

Asociación del estrés académico y las relaciones intrafamiliares en estudiantes de medicina

Figuroa Varela Ma. del Rocío^{1,3}, Domínguez González Silvana¹, Valadez Sierra María de los Dolores^{2,3}, Rivera Heredia María Elena^{3,4}, Montes Delgado Roberto^{4,5}. Universidad Autónoma de Nayarit¹, Universidad de Guadalajara², Doctorado Interinstitucional en Psicología³, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo⁴; Universidad de Colima^{3,5}.

INTRODUCCIÓN

El estrés es un padecimiento que irrumpe la cotidianeidad de quienes lo padecen, ocasionando no sólo problemas somáticos, sino repercusiones en la interacción social y cambios en las conductas habituales. El estrés académico es un proceso sistemático de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se presenta cuando el alumno se ve sometido en contextos escolares a una serie de demandas que son consideradas como estresantes y que provocan un desequilibrio, manifestándose en síntomas. Este desequilibrio obliga al estudiante a tener acciones para afrontarlo.¹

En estudiantes de medicina, es común que los estudiantes comenten sentirse presionados por la carga escolar, dificultades para analizar o integrar contenidos de mayor nivel de dificultad o bien por interacciones con docentes, impactando en el rendimiento académico, así como en presencia de ansiedad y depresión.² La familia es el núcleo primario en donde conviven los estudiantes en el día a día en México, la expresión de sus ideas, sentimientos y acontecimientos diarios así como la unión y apoyo que perciban podrían darles herramientas para hacer frente a las dificultades que encuentran en su entorno escolar, pues también se ha encontrado que estudiantes que viven fuera de ella, presenten más estrés académico.³ Sin embargo también se reconoce que no todas las familias tienen una relación familiar adecuada, por lo que el funcionamiento de este núcleo social puede ser un obstáculo o bien un apoyo, para que el estrés académico sea afrontado adecuadamente. El objetivo de la investigación se centró en analizar la asociación del estrés académico y el funcionamiento familiar en estudiantes de medicina, de una universidad de la provincia de México.

MÉTODO

Diseño de investigación: enfoque empírico, no experimental y transversal.

Instrumentos: Escala de Evaluación de Relaciones Intrafamiliares (ERI), en las dimensiones de expresión, dificultades y unión⁴ y el Inventario SISCO de estrés académico, que evalúa nivel de estrés, demandas del entorno, síntomas y uso de estrategias de afrontamiento.¹

Participantes: El muestreo fue no probabilístico por contingencia. A 95 estudiantes de medicina de la Universidad Autónoma de Nayarit, México, se les solicitó su consentimiento informado para participar en la investigación. El 53.68% de los participantes fueron mujeres y el 46.31% hombres, 24 eran alumnos de primer año, 27 de segundo año, 33 de tercero y por último 11 de cuarto año, donde el 69% vivían con su familia nuclear, mientras que el 10% vivían fuera de ese entorno; todos dependían económicamente de su familia

RESULTADOS

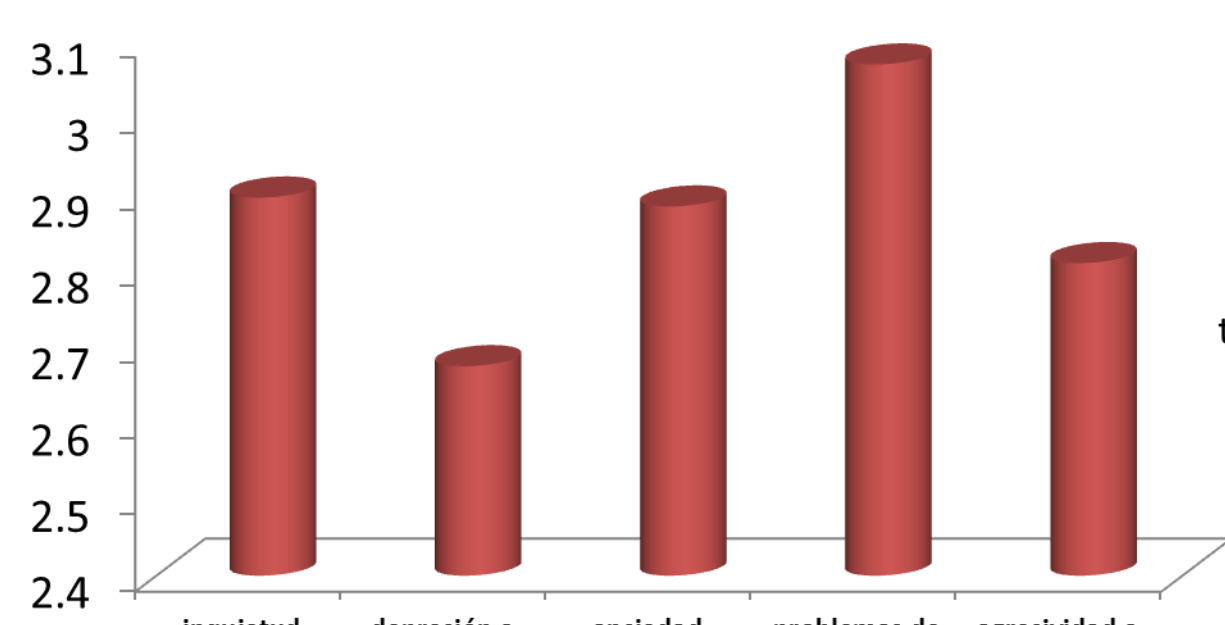
Se encontró un que presentan en promedio un nivel de estrés percibido de $X=3.5$, con una $DE \pm 0.93$, cuando el puntaje mayor a obtener era 5 en el SISCO, la confiabilidad de la escala resultó en un valor $\alpha=0.864$. Los estudiantes de cuarto grado reportaron estar menos estresados que sus otros compañeros. En las gráficas se observan los resultados. Los que no viven con su familia de origen, son los que reportan más altos índices de estrés ($X=3.9$). Para el ERI se obtuvo $\alpha=0.861$ y en la dimensión de expresión se obtuvo una media de 57.83, $DE \pm 9.67$; en unión y apoyo se obtuvo $X=27.39$, $DE \pm 4.92$ y en dificultades $X=33$, $DE \pm 9.21$. Esto indica que los estudiantes tienen una adecuada expresión y comunicación intrafamiliar y que consideran que no tienen severos conflictos familiares, aunque alrededor del 25% de los y las jóvenes comentan tener dificultades en sus relaciones familiares. No hay diferencias en el funcionamiento familiar por sexo, excepto en la expresión de sus emociones, pues las mujeres tienden a puntuar más alto en esta dimensión y los hombres reportan tener mayores conflictos intrafamiliares.

Al efectuarse análisis de correlación entre las dimensiones del ERI y los ítems del SISCO, solo se encuentra una correlación baja entre la escala de manejo de dificultades en la familia y el ítem de Reacciones comportamentales de Conflictos o tendencia a polemizar o discutir, al obtenerse un valor de $r=0.336$, $p=.001$, así también esta dimensión tiende a tener asociación con trastornos del sueño cuando tiene problemas en esta área, pues se obtiene un puntaje de correlación $r=0.297$. Esto significa que a mayor puntaje de percepción de dificultades en la familia, el (la) joven tenderá a discutir o polemizar como una conducta en donde se expresa su estrés académico y a la vez de somatizar a través de trastornos del sueño.

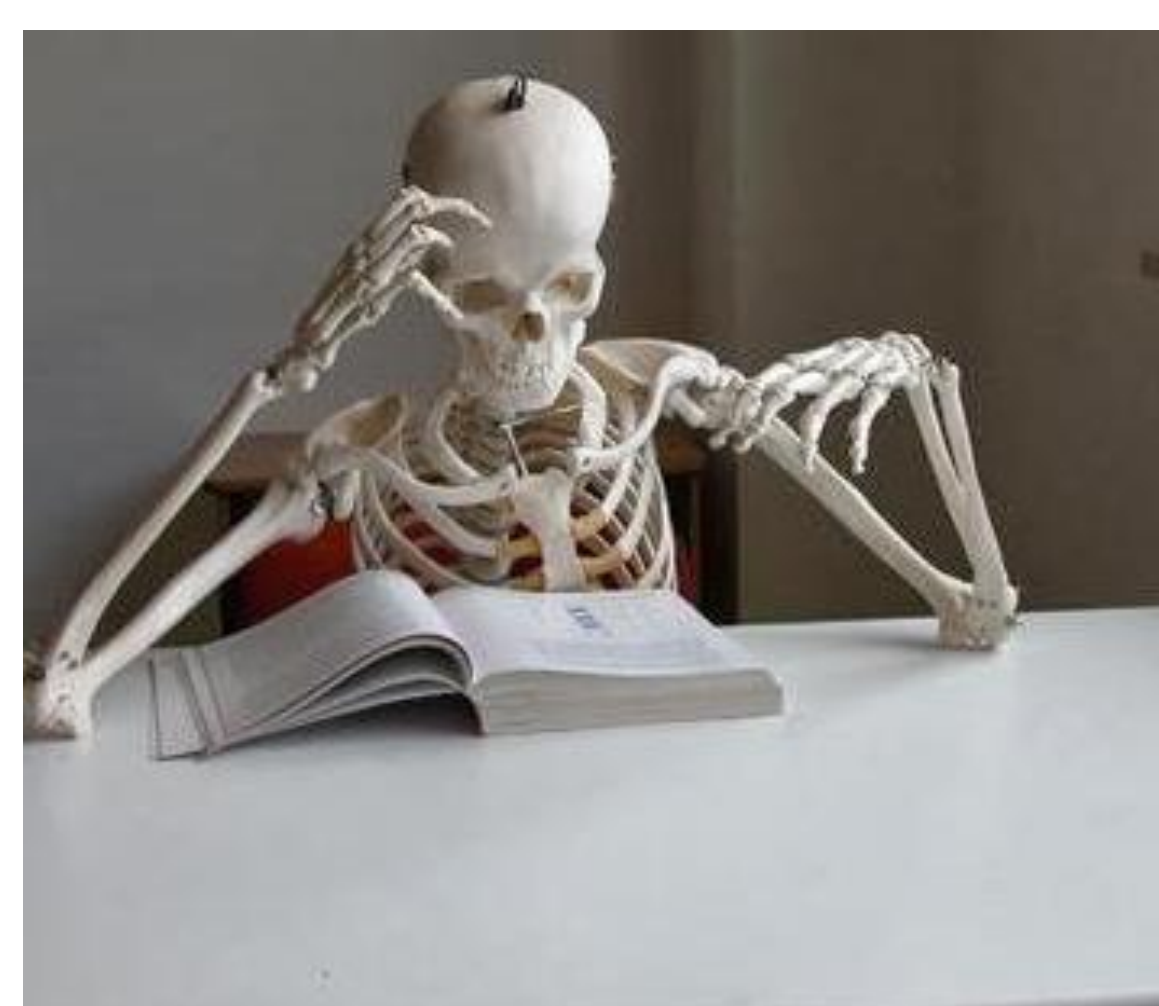
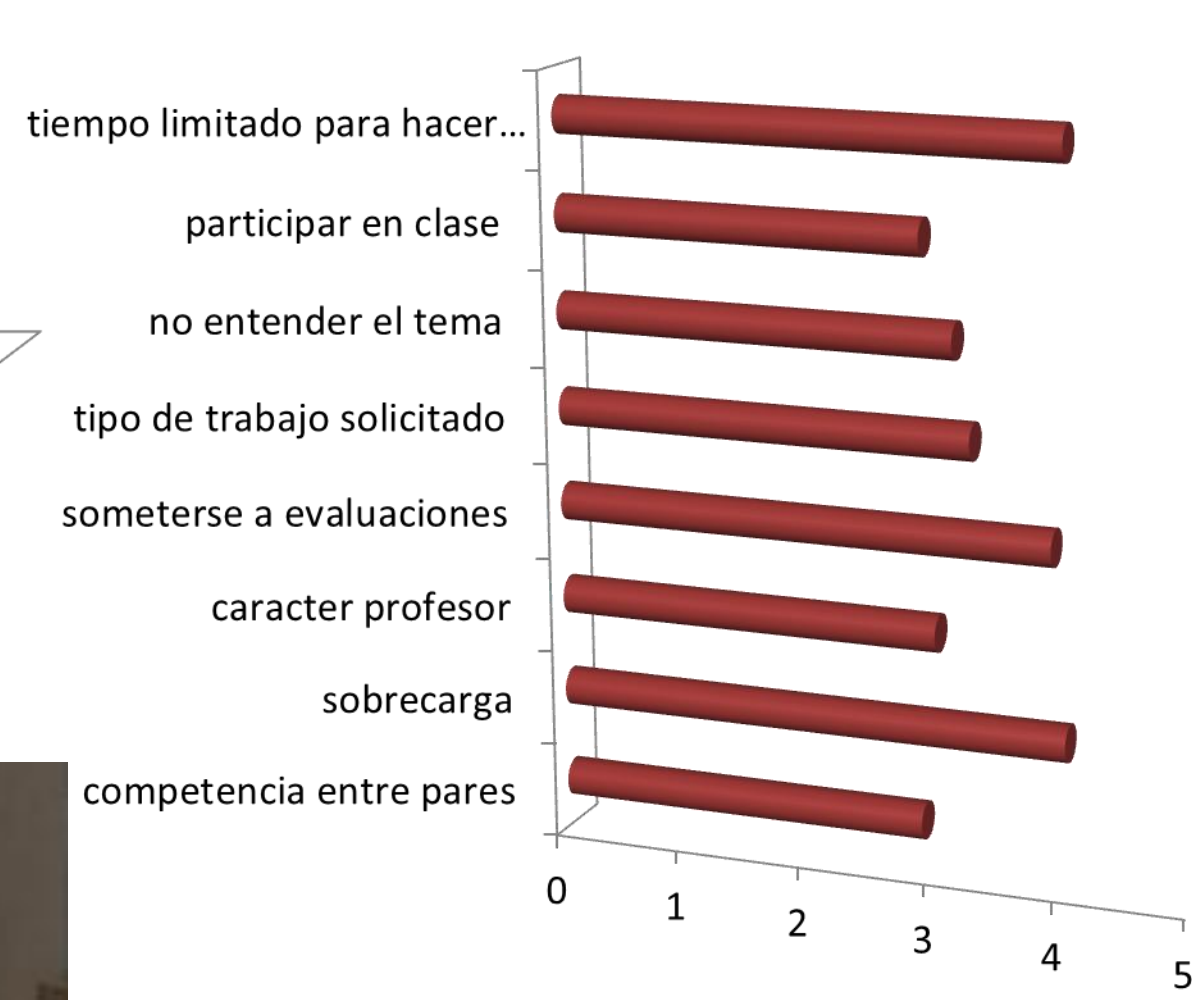
CONCLUSIONES

El estresor más importante para los estudiantes de medicina fue "considerar que tienen poco tiempo para el desarrollo de los trabajos solicitados", esto les provoca problemas de concentración y somnolencia. A medida que avanzan en el grado de estudios reportan sentirse menos estresados, esto es posiblemente por la adaptación a las exigencias y buscar apoyo para poder manejar su estrés. Una manera de hacerlo, es teniendo algunas estrategias de comunicación con su entorno familiar, dado que consideran que tienen buenas estrategias para expresarse y se sienten apoyados por su familia.

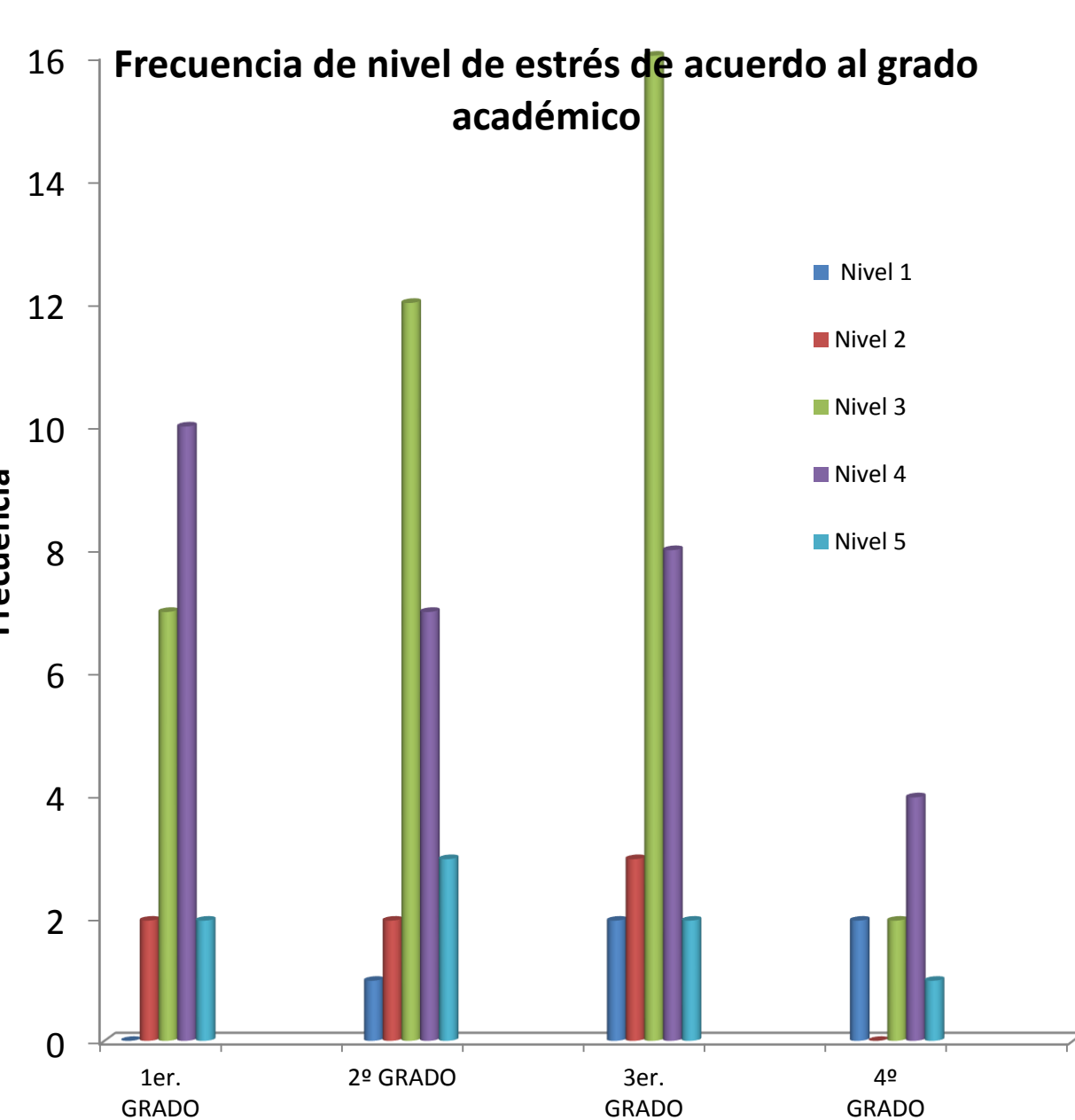
Reacciones psicológicas al estrés académico



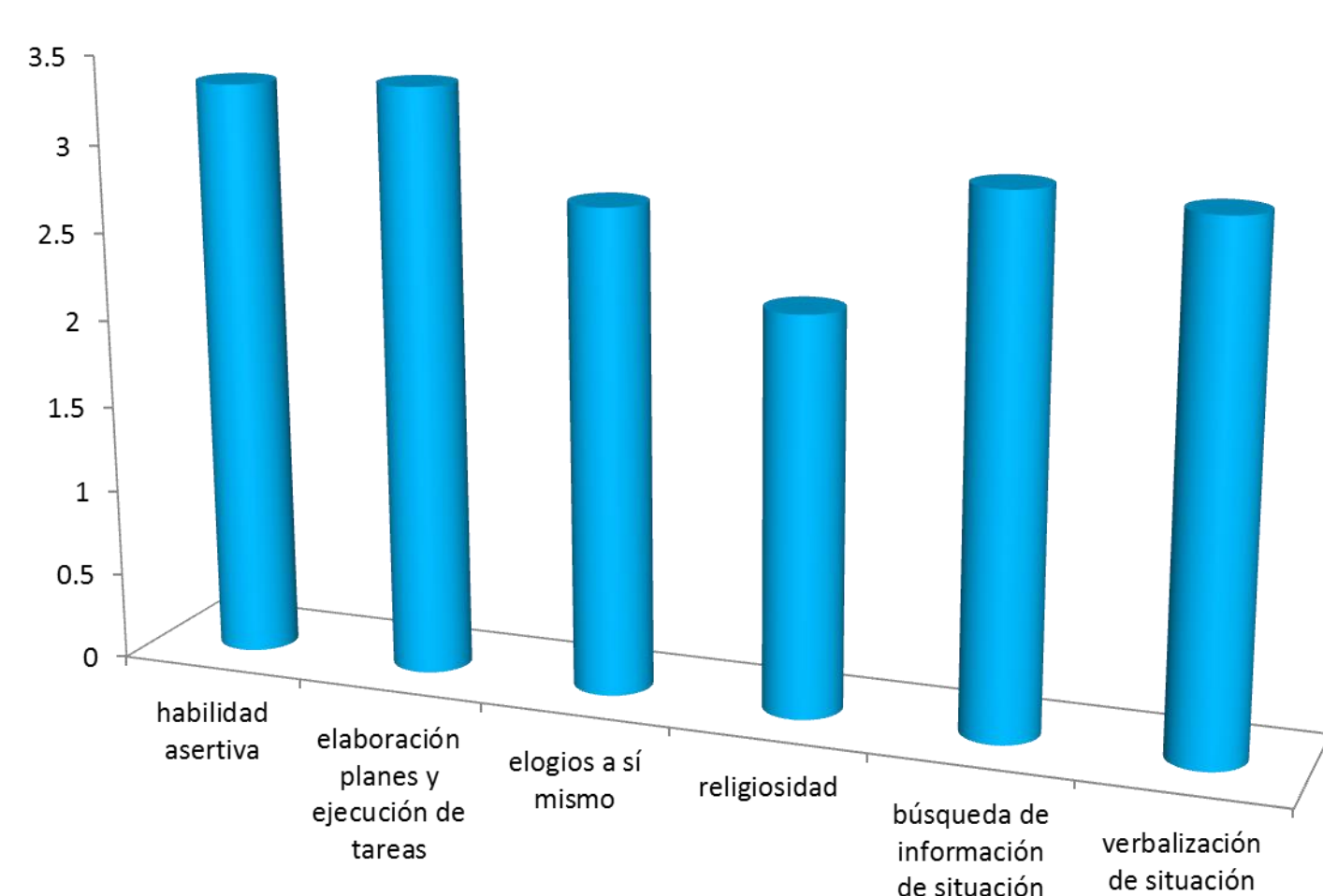
Principales estresores percibidos



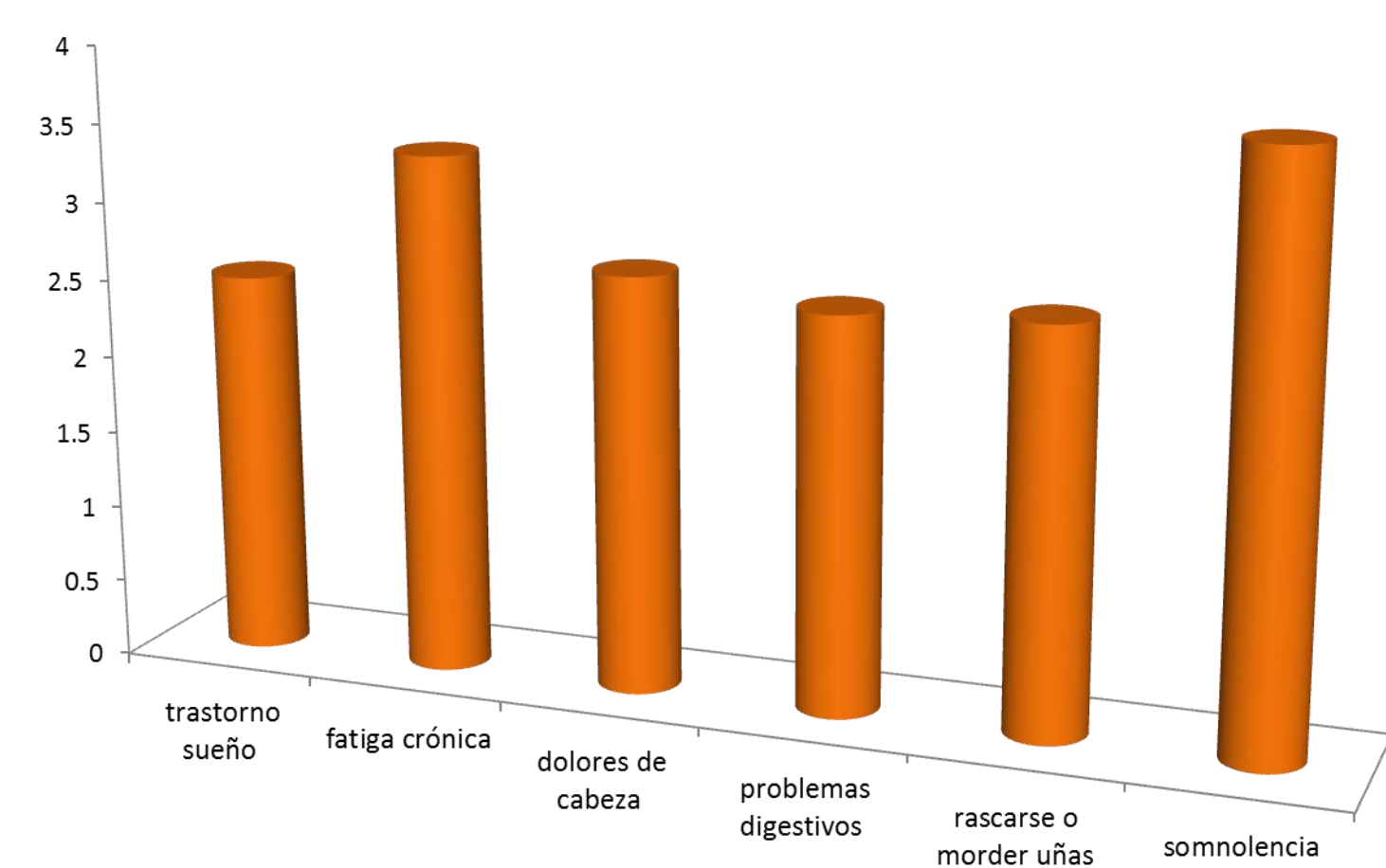
Frecuencia de nivel de estrés de acuerdo al grado académico



Estrategias de afrontamiento para estrés académico



Reacción física de estrés



REFERENCIAS

1. Barraza A. Inventario SISCO del estrés académico. 2007. Universidad Pedagógica de Durango. Recuperado el 7 de Noviembre de 2014, de <http://www.psicologiacientifica.com/bisra-propiedades-psicometricas/>
2. Balanza S, Morales I, & Guerrero J. Prevalencia de Ansiedad y Depresión en una Población de Estudiantes Universitarios. 2009. Clínica y Salud. 20, 177-187.
3. Pulido M, Serrano M, Valdés E, Chávez M, Hidalgo P, & Vera F. Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. 2011. Psicología y Salud, 25, 31-37.
4. Rivera-Heredia ME, Andrade-Palos P. Escala de evaluación de las Relaciones Intrafamiliares (E.R.I.). 2010. Uaricha Revista de Psicología, 14, 12-29.