

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE ENFERMERIA
Carrera de Enfermería

Características del estrés asociada a la adquisición de competencias durante el periodo de práctica en alumnos de la carrera de enfermería, Concepción 2018.

Tesis para optar al grado de
Licenciado en Enfermería.
Profesor Guía: Julia Ramírez Castillo

autores:

Katherine Valeria Rivera Barrientos
Yesenia Anabella Opazo Duran.
María José Crisosto Figueroa

Concepción – Chile
2018

INDICE.

RESUMEN	4
I. PRESENTACIÓN PROBLEMA.....	6
INTRODUCCION.	6
JUSTIFICACIÓN.	9
PROPÓSITO.	12
PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.	13
OBJETIVO GENERAL	13
OBJETIVOS ESPECIFICOS	13
MARCO REFERENCIAL.....	14
Manifestaciones psicológicas y emocionales.	17
Manifestaciones conductuales.	17
METODOLOGIA.....	30
DISEÑO DE INVESTIGACION.....	30
UNIVERSO DE ESTUDIO.....	31
UNIDAD DE ANALISIS.....	31
MUESTRA DEL ESTUDIO.....	31
PROCEDIMIENTO DE TOMA DE MUESTRA.	32
CRITERIOS DE INCLUSIÓN	33
CRITERIOS DE EXCLUSION	33
INTRUMENTO DE RECOLECCIÓN	34
ANÁLISIS Y RESULTADOS.....	35
VARIABLES BIOSOCIODEMOGRAFICAS.....	36
GRAFICOS BIOSOCIODEMOGRAFICOS.....	37
GRAFICOS VARIABLES PENDIENTES.....	46
VARIABLES DEL INSTRUMENTO SISCO	50
DISCUSIÓN	66
CONCLUSION	68
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	70
ANEXO 1.....	75

Glosario	75
ANEXO 2	76
ANEXO 3	78
ANEXO 4	80
ANEXO 5	81
ANEXO 6	82
ANEXO 7	83

RESUMEN

En la presente investigación titulada “Características del estrés asociada a la adquisición de competencias durante el periodo de práctica en alumnos de la carrera de enfermería, Concepción 2018.”, tiene como objetivo describir la manifestación del estrés sobre la adquisición de competencias en los estudiantes de enfermería de la universidad que se encuentran cursando prácticas.

El estudiante de enfermería se ve envuelto en el constante desarrollo personal, en donde debe afrontar nuevas situaciones, a las cuales no está suficientemente preparado y que demandan una constante adaptación tanto física como psicológica, en donde se experimenta periodos de tensión mediante avanza su enseñanza tanto teórica como práctica.

Y la literatura investigativa respalda con varios estudios relacionados al estrés académico universitario y en esta investigación se origina más contenido al respecto y para su efecto se realizó un estudio de metodología cuantitativa, retrospectiva, descriptiva y transversal, ya que los datos fueron obtenidos mediante un cuestionario de auto aplicación en conjunto del instrumento SISCO, aplicado a un total de 144 estudiantes de la universidad y el cual es de recolección cuantitativa, que investiga tres componentes del estrés académico, estos son: los estímulos estresores (como por ejemplo las evaluaciones o el desconocimiento, etc.); los síntomas del estrés (como reacciones físicas, psicológicas y comportamentales) y las estrategias de afrontamiento (como pueden ser la religiosidad o la ejecución de un plan y la ejecución de sus tareas, etc.). Así damos a conocer los factores estresores más predominantes presentes en los estudiantes y describir los efectos físicos, psicológicos y emocionales, y que métodos son los más usados para poder con llevar estos periodos se estrés.

ABSTRACT

In the present investigation titled "Features of stress associated with the acquisition of skills during the period of practice in students of the nursing career, Concepcion 2018.", has as objective to describe the manifestation of stress on the acquisition of competencies in students of nursing at the university who are studying practices.

The nursing student is involved in the constant personal development, where must face new situations, which is not sufficiently prepared and that require constant adaptation both physical and psychological, where you experience periods of tension through advances its teaching both in theory and in practice.

And the research literature supports several studies related to university academic stress and in this research more content is generated in this regard and for its effect a quantitative, retrospective, descriptive and transversal methodology study was carried out, since the data was obtained through a questionnaire of self-application as a whole of the SISCO instrument, applied to a total of 144 students of the university and which is a quantitative collection, which investigates three components of academic stress, these are: stressful stimuli (such as assessments or ignorance) , etc.); the symptoms of stress (such as physical, psychological and behavioral reactions) and coping strategies (such as religiosity or the execution of a plan and the execution of their tasks, etc.). This way we present the most prevalent stressors present in the students and describe the physical, psychological and emotional effects, and which methods are the most used to be able to take these periods stress.

PRESENTACIÓN PROBLEMA.

INTRODUCCION.

El concepto de estrés es un término que través del tiempo se ha ido popularizando, cada vez siento más interesante ya que la mayoría de las personas no tiene claro en que consiste realmente **(Monzón, 2007)**.

Por otro lado, cuando el estrés se origina en el contexto de un proceso educativo es frecuente referirse al mecanismo de adaptación del individuo en términos de estrés académico, ya que hoy en día, implica una amplia gama de características que se van relacionando, lo cual es un factor primordial para esta investigación. Cuando se asume el desafío personal de ser profesionales del área de la salud, está claro que no es un camino fácil ya que constantemente los estudiantes están sometidos a presiones psicológicas, físicas y sociales afectando en ocasiones el desarrollo de su vida diaria.

La mayor parte de los estudiantes ha relatado haber sufrido cuadro de estrés al menos 3 veces en un semestre. Enfermería está lejos de ser una carrera fácil, ya que es complicada y densa de algunas materias y si esto se asocia al inicio de prácticas clínicas la sobrecarga física y psicológica aumenta considerablemente. El estrés actualmente se está convirtiendo en una de las enfermedades de salud mental más predominantes a nivel nacional y mundial. Actualmente las cifras de patologías en el área de la salud mental en Chile han ido en alza durante los últimos años, en un estudio realizado por el centro médico de salud mental, en un universo de 1.100 personas, se dio a conocer que un 80% de la población chilena vive en constantes periodos de estrés, a pesar de este alto porcentaje un 45% de este 80% menciona ser feliz. **(Collado y García, 2012)**.

La OMS ha clasificado el estrés como una epidemia global, ya que las cifras de estrés a nivel mundial están cercanas al 60% de la población.

El estrés es un estado de cansancio mental provocado por la exigencia de un rendimiento muy superior al normal que suele provocar diversos trastornos físicos y mentales. Si se asocia esta definición en la formación de futuros profesionales del área de salud, en este caso de Enfermería, se puede encontrar con etapas que no solo constan con componentes teóricos, sino también con componentes prácticos. Acá se pueden evidenciar los primeros rasgos de inicio del estrés ya que previo al inicio de las prácticas, se tiende a pensar o imaginar cómo va a ser el desarrollo de esta misma y si se está realmente preparado. También se encuentra otro aspecto que busca explicar que es la competencia personal la cual se verá si realmente afecta a los individuos de forma negativa o positiva.

El concepto de competencia es complejo, un profesional es competente en la medida que utiliza sus conocimientos, las habilidades, las actitudes, y el buen juicio asociado a su profesión, con la finalidad de poder desarrollar de forma eficaz en aquellas situaciones que corresponden al campo de su práctica. La competencia, pues, pertenece al área del saber hacer, a la demostración en sí misma, no tanto a la acreditación o a la intención.

El estudiante de enfermería debe estar orientado por la competencia profesional y por la consideración de varios elementos como son: lo que se enseña al estudiante sobre la profesión, lo que ve y hace en los centros de práctica y la propia experimentación-socialización a lo largo de la carrera universitaria, son algunos de los parámetros que incorpora el estudiante para configurar su ideal de competencia profesional.

El aprendizaje del alumno, en tanto que experiencia individual, es la que verdaderamente definirá el concepto y el desempeño de la enfermería en este.

Asociado a lo anterior se plantea la necesidad de investigar las características del estrés en los estudiantes de enfermería de una universidad privada y como la competencia influye en el aumento del desarrollo de factores estresores, ya que el objetivo se enfoca en poder identificar los diferentes factores asociados, pudiendo lograr un análisis diferencial de los distintos aspectos que pueden existir dentro de este universo.

(Falcón ,2014)

JUSTIFICACIÓN.

Esta investigación se basa en que, durante todo el proceso de estudio universitario, el estudiante tiene la incertidumbre de adaptarse continuamente a ciertos cambios asociados a adquirir mayor conocimiento y ser competente dentro de la carrera, teniendo como objetivo mantener un equilibrio entre el medio ambiente universitario y su propio organismo, generando como respuesta necesaria el estrés, para enfrentar estos cambios.

El organismo reacciona con estrés a ciertos cambios, se relaciona estrechamente con el ambiente universitario de la carrera de enfermería, en donde la información adquirida aumenta constantemente, mediante van pasando las clases, prácticas clínicas y los ramos aprobados, sumando que año a año, se actualiza la información adquirida recientemente y al hecho de conocer nuevas amistades y también rivalidades, pueden ser factores desencadenantes de situaciones de estrés.

También existen otro tipo de situaciones que el estudiante se ve involucrado, debiendo convivir con todo tipo de personalidades a nivel estudiantil y de docencia, además de aprender a adquirir nuevas técnicas clínicas, coordinar sus horarios de estudio con los de práctica clínica, sin olvidar factores estresantes, como los puede ser, el desconocimiento ante una práctica clínica y con qué compañeros les ha sido asignada la rotación, sin dejar de lado los periodos de evaluaciones teóricas de aquellos ramos que están siendo cursados.

Debiendo saber lidiar con ello a diario, naturalmente se tienen respuestas ante las distintas situaciones y en cierto momento, como mayores consecuencias la afección en distintas áreas y en distinto grado tanto en lo personal como lo social.

De acuerdo a algunas investigaciones no tan solo en el estudiante, sino que también en el trabajador de enfermería independiente el área en la que se esté desarrollando, hay un cierto grado de estrés presente, no tan solo asociado a las competencias que puede tener como profesional, si no que a su diario vivir en familia y a convivir en un ambiente laboral.

Collados y García, 2012)

Actualmente el termino de competencias personales y profesionales ha tomado gran difusión en las organizaciones e instituciones educativas, con el fin de desarrollar en la persona conductas observables que indiquen su desarrollo en determinada área de su vida en donde se desenvuelve.

Desde el siglo XV el verbo "competir" significó "pelear con", generando sustantivos como competencia, competidor, y el adjetivo, competitivo. **(Leboyer, 2010).**

Una persona presenta un perfil de competencias alto cuando demuestra las cualidades requeridas para llevar a cabo determinadas misiones o tareas.

Está comprobado que el ser humano tiene capacidad de adquirir nuevas competencias durante toda su vida, siempre que se den los estímulos apropiados y exista acceso a los recursos necesarios.

Se puede decir que las competencias personales o profesionales son la sumatoria de los conocimientos, actitudes, valores y habilidades para desarrollar mejor sus actividades.

Son la sumatoria integral del ser humano para vivir su vida, son las herramientas que le permitirán alcanzar sus metas y sueños.

En muchas ocasiones se tiende a priorizar la adquisición de competencias para mejorar el desempeño en el ámbito académico y laboral, pudiendo desarrollar expertis en determinada área, sin embargo, el individuo deja de lado las competencias personales que facilitan la evolución de él cómo ser humano.

Por otra parte, mencionando la relación entre el estrés y la adquisición de competencias durante la práctica clínica, podemos decir que el resultado que se podría llegar a obtener en los alumnos de la carrera de enfermería, pueden ser variados, y demostrados por la nula afección tanto de la vida universitaria como la vida personal y social del alumno, como una afección de importancia tanto física como mental. Todos estos resultados a raíz del estrés que podría llegar a generar la adquisición de competencias durante el desarrollo individual de cada alumno, se verán manifestados en el transcurso de sus prácticas clínicas, tanto por sus calificaciones como en la propia percepción que los estudiantes tendrán al desarrollar y finalizar sus prácticas clínicas.

PROPÓSITO.

El estrés puede afectar tanto el desarrollo de las competencias laborales como también las competencias personales. Actualmente, las competencias se definen como: "comportamientos que algunas personas dominan mejor que otras, y que las hace más eficaces en una determinada situación" (**Leboyer, 2010**).

Podemos también designarlas con las siglas CHAI (conocimientos, habilidades, actitudes e intereses) que, puestas en acción, diferencian a unas personas de otras. Estas definiciones no solo se apegan al perfil de las habilidades laborales y prácticas, sino que también se refiere a las habilidades blandas y empáticas aplicadas en la realización de sus actividades laborales o prácticas.

Relacionado con lo anteriormente mencionado, esta investigación lleva como propósito conocer las características asociadas del estrés a la adquisición de competencias, en este caso durante los periodos de práctica clínica.

Pudiendo identificar finalmente cuales son los factores de riesgo predominantes para el desarrollo de cuadros de estrés, también observando la relación de la falta de conocimientos teórico y prácticos, influyen en el aumento de riesgo a generar este tipo de cuadros. Se busca observar como el estrés en si afecta el rendimiento y la aplicación de competencias prácticas y teóricas que ya están adquiridas, pero que no son llevadas a cabo de forma óptima. Por lo que en muchas ocasiones se tiende a priorizar la adquisición de competencias o la mejora de estas para tener un desempeño optimo tanto en el ámbito académico y laboral, pudiendo desarrollar expertis en determinada área, sin embargo, el individuo deja de lado las competencias personales o blandas que facilitan la evolución de él cómo ser humano.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.

¿Cuáles son las características del estrés asociada a la adquisición de competencia durante el periodo de práctica en alumnos de la carrera de enfermería, Concepción 2018?

OBJETIVO GENERAL

- Conocer las características del estrés asociada a la adquisición de competencia durante el periodo de prácticas en alumnos de la carrera de enfermería, Concepción 2018.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Describir las características biosociodemograficas de estudiantes de enfermería de una universidad privada.
 - Identificar los factores estresores predominantes en estudiantes de enfermería de una universidad privada mediante instrumento SISCO.
 - Conocer las características de la competencia como desencadenante del estrés en estudiantes de enfermería de una universidad privada, mediante el instrumento SISCO.
 - Describir los efectos psicológicos, físicos y emocionales que el estrés causa en estudiantes de enfermería de una universidad privada, mediante el instrumento SISCO.
 - Describir las características que existen en un curso de cuadros de estrés en estudiantes de enfermería de una universidad privada, mediante el instrumento SISCO.
-

MARCO REFERENCIAL.

3.1 Marco Conceptual.

Estrés.

Es el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción desde este punto de vista el estrés simplemente es la respuesta de un organismo frente a un cambio en el mundo exterior que le rodea. Los inconvenientes aparecen cuando estos cambios externos, ya sean de orden físico o psíquico, superan nuestra capacidad de afrontarlos.

Es en este caso, cuando hablamos del estrés como el estímulo que nos agrede física y psicológicamente, afectando y reduciendo nuestra calidad de vida.

Ante una situación de estrés nuestro organismo manda una señal a las glándulas suprarrenales para que aumenten la llamada “hormona del estrés” **(OMS, 2013)**

Principales tipos de estrés.

- **Estrés agudo.** Estrés a corto plazo que desaparece rápidamente. Puede sentirlo cuando presiona los frenos, pelea con su pareja o esquía en una pendiente. Esto le ayuda a controlar las situaciones peligrosas. También ocurre cuando hace algo nuevo o emocionante. Todas las personas sienten estrés agudo en algún momento u otro.
- **Estrés crónico.** Este es el estrés que dura por un período de tiempo prolongado. Usted puede tener estrés crónico si tiene problemas de dinero, un matrimonio infeliz o problemas en el trabajo. Cualquier tipo de estrés que continúa por semanas o meses es estrés crónico. Puede acostumbrarse tanto al estrés crónico que no se dé cuenta de que es un problema.

Estrés académico.

El estrés académico es la reacción normal que tenemos frente a las diversas exigencias y demandas a las que nos enfrentamos en la Universidad, tales como pruebas, exámenes, trabajos, presentaciones, prácticas, etc. Esta reacción nos activa y nos moviliza para responder con eficacia y conseguir nuestras metas y objetivos. Sin embargo, en ocasiones, podemos tener demasiadas exigencias al mismo tiempo, lo que puede agudizar la respuesta y disminuir nuestro rendimiento. **(Osorio, 2015).**

Los estresores académicos se asocian estrechamente con los factores estresores no académicos, el estrés académico tiene 2 tipos de estresores y si dividen según las exigencias, estas son:

- **Exigencias Internas:** Se realiza a nosotros mismos cuando somos muy autoexigentes, tenemos altas expectativas de logro, necesitamos mantener el control y nos esforzamos en ellos, entre otros.
- **Exigencias Externas:** Va presentando nuestro entorno, dentro de las cuales destacan tener que entregar trabajos y rendir pruebas y exámenes en un tiempo acotado; realizar trabajos en grupo; exponer frente al curso (disertaciones); no entender contenidos abordados en la clase; tiempo limitado para las obligaciones académicas, entre otros.

Estas exigencias como se mencionan anteriormente se relacionan con los factores estresores no académicos, como por ejemplo la separación de padres, problemas laborales o familiares, algún tipo de patología, etc. Estos factores estresores no académicos influyen en el desarrollo normal del individuo, por lo que sumado a la carga física y psicología que puede causar el aspecto académico puede agudizar aún más el cuadro de estrés.

En este aspecto y asociado al estrés académico, podemos encontrar a parte de las tres etapas expuesta por Hans Seyle que constan de la fase de alarma, resistencia y agotamiento, también se agrega la etapa de cronificación.

La cronificación es la fase que sigue al agotamiento y consiste en que en esta etapa comienza toda la sintomatología grave del estrés, ya que el cuerpo luego de llegar a la fase de agotamiento necesita un descanso con el fin de lograr recuperar las energías que se han agotado o perdido producto de este cuadro. Si a pesar del agotamiento ya establecido, el individuo no se detiene a descansar se entra a esta nueva fase que es la cronificación, que es donde el cuerpo ya se encuentra tan agotado que comienza a manifestar distintos síntomas como:

Manifestaciones psicológicas y emocionales.

- Inquietud e hiperactividad.
- Tristeza y/o desgano.
- Ansiedad constante.
- Dificultades para concentrarse.
- Dificultades para procesar ideas.
- Problemas de memoria, olvidos frecuentes.
- Irritabilidad frecuente.
- Temor a no poder cumplir con las obligaciones.
- Baja motivación para actividades académicas.
- Angustia y/o ganas de llorar frecuente.

Manifestaciones conductuales.

- Frecuente tendencia a discutir con los demás.
 - Necesidad de estar solo, aislarse.
 - Uso de fármacos para estar despierto (auto medicados).
 - Preferir otras actividades por sobre el estudio.
 - Uso de fármacos para dormir (auto medicados).
 - Dificultad para sentarse a estudiar.
 - Aumento del consumo de café y/o tabaco.
 - Dejar de asistir a clases.
 - Tendencia a dejar de hacer, por desgano o apatía, lo que se acostumbra normalmente.
-

Medidas de prevención y afrontamiento.

Para evitar el desgaste constante producto del estrés académico podemos encontrar tanto medidas psicológicas como también físicas que pueden ayudar de mejor manera a prevenir y afrontar cuadro de estrés severo o la sobrecarga física y psicológica previa.

Dentro de estas medidas de afrontamiento podemos encontrar cosas tan simples como, la realización de deporte, la sociabilización con compañeros y conversar de temas alejados a la universidad o lo académico, dedicar el tiempo a hobbies, mantener el sentido del amor, darse ánimo a sí mismo, tener una alimentación saludable y más que nada buscar apoyo en terceros cuando sea necesario.

También existen métodos de prevención y afrontamiento relacionados con la relajación muscular, esta técnica fue desarrollada por el psiquiatra estadounidense Edmund Jacobson en la década de los 30. Su mecanismo de acción permite obtener el control voluntario de la tensión y la distensión muscular, permitiendo identificar la relación entre el estado muscular y el estado mental de tensión. Se le denomina “progresiva” ya que los avances se van consiguiendo de forma gradual. La forma de trabajo es ir tensando y relajando los diversos grupos musculares. **(Osorio M. 2015)**

¿Qué significa ser competente?

Una persona competente es quien sabe cómo se hace algo, sabe hacerlo y le gusta hacerlo o al menos lo hace con ética. Es decir, no basta con saber cosas sino con saber para qué son, para qué sirven, en qué se usan. Una persona competente se ha preparado para dominar el desempeño de una tarea y en su ejecución pasa por el tamiz de sus valores personales.

La idea de competencia y de personal competente está, desde hace unos años, presente en varias profesiones, entre ellas la enfermería. Se habla de competencia clínica, competencia profesional, de competencia del estudiante, de la evaluación de la competencia, de la gestión y la retribución de la competencia profesional.

La reciente publicación de trabajos y artículos sobre el tema de la literatura científica en lengua castellana demuestra la creciente implicación de los profesionales en la necesidad de aplicar, tanto desde la perspectiva asistencial como la educativa, fórmulas para crear profesionales competentes. Es por ello un debate que está muy presente en el mundo.

Diversos autores en enfermería han reiterado la necesidad de clasificar diferentes términos referentes a la idea de competencia, como son la competencia, la capacidad y la ejecución o desempeño. Es decir, un profesional puede acreditar ser competente, pero ante una situación real no demostrarlo: no demostrar el saber, el saber estar, el saber hacer y el buen juicio enfermero, por lo que no responde al nivel profesional de calidad exigible en aquella situación. **(Pastrana A. 2014)**

3.2 MARCO TEORICO

El estrés, en las últimas décadas, se encuentra en una creciente prevalencia por parte de la población estudiantil universitaria, y se ha estudiado diferentes factores desencadenantes como por ejemplo la adquisición de competencia, Huber Dreyfus un profesor de filosofía en la Universidad de California, publicó el documento sobre las etapas de adquisición de competencias.

Este modelo o estudio, muestra el desarrollo de diferentes profesiones, como enfermeras, jugadores de ajedrez u operadores. Algunas de estas etapas son: novato, principiante avanzado, competente, profesional y experto. Estas etapas son las conocidas como modelo Dreyfus sobre la adquisición de competencias



Este modelo de adaptación se relaciona con los alumnos que se encuentran cursando la carrera universitaria de enfermería, ya que se ven enfrentados constantemente a cambios importantes, adoptando positivamente un propósito, dominio superado y una meta final. El modelo de Roy demuestra que ayuda con el afrontamiento del estrés y la adaptación de los cambios, tanto físicos como psicológicos, presentes en diferentes situaciones.

Instrumento SISCO

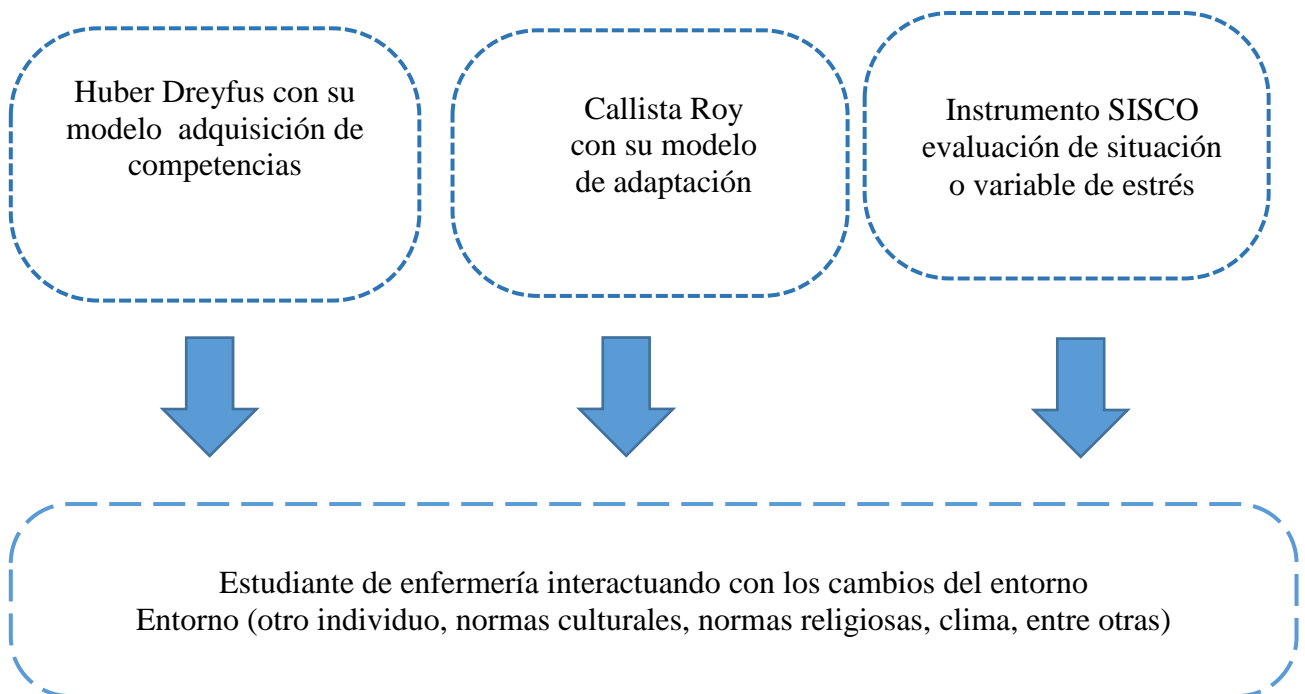
Instrumento elaborado por Arturo Barraza Macías (2007), donde se basó para la construcción de este instrumento desde una perspectiva sistémico-cognoscitiva, que permite conceptualizar al estrés académico bajo los siguientes términos. El estrés académico es un proceso sistemático de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, esta estructura que se tomó para formar el SISCO se ve relacionada con la teoría de Callista Roy, ya que como se menciona anteriormente el estrés es de carácter adaptativo y psicológico por lo que este instrumento busca encontrar a través de su puntaje, cuáles serían las formas de afrontamiento más eficaces para adaptarse positivamente a las situaciones de estrés, pudiendo dominar estas situaciones y para finalmente cumplir la meta propuesta, por lo que podemos identificar de manera descriptiva en tres momentos:

- Primero: El alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas, que debajo la valoración del propio alumno, son consideradas estresores (input)
 - Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio)
 - Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico.
-

Confiabilidad: Se utilizó la evaluación de la confiabilidad con la estrategia de la confiabilidad por mitades (.87) y el alfa de Cronbach (.90). Esta evaluación se realizó en dos momentos: en un primer momento, se tomó como base el total de los ítems que constituyen el inventario (41), se obtuvo la confiabilidad que esta vez fue considerativa.

Validez: Se recolectó evidencia basada en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de estudios constatados.

Se investigan ambos modelos, ya que con el de Huber Dreyfus vemos representada la adquisición de competencias gradualmente y con el modelo de Callista Roy la adaptación al estrés enfrentado. Teniendo el poder de afrontar y superar las causas de estrés, dominando las situaciones y obteniendo un crecimiento personal.



3.3 MARCO EMPIRICO

De acuerdo a investigaciones nacionales e internacionales, relacionado al tema del estrés y la competitividad se puede encontrar las siguientes referencias empíricas.

En investigaciones nacionales **Barraza, Muñoz, Alfaro y Araya (2015)**, ``Ansiedad, depresión, estrés y organización de la personalidad en estudiantes novatos de medicina y enfermería``. Este estudio realizado en Santiago de Chile y consto de una muestra de 110 estudiantes de entre los 18 y 34 años y se les aplico como instrumento el Inventario de Organización de la Personalidad (IPO), versión adaptada y validada para Chile.

En ella se investigó la relación entre los retos de la vida independiente y los desafíos académicos que comúnmente enfrentan los estudiantes universitarios, generan una mayor potencial predisposición a la emergencia de depresión, ansiedad y estrés. Los resultados de esta investigación fueron que, respecto a la sintomatología ansiosa, depresiva y estrés es posible constatar que para la ansiedad un 53% de la muestra se sitúa en rango normal, un 35% en rango medio a moderado y un 12% en rango severo a muy severo.

En cuanto a la depresión un 72% de la muestra se sitúa en rango normal, un 22,4% en rango medio a moderado y un 5,6% en rangos severo a muy severo, finalmente para el estrés un 56% de la muestra se sitúa en rango normal, un 32% en rango medio a moderado y un 12% en rangos severo a muy severo. No obstante, los puntajes promedio sitúan a la muestra total en rangos normales para ansiedad y depresión y en el caso del estrés en rango medio.

Marty, Lavín, Figueroa, Larraín y Cruz (2010), Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. Este estudio fue realizado en Santiago de Chile y consto de una muestra de 438 alumnos de carreras del área de la salud de la universidad de los andes se utilizó un cuestionario no validado en Chile extraído del libro “Estrés y rendimiento en el trabajo”. En esta investigación se buscaba la prevalencia del estrés en estudiantes del área de la salud y los resultados fueron que la prevalencia de estrés total (leve, moderado y severo) en las carreras mencionadas de la U. de los Andes (UANDES) es de 36,3%. Con un intervalo de confianza del 95%, la prevalencia se encuentra entre 31,8% y 40,8%. La prevalencia de estrés total y leve es significativamente mayor en mujeres que en hombres. En cambio, no se encontraron diferencias significativas de estrés moderado entre ambos sexos. Con esto se llegó a la conclusión de que el estrés aparece como un fenómeno frecuente en los estudiantes del área de salud y especialmente en mujeres, estudiantes de Medicina, en el primer año. El estrés leve es el de mayor prevalencia, lo que sería de cierta forma adaptativo para poder cumplir el alto nivel de exigencia de estas carreras. COLOCAR INSTRUMENTO

Jerez, M; Oyarzo, C. (2015), “Estrés académico en estudiante del departamento de salud de la Universidad de los Lagos, Osorno” Se basa en que las exigencias a las cuales se ven enfrentados los estudiantes de una institución académica suele ser una experiencia que, inevitablemente, produce estrés en los alumnos. Pretende identificar la prevalencia de estrés en estudiantes de la Universidad de los Lagos, Osorno. La muestra estuvo compuesta por 314 alumnos de las carreras de Enfermería, Fonoaudiología, Kinesiología y Nutrición, a los que se les explicó el inventario SISCO del estrés académico que mide nivel de estrés, factores estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

Un 98% de los estudiantes han presentado estrés académico, señalando estar más estresadas las mujeres (96,24 %) que los hombres (88,57%). Los estresores más mencionados por los alumnos fueron las evaluaciones de los profesores (95,6%) y la sobrecarga de tareas y trabajos (92,3%). Existiendo diferencia significativa entre las carreras en las evaluaciones de los profesores. Con respecto a los síntomas la mayoría de los encuestados señalan haber tenido somnolencia y el problema de concentración, en cuanto al género existe diferencia en varios de los síntomas que son presentados mayormente en las mujeres.

En investigaciones internacionales **López, F y López, M (2011)**, “Situaciones generadoras de estrés en los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas”, cuyo objetivo fue conocer qué situaciones les resultan más estresantes a los alumnos de enfermería durante prácticas clínicas, fue realizado a 215 estudiantes de enfermería matriculados durante el curso 2009-2010 en la Universidad de Murcia, utilizando como instrumento de medición una modificación del cuestionario KEZKAK, que mide factores causantes de estrés en las prácticas clínicas de alumnos de enfermería. Como resultado de esta investigación se dio a conocer que los estudiantes presentan niveles de estrés altos durante sus prácticas clínicas, siendo los más afectados los estudiantes de segundo año, los estresores que más les afectan son los relacionados con desconocimiento, impotencia e incertidumbre ante una situación clínica.

Antolin, R; Puialto, MJ; Moure, ML y Quinteiro, T (2007), “Situaciones de las prácticas clínicas que provoca estrés en los estudiantes de enfermería”, fue un estudio tipo observacional, transversal comparativo, realizado a los alumnos de tres cursos de enfermería matriculados en el año 2004-2005 en la escuela de Meixoeiro, con el objetivo de valorar qué situaciones de las prácticas clínicas, agrupadas por factores, que resultan más estresantes para los estudiantes.

La medición se realizó con los instrumentos KEZKAK Y STAI. La participación en el estudio fue del 85,30 %, con un rango de edad entre 19-41 años. De las 146 encuestas entregadas han sido válidas 140, siendo distribuidas de la siguiente forma: 49 a primer curso, el mismo número a segundo curso representando el (35%) en cada uno del caso y 42 a tercero (30%). El 93% de la muestra está formada por mujeres.

La media edad es de 21,49 años con un rango de 19-41 años. De los 40 ítems ,39 tienen una puntuación como generadora de estrés, de ellos 28 están puntuados entre 2 considerado como (bastante estrés) y 3 como (mucho estrés).

Tam phun, E y Santos, C (2010),“El consumo de alcohol y el estrés entre estudiantes del segundo año de enfermería” cuyo objetivo fue identificar el consumo de alcohol y el estrés académico en estudiantes de enfermería. Trata de una investigación descriptiva, transversal, que se realizó en el año 2005. En este estudio los cuestionarios de Estrés académico y el AUDIT fueron aplicados en 82 estudiantes de una universidad privada en Lima, Perú. Los resultados mostraron que los estudiantes tenían edad promedio 20- 40 años, siendo 92,7% solteras, 69,5% no trabajan, 91,5% no tenían hijos y 86,6 % vivían con sus padres.

La sobrecarga académica presentó el estresor de mayor prevalencia, y la relación al consumo de alcohol, 48% consumieron 1 -2 vasos en un día; 56,1% una vez al mes y 51,2 % más de tres vasos en un día cualquiera; 11,0% dejaron de cumplir con sus obligaciones. Un tercio relató fumar, beber o comer demasiado. Se concluyó que todas las situaciones generan diversos niveles de estrés, relacionados al factor actividad – tiempo; siendo la preocupación la mayor respuesta frente al estrés.

Martín, I, (2007) “Estrés académico en estudiantes universitarios”, de áreas sociales, se les evaluó en dos momentos temporales, para esta evaluación se utilizó el instrumento SISCO, en estos momentos son el periodo sin exámenes y periodo con exámenes. En general, los resultados mostraron un aumento en el nivel de estrés de los universitarios durante el período de exámenes. Se observaron diferencias significativas en el nivel de estrés alcanzado por los estudiantes de Psicología.

Así mismo se han hallado efectos sobre la salud (ansiedad, consumo de tabaco, cafeína o fármacos, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos) y sobre el auto concepto académico de los estudiantes durante el periodo de presencia del estresor.

Collado, J; García, M (2012),“Riesgo de estrés en estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas” fue un estudio donde el estudiante tiene que afrontar nuevas situaciones para las cuales no está suficientemente preparado. Esta falta de preparación también marca el nivel de estrés en las diferentes situaciones, es decir lleva al estudiante a vivir con altos niveles de estrés. El objetivo es indagar sobre factores que resultan fuente de estrés en las prácticas clínicas para los estudiantes de enfermería.

El método es un estudio realizado en la escuela de enfermería de la Universidad de Murcia durante el mes de marzo del curso matriculado entre los años 2010-2011. La muestra es de 30 alumnos pertenecientes a los cursos primero, segundo y tercero de la Diplomatura, a los cuales se les paso una encuesta validada mediante un previo pretest.

El resultado fue que después de haber elaborado el trabajo, vemos que lo que más preocupa a los alumnos de primer curso es el desconocimiento ante una situación clínica, a los alumnos de segundo es la impotencia e incertidumbre ante determinadas situaciones y el riesgo de sufrir contagio, daños o lesiones en relación con el paciente y, finalmente, a los alumnos de tercero lo que más estrés les provoca es la valoración de sus prácticas.

Falcó, A. (2014),“La nueva formación de profesionales: sobre la competencia profesional y la competencia del estudiante de enfermería” la idea de competencia profesional está, desde hace unos años, presente en varias profesiones, entre ellas la enfermería y la medicina. La reciente publicación de trabajos y artículos sobre el tema en la literatura científica en lengua castellana demuestra la creciente implicación de los profesionales en la necesidad de aplicar, tanto desde la perspectiva asistencial como la educativa, fórmulas para crear profesionales competentes.

La transformación impulsada por las directrices europeas de enseñanza superior que está experimentando el mundo universitario, ha supuesto, entre otras, la organización de las enseñanzas en función del aprendizaje y la introducción de la educación basada en las competencias del estudiante es una tarea fundamental, que permite coordinar la formación y determinar la priorización de los objetivos de aprendizaje, tanto en pregrado como en postgrado.

Es importante constatar el esfuerzo de diversas escuelas para introducir cambios en los planes de estudio y nuevas estrategias metodológicas encaminadas al objetivo de una educación basada en las competencias finales del alumno. Algunos ejemplos son los nuevos planteamientos en el diseño de programas y la introducción de estrategias como el aprendizaje basado en problemas, los practicum o los sistemas de evaluación basado en las competencias.

METODOLOGIA

DISEÑO DE INVESTIGACION.

El diseño de esta investigación, corresponde a un estudio de tipo cuantitativo ya que se pretende obtener datos sobre las características asociadas del estrés asociado a la adquisición de competencias, ya sea como la sobrecarga de tareas y estudio, la competencia entre compañeros, etc. Esta investigación también será de corte transversal ya que la encuesta será aplicada solo una vez y no habrá un seguimiento de la información en el tiempo, tendrá también características retrospectivas y descriptivas, ya que busca especificar las características importantes del fenómeno que se encuentra en estudio.

Luego de esto, se determina que la metodología pertinente a aplicar esta investigación corresponde a una metodología Cuantitativa, Retrospectiva, Descriptiva y Transversal, porque los datos serán obtenidos solo una vez en un determinado tiempo, mediante la aplicación de un cuestionario auto aplicado que tendrá una duración de un determinado tiempo (10 a 15 minutos), este cuestionario de aplicación se denomina SISCO e ira acoplado con una hoja de llenado de datos relevantes de creación propia. Todo esto para conocer las características del estrés asociada a la adquisición de competencias durante el periodo de práctica en alumnos de la carrera de enfermería, Concepción 2018.

UNIVERSO DE ESTUDIO.

El universo de estudio de esta investigación está compuesto por un total de 153, lo que corresponde a la totalidad de alumnos de tercer y cuarto año de la carrera de enfermería.

UNIDAD DE ANALISIS.

La unidad de análisis utilizada en este estudio, estará conformada por estudiantes de la carrera de enfermería, de los niveles de tercer y cuarto año, donde participaran todos los que acepten firmar el consentimiento informado y no se hará diferencia entre sexos, edades y malla al día.

MUESTRA DEL ESTUDIO.

Como grupo investigativo a través de una carta nos dirigimos hacia la jefa de carrera de enfermería de una universidad privada de concepción, la señora Carolina Uribe. Donde requerimos la aceptación del proyecto investigativo llamado características del estrés asociadas a la adquisición de competencias durante el periodo de practica en alumnos de la carrera de enfermería, Concepción 2018. Dicha respuesta fue positiva y se nos entregó el dato que la población de estudio a la que nuestra investigación es un total de 153 alumnos entre tercer y cuarto año de la carrera de enfermería

Es una muestra de tipo probabilística al azar de tipo estratificado por sexo al azar y estará constituida por 125 estudiantes de los niveles de tercer y cuarto año de la carrera de enfermería de una universidad privada en concepción, que corresponde al 81,6 % de alumnos de los niveles ya mencionados anteriormente de la carrera de enfermería, y que además cumplan con los criterios de inclusión.

PROCEDIMIENTO DE TOMA DE MUESTRA.

Primero se pedirá autorización a la directora de carrera de enfermería, para la realización de esta investigación para luego aplicar un instrumento, en este caso el SISCO, a los alumnos de tercer y cuarto año de enfermería que acepten mediante consentimiento informado la participación en este estudio. La aplicación de este instrumento será realizada en las dependencias de la universidad donde el tiempo estimado de aplicación de este instrumento es de 10 a 15 minutos. Una vez recopilada la información se procederá a la tabulación de los datos y el análisis que dará los resultados de este estudio.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Estudiantes de la universidad
- Pertenecer a la carrera de enfermería
- Estar cursando entre tercer y cuarto año de la carrera de enfermería
- Firmar el consentimiento informado y aceptar participar en el estudio
- Sexo masculino y femenino

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Alumnos que no sean de la universidad
- Alumnos de otra carrera
- Alumnos de primer, segundo y quinto año de la carrera de enfermería
- Alumnos que no firmen el consentimiento informado
- Alumnos que no quieran participar en el estudio

INTRUMENTO DE RECOLECCIÓN

El SISCO es un instrumento de recolección cuantitativo, que consiste en un cuestionario de preguntas cerradas, este instrumento de recolección investiga 3 componentes del estrés académico, estos son los estímulos estresores, síntomas del estrés y las estrategias de afrontamiento.

Este instrumento fue elaborado por Arturo Barraza Macías, en el año 2007 en la Universidad pedagógica de Durango y fue con la intención de estudiar de mejor manera el estrés académico en alumnos de educación media superior, superior y postgrado, ya que hasta ese momento no existían instrumentos de evaluación de estrés que permitiera entenderlo de mejor manera.

Al inicio este instrumento constaba de 41 ítems y tiene un abreviado de 31 ítems, el cual es el más utilizado en la actualidad.

Dentro de esto 31 ítems se busca evaluar las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales causadas por el estrés, estos ítems son respondidos a través de escalamiento tipo Likert, de cinco valores categoriales los cuales son, nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre.

El SISCO fue validado en la ciudad de Durango y fue aplicado a alumnos de postgrado de educación de la respectiva ciudad, donde se aplicaron 152 cuestionarios, pudiendo obtener los primeros resultados que cumplieron con las expectativas de los investigadores. Cabe destacar que la confiabilidad de este instrumento fue medido por las estrategias de confiabilidad por mitades y el alfa Cronbach, teniendo como resultado 0.90 y 0.87 respectivamente, lo que se explica como muy confiable, ya que debemos tomar en cuenta que el puntaje máximo en ambas escalas es de 1.

ANÁLISIS Y RESULTADOS

Metodología del análisis de datos

Para el análisis descriptivo se observan tablas con estadígrafos descriptivos para variables cuantitativas (mínimo, máximo, mediana, media y desviación estándar). Previo al análisis inferencial, se evaluó el supuesto de distribución normal mediante la prueba de Kolmogorov Smirnov. Por lo tanto, como el supuesto se cumplió, el análisis inferencial se realizó mediante la prueba paramétrica t de Student con un nivel de significancia estadística $\alpha=0,05$. Esta prueba compara o asocia dos muestras, es útil cuando la variable dependiente es cuantitativa, mientras que la independiente es cualitativa. En el caso, cuando se asociaron más de dos muestras, se utilizó la prueba paramétrica ANOVA de una vía (Sokal & Rohlf, 1995).

Adicionalmente a esto, se calculó También el tamaño del efecto mediante el valor de r para la t de Student (o η^2 para ANOVA) (Nakagawa & Cuthill, 2007), el cual corresponde a la diferencia más pequeña que el investigador está dispuesto a aceptar como clínicamente relevante. Estos estadígrafos indican cuánto de la variable dependiente se puede explicar por la variable independiente, informando el grado de la significación estadística; donde valores cercanos a 0,1 indican una diferencia estadísticamente pequeña o nula, valores cercanos a 0,5 indican una diferencia moderada y valores sobre 0,7 indican una gran diferencia (Snyder & Lawson, 1993).

Los análisis fueron realizados mediante el software SPSS 20.0.

Resultados

Se reclutó una muestra de 144 estudiantes de la carrera de Enfermería, quienes tenían una edad comprendida entre los 20 y 40 años, con una media de $21,5 \pm 3,66$. Algunas de las características de la muestra se pueden apreciar en la Tabla 1, con variables cuantitativas y Tabla 2, con variables cualitativas.

VARIABLES BIOSOCIODEMOGRAFICAS

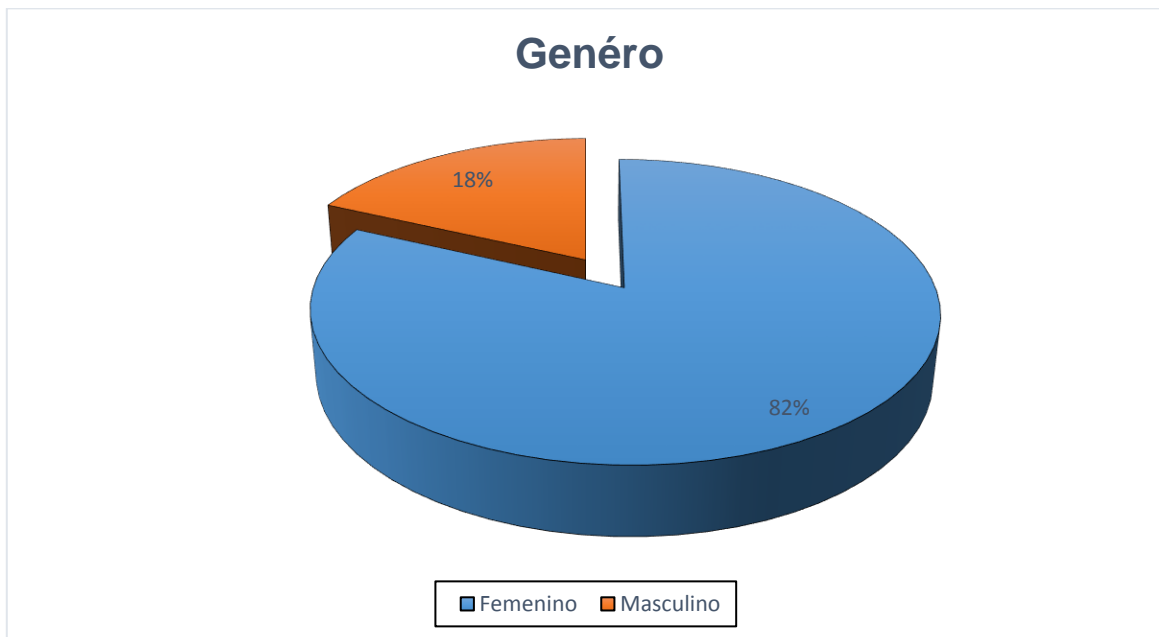
Tabla 1. Características de la muestra

VARIABLES	Min	Max	M	DE
Edad (años)	20,00	41,00	21,50	3,66
Hijos (número)	1	2	1,81	0,39

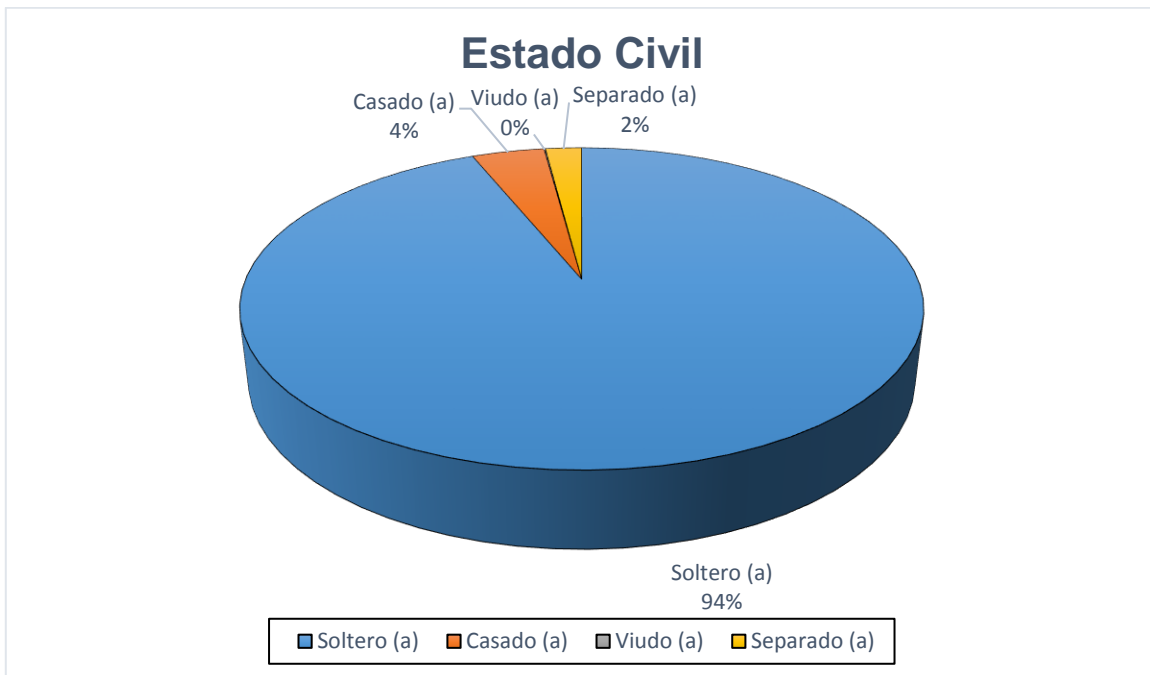
Tabla 2. Características de la muestra

Variable		n	%
Género	Femenino	26	18,1
	Masculino	118	81,9
Estado civil	Soltero(a)	133	92,4
	Casado(a)	6	4,2
	Viudo(a)	1	0,7
	Separado(a)	3	2,1
Religión	Católica	85	59,0
	Evangélica	36	25,0
	Cristiana	7	4,9
	Mormona	2	1,4
	Otra	6	4,2
Nivel Universitario	Tercer año	90	62,5
	Cuarto año	53	36,8
Malla Curricular al día	Si	94	65,3
	No	50	34,7
Pasantía	En curso	78	54,2
	Realizada	26	18,1
	Sin pasantía	38	26,4
Situación laboral	Empleado	28	19,4
	Desempleado	10	6,9
	Sólo estudia	102	70,8

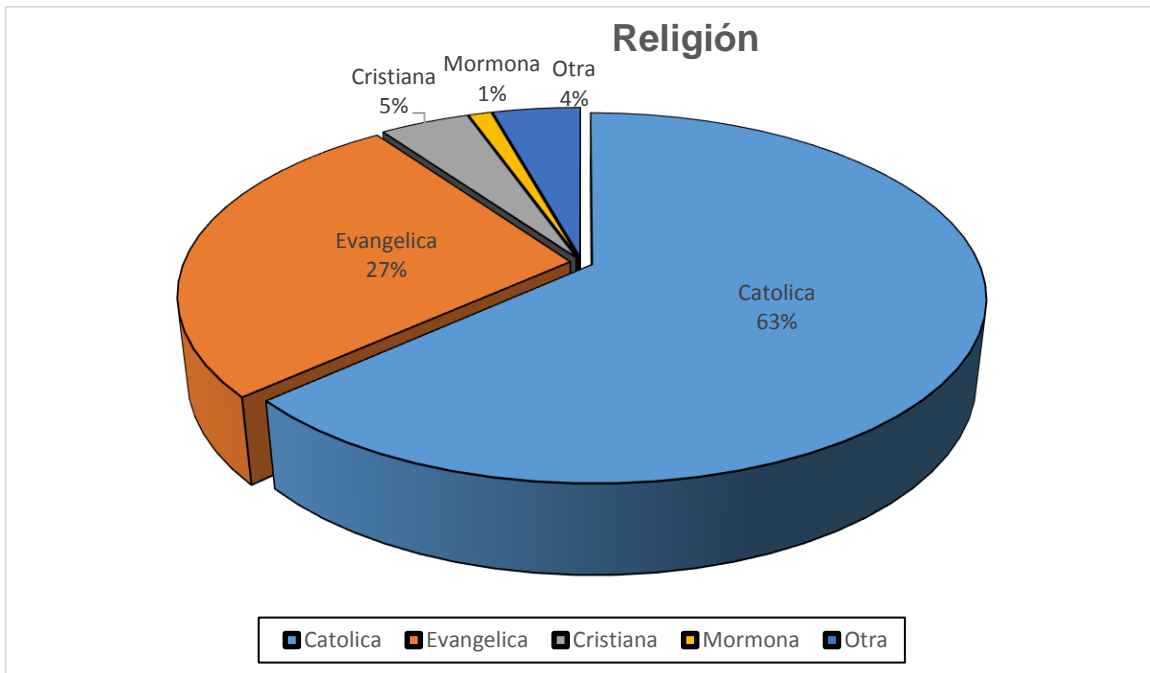
GRAFICOS BIOSOCIODEMOGRAFICOS



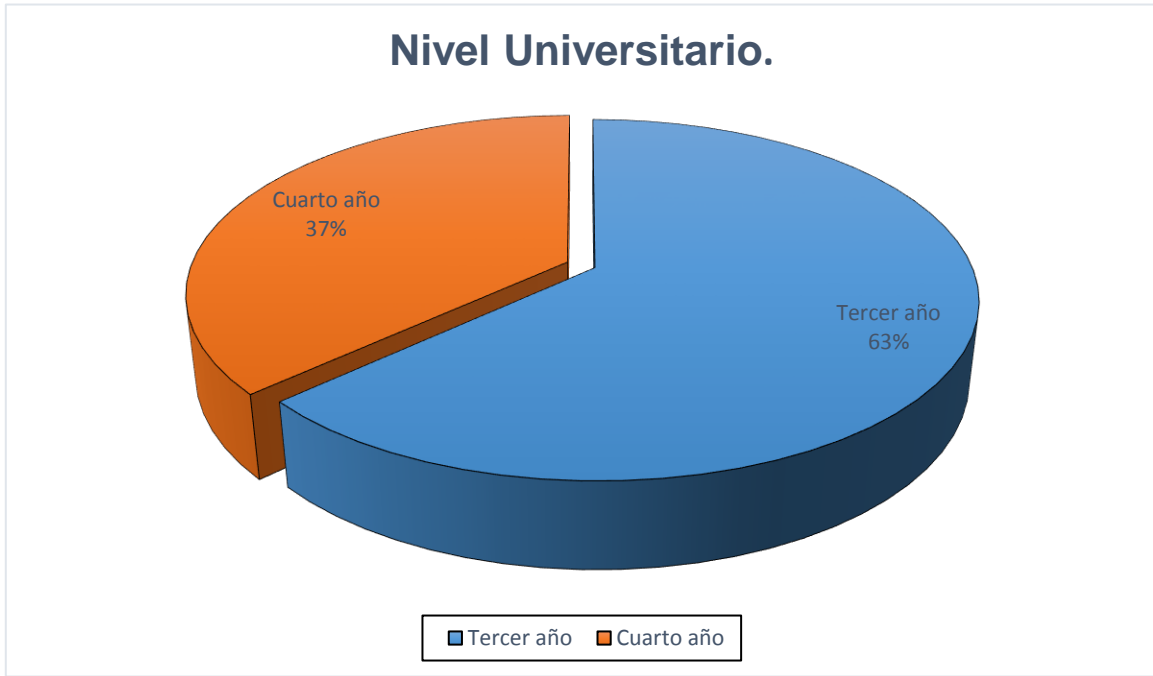
El género femenino fue predominante con un 82%, por sobre el 18% del género masculino.



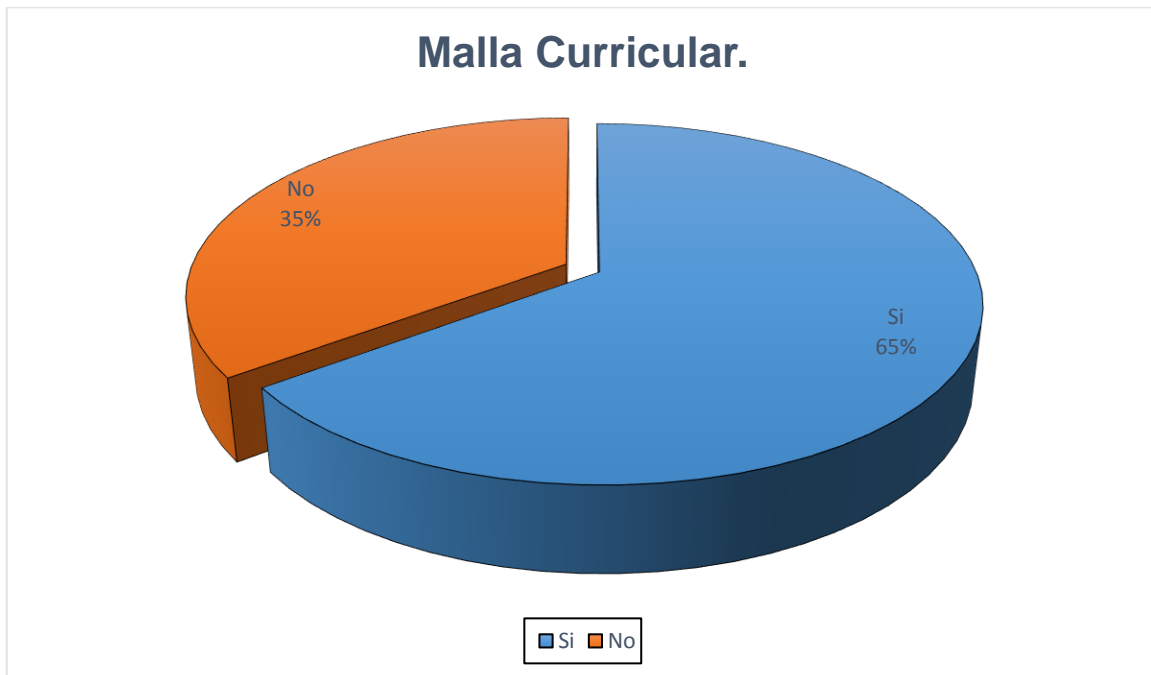
El estado civil de los encuestados predomina con un 94% las personas solteras, seguidas por un 4% casados, un 2% separados.



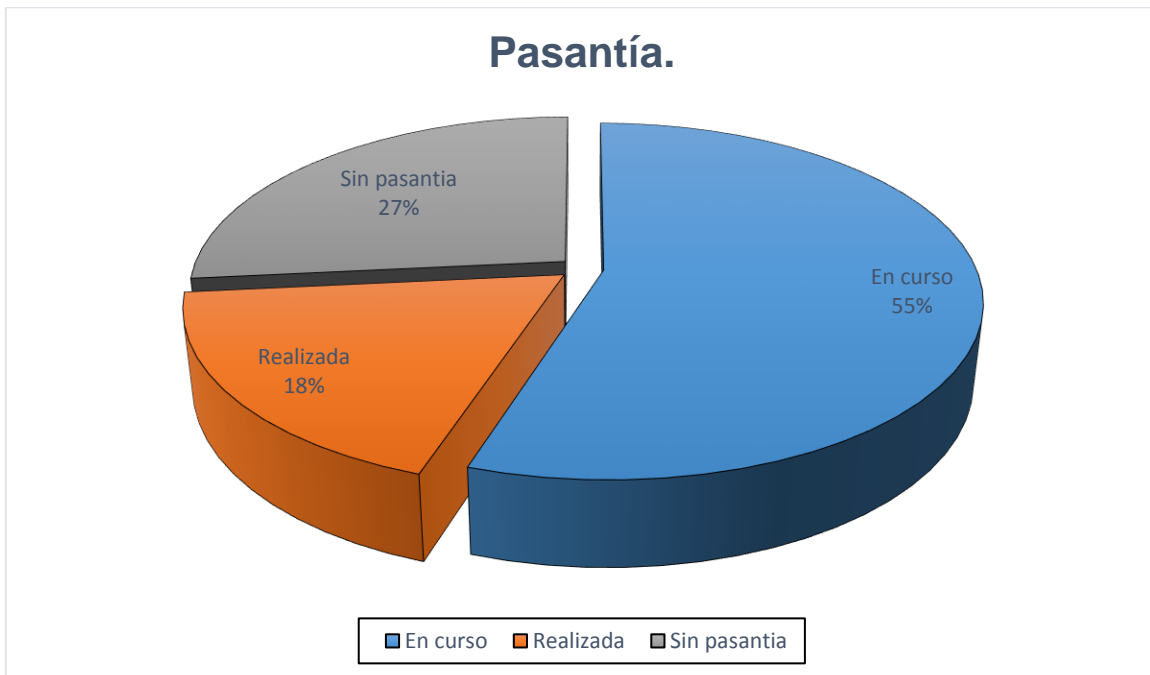
En la religión predomina con un 63% la religión católica, seguida por un 27% evangélica, cristiana un 5%, mormona un 1% y 4% otra religión no especificada.



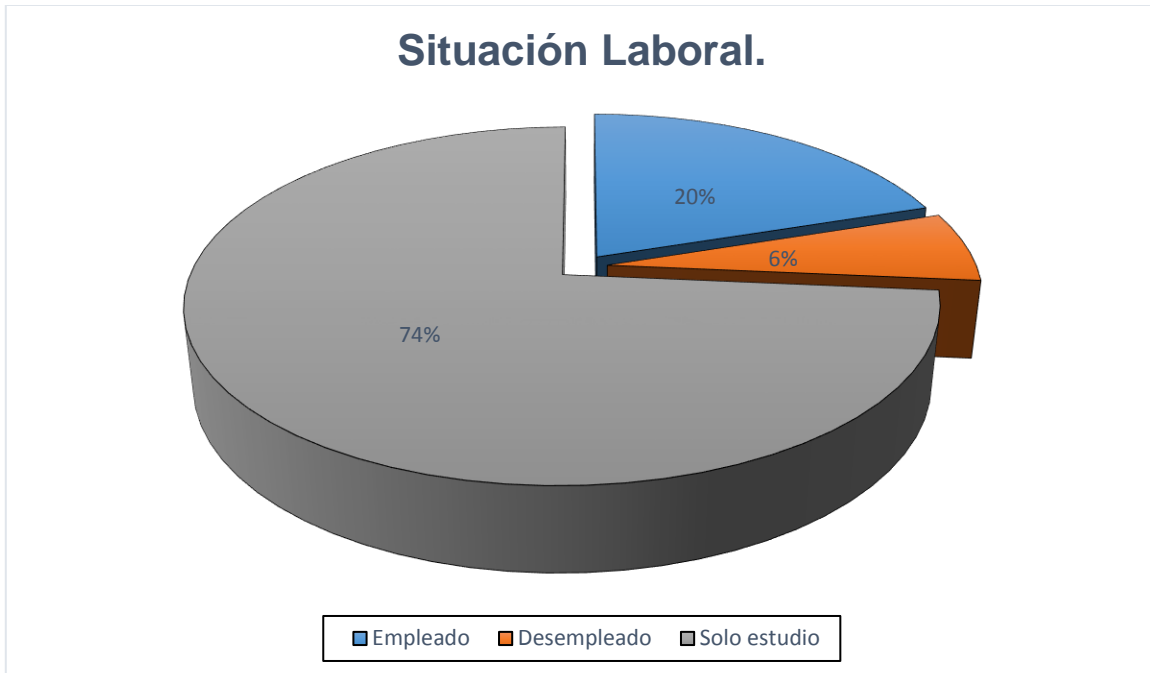
En cuanto al nivel universitario, el 63% corresponde a alumnos de tercer año académico, seguido por un 37% alumnos de cuarto año académico.



En la malla curricular el 65% de los alumnos se encuentran con la malla al día, y un 35% de los alumnos se encuentra con la malla atrasada.



En cuanto a las pasantías, un 55% de los alumnos está cursando pasantía clínica, mientras que un 27% se encuentran sin pasantía, y un 18% de los alumnos ya la realizó.



En cuanto a la situación laboral un 74% solo estudia, mientras que un 20% se encuentra empleado y un 6% desempleado.

En la Tabla 3 se muestran los resultados obtenidos para las características del estrés (expresadas en puntaje, y presentadas en su suma y promedio). La variable con el puntaje más alto, fueron las reacciones físicas, seguida de las psicológicas y luego las compartimentales. En todos los cajos el puntaje de respuesta más bajo fue 0 y el más alto 5; para la variable Reacciones Compartimentales el valor máximo fue de 4.

Tabla 3. Características del estrés, resultados obtenidos a través del cuestionario

Características del estrés	Min	Max	M	DE
Suma Reacciones Físicas (puntaje)	0,00	30,00	15,46	7,39
Promedio Reacciones Físicas (puntaje)	0,00	5,00	2,58	1,23
Suma Reacciones Psicológicas (puntaje)	0,00	25,00	12,25	6,01
Promedio Reacciones Psicológicas (puntaje)	0,00	5,00	2,45	1,20
Suma Reacciones Compartimentales (puntaje)	0,00	20,00	8,68	4,52
Promedio Reacciones Compartimentales (puntaje)	0,00	4,00	1,73	0,90

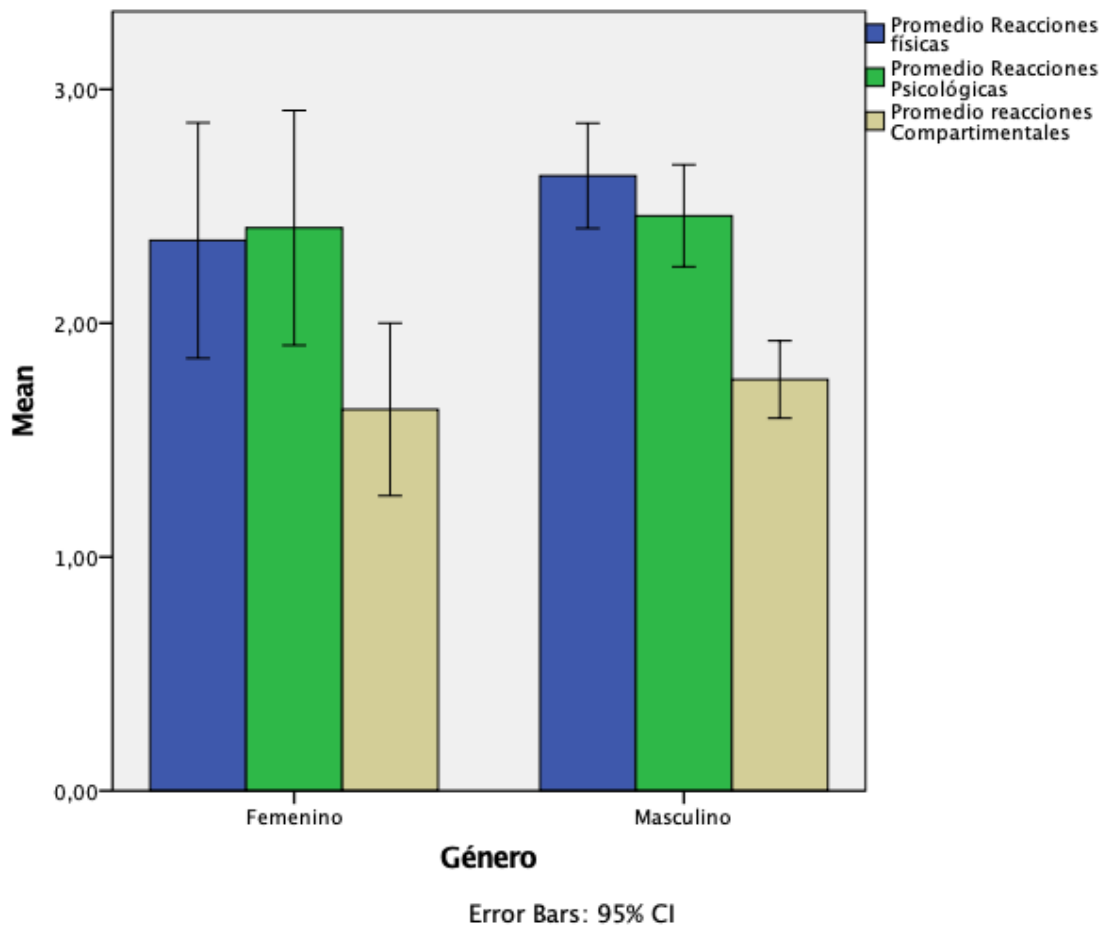
Al aplicar la prueba de t para muestras independientes, teniendo el supuesto estadístico $H_1=$ Existen diferencias estadísticamente significativas entre las variables, por lo que el valor esperado debía ser $p>0,05$ para existir relación, se observó lo siguiente:

Tabla 4. Significación estadística, análisis de asociación

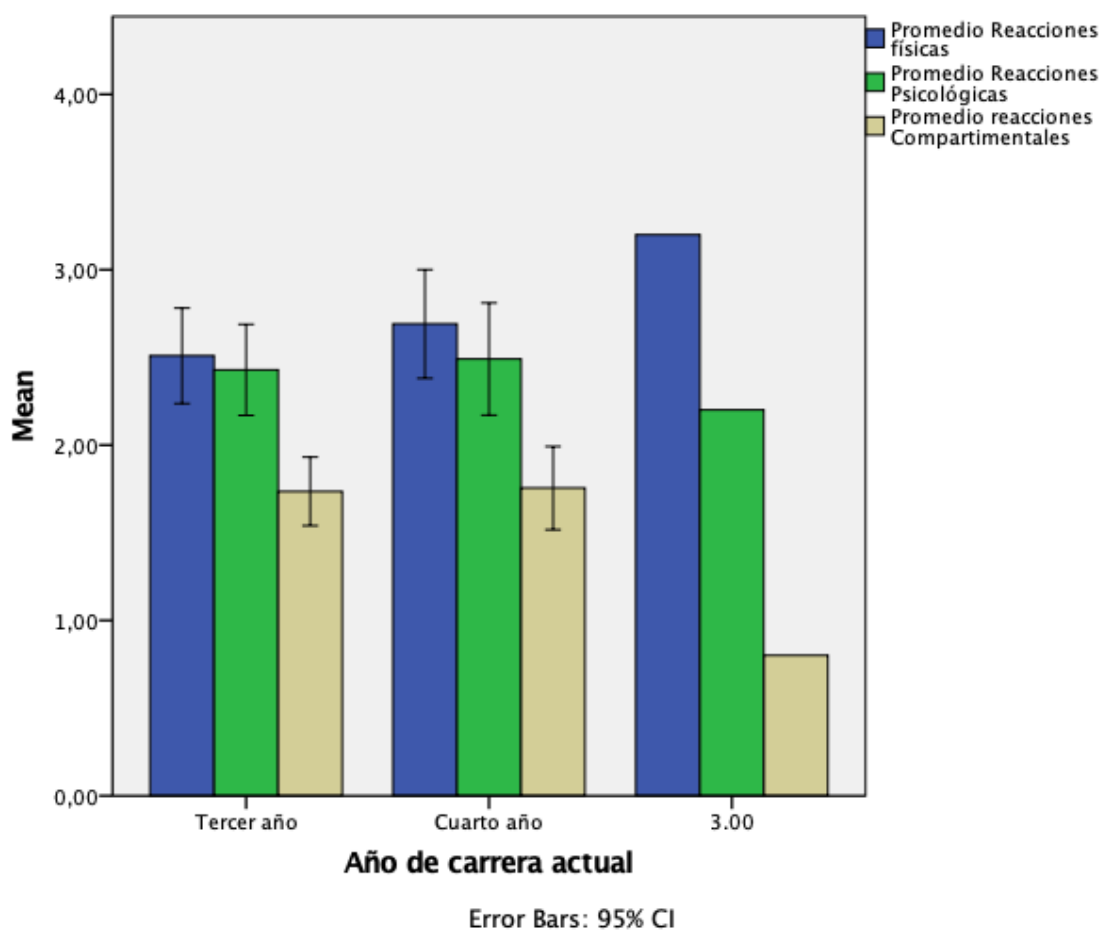
Variable Dependiente	Variable Independiente	Valor p	Tamaño del efecto
Promedio Reacciones físicas	Género	0,303	0,455
	Año universitario	0,398	0,343
	Malla curricular al día	0,176	0,203
	Pasantía	0,353	0,432
	Situación laboral	0,801	0,123
Promedio Reacciones Psicológicas	Género	0,844	0,343
	Año universitario	0,769	0,234
	Malla curricular al día	0,177	0,343
	Pasantía	0,671	0,212
	Situación laboral	0,868	0,123
Promedio reacciones Compartimentales	Género	0,514	0,543
	Año universitario	0,903	0,342
	Malla curricular al día	0,049*	0,245
	Pasantía	0,764	0,342
	Situación laboral	0,321	0,199

Al evaluar los valores de significancia estadística, se encontró que existía asociación de la variable dependiente e independiente en todos los casos, excepto para el promedio de Reacciones Compartimentales según la malla curricular al día (si/no) ($p=0,049$) (Tabla 4).

GRAFICOS VARIABLES DEPENDIENTES

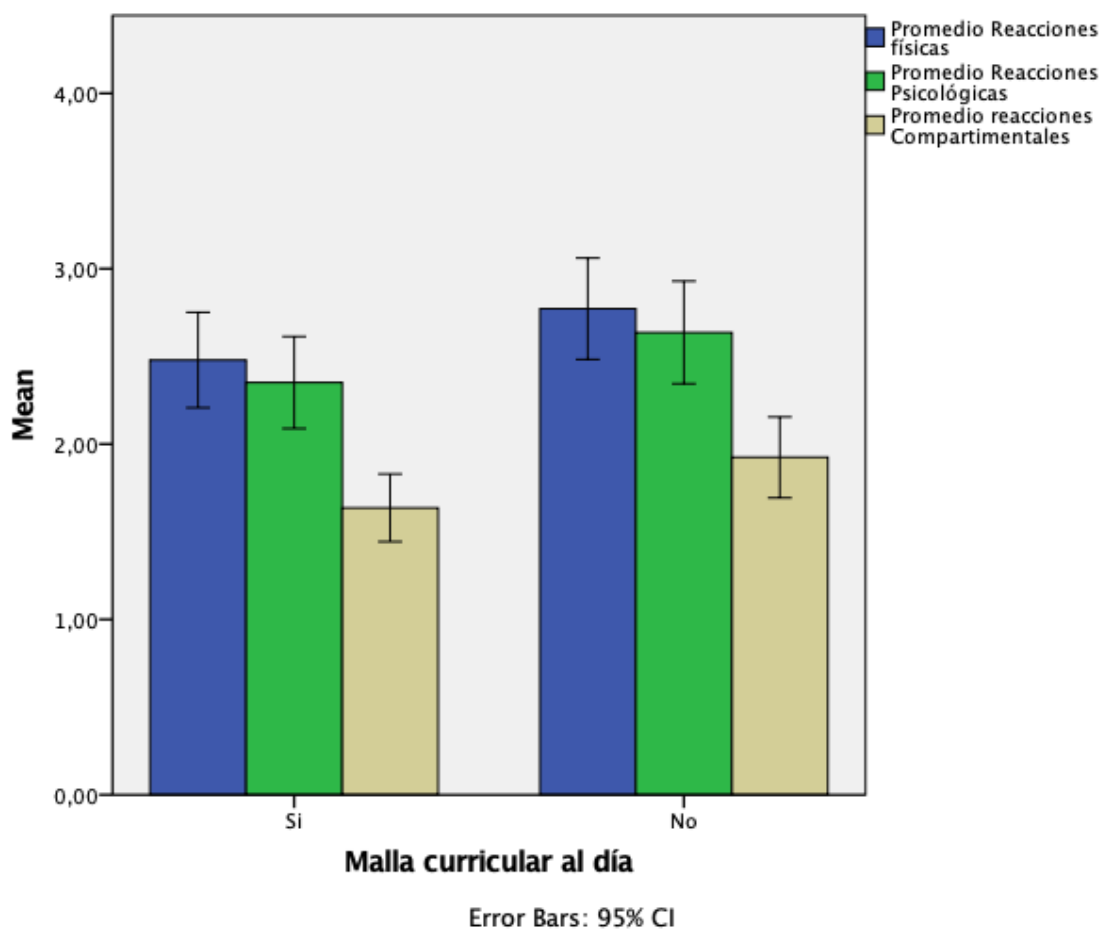


Del total de los alumnos encuestados como grupo investigativo observamos en este grafico donde se representan las reacciones tanto físicas, psicológicas y comportamentales en donde el género más afectado en estas reacciones es el masculino antes que el género femenino, a pesar que la cantidad de género masculino es menor

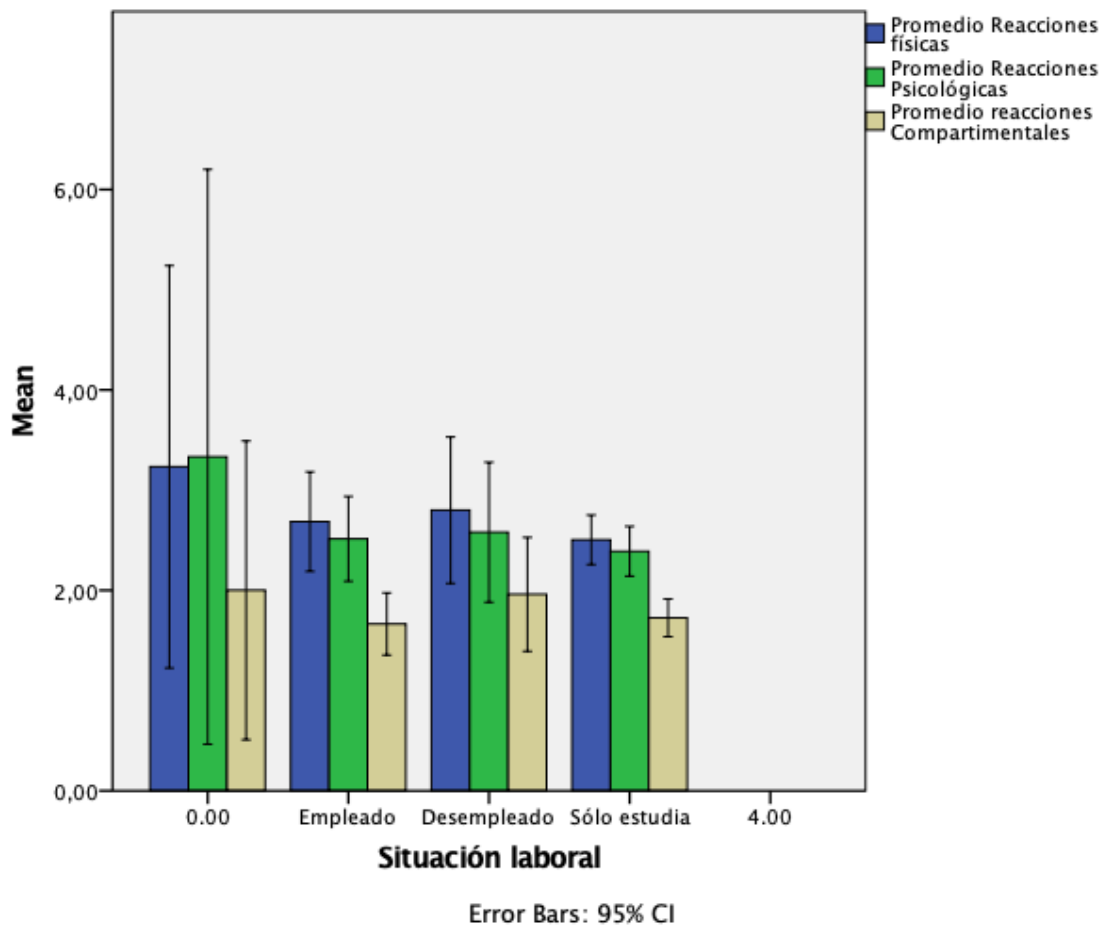


Los alumnos de cuarto año de la carrera de enfermería, se encuentran más afectados en las reacciones físicas y psicológicas en comparación con los alumnos de tercer año.

Ambos se encuentran igualmente afectados en las reacciones comportamentales.



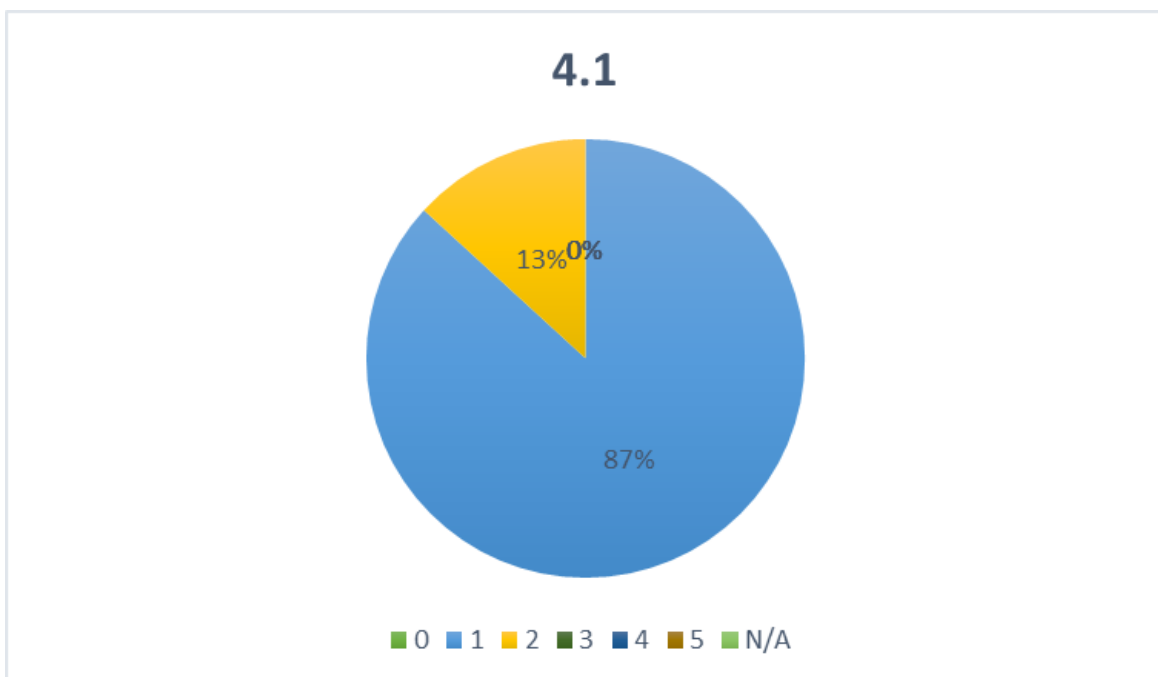
En esta tabla se observa que las variables dependientes son mayormente asociadas a las variables independientes ya que aquellos alumnos que no tienen la malla curricular al día se encuentran más afectados en las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.



En este grafico se observa la representación de la relación entre la variable (independiente), situación laboral y las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales (dependiente), donde aquellos que están desempleados tienen una carga mayor que los empleados y los que solo estudian.

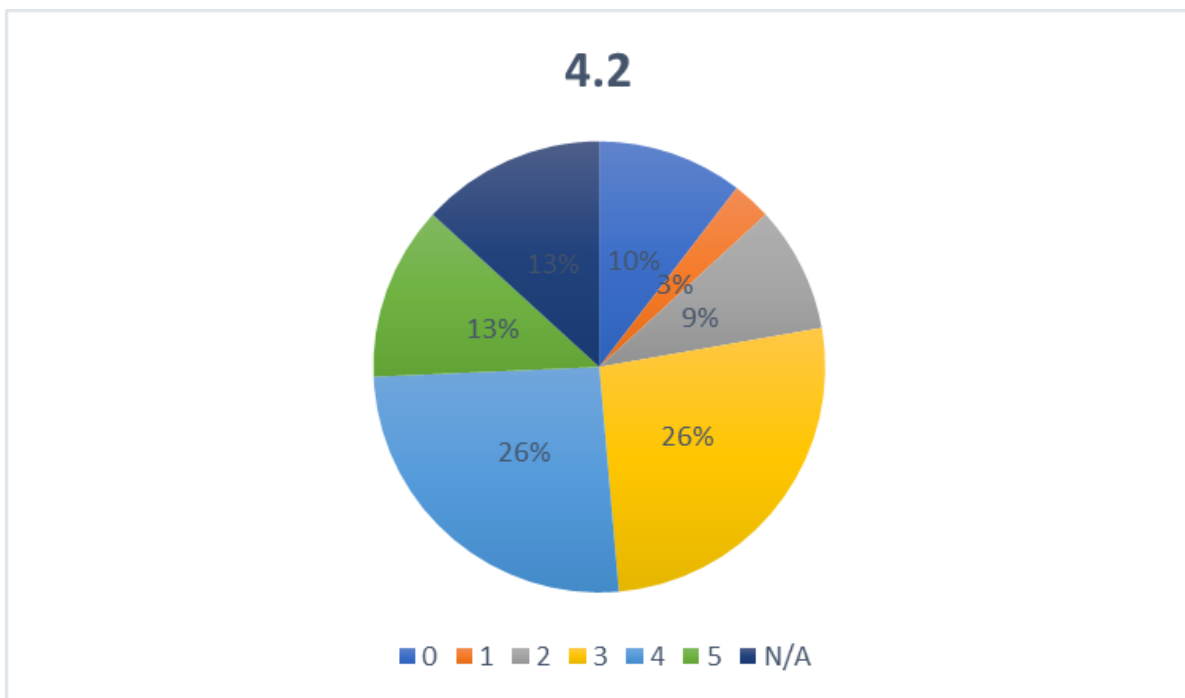
VARIABLES DEL INSTRUMENTO SISCO

4.1 Durante el transcurso de este semestre, ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?



Un 87% de nuestra muestra, de los encuestados respondieron que si han tenido un momento de preocupación o nerviosismo y un 13% no ha tenido preocupación o nerviosismo

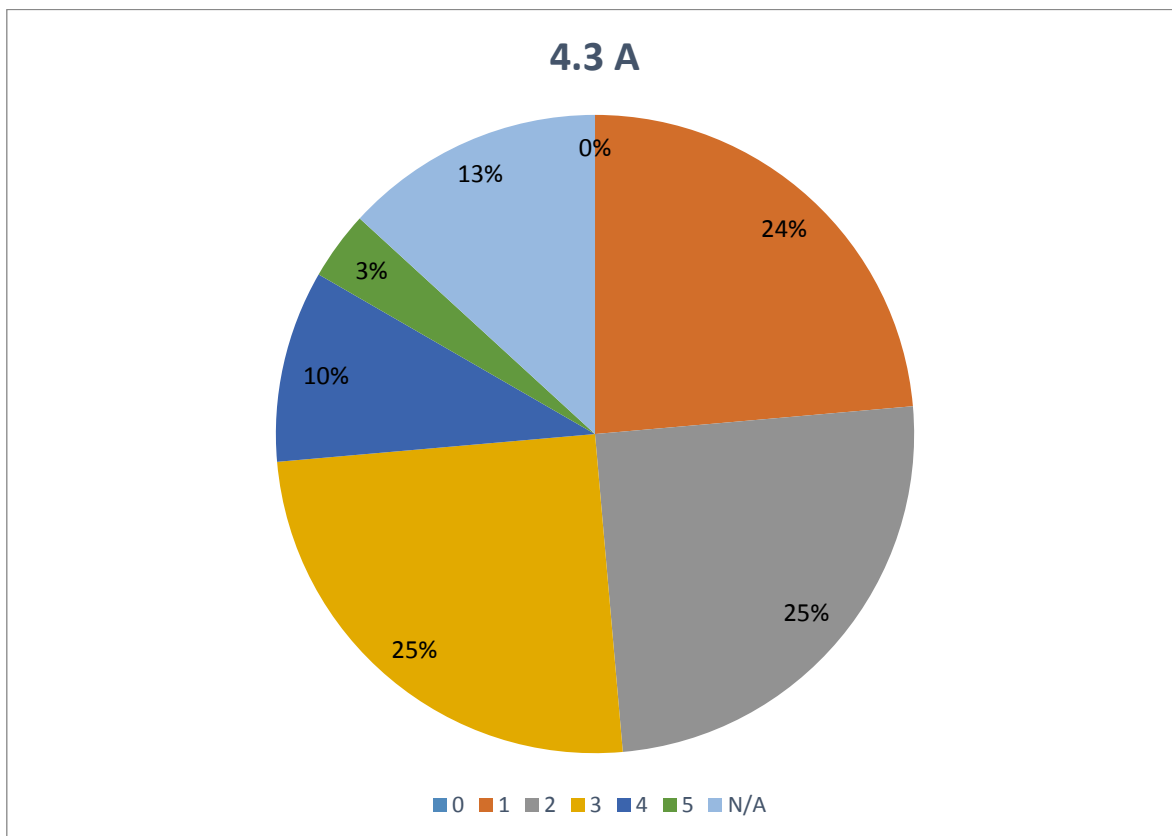
4.2 Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala de 1 a 5 , señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho



Un 26% de los alumnos encuestados ha respondido que casi siempre ha señalado nivel de preocupación o nerviosismo, un 26% ha señalado que alguna vez ha señalado nivel de preocupación o nerviosismo y un 13% ha señalado que siempre ha señalado nivel de preocupación y nerviosismo.

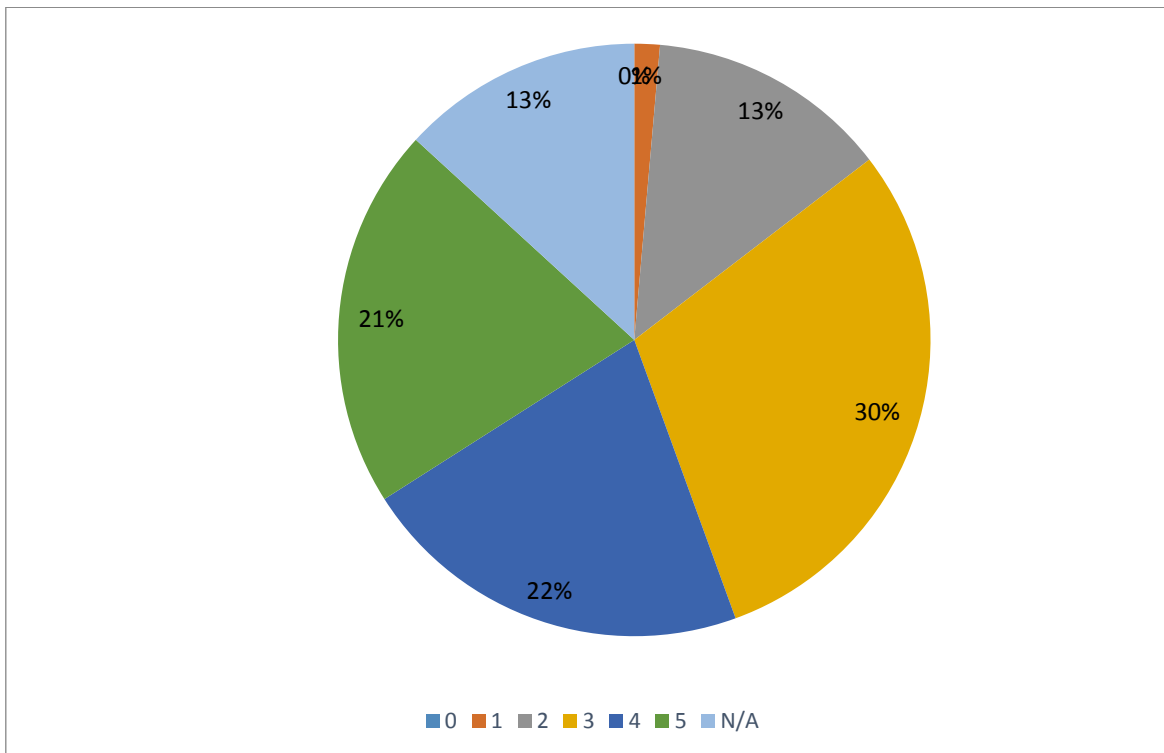
4.3 En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es alguna vez, (4) es casi siempre, (5) es siempre, señala que frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones

La competencia con los compañeros del grupo



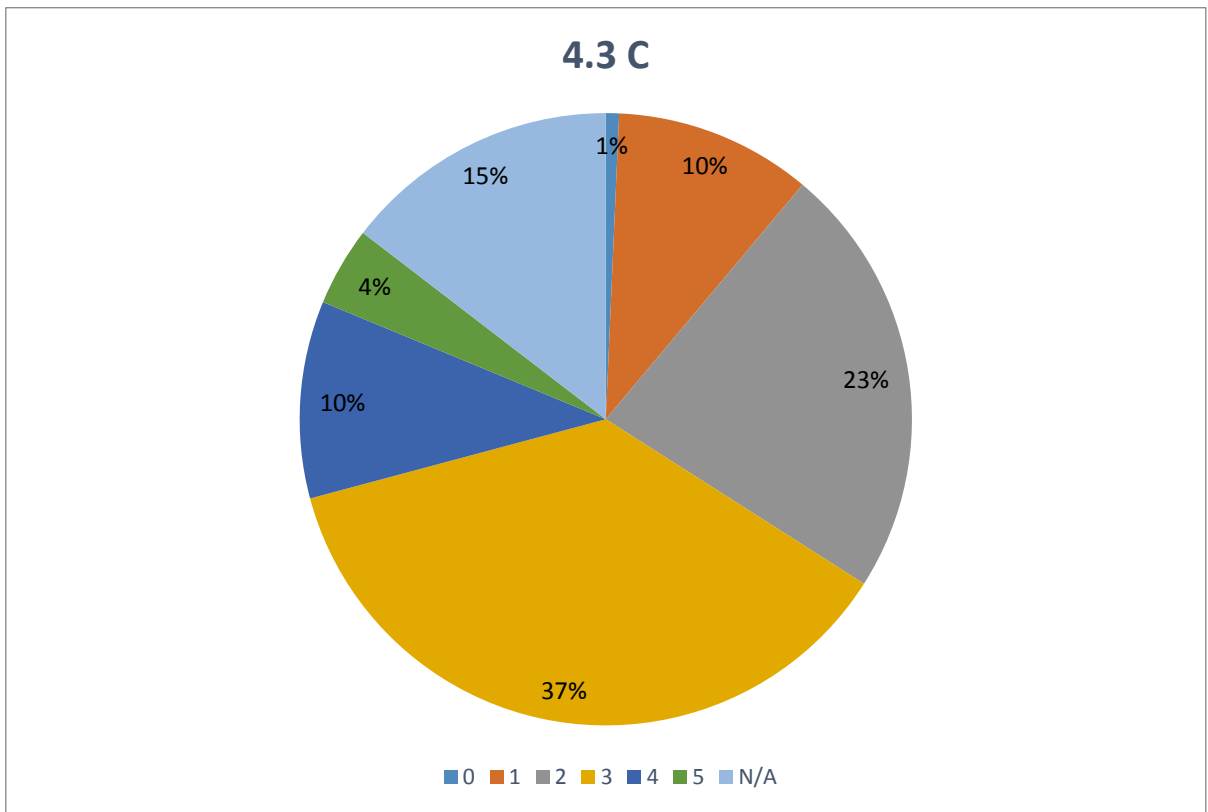
Un 25% de los alumnos encuestados alguna vez ha inquietado la competencia con los compañeros de grupo, un 25% rara vez le ha inquietado la competencia con los compañeros de grupo, un 24% nunca le ha inquietado la competencia con los compañeros de grupo

4.3 B Sobrecarga de tareas y trabajos escolares



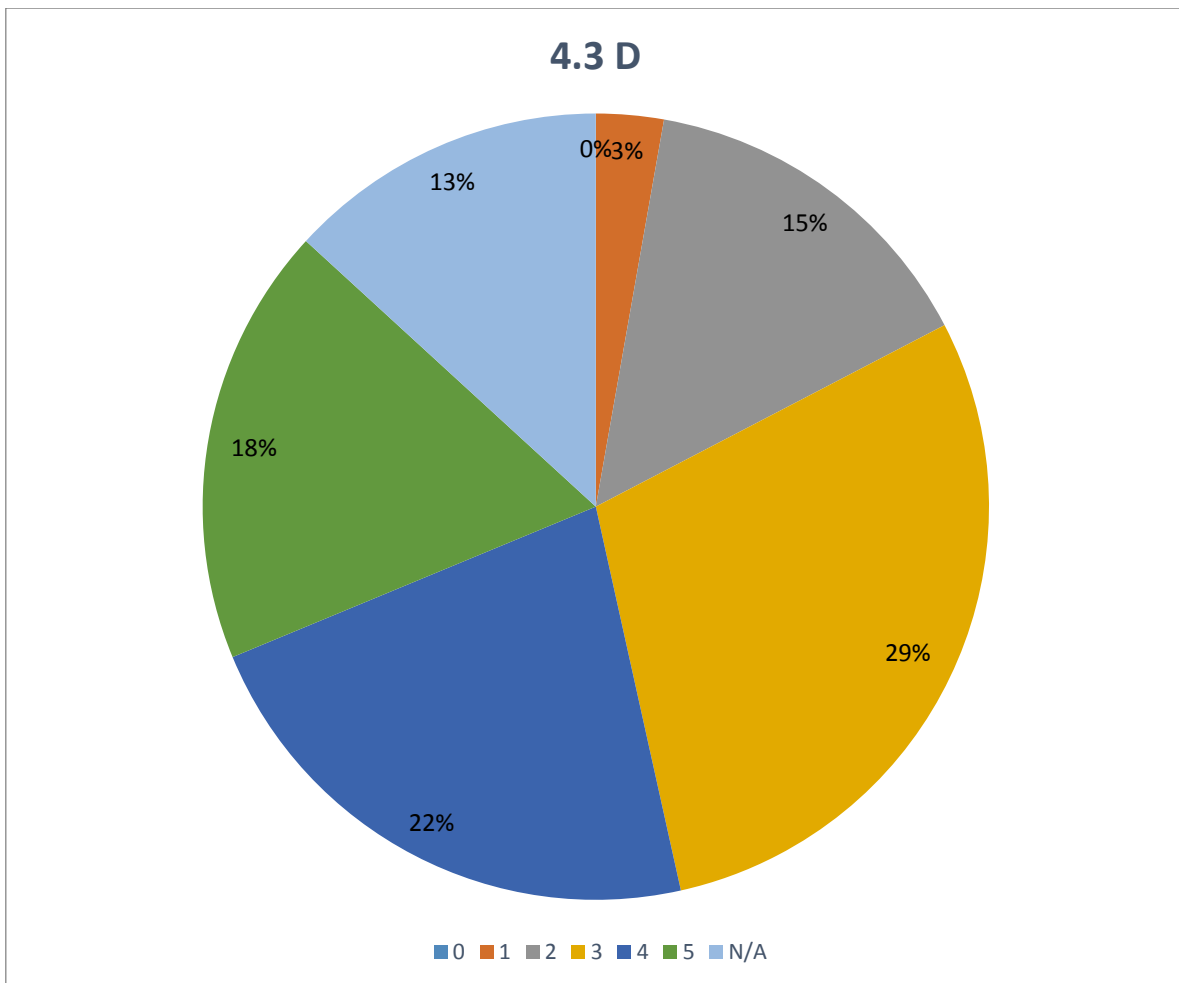
Un 30% de los alumnos encuestados ha señalado que alguna vez ha le ha inquietado la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, un 22% señala que casi siempre le ha inquietado la sobre carga de tares y trabajos escolares, un 21% señala que siempre le ha inquietado la sobre carga de tareas y trabajos escolares.

4.3 C La personalidad y carácter del profesor



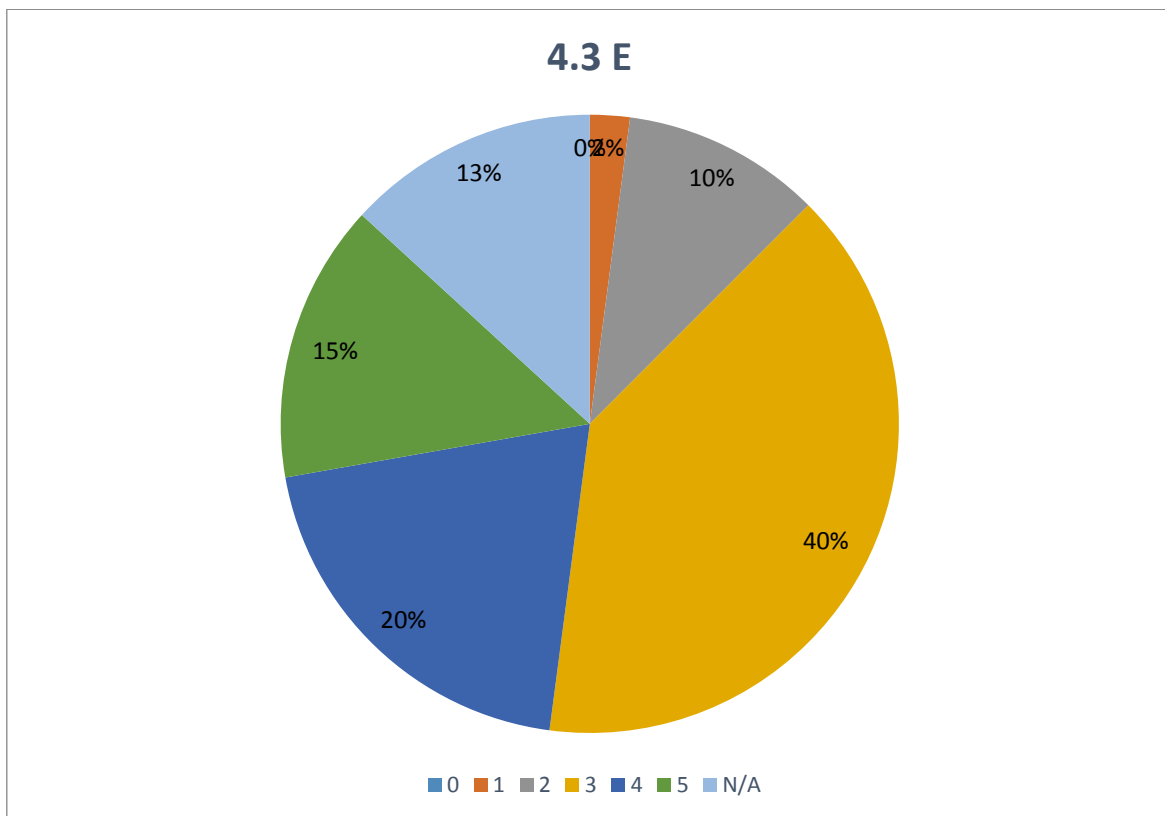
Un 37% de los alumnos encuestados ha señalado que alguna vez le ha inquietado la personalidad y carácter del profesor, un 23% ha señalado que rara vez le ha inquietado la personalidad y carácter del profesor, un 10% ha señalado que nunca le ha inquietado la personalidad y carácter del profesor.

Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc)



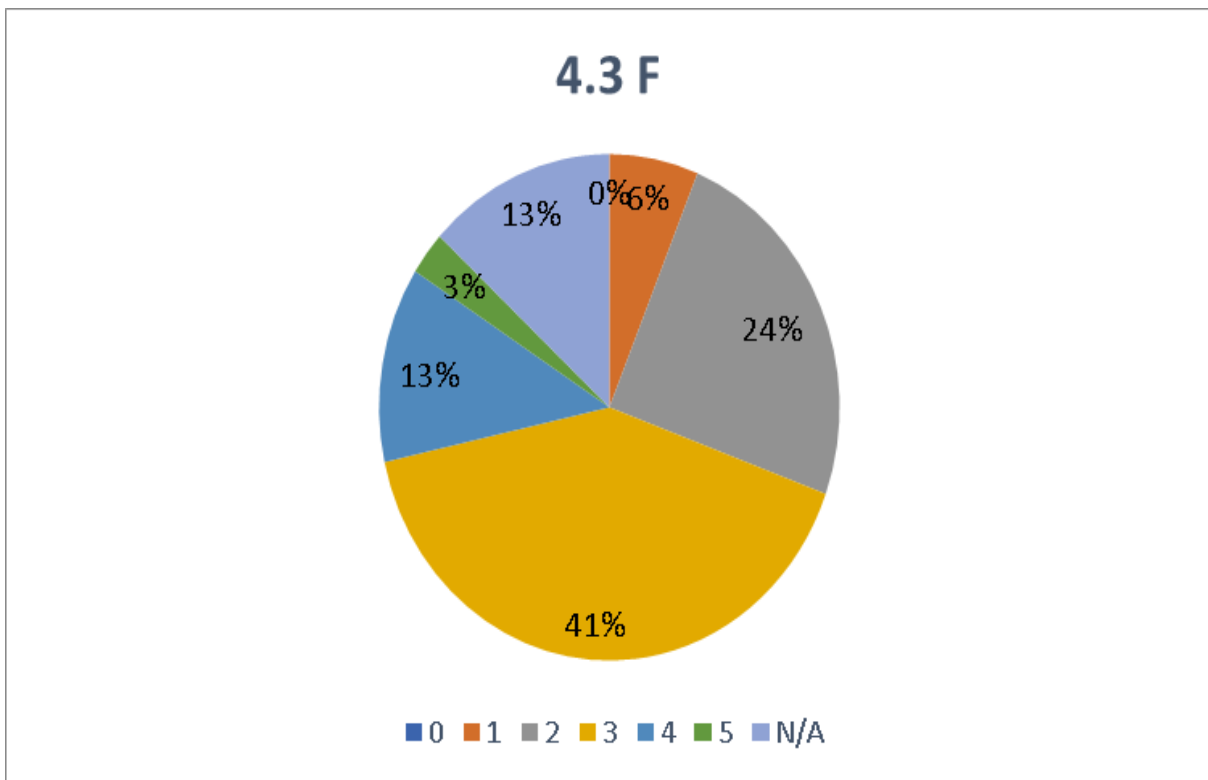
Un 29% de los alumnos encuestado ha señalado que alguna vez le ha inquietado las evaluaciones de los profesores, un 22% ha señalado que casi siempre le ha inquietado las evaluaciones de los profesores, un 18% ha señalado que siempre le ha inquietado la evaluación de los profesores.

El tipo de trabajo que te pide los profesores (consultas de temas, fichas de trabajos, ensayos, mapas conceptuales, etc.)



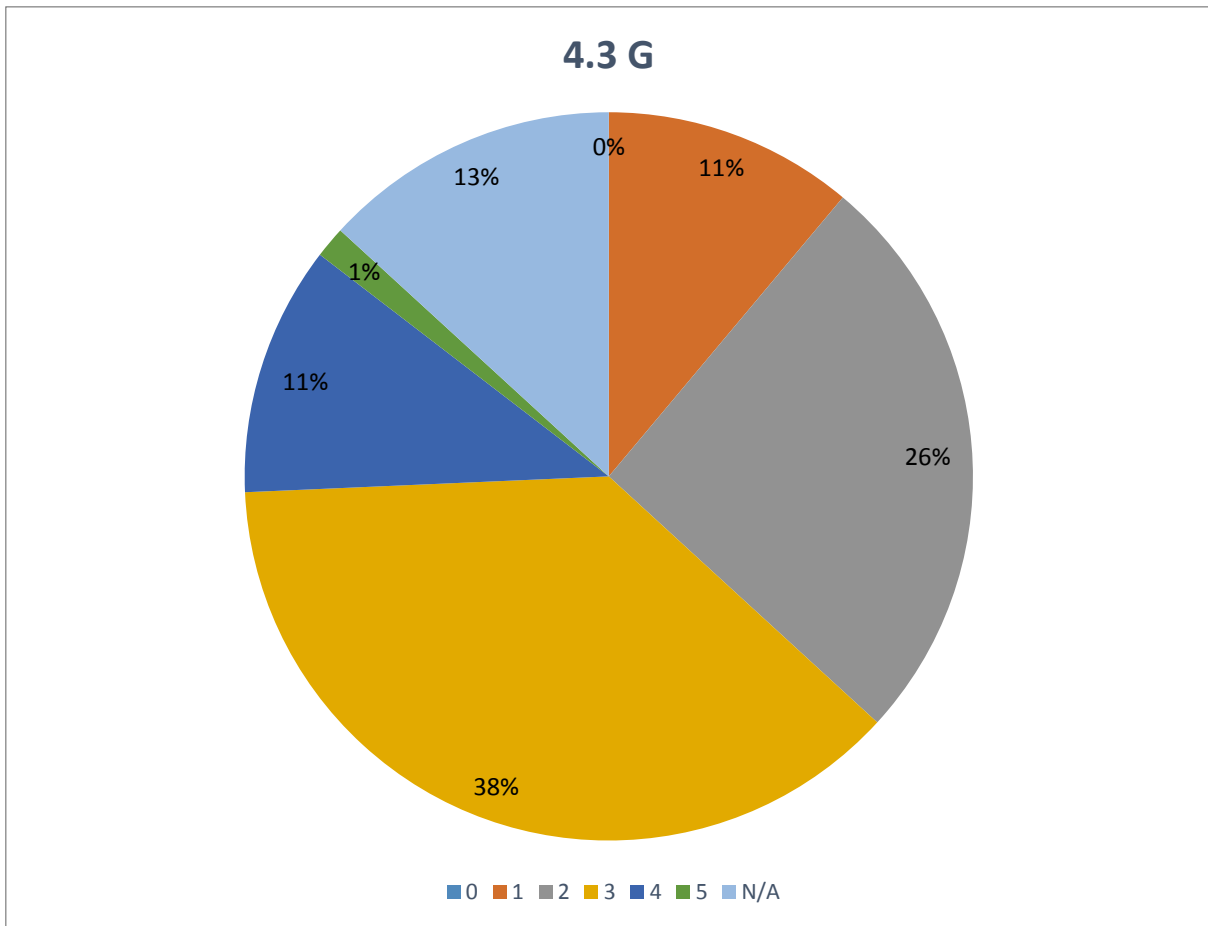
El 40% de los alumnos encuestados a señalado que alguna vez le ha inquietado el tipo de trabajo que pide los profesores, un 20% a señalado que casi siempre le ha inquietado el tipo de trabajo que le piden los profesores, un 15% a señalado que siempre le ha inquietado el tipo de trabajo que le piden los profesores.

No entender los temas que se abordan en clases.



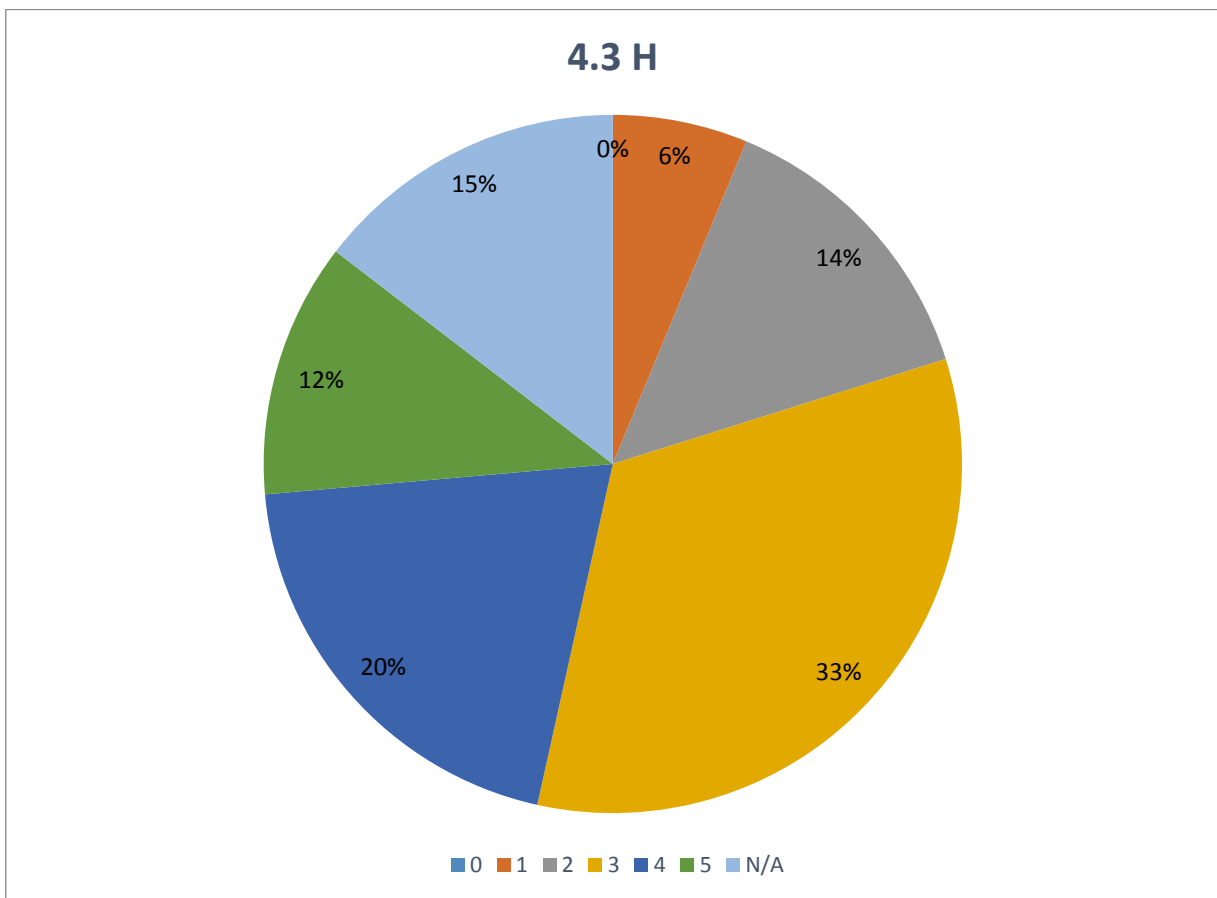
Un 41% de los alumnos encuestado ha señalado que alguna vez le ha inquietado no entiende los temas que se abordan en clases, un 24% ha señalado que rara vez le ha inquietado no entiende los temas que se abordan en clases, un 13% ha señalado que casi siempre le ha inquietado no entiende los temas que se abordan en clases.

Participación en clases (responder a preguntas, exposiciones, etc).



Un 38% de los alumnos encuestados ha señalado que alguna vez le ha inquietado la participación en clases, un 26% ha señalado que rara vez le ha inquietado la participación en clases, un 11% ha señalado que casi siempre le ha inquietado la participación en clases.

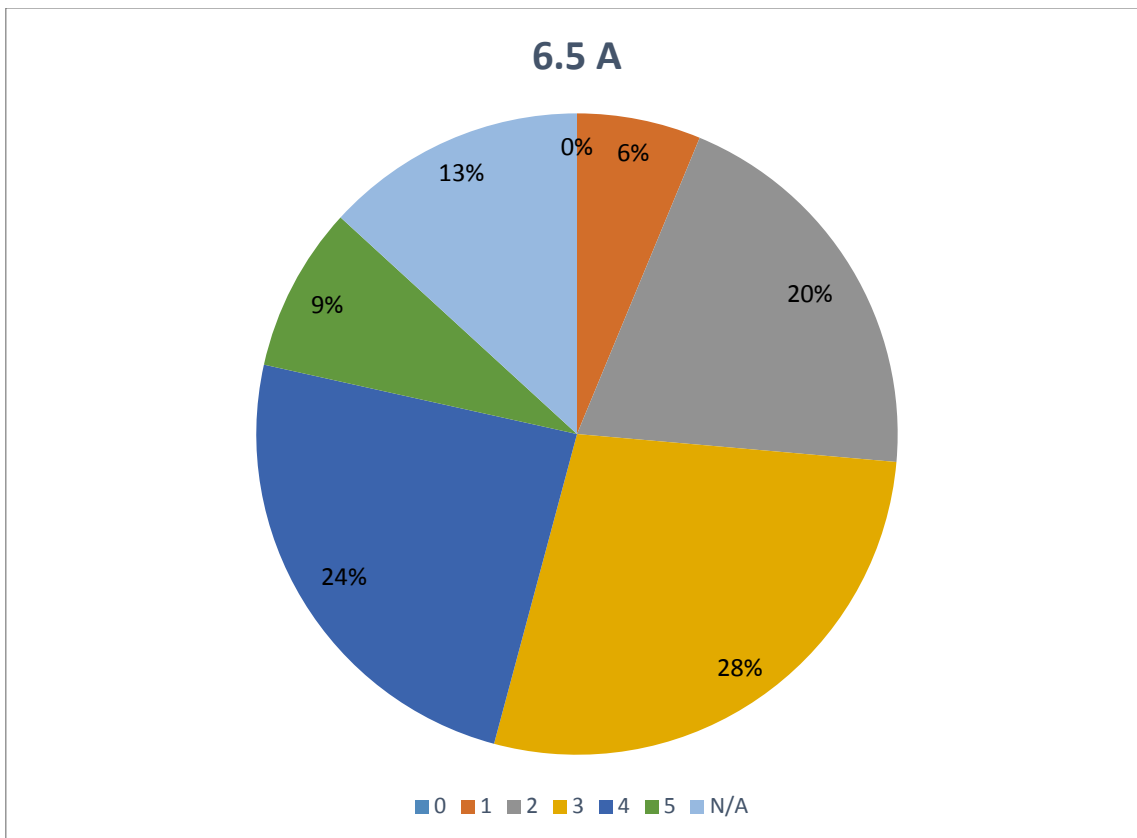
Tiempo limitado para hacer el trabajo.



Un 33% de los alumnos encuestados ha señalado que alguna vez le ha inquietado el tiempo limitado para hacer el trabajo, un 20% ha señalado que casi siempre le ha inquietado el tiempo limitado para hacer el trabajo, un 14% ha señalado que rara vez le ha inquietado el tiempo limitado para hacer el trabajo.

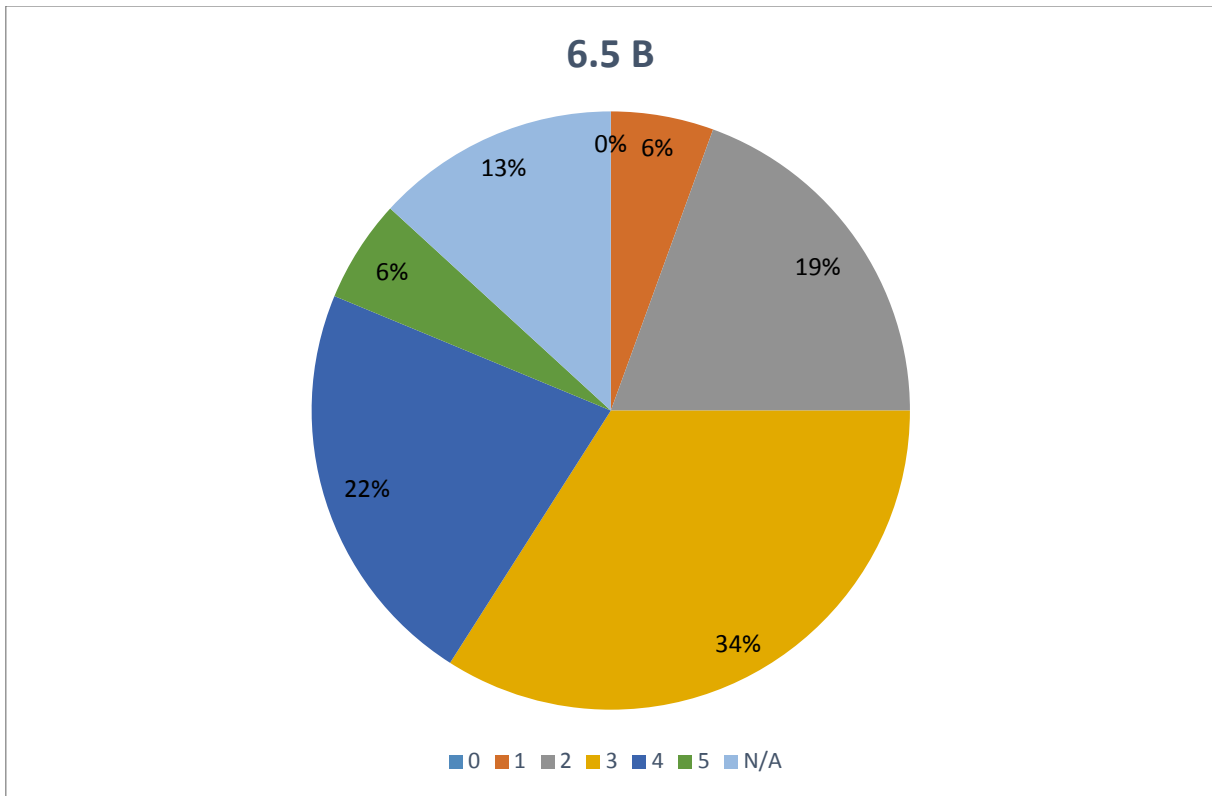
5.- en una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre, (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentarla situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)



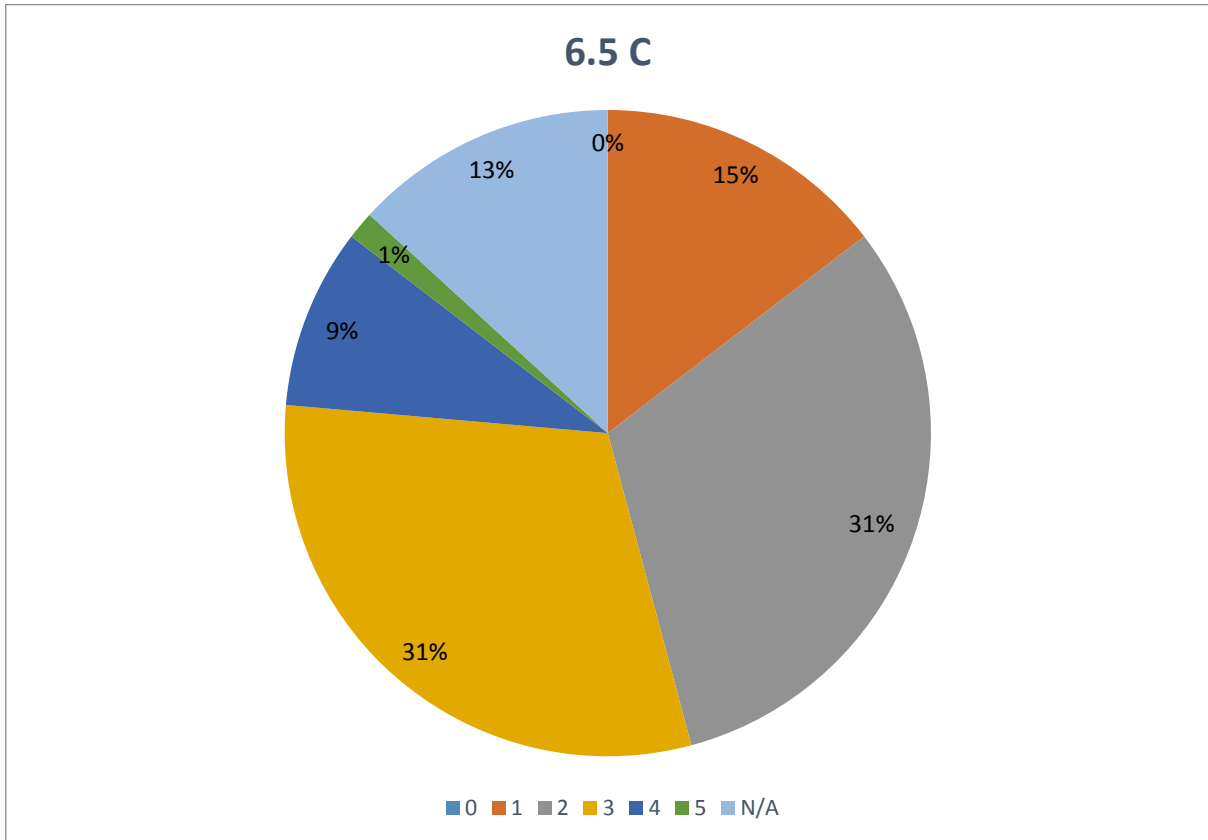
El 28% de los alumnos encuestado ha señalado que alguna vez a utilizado la estrategia de habilidad asertiva para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo, un 24% ha señalado que casi siempre ha utilizado la estrategia de habilidad asertiva para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo, un 20% ha señalado que rara vez ha utilizado la estrategia de habilidad asertiva para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo.

Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.



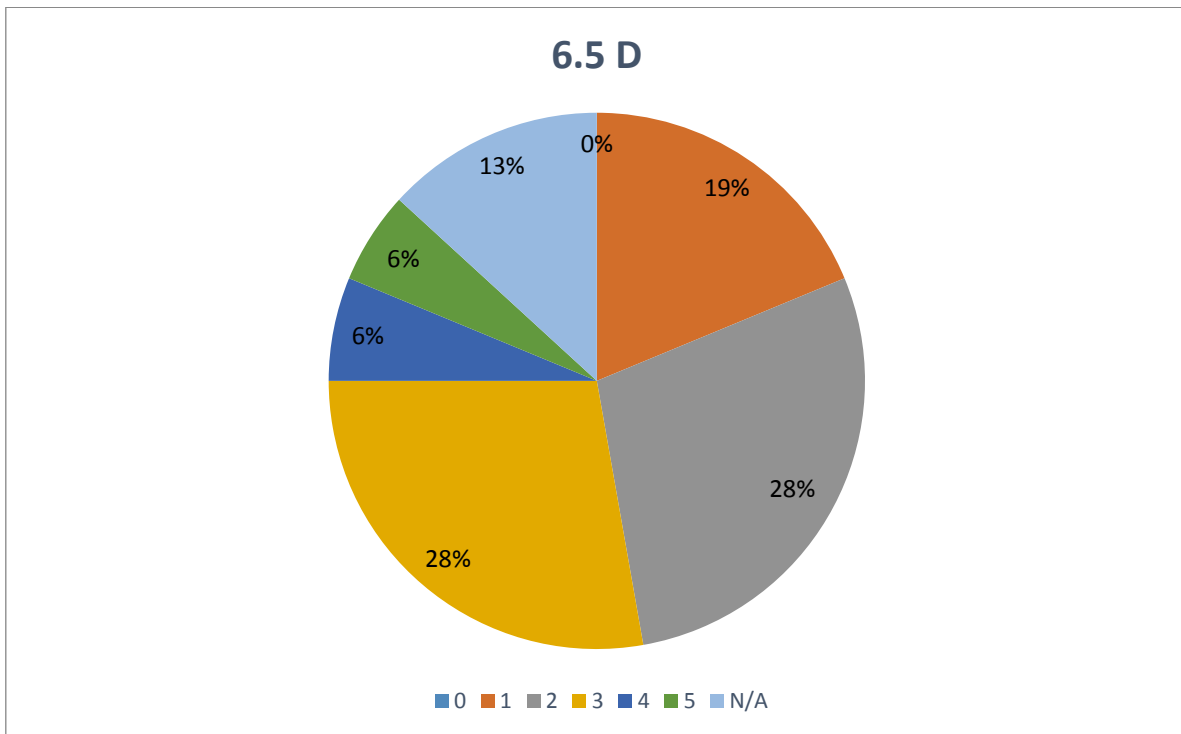
Un 34% de los alumno encuestados ha señalado que alguna vez ha utilizado la estrategia de elaboración de un plan y ejecución de tareas para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo, un 22% ha señalado que casi siempre ha utilizado la estrategia de elaboración de un plan y ejecución de tareas para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo, un 19% ha señalado que rara vez ha utilizado la estrategia de elaboración de un plan y ejecución de tareas para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo.

Elogios a si mismo.



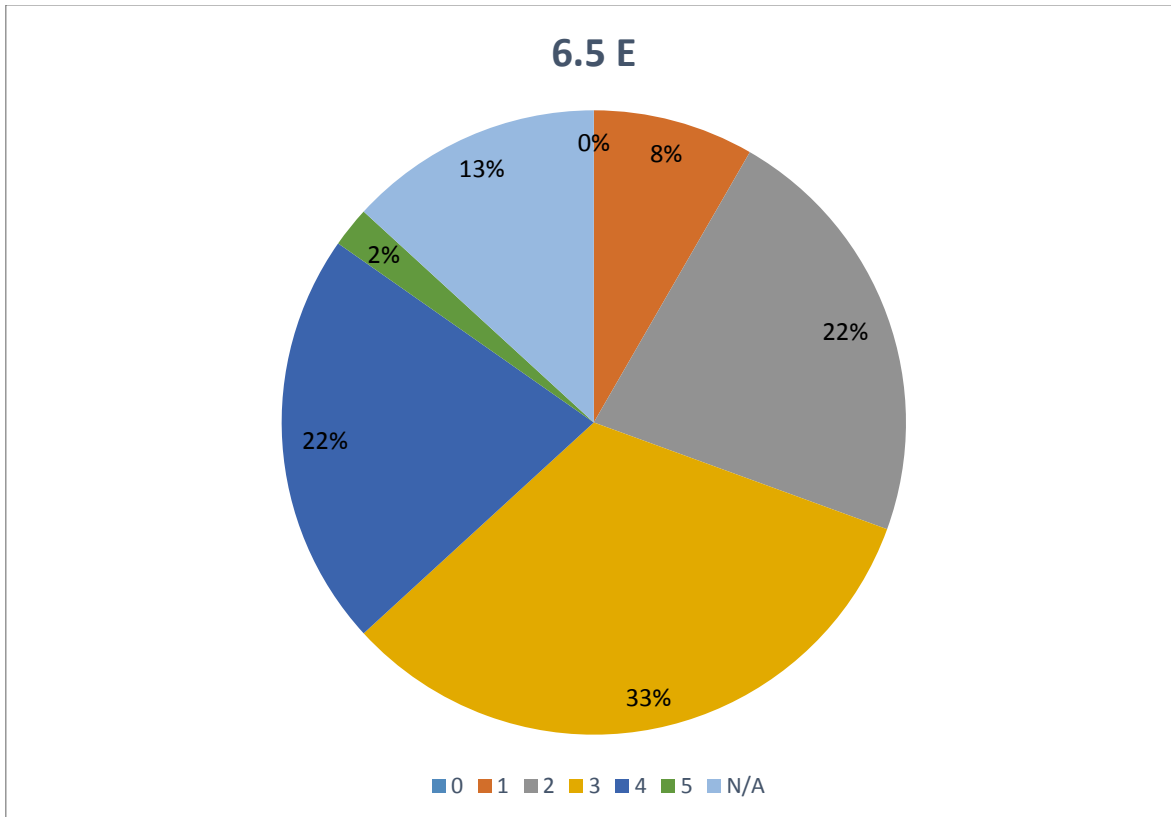
Un 31% de los alumnos encuestado ha señalado que alguna vez ha utilizado la estrategia de elogios a si mismo para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo, un 31% ha señalado que rara vez ha utilizado la estrategia de elogios a sí mismo para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo, un 15% ha señalado que nunca ha utilizado la estrategia de elogios a sí mismo para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo.

La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).



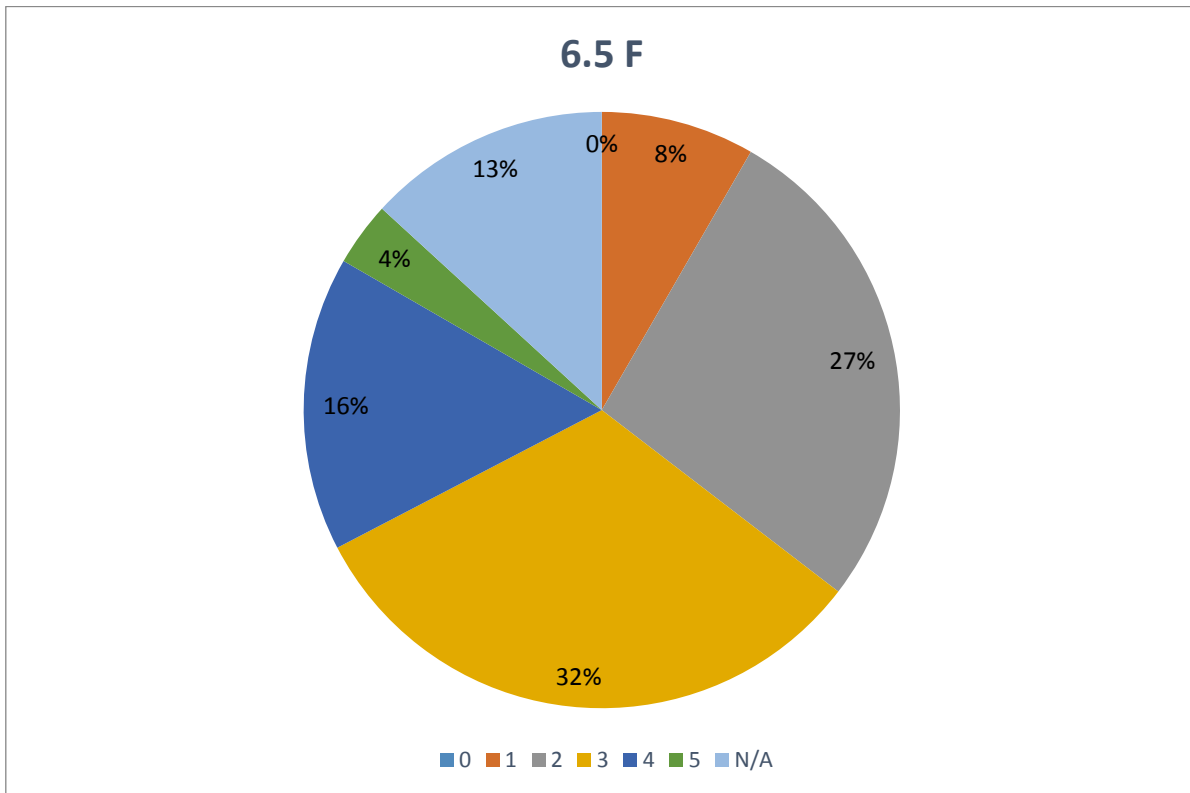
Un 28% de los alumnos encuestado ha señalado que alguna vez ha utilizado la estrategia de oraciones y asistencia a misa para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo, un 28% ha señalado que rara vez ha utilizado la estrategia de oraciones y asistencia a misa para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo, un 19% ha señalado que nunca ha utilizado la estrategia de oraciones y asistencia a misa para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo.

Búsqueda de información sobre la situación.



Un 33% de los alumnos encuestado ha señalado que alguna vez ha utilizado la estrategia de búsqueda de información para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo, un 22% ha señalado que casi siempre ha utilizado la estrategia de búsqueda de información para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo, un 22% ha señalado que rara vez ha utilizado la estrategia de búsqueda de información para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo.

Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).



Un 32% de los alumnos encuestados ha señalado que alguna vez ha utilizado la estrategia de verbalización para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo, un 27% ha señalado que rara vez ha utilizado la estrategia de verbalización para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo, un 16% ha señalado que casi siempre ha utilizado la estrategia de verbalización para enfrentar la situación que le causaba preocupación o nerviosismo.

DISCUSIÓN

En las últimas décadas, se encuentra una creciente prevalencia de estrés en la población de estudiantes universitarios, se estiman de que hay diferentes factores que desencadenan esta situación, una de las más importantes es la adquisición de competencias. **(Huber Dreyfus, 1997)**

Relacionado con lo anterior nuestra investigación arrojó resultados similares ya que de un universo de 153 personas y una muestra de 144 alumnos de la carrera de enfermería de una universidad privada. Un 87% de la muestra al momento de contestar la encuesta señaló haber sentido en algún momento preocupación o nerviosismo, mientras que el 13% restante señaló no sentirlo.

Si lo ponemos en perspectiva con el modelo planteado por Dreyfus se tiene relación ya que dentro de las profesiones que se encuentran dentro de su estudio y donde habían una mayor prevalencia de estrés era la carrera de enfermería y se asocia a la experticia del profesional, ya que el planteaba que con menos experiencia mayor es la cantidad de estrés a la que se expone el profesional.

Otro punto de nuestra investigación fue identificar los factores desencadenantes de cuadros de estrés dentro de los cuales destaca en nuestra investigación sobrecarga de tareas y trabajos escolares, evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos trabajos) . Lo que se relaciona netamente con la adquisición de nuevas competencias en el ejercicio y desempeño de su carrera.

En las investigaciones nacionales que utilizamos para guiar nuestra investigación se encuentra la de Jerez y Oyarzo que en el año 2015 expusieron en su estudio denominado “Estrés académico en estudiante del departamento de salud de la Universidad de los Lagos, Osorno” que se basaba en las exigencias en que se ven enfrentados los estudiantes, dio como resultado de un universo de 314 alumnos un mayor estrés en el sexo femenino con un 90,24% por sobre el 86,57% de estrés en el sexo masculino. **(Jerez y Oyarzo, 2015)**

Esto es contrario a nuestra investigación ya que a pesar de que la población masculina es menor presentan mayor cantidad de cuadros de estrés por sobre el sexo femenino.

Por lo que en relación a lo anteriormente descrito lo que expone nuestra teórica Callista Roy sobre su teoría de adaptación, el estrés es de carácter adaptativo y psicológico por lo que el individuo debe plantearse como debe afrontar y superar los desencadenantes del estrés, pudiendo dominar ciertas situaciones logrando un crecimiento personal y profesional. En nuestra investigación quedó demostrado de que lamentablemente la mayoría de la muestra en estudio no crea nuevas estrategias para afrontar los periodos de estrés, más del 50 % de la población especificó en el momento de ser encuestada que rara vez utiliza algún tipo de estrategia para afrontar las situaciones de estrés.

Por lo que como futuros profesionales nos corresponde motivar y entregar las herramientas necesarias con la finalidad de crear en conjunto con el afectado, métodos eficaces para poder sobrellevar de buena manera y superar los factores estresantes evitando finalmente los cuadros de estrés.

CONCLUSION

En el último tiempo el estrés se está convirtiendo en una problemática de salud pública, según la OMS, el estrés actualmente es una epidemia global ya que un 60% de la población mundial tiene sintomatología o signos de presentar este cuadro. Dichos cuadros son presentados característicamente por un cansancio mental provocado por la exigencia de rendimiento superior al no normal, lo que puede causar diversos trastornos a nivel biopsicosocial, por lo que la adquisición de nuevas competencias para la aplicación de tareas de la vida diaria ya sea en la formación de futuros profesionales o en el ámbito laboral, es un desencadenante y un factor preponderante en la formación de cuadros de estrés.

En relación a lo descrito anteriormente nos planteamos en esta investigación titulada las características del estrés asociadas a la adquisición de competencias durante el periodo de práctica en alumnos de la carrera de enfermería, poder identificar cuales son los factores que tienen mayor prevalencia para el desarrollo del estrés y no solo eso, sino que también evaluar las técnicas de afrontamiento que presenta cada individuo frente a estos cuadros.

Actualmente en Chile las patologías del área de la salud mental han ido en alza, ya que un 80% de la población chilena presenta este tipo de patología, siendo el estrés la patología con mayor prevalencia, todo esto fue expuesto por Collado y García en el año 2012. Si se asocia esto al ser enfermería una carrera del área de la salud, existe una mayor exigencia no solo de la parte teórica, sino que también desde la parte práctica, por lo que la constante adquisición de competencias con la finalidad de poder brindar una atención de calidad en el caso del ámbito laboral y en el caso del ámbito de formación, aprobar materias, son precursores principales en el desarrollo de cuadros agudos de estrés que no solo causan problemáticas en el ámbito personal sino que afecta el ámbito social y académico.

Según lo mencionado anteriormente esta investigación tiene como objetivos poder identificar los factores estresores, conocer las características de la competencia como factor desencadenante de estrés, las características que se presentan en los cuadros de estrés y no solo eso, sino que también describir los efectos psicológicos, físicos y sociales que el estrés causa en los estudiantes de la carrera de enfermería. Para lograr todos los objetivos planteados se utilizó el instrumento SISCO que proporciona dentro de sus componentes las herramientas necesarias para poder cumplir e identificar todo lo planteado anteriormente.

Relacionado con lo anterior nuestra investigación consto de un universo de 153 personas y una muestra de 144 alumnos de la carrera de enfermería de una universidad privada. Un 87% de la muestra al momento de contestar la encuesta señaló haber sentido en algún momento preocupación o nerviosismo, mientras que el 13% restante señaló no sentirlo. Y a pesar de que la investigación presenta un 82% de población femenina sobre un 18 % de población masculina, esta última a pesar de ser menor presenta mayor incidencia de cuadros de estrés que la población femenina en esta investigación.

Los resultados finales demuestran de que la mayoría de la población encuestada para la realización de esta investigación presentan sintomatología o al menos nerviosismo en el transcurso del año académico.

Relacionado con todo lo mencionado anteriormente y los resultados congruentes expuestos en esta investigación, nuestro deber como futuros profesionales del área de la salud, es promover la adquisición de nuevas técnicas de afrontamiento con la finalidad de poder mejorar y disminuir las tasas de patologías relacionadas con el estrés ya que por sí solo el estrés no es una patología solamente del área mental sino que también puede relacionarse con el desarrollo de patologías crónicas, producto del descuido personal y social que afectan a las personas que sufren de cuadros de estrés.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Collados . J.; García N. (2012). Riesgo de estrés en estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas, Revista científica de enfermería N° 4.
<file:///C:/Users/187865700/Downloads/3%20riesgo%20de%20estres%20en%20estudiantes%20de%20enfermeria%20durante%20las%20practicass%20clinicas.pdf>
- Giménez Tébar J.L. (2010). Estrés en estudiantes de enfermería durante sus prácticas clínicas en unidad de hospitalización a domicilio. Departamento de Enfermería. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Alicante.
<https://web.ua.es/es/ice/jornadas-redes-2015/documentos/tema-3/410770.pdf>
- Cruz C.; Figueroa M, Marty C.; Larraín D.; Lavín M. (2005). Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas.
<file:///C:/Users/187865700/Downloads/5%20prevalencia%20del%20estres%20en%20estudiantes%20del%20area%20d%20la%20salud%20de%20la%20universidad%20de%20los%20andes%20y%20su%20relacion%20con%20enfermedades%20infecciosas.pdf>

- López F.; López M.J. (2011). Situaciones generadoras de estrés en los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas
<file:///C:/Users/187865700/Downloads/6%20situaciones%20generadoras%20de%20estres%20en%20los%20estudiantes%20de%20enfermeria%20en%20las%20practicass%20clinicas.pdf>
 - Cruz C.; Figueroa M.; Lavín M.; Larraín D.; Marty M. (2010). Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas.
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272005000100004&lng=es&nrm=iso&tlng
 - Araya V.; Barraza R.; Contreras A. Muñoz N.; Villagra J. (2015). Ansiedad, depresión, estrés y organización de la personalidad en estudiantes novatos de medicina y enfermería
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272015000400005&lng=es&nrm=iso&tlng
 - Orellana A.; Sanhueza O. (2011). Competencia en investigación en enfermería
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532011000200002
 - Jerez M.; Oyarzo C.; (2015). Estrés académico en estudiantes del departamento de salud de la Universidad de los Lagos Osorno.
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272015000300002
-

- Tam phun. Santos C. (2010). Consumo de alcohol y el estrés entre estudiantes del segundo año de enfermería.
<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v18nspe/a03v18nspe.pdf>
 - Antolín, R.; Pualto, MJ. (2009). Situaciones de las prácticas clínicas que provocan estrés en los estudiantes de enfermería.
<http://revistas.um.es/index.php/eglobal/article/view/264>
 - Pegueroles A. (2014). La nueva formación de profesionales: sobre la competencia profesional y la competencia del estudiante de enfermería
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1575-18132004000100007
 - Barraza Macías A. (2007). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico
<http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>
 - Asesoría económica y marketing (2009). calculadora de muestras
http://www.corporacionaem.com/tools/calc_muestras.php
 - Osorio Vargas M. (2015). Reconocer, prevenir y afrontar el estrés académico
<http://www.uchile.cl/portal/presentacion/centro-de-aprendizaje-campus-sur/114600/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico>
 - Pastrana A. (2014). Una persona competente, sabe, puede y quiere
<http://mx.unoi.com/2014/09/30/una-persona-competente-sabe-puede-y-quiere/>
-

- Falcó Pegueroles, A. (2004). La nueva formación de profesionales: sobre la competencia profesional y la competencia del estudiante de enfermería. Recuperado en 29 de agosto de 2018, [.http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1575-18132004000100007&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1575-18132004000100007&lng=es&tlng=es)
 - Martínez Trujillo N. (2016). La referenciación competitiva en la evaluación de la calidad de enfermería. Recuperado en 29 de agosto de 2018. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192016000200015&lng=es&tlng=es
 - Ahumada B.; Henríquez C.; Maureira, F.; Ruiz V. (2013). Estrés estudiantil un estudio desde la mirada cualitativa. <http://www.ubiobio.cl/miweb/webfile/media/357/Articulos/Art%C3%ADculo-%20Estr%C3%A9s%20Estudiantil.pdf>
 - Duro Novoa, Viviana, & Gilart Iglesias, Virgilio. (2016). La competitividad en las instituciones de educación superior. Aplicación de filosofías de gestión empresarial: LEAN, SIX SIGMA y BUSINESS PROCESS MANAGEMENT (BPM). *Economía y Desarrollo*, 157(2), 166-181. Recuperado en 29 de agosto de 2018, http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0252-85842016000200012&lng=es&tlng=es
-

- Ticona Benavente, SB.; Paucar Quispe, G.; Llerena Callata, G. (2010). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería – unsa arequipa. 2006.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=365834755007>
 - García Ros R.; Pérez González F.; Pérez Blasco J.; Natividad L.; (2011). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad.
<http://www.redalyc.org/pdf/805/80524058011.pdf>
 - Feldman L.; Goncalves L.; Chacón-Puignau G.; Zaragoza J.; Bagés N.; de Pablo J.; (2008) Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos.
<http://sparta.javeriana.edu.co/psicologia/publicaciones/actualizarrevista/archivos/V07N03A10.pdf>
 - Silva Sánchez D. (2015). Estrés en estudiantes de enfermería: Una revisión sistemática.
<file:///C:/Users/user/Downloads/332-640-1-SM.pdf>
-

ANEXO 1

Glosario

1. **Validez Científica:** La investigación clínica debe ser rigurosa en su metodología, ya que se deben obtener datos confiables y válidos. Si la investigación se realiza de manera inadecuada y con un mal diseño, los resultados obtenidos serán erróneos. La metodología usada en el proyecto de investigación debe estar validada, con un objetivo y plan de análisis claros ya que de esta manera se generará un conocimiento científico claro de la investigación.
 2. **Consentimiento informado:** Busca asegurar que los participantes decidan participar o no en la investigación, si consideran que se ajusta a sus valores y preferencias, se debe informar sobre el propósito de la investigación de forma clara.
 3. **Selección de los participantes:** Determina los grupos y participantes que serán reclutados para participar en la investigación, en la que se deben aplicar los criterios de inclusión y exclusión.
 4. **Respeto por los participantes:** Los participantes deben ser tratados con respeto a lo largo de la investigación, lo cual incluye proteger la privacidad del participante con un adecuado manejo totalmente confidencial, informar los resultados obtenidos en la investigación.
 5. **Valor:** La investigación debe ser valiosa, es decir que los resultados obtenidos creen conciencia y generen bienestar. Los resultados obtenidos deben ser un aporte a la sociedad lo cual requiere además que los resultados de la investigación sean publicados.
-

ANEXO 2

Proyecto de tesis “ Características del estrés asociada a la adquisición de competencias durante el periodo de práctica en alumnos de la carrera de enfermería, Concepción 2018.”

Intrucciones:

- El presente cuestionario tiene como objetivo identificar las características del estrés, la sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información proporcionada es totalmente confidencial y solo se manejará resultados globales. Este cuestionario es voluntario por lo que usted esta en su derecho de contestarlo o no .
- Mencione su edad: _____

Marque con una X su respuesta o complete el espacio

Sexo: Masculino:

Femenino:

Estado civil: Soltera /o

Casada /o

Viuda/o

Separada/o

Religión: Católica:

Evangélica:

Cristiana:

Mormona.

Hijos: Si Cuantos: _____

No

Año de carrera actual:

3°

4°

Malla Curricular al día: Si

No

Pasantías Clínicas: En curso:

Ya realizada:

Sin pasantía:

Zona de residencia: _____

Situación laboral: Empleado:

Jornada: _____

Desempleado:

Solo estudio:

ANEXO 3

Inventario

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

Sí

No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “sí”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras (especifique)					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación)					
que preocupa)					
Otra _____ (Especifique)					

ANEXO 4

Calculo de muestra

Margen de error:

10% ▼

Nivel de confianza:

99% ▼

Tamaño de Poblacion:

153

Calcular

Margen: 5%

Nivel de confianza: 99%

Poblacion: 153

Tamaño de muestra: 125

Ecuacion Estadistica para Proporciones poblacionales

n= Tamaño de la muestra

Z= Nivel de confianza deseado

p= Proporcion de la poblacion con la caracteristica deseada (exito)

q=Proporcion de la poblacion sin la caracteristica deseada (fracaso)

e= Nivel de error dispuesto a cometer

N= Tamaño de la poblacion

$$n = \frac{z^2(p \cdot q)}{e^2 + \frac{z^2(p \cdot q)}{N}}$$

ANEXO 5

	VARIABLE	DEFINICION NOMINAL	TIPO DE VARIABLE	DEFINICION OPERACIONAL
Variable dependiente	Estrés y competencias personales	A lo largo del semestre el individuo ha sentido aumento de preocupación o nerviosismo	Cualitativa nominal	Dimensiones SISCO <ul style="list-style-type: none"> - Reacciones físicas - Reacciones psicológicas - Reacciones comportamentales
	Variable Independiente	Biosociodemograficas	Aspectos biológicos, sociales y demográficos	Cualitativa nominal
Pasantías clínicas		Evaluaciones de aspecto clínico a nivel APS e intrahospitalario	Cualitativa continua	Se encuentra en periodo de practica <ul style="list-style-type: none"> - APS - Intrahospitalaria

ANEXO 6

CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de este estudio es proporcionar a las autoridades y comunidad estudiantil, una de las problemáticas universitarias, respecto a las características del estrés asociadas a la adquisición de competencia durante el periodo de práctica de la carrera de enfermería determinando las características de factores predominantes y mecanismos que utilizan los estudiantes para afrontarlos.

Por intermedio de este documento se le está solicitando que participe en este estudio, porque usted tiene el antecedente de ser estudiante de enfermería de tercer y cuarto año. Usted debe estar seguro de su decisión en relación a la participación

Su participación consistirá en completar un formulario que tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación superior que se encuentran en los cursos que integran prácticas, el formulario consta de cinco ítems el cual toma un tiempo aproximado de diez minutos.

Su participación es totalmente confidencial, ni su nombre ni su RUT ni ningún tipo de información que pueda identificarla, aparecerá en los registros del estudio.

Ud. no se beneficiará de participar en este estudio, sin embargo, la información que pueda obtenerse a partir de su participación será de utilidad para la investigación científica características del estrés asociada a la adquisición de competencias durante el periodo de práctica en alumnos de la carrera de enfermería, Concepción 2018.

Quedando claro los objetivos del estudio, las garantías de confidencialidad y la aclaración de la información, acepto voluntariamente participar en este estudio, donando mis muestras en los términos estipulados en este documento, firmo la autorización.

Yo _____ RUT _____

Firma _____ he accedido a participar en este estudio ya que se me ha informado sobre lo que se espera de mi participación, y los beneficios y riesgos de ésta.

ANEXO 7

CARTA A LA JEFA CARRERA



Sra. Carolina Uribe.

Jefa de carrera enfermería, sede Concepción.

Universidad de las Américas

Junto con saludar

El motivo del envío de esta carta es para la aceptación de nuestro proyecto de investigación "Características del estrés asociada a la competitividad durante el periodo de práctica en alumnos de la carrera de enfermería, Concepción 2018"

Ya que con esto abordaremos describir los distintos factores desencadenantes del estrés que los alumnos de enfermería manifiestan en el periodo de práctica, sumándole a ello un alto porcentaje de competitividad que se ve reflejada día a día.

Por esta razón y para obtener su confirmación, nos hemos dirigido a usted para poder continuar con nuestro proyecto de investigación.

Agradeciendo de antemano su comprensión y quedando atenta a cualquier respuesta o citación que usted estime correspondiente.

Se despide Atentamente.

María José Crisosto Figueroa.

Yesenia Opazo Durán.

Katherine Rivera Barrientos.

Alumnas de la Carrera de Enfermería.

