

El impacto del estrés académico con relación al bajo rendimiento escolar en los estudiantes

The impact of academic stress in relation to poor academic performance in students

Jaritzzy de la Cruz Gonzàlez (1) | Ariana Paola Lezcano Perez (1) | Vanessa Martìn Morales (1)

Pertenencia institucional

(1) Universidad Vasconcelos de Tabasco, México.

Correspondencia

jari205183@gmail.com

ORCID

De la Cruz Gonzàlez
0009-0007-3465-2030

Resumen

En este estudio, el cual tiene por objetivo analizar el impacto del estrés académico con la finalidad de identificar las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales que desarrollan un bajo rendimiento escolar en los estudiantes de la licenciatura de enfermería del sexto cuatrimestre de la UVT, por lo tanto, se utilizó el estudio observacional de tipo descriptivo, analítico, transversal, cuantitativo, en la cual se encuestaron a 60 estudiantes del sexto cuatrimestre. Por lo que la encuesta se llevó a cabo mediante el cuestionario del inventario SISCO para el estudio del estrés académico el cual evalúa los estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, así mismo la escala del rendimiento académico universitario que evalúa la aportación en las actividades académicas, dedicación al estudio, falta de organización de los recursos académicos, mientras que el análisis se realizó con el IBM SPSS, como también aplicando pruebas estadísticas como lo es el Chi - cuadrado y el t de Student, es así como en este estudio se comprobó la presencia de estrés académicos en los estudiantes, pero en un nivel moderado con tendencia a niveles altos.

Palabras clave:

Estrés académico; Rendimiento académico; Estudiantes; Universitarios

Abstract

In this study, which aims to analyze the impact of academic stress in order to identify the physical, psychological, and behavioral reactions that lead to poor academic performance among sixth-semester nursing students at UVT, a descriptive, analytical, cross-sectional, and quantitative observational study was conducted. A total of 60 sixth-semester students were surveyed. The survey was carried out using the SISCO Inventory for the study of academic stress, which evaluates stressors, symptoms, and coping strategies. Additionally, the University Academic Performance Scale was used to assess participation in academic activities, dedication to study, and lack of organization of academic resources. The analysis was conducted using IBM SPSS software, along with statistical tests such as the Chi-square test and Student's t-test. The study confirmed the presence of academic stress among students, with a moderate level tending toward high levels.

Key words:

Academic stress; Academic performance; Students; University students

El impacto del estrés académico con relación al bajo rendimiento escolar en los
estudiantes.

The impact of academic stress in relation to poor academic performance in students.

Introducción

El estrés se define como la reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada. El estrés es una respuesta natural y necesaria para la supervivencia, cuando esta respuesta natural se da en exceso se produce una sobrecarga de tensión que repercute en el organismo y provoca la aparición de enfermedades y anomalías patológicas que impiden el normal desarrollo y funcionamiento del cuerpo humano (Barraza. A, 2006).

En el contexto actual, la educación superior se ha convertido en un pilar fundamental para el desarrollo personal y profesional. Sin embargo, con todas las oportunidades que ofrece el entorno académico impone una serie de desafíos y presiones que afectan de manera significativa el bienestar de los estudiantes, por lo tanto, en las últimas décadas el estrés académico ha evolucionado debido a que los estudiantes se enfrentan a diversas exigencias y obligaciones en el ámbito académico, por lo cual, muchos de los estudiantes de educación superior se ven afectados en el rendimiento escolar debido a que presentan estrés académico lo cual desarrolla consecuencias como lo es la deserción. Es por esto, que la salud mental juega un papel importante en el ámbito

académico, ya que, abarca una amplia gama de actividades directa o indirectamente relacionadas con el componente de bienestar mental del individuo.

El estrés en los entornos académicos, es una necesidad apremiante de profundizar en cómo este factor afecta a diferentes grupos de estudiantes y cómo se manifiestan en diferentes etapas de la vida académica. Es por esto, que se busca explorar más a fondo a los estudiantes para comprender los factores principales del estrés y la ansiedad en el ámbito académico, ya que, afectan negativamente la capacidad de concentración, la memoria y el rendimiento general de los estudiantes. Por lo tanto, la investigación sobre este tema ayuda a identificar las causas y a desarrollar estrategias para mejorar el desempeño académico debido a que el estrés académico puede llevar a problemas emocionales graves. Comprender este impacto permite crear ambientes educativos más saludables, ya que, la investigación ayudará a comprender las consecuencias que tiene el estrés académico. De este modo, es fundamental mejorar la salud mental, el rendimiento académico y la calidad de vida de los estudiantes, a la vez que favorece un ambiente educativo más equitativo y humano.

Los factores que predisponen a un individuo al estrés pueden estar determinados por la singularidad de cada uno, incluyendo factores basados en la personalidad y la autoestima, por lo tanto, un factor de estrés puede ser percibido diferente por dos personas, mostrando que las respuestas a estos estímulos estresantes son individuales y subjetivas. Los estresores académicos provocan un desequilibrio sistémico con manifestación en una serie de síntomas, el estudiante es quien debe llevar a cabo estrategias de afrontamiento para restaurar dicho equilibrio. Por este motivo, el estrés puede tener un impacto negativo en el proceso educativo de los estudiantes presentando

afectaciones en su rendimiento académico, bienestar emocional y capacidad de aprendizaje, ya que, la presión académica, los pensamientos negativos y el miedo al fracaso son algunas de las formas en que el estrés se manifiesta en el entorno educativo. Los niveles elevados de estrés disminuyen el aprendizaje al afectar la atención, la concentración y la retención de información, por lo que esto se traduce en un rendimiento escolar deficiente.

Materiales y métodos

El tipo de estudio es observacional de tipo descriptivo debido a que solo recogerán los datos en un solo momento en el tiempo, como también solamente se describe el fenómeno sin analizar las relaciones causales y solo se basa en registros mediante encuestas sin intervenir, así mismo, es de tipo analítico ya que no se manipulan las variables pero si se comparan los resultados, por lo tanto, también es de tipo transversal porque no se realiza ningún seguimiento a los participantes y por último de tipo cuantitativo ya que se basa de números, mediciones y estadísticas de las cuales se aplica se aplican pruebas estadísticas para analizar los resultados. Por lo tanto el universo se integra por todos los estudiantes con estrés académico que tengan algún efecto en el bajo rendimiento escolar, por lo que la población se constituye por todos los estudiantes del sexto cuatrimestre de la licenciatura en enfermería de la Universidad Vasconcelos de Tabasco que tengan alguna relación con el estrés académico lo cual lleva al bajo rendimiento escolar, es por esto que se calculó la muestra con la calculadora virtual que lleva por nombre Netquest con un nivel de confianza del 95% dando como resultado 53 personas para obtener la muestra ya que, es el promedio del total de los

alumnos. Es por esto que es un muestreo probabilístico por conglomerados ya que se seleccionarán los grupos completos. Así mismo, Se diseñará un apartado con los datos sociodemográficos de todos los alumnos que van a responder la encuesta por lo que incluye edad, género y ocupación. Es por esto que el instrumento utilizado es el inventario SISCO para el estudio del estrés académico propuesto por el investigador Arturo Barraza Macías. Es por esto que el instrumento fue validado por DeVellis, Murphy y Davishofer con una confiabilidad que se obtuvo por mitades de .87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de .90.

Este instrumento evalúa el estrés académico, consta de 37 ítems divididos en tres categorías: dimensión estresores, dimensión síntomas (reacciones) la cual esta subdividida en; subdimensión: síntomas o reacciones físicas, subdimensión: síntomas o reacciones psicológicas, subdimensión: síntomas o reacciones comportamentales, y por último la dimensión de estrategias de afrontamiento. Para determinar los resultados de este instrumento se suman las respuestas dentro de cada dimensión por separado, por lo que las opciones de respuesta son Nunca= 1, Rara vez= 2, Algunas veces= 3, Casi siempre= 4 y Siempre= 5. Para obtener el nivel de estrés académico se utiliza la media y desviación estándar de la muestra para clasificar los niveles como bajo, moderado y alto.

El siguiente instrumento que se utilizará para evaluar el bajo rendimiento académico lleva por nombre Escala Rendimiento Académico Universitario (RAU), propuesta por María de Lourdes Preciado Serrano, Mario Ángel González, Cecilia Colunga Rodríguez, Julio César Vázquez Colunga, Mario Alberto Esparza Zamora, Claudia Liliana Vázquez Juárez y Marcelo Patricio Obando Changuán. Por lo tanto, el

instrumento fue validado por los índices de ajuste del análisis factorial confirmatorio estuvieron dentro de los parámetros y la fiabilidad alfa de Cronbach en la escala subjetiva fue aceptable en dos de tres factores (F1 $\alpha=.792$; F2 $\alpha=.774$) y moderada en el F3 ($\alpha=.542$).

El instrumento se evalúa por 20 ítems que se dividen por tres dimensiones: aportación en las actividades académicas, dedicación al estudio y falta de organización de los recursos didácticos. Es por esto que, las opciones de respuestas son: Nunca= 0, Casi nunca=1, Algunas veces=2, Regularmente= 3, A menudo= 4, Casi siempre= 5 y Siempre= 6. Por lo que se suma todas las dimensiones y se clasifican en puntuaciones finales bajo rendimiento puntaje de 25 o menor, rendimiento medio puntaje de 26 a 74, alto rendimiento puntaje de 75 o mayor.

Resultados

En el cuadro 1 y la figura 1 mostradas a continuación se desarrollan los grupos de edades de los alumnos del sexto cuatrimestre, por lo que, del total de los participantes a los que se encuestaron el 55% son de 19 años, 28.3% con 20 años, 6.7% con 21 años, 3.3% con 22 años y el 1. 7% son alumnos con 23, 26,28 y 31 años.

Cuadro 1

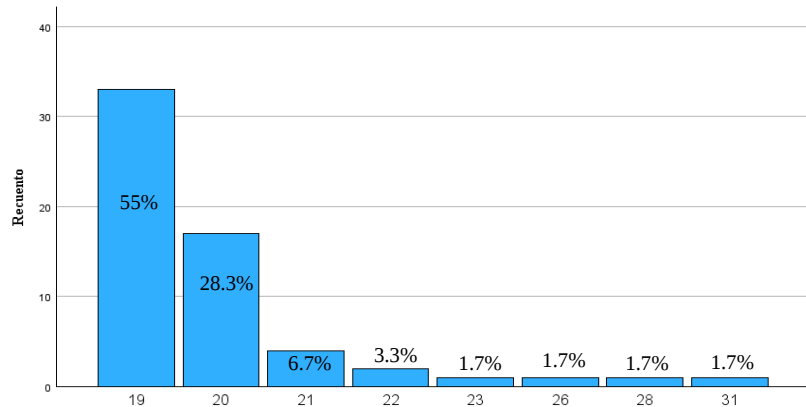
Edad

N	Válido	60
	Perdidos	0
Media		1.8833
Error estándar de la media		.19177
Mediana		1.0000
Moda		1.00
Desv. Estándar		1.48543
Varianza		2.206
Rango		7.00
Mínimo		1.00
Máximo		8.00
Suma		113.00

Nota: Elaboración propia.

Figura 1

Edad



Nota: Elaboración propia.

En la figura 2, del total de participantes del sexto cuatrimestre el 80% son femeninos y el 20% son masculino.

Cuadro 2

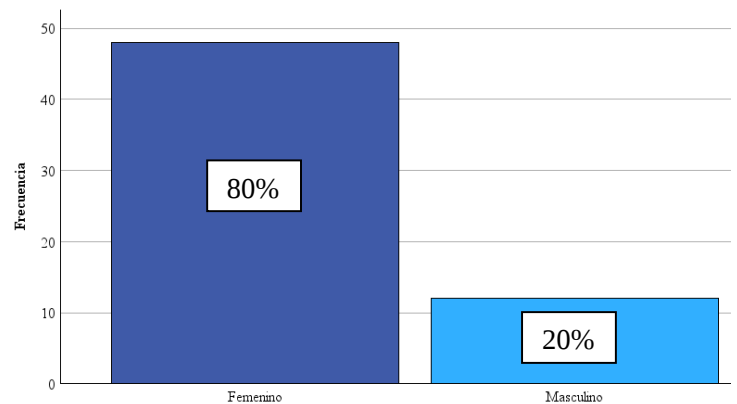
Género

N	Válido	60
	Perdidos	0
Media		1.2000
Error estándar de la media		.05208
Mediana		1.0000
Moda		1.00
Desv. estándar		.40338
Varianza		.163
Rango		1.00
Mínimo		1.00
Máximo		2.00
Suma		72.00

Nota: Elaboración propia.

Figura 2

Género

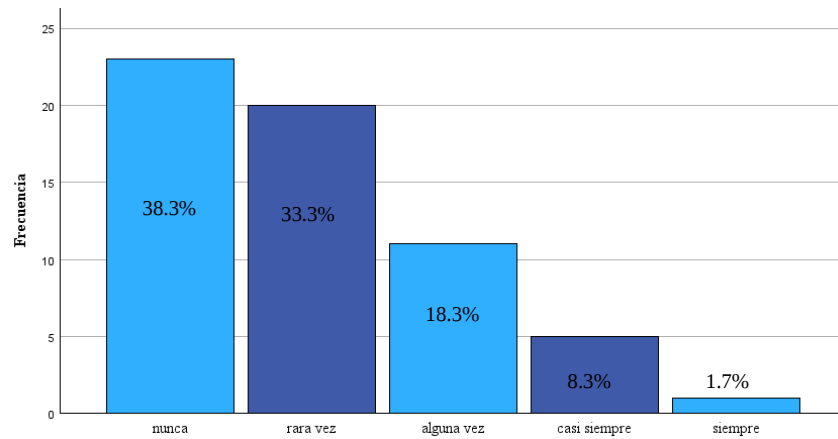


Nota: Elaboración propia.

El primer ítem dentro del test con relación a la reacción del estrés, se cuestionaba que señalaran la frecuencia de la competencia con los compañeros de grupo. Es importante mencionar que en todos los ítem que a continuación se presentan, la puntuación mínima es 1 y la puntuación máxima es de 5, por lo que el 38.3% es que nunca hay competencia entre compañeros, el 33.3% señalaron que rara vez, el 18.3% algunas veces, mientras que el 8.3% casi siempre y por lo tanto el 1.7 señalaron que siempre (figura 3). El segundo ítem, con resultados del exceso de responsabilidades por cumplir con las obligaciones escolares, es por esto que el 41.7% señalaba que casi siempre, consiguiente el 18.3% algunas veces, el 16.7% siempre, el 13.3% rara vez y por último el 10.0% nunca (figura 4). Como tercer ítem, referente a la sobrecarga y trabajos escolares dando como resultados el 28.3% casi siempre, como consiguiente señalaban con el 25.0% algunas veces, el 23.3% rara vez, el 13.3% siempre y el 10.0% nunca (figura 5). En el siguiente ítem, en el cual se menciona sobre la personalidad y el carácter del profesor en los resultados hubo un empate con el 25.0% con rara vez, algunas veces y casi siempre, el 13.3% nunca y el 11.7% siempre (figura 6). Los resultados del quinto ítem, que menciona acerca de las evaluaciones de los profesores con el 28.3% señalaron que casi siempre, el 25.0% siempre, el 23.3% algunas veces, el 15.0% rara vez y el 13.3% nunca (figura 7).

Figura 3

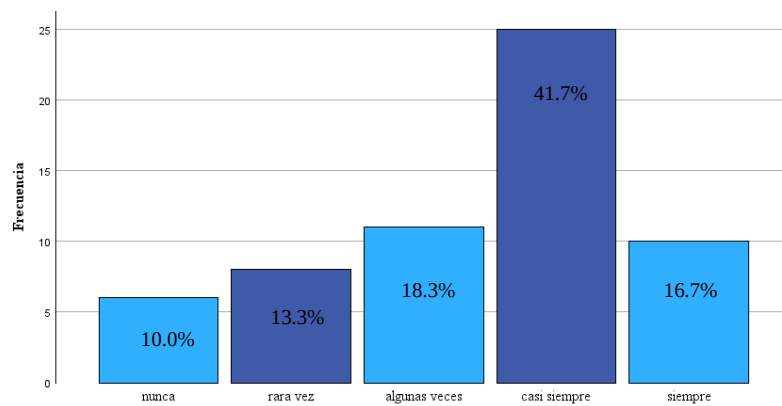
Competencia con los compañeros



Nota: Elaboración propia.

Figura 4

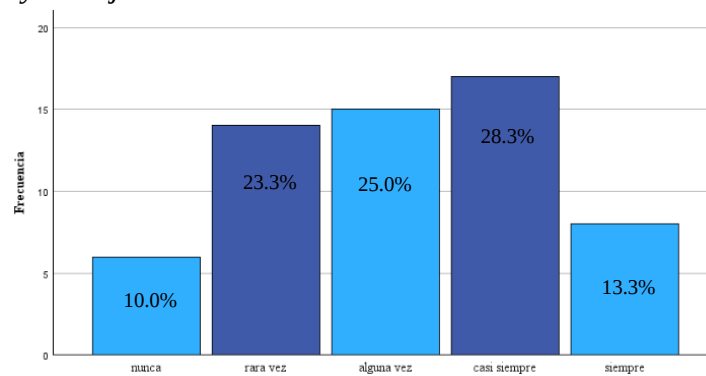
Exceso de responsabilidades sobre obligaciones personales



Nota: Elaboración propia

Figura 5

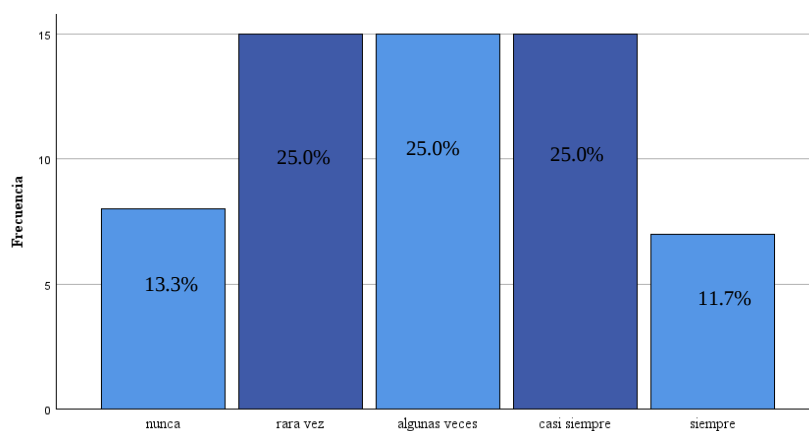
Sobrecargas de tareas y trabajos



Nota: Elaboración propia.

Figura 6

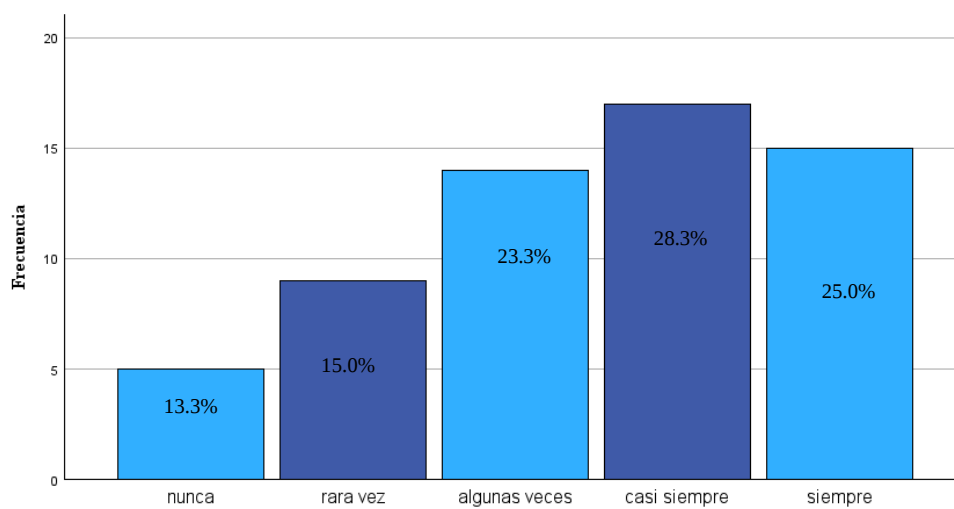
Personalidad y carácter del profesor



Nota: Elaboración propia

Figura 7

Evaluaciones de los profesores



Nota: Elaboración propia

Conclusión

El estrés no solo altera la capacidad de concentración y organización de los estudiantes, sino que también impacta su bienestar emocional, generando síntomas como fatiga, somnolencia, ansiedad, desmotivación e incluso alteraciones en sus hábitos alimenticios y de sueño. Esta situación compromete no solo los resultados escolares, sino también la formación integral y el desarrollo profesional de los futuros enfermeros.

Los resultados obtenidos en esta investigación demuestran que los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería del sexto cuatrimestre de la UVT presentan un nivel de estrés académico moderado con tendencia hacia niveles altos, lo cual tiene una influencia directa y significativa en su rendimiento escolar. La carga de trabajo, la presión por cumplir con evaluaciones exigentes, la falta de tiempo y las exigencias prácticas propias de su formación profesional son factores que inciden directamente en la aparición de síntomas físicos, emocionales y conductuales que afectan su desempeño académico. Los hallazgos de esta investigación evidencian que el estrés académico se presenta como un factor determinante en el bajo rendimiento escolar de los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería del sexto cuatrimestre de la UVT. Con un nivel de estrés moderado con tendencia alta, los estudiantes enfrentan una situación de vulnerabilidad académica y emocional, que repercute negativamente tanto en su desempeño como en su salud mental.

Este nivel de estrés no es aislado ni circunstancial responde a un entorno educativo altamente demandante, en el que la exigencia académica se combina con factores personales, sociales y emocionales. La enfermería, como carrera profesional, requiere

un alto grado de compromiso, precisión, empatía y preparación práctica, lo cual incrementa significativamente la presión sobre los estudiantes.

Referencias bibliográficas

Alarcón, J., Vásquez, O., Dávila, Y. (2021). Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. Revista peruana de investigación en salud, 5 (2), 59-66. ISSN: 2616-6097

Armenta, L., Quiroz, C., Abundis, F., Zea, A. (2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. Revista espacios, 41 (48), 402 – 415. DOI: 10.48082/espacios-a20v41n48p30

Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Revista electrónica de psicología Iztacala, 9 (3)

Bravo, F., et.al. (2018). Fenómeno del bajo rendimiento académico. Proyecto ACACIA. <https://acacia.red/udfjc/>

Clemente, Z. (2021). Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, 1- 49

Cortés, M., Iglesias, M. (2004). Generalidades sobre la metodología de la investigación. Universidad Autónoma del Carmen. ISBN: 968 – 6624 – 87– 2

Kloster, E., Perrotta, D. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná. Universidad católica argentina Santa María de los Buenos Aires, 1-

Lamas, H. (2015). Sobre el rendimiento escolar. *Propósitos y Representaciones*. 3 (1), 313-386. DOI: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2015.v3n1.74>

Maturana, A., Vargas, A. (2015). El estrés escolar. *Revista médica clínica las condes*, 26 (1), 34-41

Montiel, M., Pérez, M., Sánchez, V. (2020). Estrés en estudiantes universitarios del área de Ciencias Sociales en la Ciudad de México. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 11(1), 19-33. DOI: 10.29059/rpcc.20200617-101

Organización Mundial de la salud. (2023). Estrés. Organización Mundial de la salud. <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>

Peralta, C. (2023). Alumnos UV advierten de casos de estrés académico y universitario. *Universo*. <https://www.uv.mx/prensa/general/alumnos-uv-advierten-de-casos-de-estres-academico-y-universitario/>

Restrepo, J., Sánchez, O., Castañeda, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Psicoespacios*, 14, 23-47. DOI: <http://doi.org/10.25057/21452776.1331>

Secretaría de salud. (2018). Salud mental. Programa sectorial de salud. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/11918/Salud_Mental.pdf

Shapiro, B. (2011). Bajo rendimiento escolar: una perspectiva desde el desarrollo del sistema nervioso. *Revista médica clínica las condes*, 22 (2), 218-225

Silva, R., et.al. (2019). Estrés académico en estudiantes de licenciatura de enfermería. Revista científica de enfermería. DOI: <https://doi.org/10.14198/recien.2019.18.03>

Suárez, R., Hernández, J., Juárez, J., Macossay, P., Sánchez, K. (2021). Análisis del estrés académico en estudiantes de enfermería de una IES en Tabasco. International Journal of Business and Management Invention (IJBMI), 10 (1), 37-42. DOI: 10.35629/8028-1004013742

Teque, M., Gálvez, N., Salazar, D. (2020). Estrés académico en estudiantes de enfermería de universidad peruana. Medicina naturista, 14 (2), 43- 47. ISSN: 1576-3080

Terán, R., Martínez, E. (2022). Estrés académico y resiliencia en estudiantes mexicanos de nuevo ingreso de una universidad privada. Salud y educación, 10 (20), 153-159. ISSN: 2007-4573