: stress, anxiety, prevention

Cómo citar este artículo:

García-Novillo AM, Freire-Villena DC, Vega-Calles BN, Sisa-Ponluisa KT. Factores asociados al estrés y ansiedad en estudiantes de la carrera de Odontología de la Universidad Regional Autónoma de los Andes. Gac Med Est [Internet]. 2023 [citado día mes año]; 4(2S):e183. Disponible en: <https://revgacetaestudiantil.sld.cu/index.php/gme/article/view/183>

INTRODUCCIÓN

La ansiedad se puede expresar mediante creencias catastróficas o pesimistas que son pensamientos con relación al futuro, donde los estudiantes crean escenarios negativos que pueden generar un círculo vicioso de temores e inseguridades, lo que termina perjudicando de hecho su estudio y desempeño académico en las evaluaciones ⁽¹⁾.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el estrés es el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción. En términos globales se trata de un sistema de alerta biológico necesario para la supervivencia. Cualquier cambio o circunstancia diferente que se presente ante nuestras vidas, como cambiar de trabajo, hablar en público, presentarse a una entrevista o cambiar de residencia, puede generar estrés. Aunque también dependerá del estado físico y psíquico de cada individuo. ⁽²⁾

En el mundo, uno de cada cuatro individuos sufre de estrés académico, y en las universidades se estima que el 50 % de los estudiantes puede desarrollar problemas de salud como: el consumo de alcohol, la depresión y algunas dificultades de orden familiar; dicha condición en los estudiantes implica la presencia de estrés en las actividades académicas. ⁽³⁾



Investigaciones realizadas en el continente africano ubica la prevalencia de estrés académico en un 64, 5 % especialmente en estudiantes de Medicina. En Latinoamérica la prevalencia del estrés académico moderado es de un 90 %; en el continente americano son varias las investigaciones publicadas al respecto, destacándose países como: México, Chile, Perú, Colombia y Venezuela, reportando una frecuencia superior al 67 %. En población de Ciencias de la Salud la prevalencia de estrés académico es de hasta un 36, 3 %. En el Ecuador la prevalencia del estrés académico es del 83 %.⁽⁴⁾

El problema del estrés académico radica en las múltiples exigencias del ambiente, el estrés en los estudiantes de educación superior no debe ser tomado a la ligera; ya que la Universidad Regional Autónoma de los Andes “Uniandes” tiene una gran exigencia de calidad en la formación de profesionales lo que adiciona vulnerabilidad psicológica, considerando la probabilidad de que los estudiantes consigan altos riesgos de ansiedad y estrés y así conducirlos al consumo de alcohol, depresión y bajos niveles de afrontamiento.

Por lo analizado, se considera que existe un vacío del conocimiento en la población que se pretende estudiar este fenómeno de estrés y ansiedad académico, por lo que, esta investigación contribuirá al enriquecimiento teórico de este problema que cada vez afecta más a los estudiantes universitarios.

Es objetivo de este estudio: describir los niveles de estrés y ansiedad estudiantil en la carrera de Odontología de la Universidad Regional Autónoma de los Andes en el período Académico noviembre 2022 – marzo 2023 y analizar los fenómenos sociales producidos por el estrés del estudiante en su entorno

MÉTODO

Se realizó un estudio observacional, descriptivo de corte transversal en la Universidad Regional Autónoma de Los Andes, perteneciente al país de Ecuador en el período académico noviembre del año 2022 a marzo del año 2023.

El universo y muestra estuvo constituido por 40 estudiantil del nivel 2 “A” de la carrera de Odontología. La población seleccionada se encuentra enfocada a identificar los factores estresantes en los estudiantes seleccionados.

Para la recolección de los datos se aplicó la encuesta de “Valoración de los niveles de estrés y ansiedad a los estudiantes mediante un grupo de WhatsApp, esto pudo facilitar la difusión y rápida respuesta por parte del estudiantado, luego se procedió a aplicar el instrumento de manera colectiva y dentro de la propia sala de clases donde recibían la asignatura. Al margen de las instrucciones que llevan incluidas en el instrumento para su aplicación se aclararon algunas dudas de manera verbal para facilitar la tarea.



Con los resultados obtenidos se elaboró un base de datos en la aplicación Excel, que posteriormente fueron analizados en el programa SPSS versión 23, de donde se obtuvieron los resultados.

Se mantuvo la confidencialidad de los datos de los pacientes y se respetaron los principios bioéticos de autonomía, justicia, beneficencia y no maleficencia. El estudio se realizó de acuerdo con las normas de la Declaración de Helsinki y con la aprobación de Comité de Ética de la institución.

RESULTADO

En el estudio se puede observar que 14 personas (35 %) dijeron que a veces presentan insomnio o pesadillas cuando están próximo a rendir evaluaciones parciales, 16 personas (40 %) eligieron la opción poca con respecto a si siente presión ante la competencia con los compañeros de grupo, en relación a la presencia de síntomas nerviosos presentes en la ansiedad y el estrés 14 personas (35 %) refieren presentar sudoración de manos, seguido de 10 personas (25 %) que refieren masticar las uñas y temblores en la voz, 19 personas (47, 5 %) siempre el estrés influye en su rendimiento académico, siendo la asignatura Metodología de la Investigación II la incidente con 32 personas (80 %), estos estudiantes sufren de ansiedad cuando no puede resolver alguna tarea de la Universidad con 21 personas (52, 5 %), 17 personas (42, 5 %) refieren tener nivel alto de estrés y ansiedad con una puntuación de 5, se evidencia que 34 personas (85 %) refieren que pueden llegar a tener un bajo rendimiento académico problema producto del estrés y la ansiedad académica.

Tabla 1. Distribución de los encuestados según las variables relacionadas al estrés y ansiedad.

Variables		No	%
¿Tengo insomnio o pesadillas cuando estoy próximo a rendir evaluaciones parciales?	A veces	14	35
	Siempre	10	25
	Casi nunca	9	22, 5
	Nunca	7	17, 5
Total		40	100
¿Siento presión ante la competencia con los compañeros de grupo?	Poca	16	40
	Bastante	9	22, 5
	Muy poca	8	20
	Nada	7	17, 5
Total		40	100
¿Entre los siguientes síntomas nerviosos cuál cree usted que le sucede más seguido?	Sudoración en manos	14	35
	Mastican las uñas	10	25
	Temblores de voz	10	25
	Sudor corporal	6	15
Total		40	100
¿ considera usted que el estrés influye en su rendimiento académico?	Siempre	19	47, 5
	A veces	13	32, 5
	Casi nunca	4	10
	Nunca	4	10

Total		40	100
¿Qué asignaturas cree usted que le generan más estrés?	Metodología de la investigación	32	80
	Morfofunción II	8	20
Total		40	100
¿Con qué frecuencia ha sufrido molestias debido al tratamiento de ortodoncia?	Una vez a la semana	2	8
	Cada mes	23	88
	Casi nunca	1	4
Total		26	100
¿Sufre de ansiedad cuando no puede resolver alguna tarea de la Universidad?	sí	21	52,5
	A veces	11	27,5
	No	8	20
Total		40	100
¿En una escala del 1 al 5, señale el nivel de estrés y ansiedad que padece cuando se encuentra próximo a rendir una evaluación parcial?	1	2	5
	2	1	2,5
	3	10	25
	4	10	25
	5	17	42,5
Total		40	100
¿Qué problemas considera usted que le pueden traer el estrés y la ansiedad académica?	Bajo rendimiento académico	34	85
	Trastornos mentales	6	15
		40	100

Fuente: encuesta

DISCUSIÓN

Esta investigación se planteó como propósito general analizar el estrés académico y las estrategias de afrontamiento del mismo en los estudiantes universitarios del 2 "A" de la carrera de odontología de la Universidad regional Autónoma de los Andes "Uniandes", el nivel de estrés académico en estudiantes de odontología fue relativamente moderado, mayor intensidad relacionadas con el desempeño académico y la perspectiva a futuro respecto a su profesión.

De manera específica, en primer lugar, se procedió a caracterizar el estrés académico que presentan los estudiantes universitarios del segundo nivel "A". Se puede afirmar que la mayoría de los estudiantes experimentaban un nivel de estrés académico moderado, con una intensidad alta o medianamente alta. Esto coincide con lo expresado por Godino (2016) y Lorenzo (2017), quienes hallaron en sus investigaciones que los estudiantes presentaban un nivel moderado de estrés académico.

Los resultados del presente estudio en su mayoría concuerdan con los hallazgos encontrados en relación al aumento significativo de los niveles de estrés que presentan los estudiantes universitarios, para lo cual se encontró que los estudiantes presentan niveles de estrés más altos con los exámenes correspondientes, por lo cuales obtuvieron resultados similares a realizados por⁽⁵⁾, quienes evidenciaron en su estudio que estos factores fueron los principales generadores de estrés, donde afecta significativamente la salud y el buen desarrollo de las actividades académicas requeridas.



Las principales manifestaciones de estrés presentadas en los estudiantes con mayor prevalencia son el insomnio, la presión ante la competencia con otros compañeros y falta de concentración lo que afecta en su rendimiento académico lo que resulta muy importante pues estos factores podrían explicar la desconcentración y falta de agilidad; lo que resulta compatible en algunos aspectos con⁽⁶⁾, puesto que en su investigación encontraron que el estrés provoca malestar psicológico provocando síntomas somáticos como insomnio y ansiedad que afectaron el buen desempeño a nivel académico de los alumnos universitarios.

Con base a que este estudio se les realizó a estudiantes universitarios se puede decir que en la mayor parte de los estudiantes universitarios en algún momento de su proceso académico experimentaron estrés académico lo cual afectó en su desempeño en las diferentes actividades y también afectó su salud mental y en efecto su salud física. Lo cual coincide con lo dicho por⁽⁷⁾, en su investigación donde obtuvieron un 100 % en su totalidad donde los estudiantes sufrieron de estrés académico en algún momento del proceso estudiantil.

Así mismo estos factores psicológicos, físico o sociales llegan a producir una tensión representativa la cual causa malestar e indisposición en los estudiantes con respecto al desarrollo de las actividades individuales para afrontar todo el entorno estudiantil y todas las implicaciones de ese proceso de aprendizaje y los desafíos que impone esta etapa las cuales integran factores con el riesgo de incrementar sintomatologías en estudiantes universitarios.

Como se desprende de los resultados es evidente que los estudiantes universitarios presentan diversos desajustes en la salud pues nos indica un deterioro emocional ya que sus niveles de estrés en su mayoría aumentan en cada uno de los procesos o actividades de su aprendizaje debido a cada factor que implica este.

CONCLUSION

En el proyecto investigativo se observó que el nivel de estrés aumenta por lo general cuando están próximos a rendir exámenes parciales, se verificó que el asunto abordado se compone de una problemática de salud principalmente en el entorno universitario. Sin embargo, no se le otorga la importancia que debería tener, por lo que se deduce el implemento de una estrategia donde se aborde los factores del estrés universitario y que esto nos permitan un mejor manejo de esta a nivel educativo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Mount Allison University. ¿Qué es el estrés académico y cómo combatirlo? [Online].; s/a. Available from: <https://mtau.us/estres-academico-como-combatirlo/>.



2. Campos Osa M. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2021 [cited 2021 Mayo 30]. Available from: <https://www.mariajesuscampos.es/el-estres-academico-que-es/>.
3. Carmel S, Bernstein J. Perceptions of medical school stressors. PubMed. [Online].; Carmel S, Bernstein J. Perceptions of medical school stressors. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3584959/>.
4. Morocho Santos J. Universidad de Cuenca. [Online].; 2016. Available from: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/26542/1/TESIS.pdf>.
5. Castillo Pimienta C, Chacón de la Cruz T, Díaz Véliz G. Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. Investigación en Educación Médica. 2016; 5(20): p. 230-237.
6. Saleh D, Camart N, Romo L. Predictors of stress in Collegue Students. Frontiers inPsychology. 2017; 8(9).
7. Evaristo-Chiyong T, Chein-Villacampa S. Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología. Odontol Sanmarquina. 2015; 18(1).

Declaración de conflictos de intereses:

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

AMGN, DCFV, BNVC y KTSP: participaron en la conceptualización, curación de datos, redacción, redacción del borrador original, revisión y edición.

Financiación:

No se recibió financiación para el desarrollo del presente artículo.

