

12

ESTRÉS ACADÉMICO Y FORMACION PROFESIONAL

ACADEMIC STRESS AND PROFESSIONAL TRAINING

Fidel Ramos Ticcla¹

E-mail: fidelrt@yahoo.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8266-186X>

Enrique Alejandro Barbachan Ruales

E-mail: ebarbachanruales@yahoo.es

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3175-8896>

Gelber Sebasti Pacovilca Alejo²

E-mail: gpacovilca@undc.edu.pe

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5728-2163>

Zenón Javier Leguia Carrasco³

E-mail: javier_leguia9@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1044-6295>

¹ Universidad Nacional de Educación "Enrique Guzmán y Valle" Perú.

² Universidad Nacional de Cañete. Perú.

³ Universidad Nacional José María Arguedas. Perú.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Ramos Ticcla, F., Barbachan Ruales, E. A., Pacovilca Alejo, G., & Leguia Carrasco, Z. J. (2020). Estrés académico y formación profesional. *Revista Conrado*, 16(77), 93-98.

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo principal establecer la relación que existe entre el Estrés académico y la Formación profesional de los estudiantes. El presente trabajo se ha desarrollado bajo el paradigma positivista enmarcado en el enfoque cuantitativo, diseño no experimental y el nivel de la investigación fue correlacional. La población estuvo conformada por 87 estudiantes del X ciclo de la Facultad de Tecnología de la Universidad Nacional de Educación "Enrique Guzmán y Valle". La técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta y los instrumentos fueron el cuestionario de Estrés académico (adaptación del inventario SISCO) y Formación profesional (adaptado por el grupo de investigadores). Dada la situación que vivimos por la pandemia del COVID-19, se decidió realizar mediante un cuestionario de Google Forms. Los resultados obtenidos mediante las pruebas estadísticas, nos permite evidenciar que el Estrés académico se encuentra relacionado de manera lineal, directamente proporcional, estadísticamente significativa y con una buena relación ($\rho = 0,710$) con la Formación profesional de los estudiantes.

Palabras clave:

Estrés académico, formación profesional, estudiantes, universidad.

ABSTRACT

The main objective of the research was to establish the relationship between academic Stress and the professional training of students. The present work has been developed under the positivist paradigm framed in the quantitative approach, non-experimental design and the level of the investigation was correlational. The population was made up of 87 students from the X cycle of the Faculty of Technology of the National University of Education "Enrique Guzmán y Valle". The technique used for data collection was the survey and the instruments were the Academic Stress questionnaire (adaptation of the SISCO inventory) and Professional training (adapted by the group of researchers). Given the situation we are living in due to the COVID-19 pandemic, it was decided to do it through a Google Forms questionnaire. The results obtained through statistical tests allow us to show that academic stress is related in a linear way, directly proportional, statistically significant and with a good relationship ($\rho = 0.710$) with the students' professional training.

Keywords:

Academic stress, professional training, students, university.

INTRODUCCIÓN

El estrés académico a nivel mundial diariamente se va acrecentando por las diferentes actividades que tienen que realizar el estudiante universitario y por el alto nivel de exigencia que establecen en la formación profesional. Según los estudios, 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 producto del estrés (Caldera, et al., 2007).

El estrés es un concepto muy usado hoy en día. Son muchas personas que viven con estrés y que están sometidas perennemente a las demandas del medio ambiente. Este concepto no sólo tiene vínculos negativos pues también tiene un valor positivo, siempre que sea un estrés moderado y puntual.

American Psychological Association (2010), menciona que el estrés es un estado de respuesta psicológica o fisiológica a fuerzas o sucesos internos o externos que comprende cambios que afectan en casi todos los sistemas de cuerpo.

Consuegra (2010), menciona que el estrés es una “reacción fisiológica y psicológica del organismo frente a las demandas del medio”. (p. 106)

Naranjo (2009), clasifica los tipos de estrés como estrés bueno (eustres) y estrés malo (distres), así mismo habla que el buen estrés es todo aquello que causa placer, todo lo que la persona quiere o acepta hacer en armonía consigo misma, se le puede decir que es el estrés de la realización agradable. También tenemos el mal estrés definido como todo aquello que disgusta, todo aquello que la persona no se siente bien consigo misma al realizar, siente su ambiente inadecuado para realizarse como persona.

Estrés académico, son aquellos estímulos o factores del ámbito educativo (eventos, demandas, etc.) que presionan o sobrecargan de diferente modo al estudiante (Barraza, 2003).

El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el estudiante se ve sometido a presión, en diversos contextos escolares, podemos decir también es un fenómeno inevitable en la vida de toda persona y presenta en mayor o menor medida a lo largo de la vida. Se puede hablar del estrés tanto en el ámbito de la psicología clínica, como de la psicología educativa y organizacional. Existen diversas variables y/o factores tanto personales como ambientales que intervienen en dicho fenómeno (Ortego, et al., 1996).

Barraza (2003), define al estrés académico como un proceso sistémico, que se da de forma adaptativa y psicológica cuando el alumno se encuentra sometido a diversas tareas y responsabilidades que son considerados estresores.

Según Águila, et al. (2015), el estrés académico, inquieta a los estudiantes, debido a que tienen que aprender a vencer cada vez más las requerimientos y retos que les demanda la gran cantidad de recursos físicos y psicológicos para enfrentar. Este escenario les puede hacer sentir agotamiento, poco interés frente al estudio, nerviosismo e incluso pérdida de control; por ello requieren del reconocimiento y apoyo del personal docente.

El estrés académico es la incomodidad psicológica y física que presentan los estudiantes ante estímulos como pueden ser las evaluaciones finales o parciales, recarga en trabajos académicos, inadecuada metodología, problemas de comprensión, poco tiempo en la entrega de trabajos,

La formación profesional es: La preparación y capacitación sistemática e institucionalizada del individuo en conocimientos, habilidades y actitudes por áreas y dominios, para el ejercicio de una determinada rama del saber, en correspondencia con las necesidades del mercado laboral.

Por su parte Escudero (2007), menciona con relación a la profesión que las profesiones se caracterizan porque en ellas se incluye un conjunto de acciones que implican conocimientos, técnicas y algunas veces, una formación cultural científica y filosófica.

La Formación Profesional requiere, cada vez más, de procesos educativos integrales, integradores y permanentes, orientados hacia una polivalencia tecnológica y hacia una rápida adaptación a contextos técnico-profesionales diversos. Estas características determinan la necesidad de construir opciones que den respuestas a vocaciones, necesidades técnico productivas, expectativas de desarrollo personal y social y ritmos de aprendizaje y actualización de conocimientos y competencias.

Todo esto indica la necesidad de institucionalizar un Sistema Nacional de Formación Profesional adaptable, modularizado, ágil que constituya una clara opción de desarrollo de competencias generales, a desenvolver en el entorno social y productivo, y de competencias profesionales, que necesitan ser cíclicamente actualizadas de acuerdo al desarrollo de la tecnología y de las técnicas más específicas de la misma.

MATERIALES Y MÉTODOS

El presente trabajo se ha desarrollado bajo el paradigma positivista enmarcado en el enfoque cuantitativo y el diseño fue no experimental ya que las variables de estudio no fueron manipuladas deliberadamente, sino se observaron los fenómenos tal como se dieron en su entorno y luego fueron analizados.

Por otra parte, el nivel de investigación fue correlacional. La técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta y los instrumentos el cuestionario de Estrés académico (adaptación del inventario SISCO) y Formación profesional (adaptado por el grupo de investigadores). Dada la situación que vivimos por la pandemia del COVID-19, se decidió realizar mediante un cuestionario de Google Forms.

El cuestionario de Estrés académico lo integraron 23 ítems, organizados en tres dimensiones: Reacción física, Reacción psicológica y Reacción comportamental, cada uno presentó cuatro alternativas de respuesta: Siempre (S), Frecuentemente (F), Algunas veces (AV) y Nunca (N). El cuestionario de Formación profesional lo integraron 44 ítems, organizados en tres dimensiones: Área Científico humanista, Área de Formación profesional y Área de práctica pre profesional, cada uno presentó tres alternativas de respuesta: Siempre (S), Algunas veces (AV) y Nunca (N).

El criterio de confiabilidad del instrumento se determinó por el coeficiente de Alfa de Cronbach y el instrumento Estrés académico presentó un nivel alto de confiabilidad ($\alpha = 0,745$), así como el instrumento de Formación profesional ($\alpha = 0,864$). Para la validez del instrumento se aplicó el análisis factorial exploratorio a cada uno de sus dimensiones. Los resultados arrojados nos presentan unidimensionalidad, quiere decir que cada uno de los ítems están estrechamente vinculados y la validación empírica nos dice que hay unicidad del mismo y que cada uno de sus ítems buscan la medición de una sola dimensión, es decir que existe unicidad de los ítems.

La población estuvo conformada por 87 estudiantes del X ciclo de la Facultad de Tecnología de la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”, 12 estudiantes se rehusaron a ser encuestados. La representación por sexo se comportó de la manera siguiente: el 82% varones y 18% damas.

El procesamiento de los datos se realizó usando el paquete Estadístico para las Ciencias Sociales SPSS versión 25. Para el análisis descriptivo se usaron las frecuencias y los porcentajes y para la prueba de hipótesis se recurrió a la prueba no paramétrica rho de Spearman puesto que las variables son ordinales y no presentan una distribución

normal. Esta prueba además de contrastar las hipótesis nos indicó la intensidad de las relaciones

RESULTADOS Y DISCUSION

La dimensión Reacción física, está representada por un conjunto de 7 ítems que, al procesarlos estadísticamente nos evidencia que el 65,3% de los estudiantes tienen un nivel Medianamente alto respecto a su Reacción física, un 18,7% manifiesta un nivel medio, el 10,7% un nivel bajo y solo el 5,3% de los estudiantes manifiesta un nivel alto en cuanto a su Reacción física (Tabla 1).

Tabla 1. Frecuencia de Reacción Física.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	8	10,7	10,7
Medio	14	18,7	29,3
Medianamente alto	49	65,3	94,7
Alto	4	5,3	100,0
Total	75	100,0	

La dimensión Reacción psicológica, la conforman 8 ítems que, al procesarlos estadísticamente nos evidencia que el 48% de los estudiantes tienen un nivel Medianamente alto respecto a su Reacción psicológica, un 25,3% manifiesta un nivel bajo, el 18,7% un nivel medio y el 8% de los estudiantes manifiesta un nivel alto en cuanto a su Reacción psicológica (Tabla 2).

Tabla 2. Frecuencia de Reacción Psicológica.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	19	25,3	25,3
Medio	14	18,7	44,0
Medianamente alto	36	48,0	92,0
Alto	6	8,0	100,0
Total	75	100,0	

La dimensión Reacción comportamental, contiene 8 ítems que, al procesarlos estadísticamente nos evidencia que el 36% de los estudiantes tienen un nivel Medianamente alto respecto a su Reacción comportamental y que también existe un 36% de estudiantes con nivel bajo, un grupo menor del 12% manifiesta un nivel medio y un 16% de estudiantes manifiestan un nivel alto (Tabla 3).

Tabla 3. Frecuencia de Reacción Comportamental.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	27	36,0	36,0
Medio	9	12,0	48,0
Medianamente alto	27	36,0	84,0
Alto	12	16,0	100,0
Total	75	100,0	

La variable Estrés académico, agrupa 23 ítems que, al procesarlos estadísticamente nos evidencia que el 52% de los estudiantes tienen un nivel Medianamente alto, un 25,3% manifiesta un nivel medio, el 21,3% un nivel bajo y solo el 1,3% de los estudiantes manifiesta un nivel alto en cuanto a su Estrés académico (Figura 1).

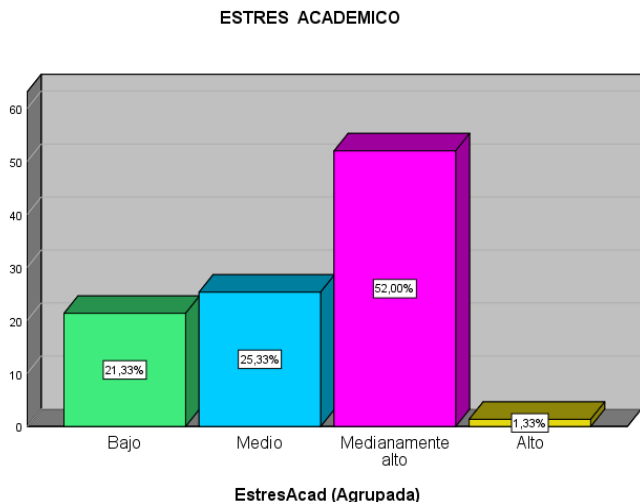


Figura 1. Representación de la variable Estrés académico.

La dimensión Área Científico humanista, agrupa 10 ítems, que al procesarlos estadísticamente nos evidencia que el 41,3% de los estudiantes consideran que su formación en el Área Científico humanista es buena y un 12% lo considera inadecuado (Tabla 4).

Tabla 4. Frecuencia de Área Científico humanista.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Inadecuado	9	12,0	12,0
Regular	12	16,0	28,0
Bueno	31	41,3	69,3
Excelente	23	30,7	100,0
Total	75	100,0	

La dimensión Área Formación pedagógica, relaciona 16 ítems, que al procesarlos estadísticamente nos evidencia que el 49,3% de los estudiantes consideran que el Área Formación pedagógica es buena y un 13,3% lo considera inadecuado (Tabla 5).

Tabla 5. Frecuencia de Área Formación pedagógica.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Inadecuado	10	13,3	13,3
Regular	12	16,0	29,3
Bueno	37	49,3	78,7
Excelente	16	21,3	100,0
Total	75	100,0	

La dimensión Área Practica Pre Profesional, contiene 18 ítems, que al procesarlos estadísticamente nos evidencia que el 41,3% de los estudiantes consideran que su formación en el Área Practica Pre Profesional es buena y un 12% lo considera excelente (Tabla 6).

Tabla 6. Frecuencia de Área Practica Pre Profesional.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Inadecuado	13	17,3	17,3
Regular	22	29,3	46,7
Bueno	31	41,3	88,0
Excelente	9	12,0	100,0
Total	75	100,0	

La variable Formación profesional, agrupa 44 ítems que, al procesarlos estadísticamente nos evidencia que el 45,3% de los estudiantes consideran que su Formación profesional es buena y un 14,7% lo considera inadecuado (Figura 2).

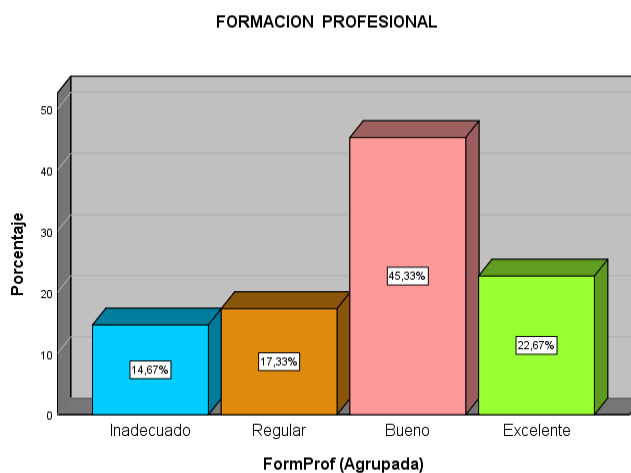


Figura 2. Representación de la variable Formación Profesional.

La tabla 7 muestra las correlaciones ente la variable Estrés académico y las dimensiones de la variable Formación Profesional. De acuerdo a la tabla podemos observar, la correlación existente entre la variable Estrés académico y las dimensiones: Área Científico Humanista ($\rho = 0,717$; $p = 0,000 < 0,05$), Área Formación Pedagógica ($\rho = 0,697$; $p = 0,000 < 0,05$) y Área Practica Pre Profesional ($\rho = 0,654$; $p = 0,000 < 0,05$). En todos los casos se ve que existe una buena, directa y significativa correlación.

Tabla 7. Correlación entre la variable Estrés académico y las dimensiones de Formación Profesional.

VARIABLE	DIMENSION	Rho	p-valor
ESTRÉS ACADEMICO	Área Científico Humanista	,717**	,000
	Área Formación Pedagógica	,697**	,000
	Área Practica Pre Profesional	,654**	,000

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Con relación a la prueba de hipótesis general, en la tabla 8 se puede observar que el coeficiente de correlación rho de Spearman es de 0,710 con un p-valor inferior al nivel de significancia ($p=0,000 < 0,05$), por ello se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna que indica que existe relación, directa y significativa entre el Estrés académico y la Formación profesional de los estudiantes del X ciclo de la Facultad de Tecnología de la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”.

Tabla 8. Correlación entre las variables Estrés académico y Formación Profesional.

			EstresAcad	FormProf
Rho de Spearman	EstresAcad	Coeficiente de correlación	1,000	,710**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	75	75
	FormProf	Coeficiente de correlación	,710**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	75	75

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Los resultados encontrados respecto al Estrés nos manifiestan que un 52% de los estudiantes tienen un nivel medianamente alto de Estrés. Estos datos encontrados difieren respecto a los hallados por Parra et al. (2018) quien expresa que, todos los estudiantes presentaron estrés, y el 90 % de ellos lo manifestó siempre o casi siempre, además agrega que, los universitarios que reprobaron el año académico mostraron mayores niveles de estrés que aquellos que si lo pasaron. Esta cifra se acerca a la obtenida por Bedoya, et al. (2006), en su estudio realizado con estudiantes de Estomatología que encontró una prevalencia de estrés del 96,9 %.

Respecto a lo hallado respecto a las dimensiones del Estrés académico como Reacción física, Reacción Psicológica y Reacción comportamental su nivel de manifestación fue medianamente alto.

En cuanto a la variable Formación profesional, al procesarlos estadísticamente nos evidencia que el 45,3% de los estudiantes consideran que su Formación profesional es buena y un 14,7% lo considera inadecuado.

Aquí encontramos similitud con el trabajo realizado por Holgado (2018), quien manifiesta que, a la luz de los resultados obtenidos, la Formación Profesional de los estudiantes de Tecnología Médica es Adecuada.

La prueba de hipótesis general estableció, que existe una buena, directa y significativa correlación ($\rho=0,710$), entre las variables Estrés académico y Formación profesional, de los estudiantes del X ciclo de la Facultad de Tecnología de la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”, aquí encontramos similitud con el trabajo desarrollado por Holgaro (2018) , quien expresa que de acuerdo a los resultados estadísticos evidencian que existe relación significativa entre las variables Estrés académico y la Formación profesional de los estudiantes de Tecnología Médica con un valor de correlación ($\rho=0,772$).

CONCLUSIONES

Luego del análisis respectivo de los datos, la presente investigación nos ha dado a conocer que el Estrés académico de los estudiantes del X ciclo de la Facultad de Tecnología de la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle” es Medianamente Alto y con respecto a su formación profesional ellos manifiestan que esta es Buena.

También hemos encontrado que existe una buena, directa y significativa correlación entre la variable Estrés académico y las dimensiones: Área Científico humanista, Área de Formación Pedagógica y Área de Practicas pre profesional correspondiente a la variable Formación profesional.

En términos generales, de los resultados obtenidos mediante las pruebas estadísticas, nos permite evidenciar que la variable Estrés académico se encuentra relacionado de manera lineal, directamente proporcional, estadísticamente significativa y con una buena relación ($\rho = 0,710$) con la Formación profesional de los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Águila A., Calcines M., Monteagudo R., Nieves Z. (2015). Estrés académico. Rev EDUMECENTRO, 7(2), 163-178.

American Psychological Association. (2010). APA. Diccionario conciso de Psicología. Editorial El Manual Moderno.

Barraza, A. (2003). El estrés académico en los alumnos de postgrado de la Universidad Pedagógica de Durango. (Ponencia). VII Congreso Nacional de Investigación Educativa, Guadalajara, México.

- Bedoya, S., Perea, M., & Ormeño, R. (2016). Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología. *Rev Estomatol Herediana*, 16(1), 15 – 20.
- Caldera, M., Pulido, C., & Martínez, G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 1 (7) ,77-82.
- Consuegra Anaya, N. (2010). *Diccionario de psicología*. Ecoe Ediciones.
- del EEES”, en La evaluación del profesorado dentro de los sistemas de garantía de calidad de las instituciones universitarias. Universidad de Burgos y ANECA.
- en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190.
- Escudero, J. M. (2007). Claves para la adaptación del personal docente a las nuevas metodologías
- Holgado, M. (2018). Estrés académico y su relación con la formación profesional de los estudiantes de Tecnología Médica de la Universidad Continental de Huancaayo, 2016. (Tesis para optar al Grado Académico de Maestro en Ciencias de la Educación). Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”.
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste
- Ortego, M., López, S., Santos, A., & González, Q. (1996). Niveles de ansiedad en los alumnos de enfermería frente a las prácticas clínicas. *Enfermería Científica*, (172-173), 8-12.
- Parra, J., Rodríguez, D., Rodríguez, M., & Díaz, V. (2018). Relación entre estrés estudiantil y reprobación. *Salud Uninorte*, 34(1), 47-57.