

Capítulo 24. El estrés en las estudiantes universitarias: Caso P.E. de Contaduría.

Laura Leticia Herrero Vazquez

Dora Nelly Cruz Crescencio

Carmina Romero Escudero

Claudia Eunice Rivera Morales

Universidad Tecnológica de la Huasteca Hidalguense

DOI: [10.46990/iQuatro.2023.09.4.24](https://doi.org/10.46990/iQuatro.2023.09.4.24)

Resumen

El objetivo del presente trabajo pretende conocer la intensidad con la que se presentan los factores estresores de las estudiantes mujeres universitarias que cursan la carrera de Contaduría tanto en el nivel Técnico Superior Universitario (TSU) comparándolos con el nivel Licenciatura, mediante una valoración desde su perspectiva de acuerdo al grado en el que experimentan dicha condición, como población de estudio se consideró a un total de 202 féminas, divididas en 124 para el nivel TSU y 78 en nivel licenciatura. Destacando que en ambos grupos de estudiantes cuentan con un nivel 3 de estrés de un máximo de 5.

Palabras clave

Estrés académico, mujeres estudiantes, contaduría, universidad, estrategias de afrontamiento

Introducción

El estrés es definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2007) como reacciones fisiológicas que nuestro organismo prepara para la acción o supervivencia, este proceso interactivo se presenta en cualquier ámbito de acción del ser humano, incluido el educativo, que es el que nos ocupa en este estudio.

Generalmente podríamos pensar que el estrés académico es un fenómeno que afecta de igual forma a mujeres y hombres, sin embargo, este trabajo pretende discernir las variables que afectan el aprendizaje y desempeño escolar de las jóvenes universitarias.

De acuerdo a Caldera, Pulido y Martínez (2007) definen al estrés académico como “aquel que se genera por las demandas que impone el ámbito educativo”, las cuales pueden ser generadas por los periodos de exámenes, al iniciar la carrera, la falta de tiempo, el grado de exigencia entre otros, llevándolos a las jóvenes a un desequilibrio emocional.

En relación a lo anterior Barraza (2007), considera al estrés académico “como un proceso adaptativo y psicológico que puede presentarse cuando el alumno se encuentra sometido a demandas valoradas como estresores que producen un desequilibrio sistémico manifestándose mediante una serie de síntomas obligando a los estudiantes a optar por algunas medidas de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico”.

Si bien es cierto el estrés tiene un efecto negativo sobre el proceso de aprendizaje en los estudiantes universitarios, este se manifiesta de forma diferente entre mujeres y hombres, de acuerdo a lo que mencionan algunos autores como Mena, Ruiz y Vargas (2023), estos consideran que son las mujeres las que presentan mayores niveles de estrés.

Las mujeres universitarias de manera rutinaria realizan actividades tales como; tareas individuales y en equipo, exámenes, y en algunos casos tienen compromisos laborales y familiares., sin embargo, cuando algunas de estas acciones se salen de control le sobreviene el estrés. Esta situación puede venir como consecuencia de nuevos desafíos, retos, aspectos económicos, psicológicos e incluso de su mismo contexto social.

Respecto a este aspecto podemos mencionar que tanto la ubicación geográfica, dialecto, costumbres y tradiciones influyen de manera directa en las reacciones ante el estrés pudiendo ser tanto positiva como negativa esa respuesta.

Por ello se considera importante estudiar la intensidad con la que se presentan los diversos factores estresores de las mujeres universitarias de la carrera en contaduría, considerando los dos niveles que maneja, Técnico Superior Universitario y Licenciatura en Contaduría. Es importante mencionar que la universidad está situada en la ciudad de Huejutla de Reyes Hidalgo, donde el 56.8% de su población habla una lengua indígena (INEGI, 2020), de igual forma las áreas de estudio que concentraron más mujeres matriculadas fueron Administración y negocios (842), Ciencias de la salud (515) y Ciencias sociales y derecho (354), esto de acuerdo a la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES, 2020), además las encuestas realizadas en 2021 muestran que

esta carrera fue una de las más demandadas en la zona, logrando que esta área de estudio fuera una de las que obtuvo un mayor número de egresados, en consecuencia, el presente trabajo busca exponer dichos factores que ocasionan mayormente en las estudiantes el estrés lo que permitiría determinar e incluso prevenir situaciones como: enfermedades crónicas, cardíacas, ansiedad, dolores de cabeza, enojo, trastornos, depresión, tristezas, irritabilidad, entre otros, todos ellos son agentes que afectan el rendimiento académico de las estudiantes universitarias. De aquí la importancia de esta investigación, la cual fue aplicada en el periodo cuatrimestral Mayo Agosto 2023.

Revisión de la Literatura

Al referirse el estrés académico, González y González (2012) lo conciben como algo que se produce por las actividades cotidianas dentro de las instituciones educativas, tanto fuera como dentro de ellas, como lo son actividades en clase, exámenes, trabajos en equipos y tareas, ya que la acumulación de dichas actividades genera estrés y ansiedad.

Las alumnas universitarias de manera general como dice González y González (2012) manifiestan de manera informal estresarse ante las actividades que los académicos les hacen llegar, para el caso de la UTHH considerando que el modelo educativo es de un 70% práctica, genera que los docentes soliciten en muchas asignaturas prácticas integradoras que acumulan mucha tensión, preocupación, según los comentarios de las estudiantes, sin embargo se considera que se deben proponer técnicas que ayuden a minimizar este sentir para así contribuir a formar un carácter en la alumna que le permita afrontar algún episodio de estrés.

En relación a los estudios mencionados en la revista latinoamericana de psicología, los universitarios destacan manifestar niveles superiores de estrés durante la realización de exámenes, la exposición de trabajos en clase, el intervenir en el aula, ir al despacho del profesor en horas de tutorías, la sobrecarga académica, la masificación de las aulas, la falta de tiempo, la competitividad entre compañeros, la realización de trabajos obligatorios, la tarea de estudio y el trabajar en grupo. (García R. , Pérez , Pérez , & Natividad, 2012)

Tomando en cuenta que el estrés es una fuente de emociones positivas y/o negativas que surgen en todas las personas y, dependiendo de su nivel, puede derivar en serios problemas de salud, por tal motivo el estrés se ha convertido en objeto de varios estudios. Los jóvenes de la carrera de Contaduría representan una población vulnerable ante los condicionantes del estrés, desde su ingreso ya que se producen cambios significativos en los estudiantes, debido a factores académicos (tareas, evaluaciones, exposiciones, masificación de las aulas, relaciones interpersonales), procesos de adaptación, que generan respuestas de afrontamiento, como estados de ansiedad, consumo de tabacos, alcohol, drogas, fármacos, alteraciones de sueño e ingestas nocivas de alimentos.

Las actividades que se realizan durante el tránsito académico, como tareas, exámenes, reuniones, entrevistas, compromisos, son eventos que un estudiante universitario realiza constantemente a lo largo de su proceso de aprendizaje, pero cuando ocurre una sobrecarga aparece el estrés como respuesta del cuerpo ante la exigencia escolar y personal; lo más relevan-

te de dicha situación son las consecuencias que repercuten en los ámbitos académico, físico, psicológico y social. (Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., & Meza-Zamora, M. E. C. 2020).

Gutiérrez y Amador (2016) mencionan que entre las consecuencias que presenta el estrés académico, como otros tipos de estrés, son manifestaciones físicas individuales, como incremento de la frecuencia cardíaca, transpiración y tensión muscular de brazos y piernas; respiración entrecortada y roce de los dientes, trastornos del sueño, fatiga crónica, cefalea y problemas de digestión.

El estrés es toda circunstancia que genera tensión y, en este caso, se suele hablar de estresores. Un agente estresor puede ser cualquier estímulo que requiere del organismo una adaptación (Simón & Miñarro, 1990). Las femininas universitarias derivado de las cargas académicas por parte de los docentes pueden tener reacciones como trastornos en el sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza, rascarse, morderse las uñas, incluso tener necesidad de dormir.

El manejo del estrés hace posible, en los seres humanos, la adquisición de herramientas capaces de impulsar estilos de vida saludables, los cuales generan integración emocional, física, intelectual, espiritual, entre otras, en pro de implementar la cosmovisión del ser humano y su autorrealización. Dentro de la gestión educativa, como parte de los procesos de enseñanza académica y para la vida, se debe contemplar el desarrollo integral de la persona como uno de los objetivos prioritarios. (Rosa, 2018).

Algunos factores psicosociales y elementos propios de la vida universitaria, están asociados a un deterioro de la salud mental de los estudiantes. Entidades como la depresión, la ansiedad y el estrés han sido ampliamente estudiadas, demostrándose su relación con dichos factores.

A medida que aumenta la presión para tener éxito en la escuela, también aumenta el estrés que experimentan los estudiantes en otras áreas de sus vidas. Se destacan tres períodos críticos en la trayectoria escolar universitaria: 1) la transición entre el nivel medio superior a la licenciatura, 2) durante el proceso de admisión, y 3) cuando el estudiante no logra un adecuado rendimiento académico en las asignaturas (Torres y Rodríguez, 2006).

Metodología

Hipótesis

Para el análisis del presente se postula como hipótesis el siguiente enunciado:

H₁: Las estudiantes de noveno semestre presentan una intensidad mayor en los factores estresores más estrés que las que cursan tercer semestre

H₀: Las estudiantes de noveno no presentan más estrés que las que cursan tercer semestre

Diseño de la investigación

El diseño del presente trabajo es cuantitativo de tipo estudio es de tipo transversal o transeccional debido a que la recolección de datos fue en un tiempo único. El alcance de la investigación es de tipo descriptivo.

Instrumento

Como instrumento de recolección de datos para el presente trabajo de investigación se retomó el cuestionario diseñado por Barraza, 2007; dicho instrumento analiza los problemas estructurales del campo de estudio del estrés académico. El instrumento está formado por 48 ítems distribuidos en una primera sección por 17 ítems dirigidos a recolectar información sociodemográfica y 31 ítems orientados a la evaluación del estrés segmentados de la siguiente manera: un ítem de filtro para identificar si la estudiante es candidata o no contestar el cuestionario, un ítem de intensidad de estrés, ocho ítems para evaluar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores, 15 ítems para valorar el nivel con la que el estrés genera reacciones psicológicas, comportamentales o físicas, seis ítems para identificar la frecuencia de uso de estrategias para afrontar el estrés. Dicho instrumento paso por un proceso de confiabilidad con un Alpha de Cronbach de .90 (Hogan, 2004) así como de validez (Barraza, 2006). (P, 2004)

Población y muestreo

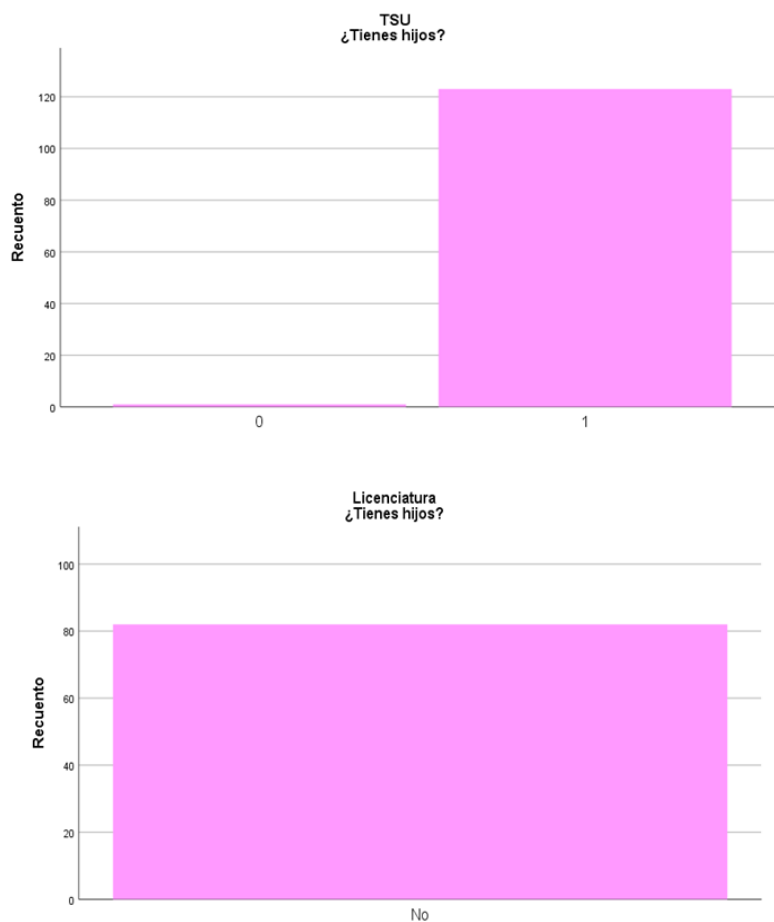
La población sujeta de estudio contemplo a 202 estudiantes mujeres que representan la totalidad de alumnas que cursan en formato presencial durante 8 horas el nivel Técnico superior Universitario en Contaduría en su tercer cuatrimestre así nivel Licenciatura en Contaduría de 9º cuatrimestre en este 2023. Las características de la población corresponden a estudiantes activas de 3er y 9º cuatrimestre quienes desde su perspectiva evalúan el nivel de estrés que presentan.

Resultados

Como parte de los resultados se analizó la parte sociodemográfica para entender el contexto de las estudiantes, encontrando lo siguiente: en relación con la pregunta ¿tienen hijos?, en el nivel TSU se observa que solamente existe una estudiante que cuenta con hijos, para el nivel Licenciatura ninguna estudiante cuenta con hijos. Ver Gráfico 24.1a-1b

Gráfico 24.1a – 1b

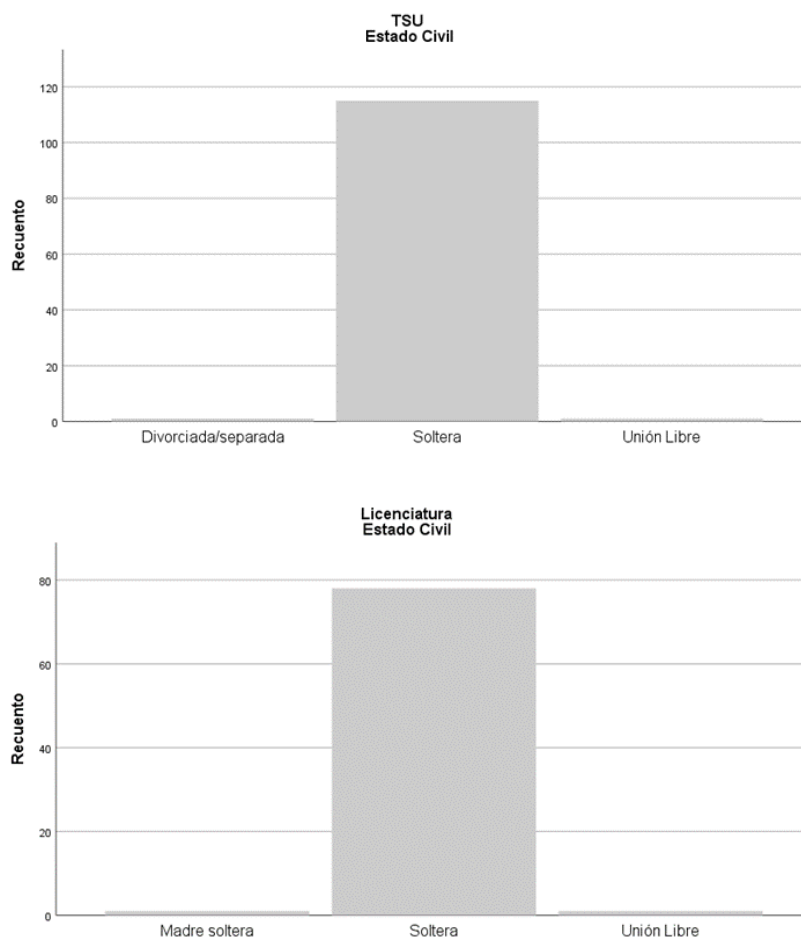
¿Tienen hijos?



En cuanto al estado civil se observa que en las estudiantes de ambos niveles TSU y Licenciatura presentan en la categoría de solteras con 118 casos de 121 datos totales para TSU, y 80 de 82 casos para licenciatura, tal como se observa en la Gráfica 24.2a -2b

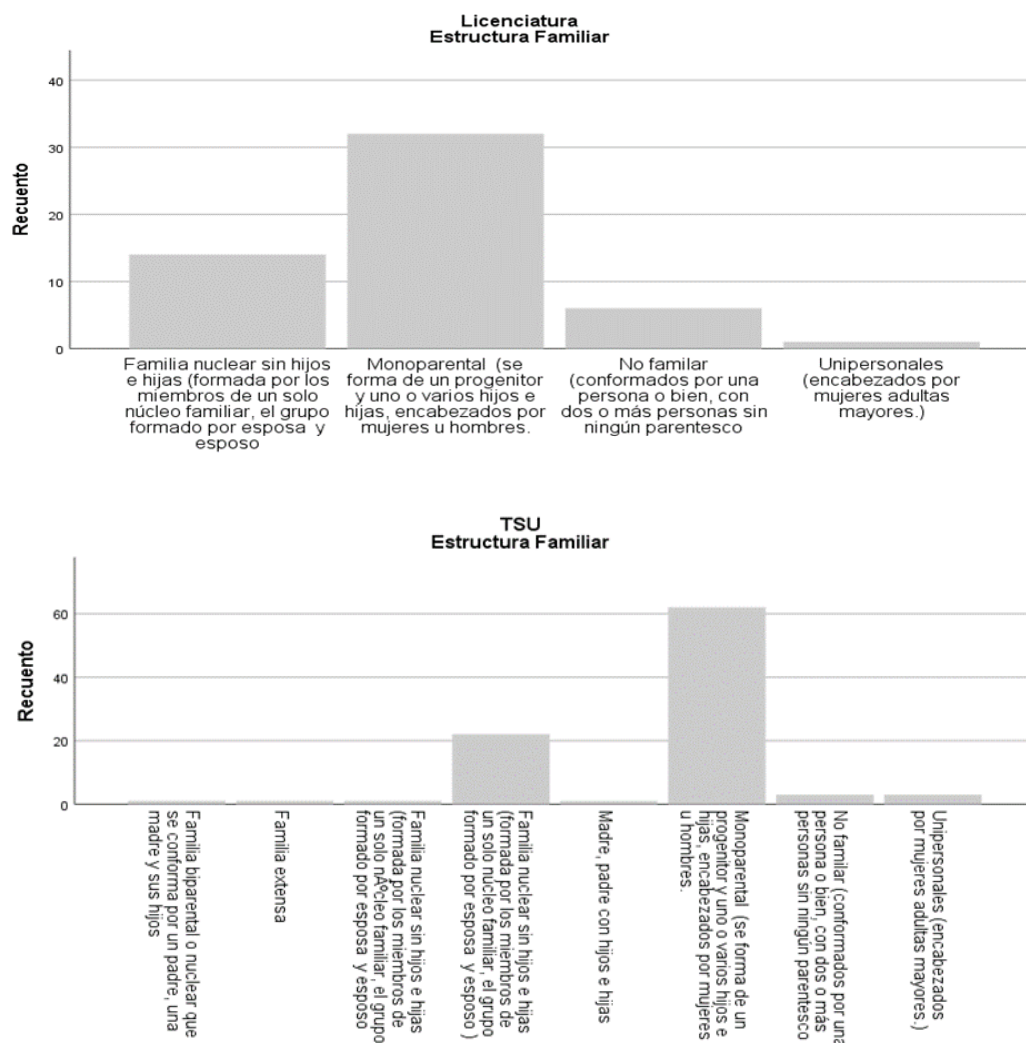
Gráfico 24.2a -2b

Estado Civil



Por otra parte, en cuanto a la estructura familiar en ambos niveles TSU así como Licenciatura se observa que el formato familiar predominante es el Monoparental, el cuál refiere a un progenitor y uno o varios hijas e hijos encabezadas por mujeres u hombres, tal como se observa en la siguiente Gráfica 24.3a -3b.

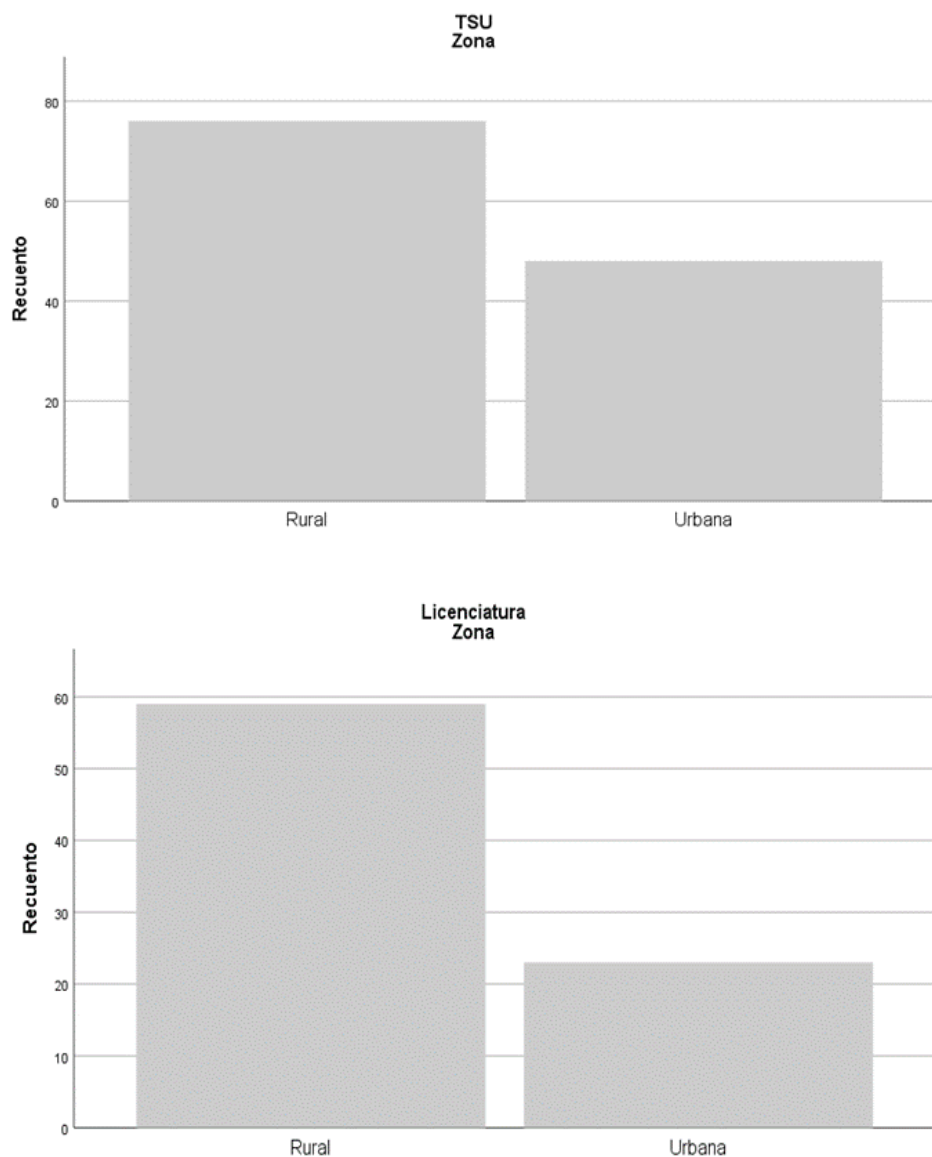
Gráfico 24.3a-3b
Estructura Familiar



En lo correspondiente a la zona en la que habitan las estudiantes universitarias, con una frecuencia de 76 y 59 de ambos niveles enuncio vivir en zonas rurales (Gráfico 24.4a-4b), lo cual corresponde a las características de la zona de influencia de la universidad, ya que los poblados que se encuentran cercanos a la institución son pequeños en términos de población.

Gráfico 24.4a-4b

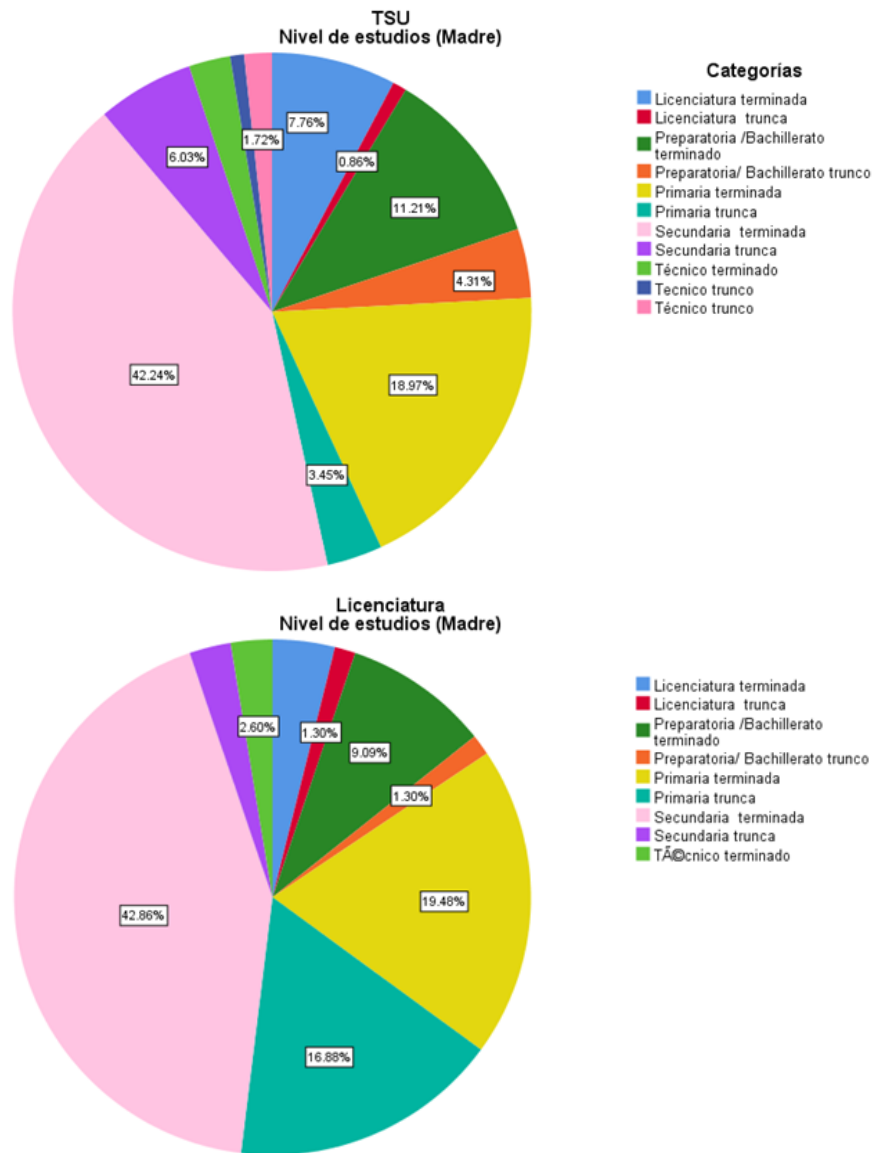
Zona en la que habitan las estudiantes



En otra esfera se indago sobre la formación académica de las madres de las estudiantes obteniendo que para el caso de TSU, así como para el nivel Licenciatura el nivel máximo es la secundaria con un 42.24% y 42.86 % respectivamente. (Ver Gráfico 24.5a-5b)

Gráfico 24.5a-5b

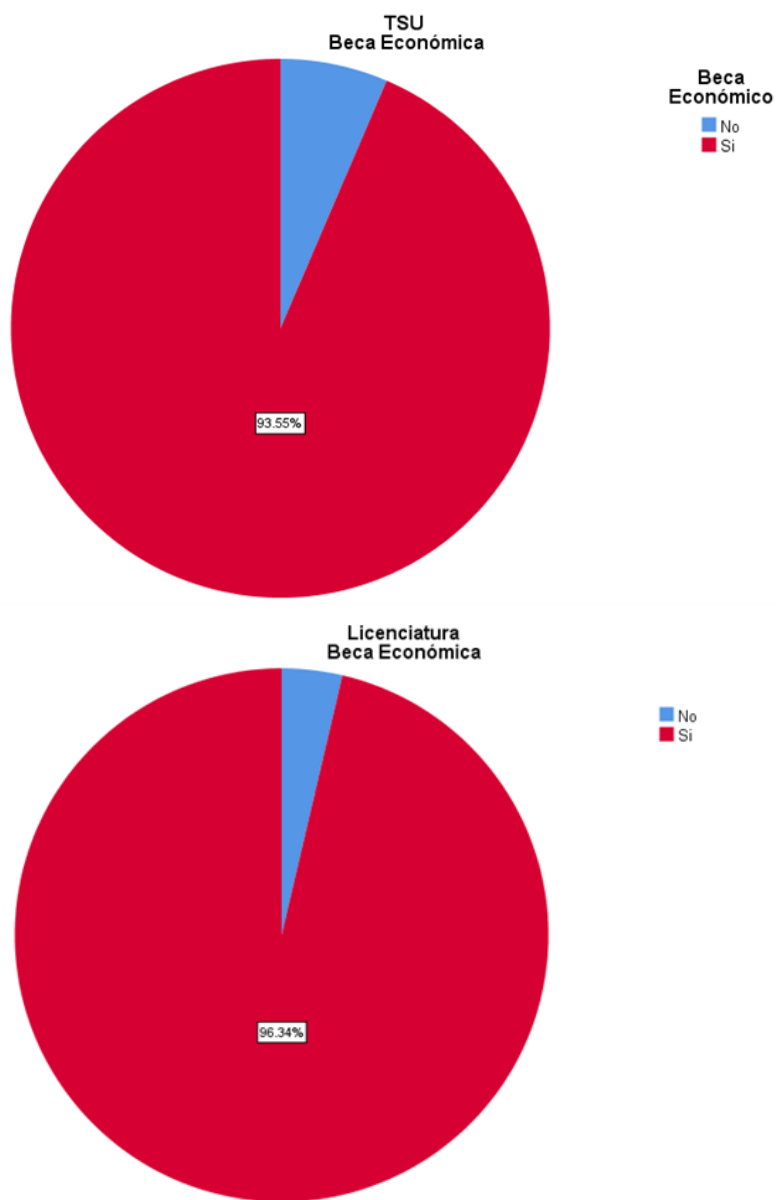
Nivel máximo de estudios de la madre.



Se encuentra que respecto a los apoyos económicos las estudiantes tanto de nivel TSU y Licenciatura casi en su totalidad cuenta con una beca federal, con un 93.55% y 96.34% tal como se observa en la siguiente Gráfica 24.6a-6b.

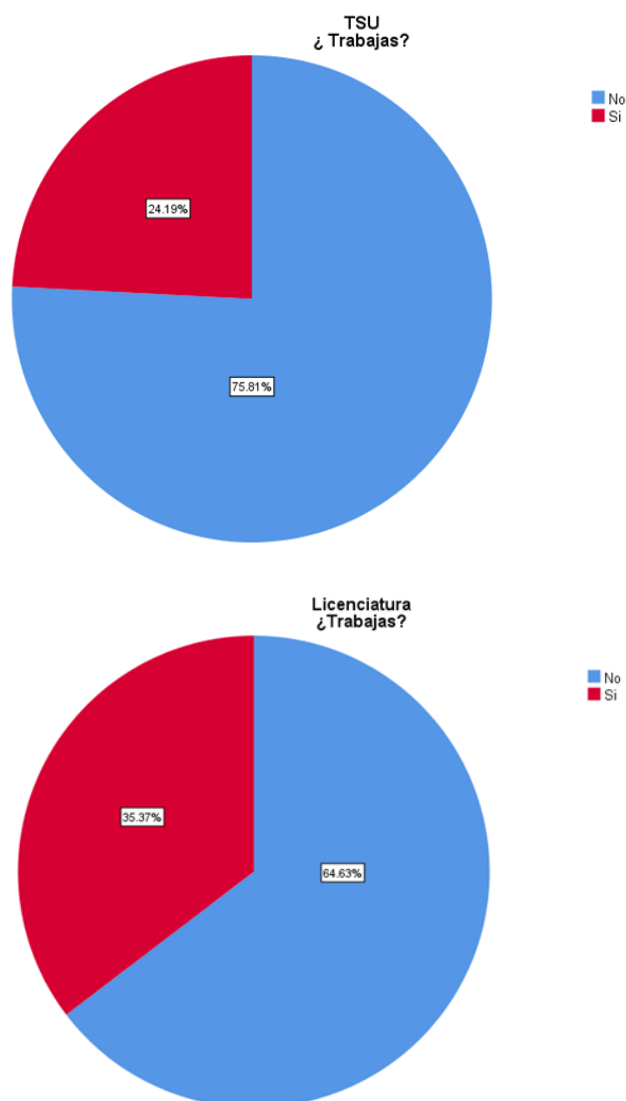
Gráfico 24.6a-6b

Estudiantes con beca federal.



Al revisar si las estudiantes trabajaban, se identifico que en el nivel TSU el 75.81% no se encuentran trabajando de momento, en el caso del nivel Licenciatura, las estudiantes en un 64.63% no trabajan, de acuerdo al Gráfico 24.7a-7b.

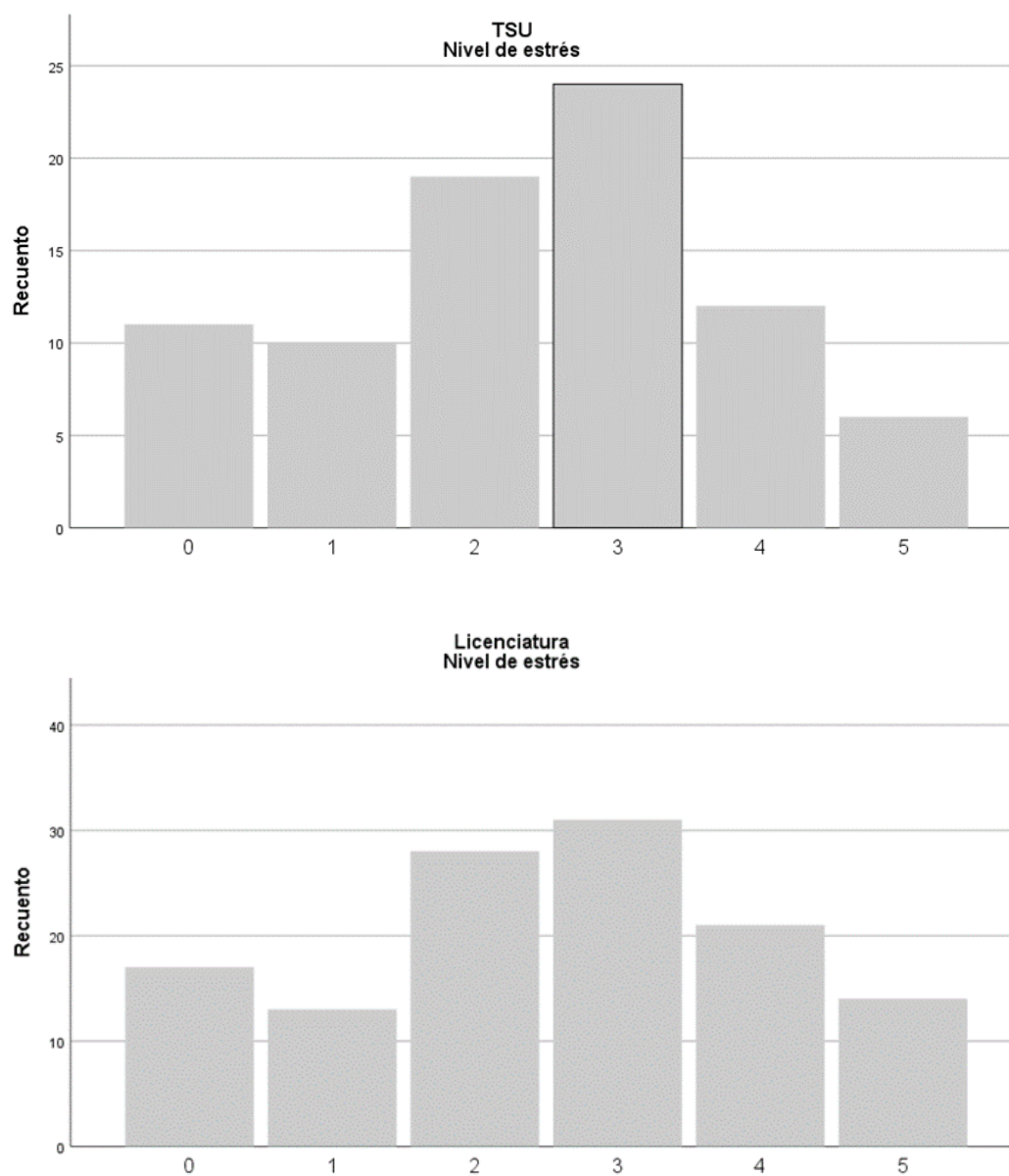
Gráfico 24.7a-7b
Estudiantes que trabajan



Como segundo escenario se presentan los resultados obtenidos en el cuestionario propuesto por Barraza para evaluar el nivel de estrés como primer momento, en este punto se encontró que los dos niveles manifiestan estar en un punto 3 de una escala que va de 1 a 5, lo anterior no es un dato alentador ya que, a pesar de no encontrarse en el extremo máximo, existe manifestación de inquietud y nerviosismo en las estudiantes, lo cual debe estudiarse para disminuir este efecto. Ver Gráfico 24.8a-8b.

Gráfico 24.8a-8b

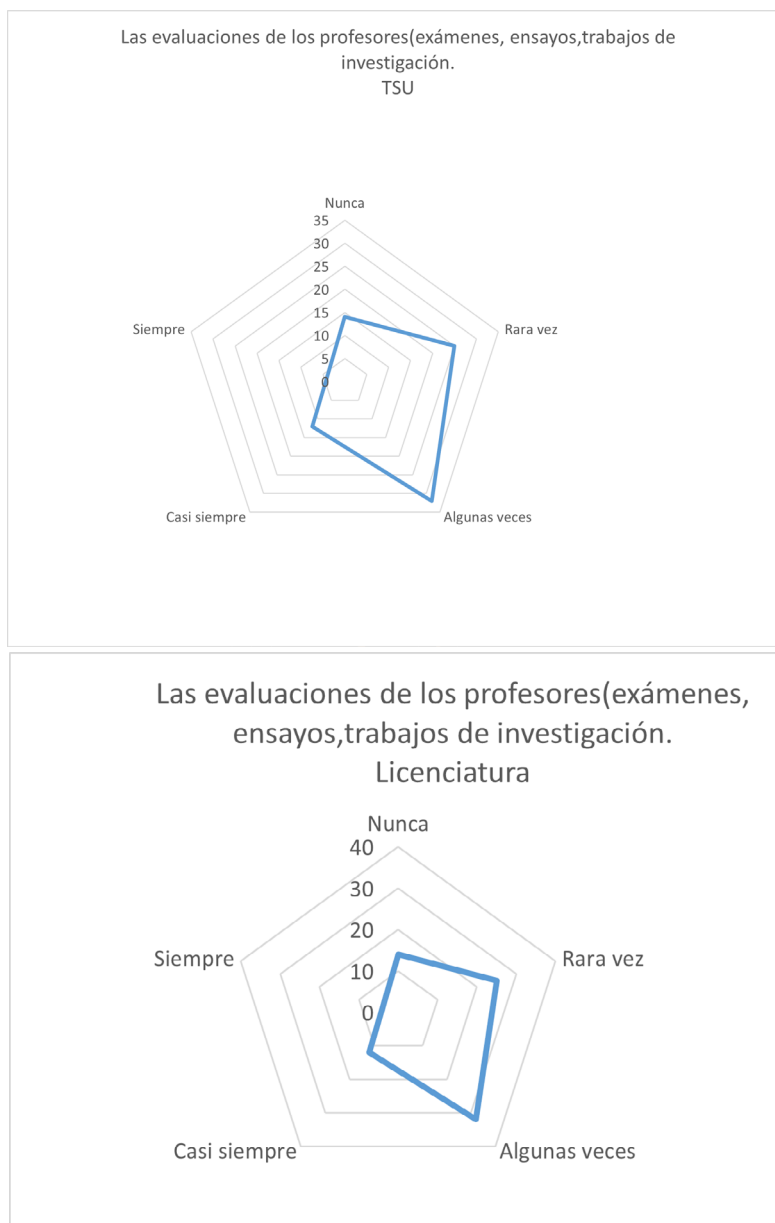
Nivel de estrés de las estudiantes.



Posterior al revisar el nivel de estrés se analiza el primer bloque las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores. En cuanto a las evaluaciones de los profesores que incluyen exámenes, ensayos, trabajos de investigación las estudiantes se perciben con una frecuencia de algunas veces, al compararlas con el nivel Licenciatura, estas manifiestan que rara vez este proceso es un estimulante estresor.

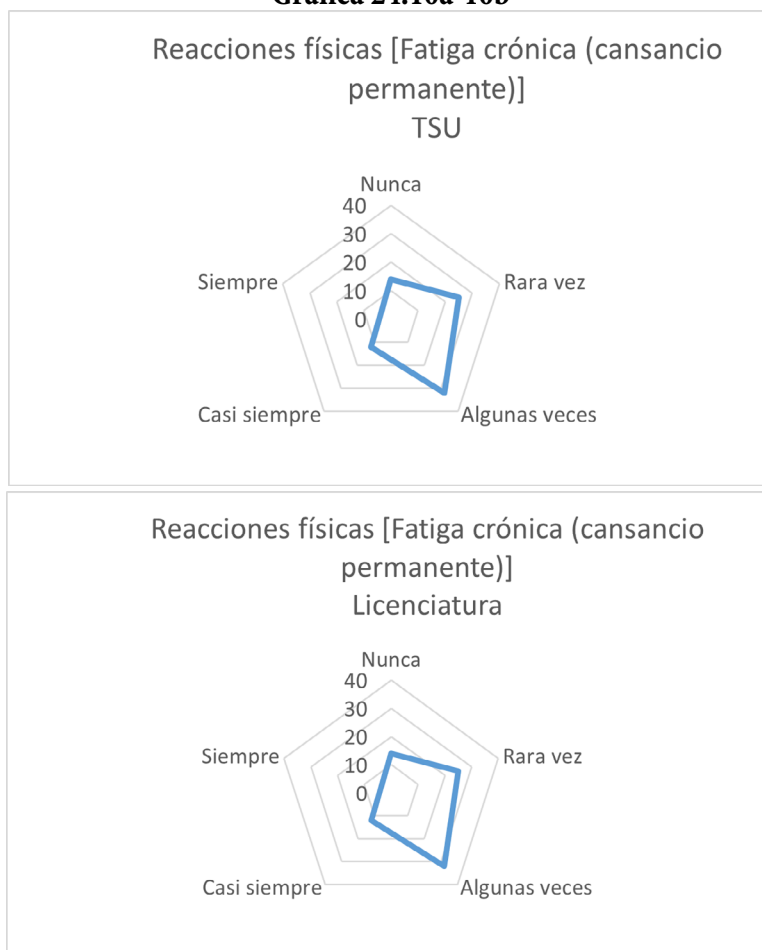
Gráfico 24.9a-9b

Estresor evaluaciones del profesor



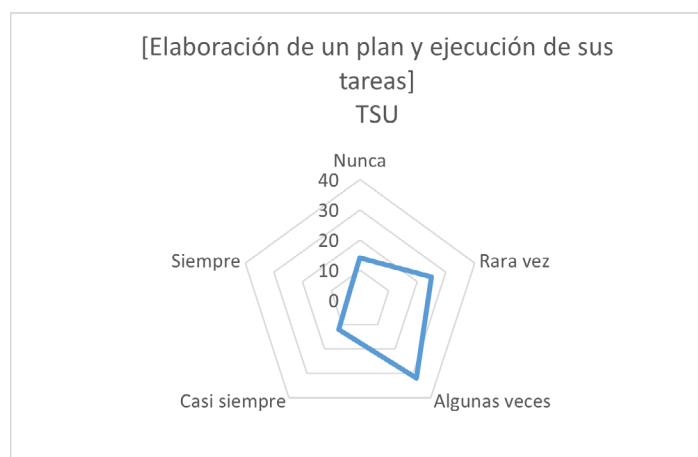
En cuanto a los efectos físicos se encontró que los dos niveles al revisar si presentaban cansancio o fatiga mostraron que nunca o rara vez es la categoría más representativa, no se ha encontrado efectos al menos en cuanto a fatiga.

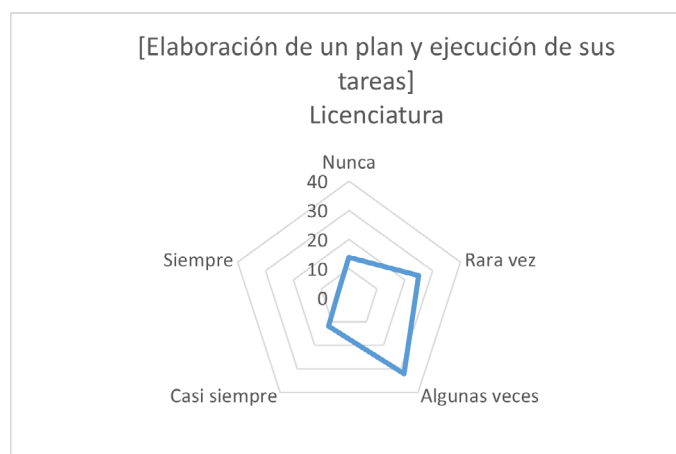
Grafica 24.10a-10b



Por último se observa que en cuanto a las estrategias que trabajan para disminuir su estrés, una de ellas el de elaborar un plan y ejecución de sus tareas, las estudiantes de TSU y licenciatura presentan con mayor énfasis la categoría : algunas veces.

Gráfica 24.11a-11b





Discusión

Los resultados del presente trabajo muestran en el aspecto sociodemográfico que las estudiantes muestran aspectos similares sociodemográficos al compartir características, lo que las coloca en un escenario similar para la realización de sus actividades académicas, se resalta en el instrumento de Barraza al evaluar el nivel de estrés se encontró que ambos grupos respondieron de la misma forma, lo que impide confirmar que el nivel de licenciatura genera mayor estrés que el de TSU, lo anterior posiblemente se deba a que se encuentran en un periodo de demanda de trabajo académico regular, es decir no hay periodos de exámenes o de entrega final de actividades, por lo que se sugiere realizar una segunda aplicación en el periodo de evaluaciones, para comparar los resultados en ambos periodos de tiempo inicio de evaluación- fin de evaluación.

La condición física de momento no refleja una complicación o efecto relevante al igual que las estrategias que usan, que para este estudio mostró que es suficiente que solo algunas veces realicen planes. Se propone una segunda aplicación, así como complementar con un análisis cualitativo la percepción del estrés.

Conclusiones

Podemos entonces concluir que en ambos niveles académicos la mayoría de las estudiantes no tienen hijos; respecto al estado civil en ambos grados su estado civil es: soltera; en cuanto a la estructura familiar en el caso de los dos niveles, es monoparental, es decir familias que se forman de un progenitor y uno o varios hijos e hijas, encabezados por mujeres; en términos económicos tanto las estudiantes de TSU como de licenciatura manifiestan contar con una beca que apoya a sus estudios así como en ambos casos describen encontrarse en zonas rurales. En cuanto al grado académico de los padres de las universitarias encuestadas, en los dos niveles, se obtuvo como dato que el status escolar máximo es la secundaria, tanto de la madre como del padre, en lo que refiere a los pocos casos de alumnas que manifestaron tener esposo o pareja estos tienen un nivel de Estudio de Técnico Superior Universitario. En el factor dependencia económica se obtuvieron los siguientes resultados las mujeres universi-

tarias dependen de padre y madre, y en ambos casos ellas no trabajan; en cuanto a sus gastos semanales mencionan que ascienden a seiscientos pesos en TSU, y en el nivel Licenciatura oscila entre setecientos y ochocientos pesos. En el apartado de discriminación en el aula las encuestadas manifiestan no haber sido objeto de esta situación. Considerando los parámetros anteriores se puede determinar que en una escala del 1 al 5, las estudiantes manifiestan un nivel 3, de estrés, esto para ambos niveles., cabe mencionar que una de las limitantes como ya se menciono es que esta encuesta fue aplicada a inicio de cuatrimestre donde la carga de actividades escolares aún no ha sido solicitada en gran medida por los docentes, lo que puede condicionar que aún no reflejen sus condiciones normales de trabajo por ende de estrés.

Referencias

- Berrio García , N., & Mazo Zea , R. (2011). Estrés Académico. Obtenido de Rev Psicol Univ Antioquia 3(2): http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006
- Díaz Cárdenas, S., Arrieta Vergara, K., & González Martínez, F. (2015). Estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de odontología . Obtenido de Salud Uninorte : <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/view/5568/7040>
- Escobar Zurita , E., Soria De Mesa, B., & López Proaño , G. (2018). Manejo del estrés académico; Revisión crítica. Obtenido de Revista Atlantye: <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html//hdl.handle.net/20.500.11763/atlante-1808estres-academico>
- Francisco , P., & Ricardo, C. (2015). Estrés y burnout en estudiantes de Odontología: una situación preocupante en la formación profesional . Revista de la Universidad de Concepción , pág. Vol. 3.pp. 26.
- García, R., Pérez , F., Pérez , J., & Natividad, L. (2012). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. Revista Latinoamericana de Psicología, 44, 143-154.
- García, R., Pérez , J., Pérez, F., & Natividad, L. (2012). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. Revista Latinoamericana de Psicología : 44, 143-154.
- González , M., & González, S. (2012). Estrés Académico en el Nivel Medio Superior. Obtenido de Revista Electrónica en Ciencias Sociales y Humanidades Apoyadas por Tecnologías: <https://edusol.info/revista/index.php/cshat/article/view/51/45>
- Gutiérrez, H., & Amador, M. (2016). Estudio del estrés en el ambito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. QUIPURAMAYOC: 24(45A) 23-28.
- Huejutla de Reyes. (s.f.). Economía, empleo, equidad, calidad de vida, educación, salud y seguridad pública. Obtenido de Data México: <https://datamexico.org/es/profile/geo/huejutla-de-reyes?>
- Mena Freire, M. A., Ruiz Olarte , A. M., & Vargas Espín , A. (2023). Diferencias de género en la percepcion de estres en universitarios del Ecuador. Ciencia Latina Revista Cientifica Multidisciplinar: 7(1) 2026-2038. doi:https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.3850

- Montoya, L., Gutiérrez, J., Toro, B., Briñón, M., Rosas, E., & Salazar, L. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Rev CES Med*; 24(1): 7-17.
- P, H. T. (2004). *Pruebas Psicológicas*. Mexico: El manual moderno.
- Pacheco, J. (2017). Estrés académico de los estudiantes de enfermería en una universidad privada de Puerto Rico y su asociación con el rendimiento académico. Obtenido de *Riuma*, 24(3), 21-35: <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/15903>
- Pulido, M., Serrano, M., Valdés, E., Chávez, M., Hidalgo, P., & Vera, F. (2011). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicología y Salud*, págs. 31-37.
- Rosa, E. (Agosto de 28 de 2018). Manejo del estrés académico. Obtenido de *Revisión Crítica*: https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estresacademico.html?fb_comment_id=1881566745289288_4030013307111277
- Silva Ramos, M. F., Silva Cocotle, J. J., & Meza Zamora, M. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes*.
- Simón, V., & Miñarro, J. (1990). Estrés: una perspectiva psicobiológica. En S. Palafox & J. Vila. *Motivación y emoción* (345-377): Madrid: Alhambra Universidad.
- Torres Velázquez, L., & Rodríguez Soriano, N. (2006). Rendimiento académico y contexto familiar en estudiantes universitarios. Obtenido de *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 11 (2), 255-270: <https://www.redalyc.org/pdf/292/29211204.pdf>
- Vidal Conti, J., Muntaner-Mas, A., & Palou Sampol. (2018). Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. Obtenido de *Contextos Educativos. Revista De Educación* (22), 181-195: <https://doi.org/10.18172/con.3369>