

FACTORES ESTRESORES Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Descripción general

El estrés es considerado como parte de la cotidianidad del siglo XXI, es un problema de salud multivariable y generalizado resultado de la relación entre la persona y los eventos de su medio que puede ser amenazante y ponen en riesgo su bienestar. Ancer et al (2011) refieren que es una condición natural que experimenta el ser humano cuando está excesivamente ocupado o bajo presión y puede causar efectos tantos positivos como negativos.

Según la OMS en el presente año, la depresión será la segunda causa de incapacidad en el mundo y la primera en países en vías de desarrollo, como lo es México, donde alrededor de 18.4 millones de personas padecen depresión, al respecto la Asociación Mexicana de Estrés y Trauma y Desastre, A.C. en el Distrito Federal señala que de cada 10 personas cuatro sufren estrés, es decir 54% de la población mexicana sufre estrés lo que equivale a 52 millones de personas. Asimismo, el área de Medicina del Trabajo del Instituto Mexicano del Seguro Social, calcula que hay 25 millones de personas con trastorno mental en el país, como ansiedad, depresión, problemas sicóticos, de personalidad y adicciones derivadas de situaciones de estrés.

Avila (2014) menciona que alrededor del 60% de los estudiantes universitarios sufren estrés académico, entendido éste, según Berrio, Mazo (2011) como un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el estudiante se ve sometido a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio estudiante son considerados estresores. Estos estresores como la competitividad, la presión por tener éxito académico, la incertidumbre del campo laboral y la saturación de contenidos y materias del plan de estudios, ocasionan un desequilibrio sistémico que se manifiesta por un bajo rendimiento, falta de motivación, enfermedades físicas o mentales que obliga al estudiante a realizar acciones de afrontamiento para restaurar dicho equilibrio sistémico.

Objetivo: determinar los factores estresores en los estudiantes que influyen en el rendimiento académico en estudiantes universitarios.

Plan de trabajo: revisión de literatura, análisis de datos, presentación del informe final.

Resultados esperados: diseñar herramientas que fortalezcan la trayectoria académica y las estrategias de afrontamiento al estrés.

Firma del profesor



DRA. BRENDA EUGENIA FRANCO CORONA