



ISSN: 2448 - 6574

## Estrés académico en médicos internos de pregrado del IMSS Culiacán.

Carlos de Jesús Edeza Navarrete  
carloseteza@hotmail.com

Irma Giovanna Quiroz Rodríguez  
giovanna.78@hotmail.com

Nikell Esmeralda Zárate Depraect  
senibaza@hotmail.com

### Resumen

En la actualidad el estrés se puede observar en diferentes contextos, desde laborales, sociales, académicos, entre otros, con las respectivas repercusiones en el estado de salud de las personas afectadas, así como de su desempeño. El presente estudio exploratorio, descriptivo, transversal; busca detectar ésta problemática en médicos internos de pregrado, los cuales se encuentran en contextos desfavorables, ante las largas jornadas de trabajo, actividades asistenciales y académicas, además de docentes sin formación pedagógica. De la población de 64 médicos internos de pregrado del IMSS Culiacán, se logró aplicar el Inventario SISCO a 33 de ellos, donde el 100% refirieron sentirse preocupados o nerviosos. El tiempo limitado, la personalidad y carácter del profesor son estímulos estresores al igual que el tipo de trabajo que piden los docentes y los síntomas de estrés fueron: fatiga crónica, somnolencia, dolores de cabeza y sentirse irritable.

**Palabras Clave:** Estrés Académico, Estudiantes Universitarios, Internado, Pregrado.

### Planteamiento del Problema

Actualmente la educación superior pasa por cambios significativos, gracias a la Reforma Educativa, esto implica que el proceso de enseñanza aprendizaje sea centrado en el estudiante para que él desarrolle la capacidad de autonomía. Por ende, la práctica docente debe facilitar este proceso promoviendo una



ISSN: 2448 - 6574

comunicación efectiva, orientando a los estudiantes con entusiasmo, de manera que los estimule a autogestionar su proceso de aprendizaje, además de estar siempre dispuestos a enseñar los contenidos del programa académico con profesionalismo. De lo contrario puede ocasionar manifestaciones en los estudiantes, como es el estrés.

La UNESCO (2013), describe como el clima escolar es un factor que afecta de manera importante los aprendizajes, donde la calidad de la educación, requiere de un entorno inclusivo y democrático para que todos los estudiantes puedan desarrollar al máximo sus potencialidades. El estrés producido por las actividades en el proceso enseñanza aprendizaje constituye en la actualidad un problema de salud mental que afecta a muchos estudiantes.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2004), define al estrés independientemente de su causa como aquel que se puede producir en situaciones muy diversas, incluidas el de índole académico y que se caracteriza como la reacción que puede tener el individuo ante exigencias y presiones que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades, y que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación.

En México, González (2014), se refiere al estrés académico como aquel que surge de un exceso o sobreesfuerzo del organismo al sobreponerse al nivel de resistencia experimentado por éste, donde los procesos cognoscitivos, emocionales y conductuales influyen en la forma como se enfrenta y maneja un evento estresante.

En el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) de Culiacán Sinaloa, se reciben año con año a los estudiantes que han terminado sus créditos académicos en la Facultad de Medicina. En relación a ello, para convertirse en médicos generales deben cumplir un año de rotación en hospitales de enseñanza siendo así



ISSN: 2448 - 6574

como adquieren el nombre de Médicos Internos de Pregrado (MIP). Durante ese año de estadía en el hospital, reciben educación continua por parte de los diferentes médicos (que adquieren el rol de docentes) de los servicios de medicina interna, cirugía, urgencias médicas, pediatría y gineco-obstetricia. Se esperaría que la enseñanza en esta etapa 100% clínica, sea dada por los médicos-docentes con tintes de: comunicación efectiva, entusiasmo, dispuestos a ayudar al MIP en su aprendizaje, promoviendo el trabajo colaborativo, la motivación, haciéndole ver al MIP los objetivos académicos que deben cumplirse y felicitarle cuando ya se han cumplido satisfactoriamente, además de ser congruentes en las evaluaciones en relación a lo enseñado y entregar los resultados de la misma para que el MIP identifique en que aprendizajes debe mejorar.

Sin embargo, muchos de éstos médicos no ejercen la práctica docente de esta manera lo que puede generar en el estudiante exigencias de conocimientos, habilidades, actitudes y valores que lo sobrepasan y lo llevan a sentirse amenazado, presionado; es decir percibe estrés académico por la ausencia de una efectiva enseñanza por parte del médico-docente. Y como consecuencia, si el estrés académico se percibe prolongadamente, el estudiante puede llegar a sentir malestar físico, psicológico y hasta social.

El término estrés tiene su origen en el estudio de la física alrededor del siglo XVII, cuando el inglés Robert Hooke descubrió la energía potencial elástica y la relación existente entre las deformaciones de un cuerpo y la fuerza aplicada sobre este. Después, el también inglés, Thomas Young definió el estrés como la respuesta intrínseca del objeto propia a su estructura, provocada por la fuerza concurrente. El concepto estrés aplicado a medicina corresponde al francés Claude Bernard a inicios del siglo XIX, donde refiere que “la estabilidad del medio ambiente interno, es la condición indispensable para la vida libre e independiente” (Román, 2011). Posteriormente, al inicio del siglo XX Walter Bradford Cannon, refiere el término estrés como un estado o reacción del organismo, describiendo los mecanismos



ISSN: 2448 - 6574

fisiológicos que intervienen en la homeostasis, la cual al ser alterada de sus límites, el sujeto intenta restablecerlo. Es decir, el estrés era resultado de alteraciones en el mecanismo homeostático del individuo o del animal (Álvarez, 1989). El pionero a mitad del siglo XX fue Hans Selye, quien estudia el estrés con una metodología científica y enfoque positivista, redefine al estrés inicialmente como estímulo y después como respuesta (Selye, 1946).

Para ser más específicos, en el contexto escolar, Polo (1996) define el estrés académico propiamente como aquel que se produce en relación con el ámbito educativo experimentado, tanto en docentes como en estudiantes. Constata además que los niveles superiores de estrés se dan en la realización de exámenes, exposición de trabajos en clase, intervenciones en el aula, por falta de tiempo, competitividad entre compañeros, realización de trabajos obligatorios, tareas de estudio y trabajos en grupo.

Lowe (2000), reporta una incidencia de estrés académico de aproximadamente 90% en estudiantes de último grado de la Universidad de Hull en Inglaterra, los individuos informaron niveles elevados de estrés cuando se sienten sobrecargados de tareas y ante la gestión del tiempo, lo cual es importante considerando los efectos perjudiciales que éste ejerce sobre la salud y el deterioro académico del individuo, ante un afrontamiento inadecuado.

García, Pérez, Pérez y Natividad (2012) reportaron que en la Universidad de Valencia en su ciclo 2006-2007 utilizaron el Inventario de Estrés Académico (IEA) en estudiantes de nuevo ingreso, y encontraron un alto índice de estrés alcanzando el 80%, con niveles elevados y relacionándolo principalmente con la exposición de trabajos en clase, falta de tiempo para tareas, sobrecarga académica y realización de exámenes, los síntomas predominantes fueron del tipo cognitivo (pensamientos negativos), seguidos por los fisiológicos (problemas del sueño, digestivos, entre otros) y comportamentales (ausentismo, consumo de alcohol y tabaco).



ISSN: 2448 - 6574

Duarte y Fernández (2015) encontraron en estudiantes universitarios cubanos de 17 a 24 años de edad del curso regular diurno, un incremento en el estrés académico en aquellos estudiantes que predominaba el enfoque superficial de aprendizaje, es decir en aquellos estudiantes preocupados por un aprendizaje memorístico y sobrecarga de tareas extra-clase favorecido por el maestro, condicionando problemas de concentración, dolores de cabeza o migraña, y desgano para realizar tareas escolares. La incidencia de estrés académico fue del 88.1%, predominando en el sexo femenino 94% contra el 85% encontrado en hombres.

Ante la información vertida previamente surgen las siguientes preguntas de investigación:

¿De qué manera la práctica docente que ejercen los médicos del IMSS Culiacán, incide en la presencia de estrés académico en los MIP?, Por lo anterior el objetivo de ese estudio es analizar si la práctica docente que ejercen los médicos del IMSS Culiacán, incide en la presencia de estrés académico de los MIP.

### **Justificación**

Resaltar que existe estrés académico en los MIP del IMSS Culiacán es importante porque puede afectar su desempeño académico y por ende hacia el paciente. Además, los resultados obtenidos en este estudio, pueden ser un punto de partida para capacitar, diseñar e implementar estrategias de enseñanza que optimicen el aprendizaje en el ambiente hospitalario, se propicien espacios de comunicación, entusiasmo, motivación y trabajo colaborativo entre docente y estudiante y así se mejore la calidad en la atención al paciente.

### **Fundamentación Teórica**

Estrés como respuesta física: Se identifican tres etapas del estrés: La primera es la de Alarma, donde el cuerpo reconoce el estrés y se prepara para la acción, ya





ISSN: 2448 - 6574

sea de agresión o de fuga. Las glándulas endocrinas liberan hormonas que aumentan los latidos cardíacos, ritmo respiratorio, elevan el nivel de glucosa sangre, la transpiración, dilatan las pupilas y hacen más lenta la digestión. La segunda etapa es la de Resistencia, donde el cuerpo repara el daño causado en la etapa anterior, sin embargo si el estrés continúa, el cuerpo permanece alerta y no puede reparar los daños y la tercera etapa es de Agotamiento, cuya consecuencia puede ser una alteración producida por el estrés, la exposición prolongada al estrés agota las reservas de energía del cuerpo y puede llevar a situaciones extremas (Selye, 1974).

Modelo Transaccional del estrés: Ramírez y Hernández (2006), confirman el modelo Transaccional del Estrés, el cual tiene fundamentos en el estrés psicológico. Este modelo de estrés, se basa en la relación entre el sujeto y su entorno, aquí, la persona evalúa las situaciones o vivencias, como amenazantes o desbordantes, con base o respecto a sus recursos internos, es decir, el individuo hace una valoración de lo que significa, las cosas que ocurren a su alrededor, en relación con su bienestar. Si tiene los recursos internos (procesos cognitivos, emocionales y físicos) para enfrentarlo o no.

Estrés académico: Pérez, et al. (2012) definen el estrés académico, como aquel que se produce cuando el estudiante valora que los requerimientos de una situación, sobrepasan los recursos y capacidades propias, en ese momento comienza a sentirse estresado. Los síntomas del estrés académico son; ansiedad intensa, dificultad de concentración, dificultad para memorizar, estado de alerta prolongado entre otros, es decir, dificultad para que los procesos cognitivos se lleven a cabo correctamente.

Estrés académico en MIP: Los estudiantes universitarios en general, y en particular los médicos internos de pregrado, están sometidos a cargas académicas prolongadas que le requieren desarrollar actividades todo el día. Deben asistir a



ISSN: 2448 - 6574

cursos teóricos, de 2 a 3 horas al día y realizar su práctica clínica hospitalaria de 8 hrs diarias, más la práctica clínica complementaria (guardias) de 36 hrs en total cada 3er día, preparación de clases, revisión de artículos académicos, etc. Lo que genera en ellos estrés continuo. En relación a ello, Jaramillo et al. (2009), encontraron factores desencadenantes de estrés y ansiedad en estudiantes de la Universidad de Antioquia, de Medellín Colombia, que dicen que la interacción docente-estudiante, juega un papel importante en la generación del estrés en el estudiante, debido a la imposición del maestro en cómo hacer las cosas y las exigencias del mismo, que no permiten al discente, desarrollar sus propia construcciones en el aprendizaje. Así mismo, generan estrés en los estudiantes, el exceso de carga académica y el acto clínico, produciendo manifestaciones físicas y emocionales propias del estrés.

## **Metodología**

Estudio exploratorio, descriptivo, transversal. La población de estudio está integrada por 64 MIP del IMSS de Culiacán, y la muestra (seleccionada aleatoriamente), quedó conformada por 33 de ellos. Instrumentos: Se aplicó durante febrero de 2017, el Inventario SISCO (Barraza, 2006), integrado por 31 ítems con 5 opciones de respuesta que van desde 1=nunca a 5=siempre. Dicho instrumento permite detectar la presencia de estrés académico, el primer ítem evalúa si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario, el segundo ítem permite identificar la intensidad del estrés académico, los ocho ítems siguientes permiten valorar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores; los siguientes quince ítems identifican la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor y finalmente seis ítems permiten identificar la frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento.

## **Resultados**

En el último semestre el 100% de los MIP encuestados, refiere haber sentido preocupación o nerviosismo; el 15.15% en poco nivel de intensidad, el 21.21% en



ISSN: 2448 - 6574

regular nivel de intensidad y 12.12% en mucho nivel de intensidad. Además, la situación de sentir que el tiempo es limitado para hacer el trabajo, es una de las demandas del entorno que valoran como estímulo estresor; encontrándose que el 42.42% lo refiere como casi siempre y el 21.21% siempre. También, se encontró que los síntomas o reacciones al estímulo estresor son: el 36.36% casi siempre y 27.27% siempre sienten fatiga crónica o cansancio permanente, somnolencia o mayor necesidad de dormir en el mismo porcentaje; 30.3% casi siempre y 18.18% siempre refiere sentir aumento o reducción en el consumo de alimentos. Finalmente, refieren usar las siguientes estrategias de afrontamiento para enfrentar la situación que les ha causado preocupación o nerviosismo, 42.42% casi siempre y 12.12% siempre se consideran asertivos (al defender sus preferencias, preferencias o sentimientos sin dañar a otros), 36.36% casi siempre y 24.24% siempre elaboran un plan y ejecución de sus tareas, el 36.36% casi siempre y 24.24% siempre se elogian a sí mismos y el 24.24% casi siempre y 27.27% siempre buscan información sobre la situación que genera preocupación o nerviosismo. Por otra parte, el 45.45% de los MIP, refiere que algunas veces la personalidad y el carácter del profesor es un estímulo estresor. Y el 42.42% dice que algunas veces, el tipo de trabajo que te piden los profesores y la participación en clase (responder preguntas o exposición), también son factores estimulantes de estrés. Siguiendo con el mismo nivel de intensidad en las respuestas, el 42.42% refiere que algunas veces manifiesta dolores de cabeza o migrañas y sentirse agresivos o irritables.

## Conclusiones

Los estímulos estresores referidos por los MIP del Hospital General Regional #1 del Instituto Mexicano del Seguro Social de Culiacán, Sinaloa, en relación al proceso de enseñanza aprendizaje, son: Tener el tiempo limitado para hacer el trabajo, la personalidad y el carácter del profesor, el tipo de trabajos que piden los profesores y la participación en clase (responder a preguntas o exponer). En relación a lo anterior, las reacciones físicas que refieren los MIP ante el estímulo estresor, son: fatiga crónica o cansancio permanente, somnolencia o mayor necesidad de





ISSN: 2448 - 6574

dormir, dolores de cabeza o migraña. En cuanto a las reacciones psicológicas, refieren sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad. Y en las reacciones comportamentales refieren sentir aumento o reducción en el consumo de alimentos. Del mismo modo, las estrategias de afrontamiento que dicen usar son: ser asertivos, elaborar un plan y ejecución de sus tareas, elogiarse así mismos y buscar información sobre la situación a la que se enfrentan. Sin embargo, cabe aclarar que menos del 50% de los MIP lo hacen.

### Referencias bibliográficas

- Álvarez, M., (1989). *El estrés: Un enfoque psiconeuroendócrino*. La Habana, Cuba:Científico Técnica.
- Duarte-Mette, E. L., Fernández-Castillo, E., (2015). Relación entre los enfoques de aprendizaje y el estrés académico en estudiantes universitarios. *Alternativas cubanas en psicología*, 3 (8), 79-89.
- García-Ros, R., Pérez-Gonzalez, F., Pérez-Blasco, J., Natividad, L.A., (2012). Evaluación del estrés académico en estudiante de nueva incorporación a la Universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(2), 143-154.
- González-Avila, G., Bello-Villalobos, H., (2014). Efecto del estrés laboral en el aprovechamiento académico de médicos residentes de Oncología. *Revista médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 52 (4), 468-473.
- Jaramillo, G., Caro, H., Parra, Z. A. G., Bedoya, J. P. M., Pabón, É. A. R., & Mejía, M. C. S. (2009). Dispositivos desencadenantes de estrés y ansiedad en estudiantes de odontología de la Universidad de Antioquia. *Revista Facultad de Odontología Universidad de Antioquia*, 20(1). Recuperado de <https://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/odont/article/view/2369/1929>
- Lowe, G., Urquhat, J., Greenman, J. & Lowe, G. (2000). Academic stress and secretory immunoglobulin A. *Psychological Reports*, 87, 721-722.



ISSN: 2448 - 6574

- OMS (2004). La Organización del trabajo y el estrés. *Serie protección de la salud de los trabajadores no. 3*, Reino Unido:Universidad de Nottinham.
- Pérez, J., Natividad, L., García, R., Pérez F. (2012). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*, Sin mes, 143-154. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80524058011>
- Polo, A., Hernández, J.M. & Poza, C. (1996). Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad y estrés*, 2-3, 159-172.
- Ramírez, M. G., & Hernández, R. L. (2008). Confirmación de un modelo explicativo del estrés y de los síntomas psicósomáticos mediante ecuaciones estructurales. *RevPanam Salud Publica*, 23(1), 7. Recuperado de <http://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v23n1/a02v23n1>
- Selye, H. (1946). The General Adaptation Syndrome and the Disease of adaptation. *Journal Clinical Endocrinology*, 6, 117-230.
- Selye, H. (1974). *Stress without distress*. Philadelphia:JB Lippincott.
- UNESCO (2013). Situación Educativa de America Latina y el Caribe. Santiago de Chile:UNESCO.