



**UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
CARRERA DE ENFERMERÍA**

**TEMA:**

**Valoración del patrón Afrontamiento Tolerancia al Estrés en los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago Mayor año 2018.**

**AUTORA:**

**González Chilán Jenny Mariuxy**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**TUTORA:**

**Lcda. Holguín Jiménez Martha Lorena Mgs**

**Guayaquil, Ecuador**

**31 agosto, 2018**



UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS**  
**CARRERA DE ENFERMERÍA**

## **CERTIFICACIÓN**

Certificamos que el presente trabajo de titulación fue realizado en su totalidad por **González Chilán Jenny Mariuxy**, como requerimiento para la obtención del título de **Licenciada en Enfermería**.

### **TUTORA**

f. \_\_\_\_\_

**Lcda. Holguín Jiménez Martha Lorena, Mgs**

### **DIRECTORA DE LA CARRERA**

f. \_\_\_\_\_

**Lcda. Mendoza Vinces Ángela Ovilla, Mgs**

**Guayaquil, 31 de agosto del 2018**



UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS**  
**CARRERA DE ENFERMERÍA**

## **DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD**

Yo, **González Chilán Jenny Mariuxy**

### **DECLARO QUE:**

El Trabajo de Titulación, **Valoración del patrón Afrontamiento Tolerancia al Estrés en los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago Mayor año 2018**. Previo a la obtención del título de **Licenciada en Enfermería**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

**Guayaquil, 31 de agosto del 2018**

**AUTORA**

f. \_\_\_\_\_  
**González Chilán Jenny Mariuxy**



UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
CARRERA DE ENFERMERÍA**

## **AUTORIZACIÓN**

Yo, **González Chilán Jenny Mariuxy**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación, **Valoración del patrón Afrontamiento Tolerancia al Estrés en los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago Mayor año 2018**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

**Guayaquil, 31 de agosto del 2018**

**AUTORA**

f. \_\_\_\_\_

**González Chilán Jenny Mariuxy**



## Urkund Analysis Result

Analysed Document: Tesis Jenny Gonzalez 12 -09-2018.docx (D41394741)  
Submitted: 9/12/2018 9:51:00 PM  
Submitted By: jennygonzalez87@hotmail.com  
Significance: 0 %

Sources included in the report:

Instances where selected sources appear:

0



FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS CARRERA DE ENFERMERÍA CARÁTULA

TEMA: Valoración del patrón Afrontamiento Tolerancia al Estrés

en los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago Mayor año 2018.

AUTORA: GONZÁLEZ CHILAN JENNY MARIUXY

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de LICENCIADA EN ENFERMERÍA

TUTORA: LCDA. HOLGUÍN JIMÉNEZ MARTHA LORENA MGS

Guayaquil, Ecuador 31 agosto, 2018

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS CARRERA DE ENFERMERÍA

CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo de titulación fue realizado en su totalidad por González Chilán Jenny Mariuxy, como requerimiento para la obtención del título

de LICENCIADA EN ENFERMERÍA.

TUTORA

f. \_\_\_\_\_ Lcda. Holguín Jiménez Martha Lorena, Mgs

DIRECTORA DELA CARRERA

f. \_\_\_\_\_ Lcda. Mendoza Vines Ángela Ovilda, Mgs

Guayaquil, 31 de agosto del 2018

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS CARRERA DE ENFERMERÍA

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, González Chilán Jenny Mariuxy

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación, Valoración del patrón Afrontamiento Tolerancia al Estrés en los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago Mayor año 2018.

Previo a la obtención del título de LICENCIADA EN ENFERMERÍA, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios por darme esta oportunidad de terminar mis estudios.

A mis padres quienes siempre están en mis alegrías, tristezas y preocupaciones; con su amor siempre me socorren y son mi sostén frente a todas mis dificultades.

Son varias a las personas que han formado parte de mi vida profesional a las que les estoy agradecida por su amistad, consejos, apoyo, ánimo y compañía en los instantes más arduos de mi vida. Algunas siguen conmigo y otras en mis recuerdos y en mi corazón, sin importar en donde se encuentren quiero darles las gracias por formar parte de mí, porque gracias a ellos soy la mujer enérgica de ahora.

De igual manera agradezco a la Universidad Católica Santiago de Guayaquil especialmente a la Facultad De Ciencias Médicas por haberme acogido dentro de sus instalaciones durante este largo trayecto.

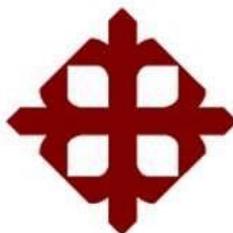
**González Chilán Jenny Mariuxy**

## **DEDICATORIA**

A Dios, por estar conmigo en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente, y por haber puesto en mi camino a aquellas personas que han sido mi soporte y compañía durante todo el periodo de estudio.

A mi familia por su cariño, amor y sobretodo sus constantes apoyo para lograr mis metas, por brindarme fortaleza en todo momento, por sus consejos, por despertar lo que soy y enseñarme a serlo. Principalmente a mi mamá, quien supo salir adelante a pesar que solo contaba con nosotros, sin embargo pudo superar las adversidades que se le presento.

**González Chilán Jenny Mariuxy**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL**  
**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS**  
**CARRERA DE ENFERMERÍA**

**TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN**

f. \_\_\_\_\_

**LCDA. ÁNGELA OVILDA, MENDOZA VINCES MGS**  
DIRECTORA DE CARRERA

f. \_\_\_\_\_

**LCDA. MARTHA LORENA, HOLGUÍN JIMÉNEZ, MGS**  
COORDINADORA DE UNIDAD DE TITULACIÓN ESPECIAL

f. \_\_\_\_\_

**LCDA. MARTHA LORENA, HOLGUÍN JIMÉNEZ, MGS**  
TUTORA

f. \_\_\_\_\_

**LCDA. KRYSTI GLENDA FRANCO POVEDA, MGS**  
OPONENTE

## ÍNDICE GENERAL

REPORTE DE URKUND .....	5
AGRADECIMIENTO .....	VIII
DEDICATORIA.....	IX
TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN .....	X
ÍNDICE GENERAL.....	XI
ÍNDICE DE GRÁFICOS .....	XIV
RESUMEN .....	XIV
SUMMARY.....	XVI
INTRODUCCIÓN .....	2
CAPÍTULO I .....	4
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	4
PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN .....	5
JUSTIFICACIÓN .....	6
OBJETIVOS.....	8
Objetivo general .....	8
Objetivos específicos.....	8
CAPÍTULO II .....	9
FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL .....	9
2.1. ANTECEDENTE DE LA INVESTIGACIÓN.....	9
EL PROCESO EDUCATIVO ESTATAL Y LAS PRUEBAS “SER BACHILLER” .....	9
2.2. Marco Teórico.....	12
Proceso de Atención de Enfermería .....	12
Características .....	12
Etapas del Proceso de Atención de Enfermería .....	12

Ser Bachiller.....	13
Estrés.....	15
Patrón Adaptación Tolerancia al Estrés.....	23
Patrón 10: Adaptación Tolerancia al estrés.....	23
DOMINIO 1 PROMOCIÓN DE LA SALUD .....	25
VALORACIÓN INDIVIDUAL .....	26
VALORACIÓN FAMILIAR.....	26
VALORACIÓN COMUNITARIA .....	26
TÉCNICAS DEL EXAMEN FÍSICO.....	27
INSPECCIÓN.....	27
PALPACIÓN .....	28
PERCUSIÓN.....	29
FENÓMENOS ACÚSTICOS .....	30
SONIDO RESONANTE .....	30
SONIDO HIPERESONANTE .....	30
SONIDO TIMPÁNICO.....	30
SONIDO MATE.....	31
MEDICIÓN.....	32
APARIENCIA GENERAL .....	33
DIAGNÓSTICOS DE ENFERMERÍA ASOCIADOS A DOMINIOS Y CLASES .....	34
.....	34
DOMINIO 9. AFRONTAMIENTO/TOLERANCIA AL ESTRÉS .....	34
Teoría De Enfermería .....	42
Teórica Sor Callista Roy – Teoría de Adaptación .....	42
Sistema Adaptativo Humano: SAH .....	43
2.4 MARCO LEGAL.....	45
CAPÍTULO III.....	47

DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN .....	47
MATERIALES Y MÉTODOS .....	47
Tipo de estudio .....	47
Nivel .....	47
Metodología.....	47
Diseño .....	47
Población.....	47
Procedimiento para la recolección de información .....	47
Técnica de procesamiento y análisis de datos .....	47
Tabulación, análisis y presentación de resultados .....	47
OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....	48
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	50
DISCUSIÓN .....	64
CONCLUSIONES .....	68
RECOMENDACIONES.....	69
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	70
BIBLIOGRAFÍA .....	74
ANEXOS .....	80

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico N° 1 Edad</b> .....	50
<b>Gráfico N° 2 Estado Civil</b> .....	51
<b>Gráfico N° 3 Problema de Adaptación</b> .....	52
<b>Gráfico N° 4 Método de relajación</b> .....	53
<b>Gráfico N° 5 Apoyo Familiar</b> .....	54
<b>Gráfico N° 6 Comunicación con sus padres</b> .....	55
<b>Gráfico N° 7 Conducta con docentes educativos</b> .....	56
<b>Gráfico N° 8 Tolerancia de estrés y prueba ser bachiller</b> .....	57
<b>Gráfico N° 9 Horas de sueño y descanso</b> .....	58
<b>Gráfico N° 10 Situaciones de estrés</b> .....	59
<b>Gráfico N° 11 Afrontamientos del estrés</b> .....	60
<b>Gráfico N° 12 Percepción de estrés</b> .....	61
<b>Gráfico N° 13 Mantenimiento ineficaz de la Salud</b> .....	62
<b>Gráfico N° 14 Gestión ineficaz de la Salud</b> .....	63

## RESUMEN

Las pruebas “Ser Bachiller” responden a la política de estado de evaluación y mejoramiento de la educación en el Ecuador, y son instrumentos evaluativos que exploran habilidades, actitudes y destrezas necesarias para el desenvolvimiento exitoso en los estudios de educación superior. En ese sentido los estudiantes de nivel bachillerato, que deben realizar esta prueba, representa para ellos una gran intensidad emocional, debido a que es una situación que le produce recarga psicológica y emocional, la cual se ve potenciada en la responsabilidad que deben tener en la efectividad de los resultados de esta evaluación para lograr acceder a la educación superior, por lo expuesto el **objetivo** es Determinar la Valoración del patrón Adaptación-Tolerancia al Estrés en los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago Mayor año 2018. La **metodología** utilizada fue de tipo descriptivo con metodología cuantitativa para determinar el patrón de Afrontamiento a la Adaptación-Tolerancia al Estrés, para la recolección de datos se aplica la encuesta directa, por medio de cuestionarios con preguntas dicotómicas y múltiples. **Población** está constituido de 40 estudiantes del tercero de Bachillerato del Colegio Santiago Mayor. Llegando a la **Resultados** que el 72% de estudiantes presentan problemas de adaptación, a su vez el 60% busca el consumo de sustancias o medicamentos para el estrés. Así mismo el 38% de los estudiantes del tercero de bachillerato no tiene percepción sobre el estrés, por lo cual no están orientados sobre los diferentes factores que inciden en el desarrollo del estrés y como debe ser afrontado.

**Palabras clave:** Valoración del patrón, Afrontamiento, Bachillerato, Tolerancia, estudiantes.

## SUMMARY

The "Be Bachiller" tests respond to the state policy of evaluation and improvement of education in Ecuador, and are evaluative instruments that explore skills, attitudes and skills necessary for the successful development of higher education studies. In this sense, high school students, who must perform this test, represent a great emotional intensity for them, because it is a situation that produces psychological and emotional recharge, which is enhanced by the responsibility they must have in the effectiveness of the results of this evaluation to achieve access to higher education, so the **objective** is to determine the Valuation of the Adaptation Tolerance to Stress pattern in the students of the third year of high school at the Santiago Mayor school in 2018. The **methodology** used was descriptive type with quantitative methodology to determine the pattern of Coping with Adaptation-Stress Tolerance, for data collection the direct survey is applied, through questionnaires with dichotomous and multiple questions. The **universe** is made up of 40 students from the third year of the Bachillerato of the Santiago Mayor School. Reaching the **result** that 72% of students present problems of adaptation, in turn 60% seek the consumption of substances or drugs for stress. Likewise, 38% of students in the third year of high school have no perception of stress, so they are not oriented on the different factors that affect the development of stress and how it should be addressed.

**Keywords:** Evaluation of the pattern, Coping, Baccalaureate, Tolerance, students.

## INTRODUCCIÓN

Una de las confusiones de la variación del prototipo destreza sensibilidad al estrés es que con el intervalo se puede arribar a anunciar síndrome de burnout, un síndrome que tiene prevalencia por la asistencia de indicios de estrés purista con un curso de más de un año adonde más está alterado su notabilidad o estados emocionales y en el conjunto etario de los endógenos de los estudiantes de bachillerato. Este proyecto es de características emocionales.

Según la Organización mundial de la Salud el estrés académico es la reacción que puede tener el individuo ante exigencias y presiones académicas que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades, y que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación. En Latinoamérica, "a pesar de algunas contradicciones, los estudios concuerdan en mostrar una elevada incidencia de estrés en estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población estudiada en la categoría de estrés moderado". En Ecuador no hay todavía estimaciones sobre los niveles de estrés académico en estudiantes a nivel bachiller, ni universitarios, a nivel nacional.

El Colegio Santiago Mayor es una entidad privada, cuya misión es Asumir el compromiso de formar, con métodos pedagógicos innovadores, a niños, niñas y jóvenes líderes emprendedores, capaces de tomar decisiones, ciudadanos dispuestos a romper paradigmas, con consciencia moral y social en beneficio propio y de la sociedad.

El Proyecto Ser Bachiller está dirigido a los estudiantes de tercero de bachillerato en modalidad presencial, semipresencial y a distancia que hayan aprobado las asignaturas del currículo. La prueba reemplaza a los exámenes de grado y evalúa cuatro campos: Matemática, Lengua y Literatura, Ciencias Naturales y Estudios Sociales; que están determinados en los Estándares de Calidad Educativa.

El INEVAL es el encargado de la elaboración, aplicación y calificación del instrumento y el Ministerio de Educación de la publicación de los resultados. La prueba Ser Bachiller entrega un puntaje a los estudiantes, quienes deberán postular a la Universidad que quieran, a la carrera que quieran.

También se puede decir que el examen ser bachiller responde a la política de estado de evaluación y mejoramiento de la educación en el Ecuador, siendo instrumentos evaluativos que exploran habilidades, actitudes y destrezas necesarias para el desenvolvimiento exitoso en los estudios de educación superior, cuyos resultados han permitido la categorización social de las unidades educativas a nivel nacional.

En este contexto se observa que las instituciones educativas privada de la ciudad de Guayaquil, se encuentran dentro de los lugares de reconocimiento social, lo que implica que el proceso educativo cumple los estándares de calidad educativa requeridos por el Estado, a través de sus órganos competentes; muy diferente en el caso de entidades públicas.

El propósito de nuestro proyecto de investigación es determinar la valoración del patrón tolerancia al estrés en los estudiantes del 3ero de bachillerato del colegio Santiago mayor, con el fin de analizar que cual es el estrés y el impacto que ocasiona el rendir el examen del "Ser bachiller".

Para la mejor comprensión del estudio se lo clasificara en varios capítulos:  
**CAPÍTULO I:** planteamiento del problema, preguntas de investigación, justificación; objetivos.

**CAPÍTULO II:** Fundamentación conceptual; Marco Referencial, y Marco conceptual, Fundamentación legal.

**CAPÍTULO III:** Diseño de la investigación; variables generales y operacionalización, presentación de análisis de resultados, Discusión, Conclusiones, Recomendaciones, referencias bibliográficas; bibliografía y anexos.

# CAPÍTULO I

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El presente proyecto se relaciona a la línea de investigación Salud y Bienestar humano, Sub línea Atención Primaria en salud. El esquema de funcionamiento social se basa en asumir responsabilidades, pero hay personas que presentan dificultades para poder adaptarse a éstas, por lo que se desarrolla una condición que se conoce como Estrés. El Estrés sirve de motivación para la superación de obstáculos, sin embargo, la presencia continuada del estrés puede agotar las energías de un sujeto haciendo que éste se sienta sobre exigido, interfiriendo en su calidad de vida y en el logro de sus metas.

En ese sentido los estudiantes de nivel bachillerato, que deben realizar esta prueba, representa para ellos una gran intensidad emocional, debido a que es una situación que le produce recarga psicológica y emocional, la cual se ve potenciada en la responsabilidad que deben tener en la efectividad de los resultados de esta evaluación para lograr acceder a la educación superior, lo cual trae como consecuencias respuestas emocionales, reflejándose agotamiento físico, malestar, cefalea, insomnio y alteraciones gastrointestinales, además de cambios de conducta, como irritabilidad, frustración, predisposición al mal humor, signos y síntomas que son expresiones propias del estrés.

Por la importancia de estos estados de ánimo y concepciones ante este tipo de prueba de conocimiento, creo que sería conveniente conocer un poco más sobre estos aspectos, donde aplicamos las guías de valoración y de esta forma podamos establecer los posibles diagnósticos enfermeros en los estudiantes, juicios que como profesionales debemos manejarlos para intervenir de forma individualizada y contribuir a una mejor continua.

## **PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN**

1. ¿Cuál es la valoración del patrón Tolerancia al Estrés en los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago Mayor año 2018?
2. ¿Cuáles son las características socio demográficas de los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago Mayor?
3. ¿Cuáles son los factores que influyen al estrés en los estudiantes que cursan el 3er año de bachillerato?
4. ¿Cuáles son los Diagnósticos Enfermeros que se aplican en los estudiantes que tienen que rendir la prueba del ser bachiller?

## JUSTIFICACIÓN

Se justifica el presente trabajo de investigación, debido a que durante el desarrollo del interno, se evidenció un alto porcentaje de pacientes, que se encuentran en la etapa de ingreso a la educación superior, los cuales presentan cuadros de estrés, causado por la preocupación del rendimiento del examen “Ser Bachiller”, requisito solicitado por el Sistema Nacional de Nivelación y Admisión para ingresar a la Educación Superior, lo que motivó a analizar el por qué este grupo etario tiene mayor riesgo de ser afectados con esta enfermedad durante esta etapa estudiantil, por lo que es importante valorar el patrón Adaptación – Tolerancia al estrés en los estudiantes del tercero de Bachillerato del Colegio Santiago Mayor, de la ciudad de Guayaquil.

A través de los objetivos del proyecto de investigación se busca determinar los factores que inciden en el desarrollo del estrés en los estudiantes del tercero de bachillerato, por medio de la Valoración del patrón Adaptación-Tolerancia, para que estos puedan tomar conciencia sobre los mecanismos para la prevención de esta complicación durante la etapa de ingreso en la universidad, además de reducir los niveles de ansiedad que incide en ellos.

Las variables de la presente investigación se miden por medio de la Valoración del patrón Adaptación-Tolerancia en los estudiantes del tercero de Bachillerato del Colegio Santiago Mayor, de la ciudad de Guayaquil, a quienes se les preguntará sobre su estado de salud psicosocial y las complicaciones que se presentan durante la etapa del examen de “Ser Bachiller”.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define al estrés como un conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción, en otras palabras, es una respuesta a demandas que vienen desde afuera o desde adentro de la persona. Todos estamos predispuestos a distintos factores internos o externos que pueden provocar estrés, el cual puede tener diferentes síntomas como: aumento y disminución del sueño, aumento o disminución del apetito, aumento o disminución de la ingesta alimenticia, dificultad para

mantener niveles adecuados de concentración, dolores abdominales y gastrointestinales.

Debido a la importancia de la investigación acerca del patrón adaptación tolerancia al estrés en los estudiantes de tercero de bachillerato que rinden la prueba del «Sistema Nacional de Nivelación y Admisión», los hallazgos serán definitivos para que estos tomen conciencia sobre la prevención de las complicaciones que pueden obtener si tienen control sobre el patrón alterado, cumpliendo así uno de los principales objetivos dentro de la Atención Primaria de Salud, que es el de brindar cuidados y calidez, junto con las medidas preventivas como parte del buen vivir de la población.

Es necesario para quienes forman parte de los sistemas de salud pública, adquirir un conocimiento profundo acerca de los patrones funcionales que hacen estudio con más énfasis a una valoración del entorno, para así contribuir a dotar con estrategias eficientes a la población, de esta forma se promoverá el buen vivir en los futuros estudiantes universitarios.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo general:**

Determinar la Valoración del patrón Tolerancia al Estrés en los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago Mayor año 2018.

### **Objetivos específicos:**

- Caracterizar socio demográficamente a los estudiantes del tercero de bachillerato del colegio Santiago Mayor.
- Identificar los factores que influyen al estrés en los estudiantes que cursan el 3er año de bachillerato
- Establecer los diagnósticos enfermeros en los estudiantes que rendirán el examen del ser bachiller en el colegio Santiago Mayor de la ciudad de Guayaquil

## CAPÍTULO II

### FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL

#### 2.1. ANTECEDENTE DE LA INVESTIGACIÓN

##### **EL PROCESO EDUCATIVO ESTATAL Y LAS PRUEBAS “SER BACHILLER”**

Las pruebas “Ser Bachiller” responde a la política de estado de evaluación y mejoramiento de la educación en el Ecuador, y son instrumentos evaluativos que exploran habilidades, actitudes y destrezas necesarias para el desenvolvimiento exitoso en los estudios de educación superior, cuyos resultados han permitido la categorización social de las unidades educativas a nivel nacional; en este contexto se observa que las instituciones educativas fiscales de la Provincia Bolívar, en especial las del Cantón Guaranda, en Ecuador, no se encuentran dentro de los lugares de este reconocimiento social, lo que implica que el proceso educativo no cumple los estándares de calidad educativa requeridos por el Estado, a través de sus órganos competentes. Sobre esta premisa se ha determinado que el objetivo de este estudio es caracterizar al proceso educativo estatal que responde a políticas de estado con procedimientos de enseñanza estandarizados y su relación en las pruebas “Ser Bachiller”, determinando las particularidades de este proceso para promover la interacción social educativa y garantizar su desarrollo en el marco de una comunidad educativa a nivel cantonal. (1)

La unidad de análisis seleccionada es el proceso educativo como hecho socioeducativo de estudio y la unidad de observación es un estudiante seleccionado por cada asignatura del plan de estudios en cada institución fiscal del tercer año de Bachillerato, evaluándolos a través de los resultados recogidos en una ficha de observación científica no participante y estructurada de escala nominal, utilizando el método Kuder-Richardson (KR-20), que brinda un resultado entre 0,82 y 0,89; así como también calculando el coeficiente Alfa de Crombach, obteniendo un nivel de confianza del 95%. Los resultados evidencian que el proceso educativo fiscal ejecutado a través del

“cuaderno de materia”, influye sobre el puntaje obtenido en las pruebas “Ser Bachiller”. (1)

### **Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios.**

Este estudio tiene por objeto la evaluación de los estresores en el entorno académico. Los instrumentos empleados con este objetivo no siempre están adecuadamente adaptados al contexto universitario o son lo suficientemente exhaustivos como para englobar el elevado número de fuentes generadoras de estrés académico. El estudio utiliza una muestra de 1.196 estudiantes universitarios de diferentes titulaciones para describir y analizar la fiabilidad y validez de la Escala de Estresores Académicos, que forma parte del Cuestionario de Estrés Académico. Los resultados mostraron una escala compuesta por 54 ítems y 8 factores, que explican un 66% de la varianza, y que se mostró fiable tanto para el total de la escala ( $= 0,96$ ) como para cada uno de los factores, oscilando entre 0,81 y 0,94. Los factores identificados fueron deficiencias metodológicas del profesorado, sobrecarga académica, creencias sobre el rendimiento, intervenciones en público, clima social negativo, exámenes, carencia de valor de los contenidos y dificultades de participación.(2)

En un trabajo de investigación realizado por Adrián L. (González, A., 2017), sobre el estrés académico, se pretende determinar las diferentes situaciones académicas a las que están expuestos los estudiantes de nueva incorporación, concretamente en la titulación de Educación Social y cuáles son generadoras de estrés en el ámbito universitario, así como determinar cuáles son las estrategias de afrontamiento de las que disponen para combatir las situaciones estresantes.

Los resultados muestran que el estrés académico es un fenómeno generalizado en el primer año de acceso a la universidad y que los niveles más altos de estrés giran en torno a la realización de exámenes, la sobrecarga académica, la exposición de trabajos en clase y las dificultades para obtener o mantener una beca de estudios. (3)

Por otro lado, las estrategias de afrontamiento que antes estas situaciones emplean el alumnado, son hablar sobre las situaciones estresantes con sus parejas, familiares o amigos y cuando se enfrentan a una situación problemática durante los exámenes, procuran pensar que son capaces de hacer las cosas bien por ellos mismos. Por lo tanto, la mayor parte de estas estrategias se engloban dentro de la reevaluación positiva y la planificación y gestión de recursos personales, siendo la búsqueda de apoyo social la estrategia menos utilizada. (3)

Los cuestionarios que evalúan estos resultados han sido el «Cuestionario de Estrés Académico en la Universidad» (CEAU), compuesto por cuatro dimensiones complementarias (obligaciones académicas, expediente y perspectivas de futuro, dificultades interpersonales y expresión de ideas propias), y el A-CEA (Escala de Afrontamiento del Estrés Académico), a su vez dividido en tres subescalas que miden el apoyo social, la reevaluación positiva de las situaciones estresantes y la planificación y gestión de recursos personales.(3)

Los resultados se discuten en base a la repercusión que puede tener diseñar e implementar proyectos destinados a la gestión del estrés entre el alumnado y el diseño de sistemas de detección de situaciones estresantes entre los/as estudiantes, así como la prestación de servicios de atención, asesoramiento y orientación académica a los estudiantes de nuevo acceso a los estudios universitarios. (3)

## **El yoga y la meditación como terapia para el control del estrés en adolescentes Resumen:**

La dificultad de la transición de la dependencia de la infancia a la independencia y la autonomía de la edad adulta, junto a la necesidad de afrontar el reto de aprender a usar las habilidades cognitivas desarrolladas, y las nuevas relaciones con su familia y amigos, hace al adolescente más vulnerable a sufrir estrés y en muchos casos no saben cómo afrontarlo.

En este estudio, se determinará la eficacia de la práctica regular de yoga asociado a la meditación para disminuir el nivel de estrés de adolescentes entre 16-18 años, de primer y segundo curso de bachillerato de centros de enseñanza público, Privado y concertado de la isla de Tenerife, comparando un grupo experimental, sometido a la intervención, frente a un grupo control que no participará en las clases de yoga y meditación como actividad extraescolar. Los dos grupos serán evaluados mediante unos cuestionarios sobre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento. (4)

## **2.2. Marco Teórico:**

### **Proceso de Atención de Enfermería**

La Atención de Enfermería es una forma dinámica y sistematizada de brindar cuidados enfermeros, promueve cuidados humanísticos centrados en unos objetivos. También impulsa a las enfermeras a examinar continuamente lo que hacen y a plantearse cómo pueden mejorarlo. (5)

### **Características**

Se considera como un método porque es una serie de pasos mentales a seguir para organizar su trabajo y solucionar problemas relacionados con la salud de los usuarios. Se caracteriza el proceso enfermero por tener validez de forma universal, se puede utilizar una metodología comprensible centrada directamente al problema y con estas características se puede obtener un objetivo claro para su estudio y solucionar su problema mediante las etapas que lo conforma. (6)

### **Etapas del Proceso de Atención de Enfermería**

Con las etapas que conforma el proceso de atención de enfermería tendremos un estudio claro en el problema evidenciado en los estudiantes que buscan acceder a la Educación Superior. (7)

**Valoración:** Recoger y examinar la información sobre el estado de salud, buscando evidencias de funcionamiento anormal de riesgo que pueden

generar problemas de salud. También puede buscar evidencias de los recursos con que cuenta el cliente. Entonces dentro del proyecto de Titulación decimos que el método de valoración fue por las evidencias observadas y vividas, y por medio de la encuesta realizada dentro a los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago.

**Diagnóstico:** Analizar los datos e identificar los problemas reales y potenciales, que constituyen la base del plan de cuidados. También hay que identificar los recursos, que son esenciales para desarrollar un plan de cuidados eficiente. Una vez obtenido los datos necesarios y haber sido analizado cada uno de ellos, el Diagnóstico es considerado como el juicio o conclusión de la valoración donde podemos relacionar el problema con diagnósticos de Enfermería para un mejor estudio. (8)

**Planificación:** Se debe realizar los siguientes pasos claves: Primero determinar las prioridades inmediatas, luego se fijarán los objetivos esperados y determinar las intervenciones para prevenir o tratar los problemas y lograr los objetivos.

**Ejecución:** Es llevar el plan a cabo, donde se desarrolla la metodología de cómo se va a actuar para tener las respuestas favorables a los resultados esperados. (4)

**Evaluación:** A través de la correlación de las respuestas de la persona, se establecerá si los objetivos se han establecido, de esta forma se continuará con la planificación o esta deberá de modificarse.

### **Ser Bachiller**

Ser Bachiller 2017 evalúa el desarrollo de las aptitudes y destrezas que los estudiantes deben alcanzar al culminar la educación obligatoria que son necesarias para el desenvolvimiento exitoso como ciudadanos y para afrontar estudios de educación superior. El instrumento explora habilidades, aptitudes y destrezas en cinco campos: Aptitud Abstracta, Dominio Matemático, Dominio Lingüístico, Dominio Científico y Dominio Social. (1)

Ser Bachiller 2017 está conformado por dos componentes de potencial de desarrollo académico y cognitivo: aptitudes y destrezas, integradas activamente en cada uno de los campos valorados. El instrumento Ser Bachiller evalúa la síntesis de los estándares educativos de sus cuatro dimensiones: Matemática, Lengua y Literatura, Ciencias Naturales y Estudios Sociales, así como los campos de Razonamiento Verbal, Numérico y Abstracto.

Las aptitudes permiten pronosticar diferencias interindividuales en situaciones futuras de aprendizaje y refieren a la capacidad para enfrentar situaciones o problemas. Una aptitud general reside en reconocer, plantear y analizar problemas y emplear principios organizadores que permitan vincular los saberes y darles sentido. (9)

Por su parte, las destrezas se relacionan con el saber hacer, el dominio de la acción se expresa a través de la capacidad para ejecutar cierta actividad en un contexto dado y supone formas particulares para resolver problemas.

Ambos son aspectos imprescindibles para graduarse como bachiller y tener éxito en los estudios superiores, por lo que se conciben como esenciales para el desarrollo de los individuos en una sociedad que cada vez demanda más herramientas para resolver los problemas de la vida diaria.

La integración de las estructuras de ambos instrumentos se realizó mediante el reconocimiento, análisis y fusión de los constructos, grupos temáticos y factores comunes para diseñar un instrumento con balance de contenidos propio de las evaluaciones de naturaleza criterio y enriquecido con un diseño psicométrico propio de los instrumentos denominados normativos, lo que mantendrá la comparabilidad de los datos longitudinales y procurar los puntajes ordinales para la postulación a la educación superior conforme al marco legal vigente.

La evaluación Ser Bachiller entregará dos tipos de resultados:

1. Puntaje para la Graduación de Bachillerato (Nota de Examen de Grado), obtenido a partir de la valoración de los ítems asociados a las cuatro dimensiones señaladas en los estándares educativos. En correspondencia con los exámenes de grado y conforme se ha realizado históricamente, existen cuatro puntajes individuales, un puntaje para cada Campo de conocimiento. El promedio simple de estos cuatro puntajes es el puntaje final que se asienta como Nota de Examen de Grado y que, de acuerdo con la normativa vigente, es condición para graduarse de bachiller y aporta el 30% de la Nota final de Graduación del Bachiller. (10)

2. Puntaje para la Postulación a la Educación Superior (PES), que toma en cuenta todos los ítems operativos del instrumento (155), conforme se ha realizado desde la implementación del Examen Nacional de Ingreso a la Educación Superior (ENES).(10)

En ambos casos, cada ítem tiene un peso específico de acuerdo con el nivel de dificultad, complejidad y operación cognitiva que demanda, lo cual se publicará oportunamente para que cada sustentante pueda realizar sus cálculos de manera individual y confirmar sus puntajes finales.

### **Estrés**

El estrés es uno de los principales fenómenos del ser humano que da lugar a la función de la inestabilidad psicosocial y espiritual, de allí la gran importancia de saber afrontar, tolerar o adaptarse al medio, aún más en el estudiante que tienen que dar el examen Ser bachiller. (11)

Norfolk señala que el estrés es un elemento inevitable en la vida, por lo que es evidente que toda persona padece en cualquier etapa de su vida estrés, el cual se da por la tensión que se produce en el organismo frente a situaciones negativas y que agobia a los estudiantes. (11)

## **Escala de afrontamiento del estrés académico (A-CEA)**

Escala de afrontamiento del estrés académico (A-CEA) La escala de afrontamiento, conocida como A-CEA (Cabanach et al., 2008), es una subescala del cuestionario CEA, instrumento compuesto por tres escalas, que se utiliza para evaluar estresores académicos (E-CEA), respuestas de estrés (R-CEA) y estrategias de afrontamiento de estrés (A-CEA). (Ver anexo)

La escala A-CEA está compuesta por 23 ítems, formulados para evaluar las estrategias cognitivas y conductuales que maneja el estudiante a la hora de afrontar situaciones de estrés académico. Es una escala con respuestas tipo Likert a cada ítem, en la que el estudiante puede elegir entre cinco opciones: Nunca (1), Alguna vez (2), Bastantes veces (3), Muchas veces (4) y Siempre (5). La fiabilidad de la escala A-CEA cuenta con un coeficiente de Cronbach general para este estudio de ,885.

A su vez, esta escala de afrontamiento se encuentra dividida en 3 factores que a continuación se especifican:

**Factor 1.** Reevaluación Positiva: Esta dimensión agrupa nueve ítems (1, 3, 4, 5, 6, 14, 17, 18 y 19) que presentan diferentes maneras de afrontamiento dirigidas a crear un significado positivo nuevo acerca del problema o dificultad académica.

Este factor subraya su carácter activo y positivo en proposiciones como “Cuando me enfrento a una situación problemática la noche antes del examen trato de pensar que estoy preparado para realizarlo bien” o “Cuando me enfrento a una situación complicada, en general, procuro no darles importancia a los problemas”. Su consistencia interna según la de Cronbach es de ,668. (12)

**Factor 2.** Búsqueda de Apoyo Social: Incluye siete ítems (2, 8, 10, 13, 20, 21 y 23) para evaluar un afrontamiento de tipo activo y conductual, basado en la búsqueda por parte del estudiante de información y consejo, como apoyo

social al problema, y también de comprensión por parte de otras personas, como apoyo emocional con lo que experimenta. Su consistencia interna según la de Cronbach es de ,727.

**Factor 3.** Planificación y gestión de recursos personales: Contempla siete ítems (7, 9, 11, 12, 15, 16 y 22) que hacen referencia a la activación de estrategias basadas en el análisis y en el razonamiento para cambiar la situación problemática, y que denotan un tipo de afrontamiento conductual y activo. Su consistencia interna según el de Cronbach es de ,741 para este estudio. (13)

## ESCALA DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

A continuación, se presentan algunas de las cosas que hacemos y pensamos los individuos cuando nos enfrentamos a una situación problemática que nos provoca ansiedad o estrés. Lea detenidamente cada afirmación e indique EN QUÉ MEDIDA

USTED SE COMPORTA ASÍ CUANDO SE ENFRENTA A UNA SITUACIÓN PROBLEMÁTICA. Debes responder puntuando entre 1 y 5 en cada casilla, en una escala en la que: 1 significa “Nunca” y 5 “Siempre”.

(1) Nunca (2) Alguna vez (3) Bastantes veces (4) Muchas veces (5) Siempre

	1	2	3	4	5
1. Cuando me enfrento a una situación problemática, olvido los aspectos desagradables y resalto los positivo.					
2. Cuando me enfrento a una situación problemática, expreso mis opiniones y busco apoyo.					
3. Cuando me enfrento a una situación problemática, priorizo las tareas y organizo el tiempo.					
4. Cuando me enfrento a una situación problemática durante los exámenes, procuro pensar que soy capaz de hacer las cosas bien por mí mismo.					
5. Cuando me enfrento a una situación problemática, pido consejo a un familiar o a un amigo a quien aprecio.					
6. Cuando me enfrento a una situación problemática mientras estoy preparando los exámenes, planifico detalladamente cómo estudiar el examen.					

7. Cuando me enfrento a una dificultad mientras estoy preparando los exámenes, procuro pensar en positivo.					
8. Cuando me enfrento a una situación difícil, hablo de los problemas con otros.					
9. Cuando me enfrento a una situación problemática, elaboro un plan de acción y lo sigo.					
10. Cuando me enfrento a una situación problemática, no permito que el problema me supere; procuro darme un plazo para solucionarlo.					
11. Cuando me enfrento a una situación problemática, hablo sobre las situaciones estresantes con mi pareja, mi familia o amigos.					
12. Cuando me enfrento a una situación problemática mientras estoy preparando los exámenes, me centro en lo que necesito para obtener los mejores resultados.					
13. Cuando me enfrento a una situación problemática, pienso objetivamente sobre la situación e intento tener mis emociones bajo control.					
14. Cuando me enfrento a una situación problemática, busco consejo y solicito ayuda a otras personas.					
15. Cuando me enfrento a una situación problemática, organizo los recursos personales que tengo para afrontar la situación.					
16. Cuando me enfrento a una situación complicada, en general procuro no darle importancia a los problemas.					
17. Cuando me enfrento a una situación problemática, manifiesto mis sentimientos y opiniones.					
18. Cuando me enfrento a una situación problemática, como en los exámenes, suelo pensar que me saldrán bien.					
19. Cuando me enfrento a una situación difícil, hago una lista de las tareas que tengo que hacer, las hago una a una y no paso a la siguiente hasta que no he finalizado la anterior.					
20. Cuando me enfrento a una situación problemática la noche antes del examen, trato de pensar que estoy preparado para realizarlo bien.					
21. Cuando me enfrento a una situación problemática, hablo con alguien para saber más de la situación.					
22. Cuando me enfrento a un problema, como sentir ansiedad durante el examen, trato de verlo como algo lógico y normal de la situación.					
23. Cuando me enfrento a una situación problemática, cambio algunas cosas para obtener buenos resultados.					

## **Cuestionario de estresores KEZKAK:**

Es un instrumento que mide los principales estresores de la práctica en estudiantes, siguiendo las pautas señaladas por la psicología social para determinar las actitudes y creencias de una población en estudio. No debe esperarse una correlación de ansiedad-rasgo, debido a que estos están presentes en personas con diferentes grados de ansiedad-rasgo. Es lógico que exista cierta correlación, debido a que los sujetos que poseen ansiedad percibirán esas situaciones como más estresantes.

Para medir el estrés se pregunta a las personas por las frecuencias en que se han presentado situaciones estresantes dentro de un periodo de tiempo. Se pregunta por la preocupación que se genera el encontrarse dentro de situaciones potencialmente estresantes. Se trata de determinar lo que considere más estresante de sus actividades, para poder usarlo de base para desarrollar un cuestionario, preguntando como: ¿con qué frecuencia se han dado en tus prácticas clínicas estas situaciones?; en lugar de preguntar: ¿hasta qué punto te preocupan las siguientes situaciones?

Todo ello indica que las ideas relacionadas con situaciones que tienen que ver con la persona y con las tareas, están mucho más presentes en el mundo de las representaciones sociales de los alumnos sobre lo que puede ser estresante en la práctica que las relativas a la organización del trabajo, la jerarquía y la relación con los compañeros de trabajo. Tal vez, en la medida en que el profesional va adquiriendo experiencia, los temores relacionados con el dominio de la tarea van perdiendo fuerza, y se empieza a valorar en mayor medida aspectos relacionados con el funcionamiento del sistema que repercuten negativamente en la realización satisfactoria del trabajo.

KEZKAK es útil para conocer los principales estresores, para detectar lo que sigue estresando o deja de estresar a los estudiantes, a medida que adquieren experiencia. Desde un punto de vista pedagógico y de educación para la salud, una retroalimentación de esa información permitirá distinguir entre los estresores que se mitigan y aquellos que se mantienen a lo largo de la vida

profesional. Además, sentirán alivio al comprobar que muchas de las cosas que les preocupan son comunes entre sus compañeros.

La puntuación total da una idea de hasta qué punto le preocupan los estudios al estudiante; hasta qué punto le pueden resultar estresantes. Altas puntuaciones indicarían sujetos muy preocupados, que perciben las situaciones planteadas como muy estresantes. En ese sentido puede resultar de utilidad para detectar a sujetos que necesiten ser tranquilizados, o que necesiten un seguimiento o apoyo específico.

Por otro lado, las puntuaciones factoriales nos dan una idea de los aspectos que más estresan al alumno. Altas puntuaciones en un factor nos indican que el sujeto percibe ese aspecto como especialmente estresor. Las puntuaciones factoriales nos sirven para detectar aspectos a mejorar o a aceptar en la formación de distintos grupos de alumnos teniendo en cuenta lo que más les estresa.

El factor 1 aglutina ítems relacionados con el temor a fracasar. Son ítems que tienen que ver con la falta de competencia. Al alumno le parece estresante la posibilidad de no realizar bien su trabajo y las consecuencias que ello puede acarrear tanto para el paciente como para sí mismo.

El factor 2 aglutina ítems que se refieren a situaciones de contacto con el sufrimiento. Es decir, el contacto con el sufrimiento es percibido como un importante estresor por parte de los alumnos y la principal fuente de estrés para las enfermeras hospitalarias en activo.

El factor 3 reúne ítems que tienen que ver con la relación con los tutores y estudiantes. Se ha visto en alumnos que el 50% de los principales estresores tienen que ver con el área interpersonal y que la principal dificultad inconfesable de los alumnos de primer curso en las relaciones interpersonales es la falta de asertividad.

El factor 4 tiene que ver con sentir impotencia e incertidumbre. En el deseo de ayudar a los demás nos gustaría ser omnipotentes, pero la realidad se encarga de frustrar continuamente nuestro deseo haciéndonos sentir impotencia e incertidumbre, sentimientos muy frecuentes en las profesiones de la salud.

El factor 5 tiene que ver con no controlar la relación con el enfermo. Es un factor también presente en el cuestionario de estrés laboral en enfermeras. Por tanto, nos encontramos con otro factor presente a lo largo de la profesión y que nos sugiere la necesidad de desarrollar habilidades de comunicación y relación con el enfermo.

El factor 6 aglutina ítems relacionados con la implicación emocional, tanto con el paciente como con el trabajo. El temor a sufrir puede llevar al desarrollo de actitudes defensivas que no permiten desarrollar con efectividad su labor. En ese sentido es importante desarrollar la habilidad de mantener una «distancia de seguridad» adecuada, y la preparación en habilidades de relación y comunicación.

El factor 7 tiene que ver con no ser bien tratado por los docentes y resultar dañado en esa relación.

El factor 8 se refiere a conductas del profesor que busca una relación con el estudiante. Son factores ausentes en la escala de estresores laborales. Es interesante tener en cuenta el marco conceptual desarrollado por Tizón<sup>31</sup> para entender las principales preocupaciones. En este sentido es importante que el profesional conozca con exactitud su rol y desarrolle las habilidades sociales necesarias para llevarlas a cabo con comodidad. (14)

Por último, el factor 9 se refiere a situaciones de sobrecarga para el alumno. Es un factor también presente en el cuestionario de estrés laboral en enfermeras.

## Ítems del cuestionario

1 No sentirme integrado/a en el equipo de trabajo
2 Hacer mal mi trabajo y perjudicar al paciente
3 Sentir que no puedo ayudar al paciente
4 Hacer daño psicológico al paciente
5 No saber cómo responder a las expectativas de los pacientes
6 Hacer daño físico al paciente
7 No saber cómo responder al paciente
8 Que me afecten las emociones del paciente
9 Tener que dar malas noticias
10 Tener que hablar con el paciente de su sufrimiento
11 Que el paciente me trate mal
12 La relación con los profesionales de la salud
13 Contagiarme a través del paciente
14 Que un paciente que estaba mejorando comience a empeorar
15 Pincharme con una aguja infectada
16 Confundirme de medicación
17 «Meter la pata»
18 Ver morir a un paciente
19 La relación con el profesor responsable de prácticas de la escuela
20 Encontrarme en alguna situación sin saber qué hacer
21 Implicarme demasiado con el paciente
22 Que mi responsabilidad en el cuidado del paciente sea importante
23 No poder llegar a todos los pacientes
24 Que el paciente no me respete
25 La relación con profesor asociado clínico
26 Recibir la denuncia de un paciente
27 Tener que estar con la familia del paciente cuando éste se está muriendo
28 La relación con los compañeros estudiantes de enfermería
29 Encontrarme ante una situación de urgencia
30 Tener que estar con un paciente con el que es difícil comunicarse
31 Tener que estar con un paciente al que se le ha ocultado una mala noticia
32 Tener que realizar procedimientos que producen dolor al paciente
33 No saber cómo «cortar» al paciente
34 Tener que trabajar con pacientes agresivos
35 La sobrecarga de trabajo
36 Recibir órdenes contradictorias
37 Que un enfermo del otro sexo se me insinúe
38 No encontrar al médico cuando la situación lo requiere
39 Tener que estar con un paciente terminal
40 Que el paciente toque ciertas partes de mi cuerpo
41 Las diferencias entre lo que aprendemos en clase y lo que vemos en prácticas

## **Patrón Adaptación Tolerancia al Estrés**

Al referirnos sobre los patrones funcionales de salud existen teorías netamente basadas en Enfermería, debido a que es uno de los estudios realizados por una de las Teóricas Estadounidenses que creó bases científicas y actualizaciones sobre los Patrones de Salud Funcional, he ahí ella quien hizo el estudio del Patrón adaptación tolerancia al Estrés ubicándolo como el número 10.(15)

El Patrón general de adaptación y la efectividad del patrón en términos de tolerancia al estrés. Incluye la reserva o capacidad para resistir los cambios en la propia integridad, formas de tratar el estrés, sistemas de apoyo familiar o de otro tipo y la habilidad percibida para controlar y dirigir situaciones. Este patrón compuesto como el numero 10 dentro de una escala de valoración al individuo, se lo realiza con el fin de reconocer motivos o situaciones que provocan estrés en ellos, y así poder tener claridad de cómo analizarlo y manejar habilidades para afrontarlo o adaptarse. (16)

El afrontamiento es el esfuerzo tanto cognitivo como conductual, hace el individuo para hacer frente al estrés, para manejar las demandas tanto externas como internas y los conflictos entre ambas. Se puede considerar que el afrontamiento se lo dirige de acuerdo al manejo de las emociones, o del problema mismo. Referente a cómo afrontar situaciones conductuales, se puede percibir la tendencia de evitar situaciones que ayuden al autocontrol. (17)

### **Patrón 10: Adaptación Tolerancia al estrés**

#### **Qué valora:**

- Las formas o estrategias de afrontamiento general de la persona.
- Las respuestas habituales que manifiesta el individuo en situaciones que le estresan y forma de controlar el estrés.
- La capacidad de adaptación a los cambios.
- El soporte individual y familiar con que cuenta el individuo.

- La percepción de habilidades para controlar o dirigir situaciones estresantes.

**Como se valora:**

- La enfermera instará al paciente a recordar situaciones estresantes, describir cómo se ha tratado y evaluar la efectividad de la forma en la que se ha adaptado a esas situaciones.

**Preguntará por:**

- Cambios importantes en los dos últimos años, si ha tenido alguna crisis.
- Si está tenso o relajado la mayor parte del tiempo. Qué le ayuda cuando está tenso.
- Si utiliza medicinas, drogas o alcohol cuando está tenso.
- Cuando ha tenido cualquier problema en su vida, como lo ha tratado.
- Si esta forma de tratarlo ha tenido éxito.
- Si tiene alguien cercano al que poder contar sus problemas con confianza y si lo hace cuando es necesario.

**Resultado del patrón:**

- El patrón está alterado si la persona manifiesta tener sensación habitual de estrés y no dispone de herramientas para controlarlo.
- Si ante cambios o situaciones difíciles de la vida el individuo no es capaz de afrontarlo de forma efectiva.
- Si recurre al uso de medicamentos, drogas o alcohol para superar los problemas.

**Aclaraciones:**

Información que no condiciona el resultado del Patrón:

- El hecho de haya habido cambios importantes no es suficiente para decir que el patrón está alterado, lo importante es como la persona se ha adaptado a ellos o los ha superado; en ese sentido las preguntas de OMI del patrón: “Cambios”, “tipo”, “influencia” son orientativas. (Lo importante no es lo que ocurre, si no como lo percibe la persona).
- El “rechazo a la asistencia sanitaria”, la respuesta Si- No por sí sola no nos dice nada, habría que indagar el motivo.
- Los ítems relativos al deficiente apoyo familiar habría que relacionarlos con el patrón rol- relaciones y evaluarlos conjuntamente; en este patrón el tener

deficiente apoyo, por sí solo, no condiciona el resultado de este patrón ya que la persona puede solucionar sus problemas de forma autónoma

- El ítem “desencadenantes conocidos del estrés”, aporta información.

#### **Patrón Alterado:**

- La respuesta afirmativa a cualquiera de los siguientes ítems: Emociones inapropiadas, negación problemas, soluciones inadecuadas, minimizar los síntomas, incapaz afrontar situación, preocupación excesiva o prolongada.
- La sensación actual de estrés es significativa de patrón alterado.
- La respuesta positiva a la pregunta si está normalmente tenso y a si tiene problemas en la resolución son definitorios del resultado de alteración del patrón.

#### **Estrategias de adaptación al estrés:**

- Patrón eficaz: si la persona tiene estrategias de adaptación al estrés.
- Por el contrario, la respuesta negativa no determina la alteración, habría que indagar más en el resto de los aspectos que se valoran en el patrón.
- En cuanto a las ayudas para superar el estrés: la respuesta de uso de medicamentos/drogas nos confirmaría un patrón alterado; la respuesta negativa al uso de técnicas de relajación no es confirmatoria. (18).

## **DOMINIO 1 PROMOCIÓN DE LA SALUD**

Describe el patrón de salud y bienestar percibido por la persona y cómo maneja su salud. Incluye la percepción de la persona de su estado de salud y la relevancia que éste tiene de las actividades actuales y la planificación futura; también el nivel general de comportamientos de cuidados de salud como actividades de promoción de salud, adherencia a prácticas preventivas de salud mental y física, prescripciones médicas o enfermeras y seguimiento de cuidados. (19)

El objetivo de enfermería es promocionar la salud. Sin embargo, es la persona quien percibe y maneja su salud. Debe valorarse la percepción de las personas de su estado de salud y de las prácticas que llevan a cabo para mantenerla. No deben pasarse por alto los datos de potenciales riesgos para

la salud en las prácticas de la persona, el no cumplimiento real o potencial y sus percepciones irreales de salud o enfermedad.

Toma de conciencia del bienestar o normalidad de las funciones y estrategias usadas para mantener el control y fomentar el bienestar y la normalidad del funcionamiento.

- Clase 1. Toma de conciencia de la salud: Reconocimiento del bienestar y funcionamiento normal.
- Clase 2. Manejo de la salud: Identificación, control, realización e integración de actividades para mantener la salud y el bienestar.

### **VALORACIÓN INDIVIDUAL**

Entrevista: Ver formato valoración por Dominios de salud.

Medidas antropométricas, anamnesis, apariencia general

Examen Físico: La apariencia general de salud. Las percepciones de salud de la persona pueden utilizarse como base para comprender sus prácticas anteriores, incluyendo las medidas preventivas, y para predecir la motivación futura de la persona en promoción de salud.

### **VALORACIÓN FAMILIAR**

La percepción de la familia sobre su salud como grupo generalmente se expresa con afirmaciones de “nosotros”. Escuche para saber quién es el miembro más influyente en las decisiones relativas a la salud. No debe olvidarse los problemas en las áreas del manejo general de la salud, el control de los factores de riesgo, el uso de sistemas de salud y la seguridad.

### **VALORACIÓN COMUNITARIA**

Identificar un problema por un grupo de la comunidad. Estadísticas de morbimortalidad, las cifras de accidentes y otros datos de los registros públicos.

## **TÉCNICAS DEL EXAMEN FÍSICO**

Las técnicas utilizadas en el examen físico son:

- Inspección
- Palpación
- Percusión
- Auscultación
- Medición

### **INSPECCIÓN**

Es el método de exploración física que suministra los datos por medio de la vista y se clasifica en: simple o directa e instrumental o indirecta.

- Inspección simple o directa: Es la que se realiza sin ayuda de instrumentos especiales, por ejemplo, cuando se observa el color de la piel.
- Inspección instrumental o indirecta: Se realiza mediante instrumentos especiales, por ejemplo, el uso del estetoscopio, otoscopio y otros.
- Para realizar una inspección de buena calidad es indispensable: iluminación adecuada y que el examinador esté alerta y sea buen observador.

Precauciones con el examinado:

- Se coloca en posición cómoda
- Se trata de conservar su privacidad
- Se le descubre únicamente la zona que se va a examinar
- La zona que se examina se ilumina sin proyectar sombras que puedan falsear los datos.
- Los músculos deben estar relajados.
- Las estructuras pares se colocan simétricamente.

Precauciones del examinador:

- La persona que va a realizar el examen se coloca de manera que su posición con respecto al examinado y lugar de examen sea cómoda.
- Tratará de no proyectar sombras sobre la región explorada.
- Observe el área de frente y tangencialmente.
- Tendrá en cuenta que la observación se realiza de forma simétrica y comparativa.

- Datos que se obtienen:
- Postura o posición que adopta la persona examinada, ya sea al estar de pie, sentada o acostada.
- Movimientos corporales y observar si son coordinados, voluntarios o involuntarios.
- Marcha, observar su coordinación, si la realiza por sí mismo o con ayuda.
- Tono y modulación de la voz, pueden indicar lesiones o características emocionales
- Localización de estructuras corporales, lesiones o deformidades.
- Forma de las diferentes partes del cuerpo o lesiones.
- Estado de la superficie que incluye: integridad y otras características de la piel, color, lesiones primarias, secundarias y anexos.
- Estado nutricional que incluye datos sobre: desarrollo muscular, obesidad, adelgazamiento.
- Conformación, se observa si cada área del organismo está completa.
- Arreglo personal, las características del vestido, el maquillaje y la higiene dan información valiosa de la persona.

## **PALPACIÓN**

Es el método que proporciona datos por medio del tacto y se clasifica en palpación simple o instrumental.

- Palpación simple: Es la palpación que se efectúa sin ayuda de instrumentos, cuando se utilizan las dos manos se llama bimanual, por ejemplo el examen ginecológico; cuando se realiza con una mano se denomina mono manual, como la palpación de la mama. Cuando se llamado tacto, y se usa principalmente en el examen de boca, genitales y recto.
- Palpación instrumental: Es la palpación que se realiza con ayuda de instrumentos, por ejemplo con sondas o pinzas.

Precauciones del examinador:

- Tener las manos tibias.
- Colocarse en posición cómoda.
- Realizar movimientos suaves.
- Recordar que la palpación debe ser comparativa y simétrica.

Recolección de datos:

- Consistencia de las estructuras corporales o lesiones.
- Sensibilidad táctil o dolorosa de las diferentes partes del cuerpo.
- Temperatura corporal
- Movilidad de la piel sobre los planos profundos.

## **PERCUSIÓN**

Es el procedimiento exploratorio que consiste en golpear metódicamente la región explorada con el objeto de: producir fenómenos acústicos, localizar partes dolorosas e investigar movimientos reflejos.

La percusión se clasifica en directa o inmediata e indirecta o mediata.

- Percusión directa o inmediata: Consiste en golpear la región sin interposición de ningún cuerpo entre el elemento percutor y la zona que se quiere percutir. Puede ser simple cuando se golpea la región con los dedos, manos o puño cerrado. La percusión directa instrumental se practica con ayuda de algún instrumento por ejemplo el martillo para evaluar los reflejos.
- Percusión indirecta o mediata: Es aquella en la cual se coloca un cuerpo entre la superficie percutida y el elemento percutor. Puede ser simple o instrumental.
- Percusión indirecta simple: Es la más empleada en clínicas y recibe el nombre de percusión dígito-digital. En ella el dedo medio de la mano derecha (plexor) golpea sobre la falange distal del dedo medio de la mano izquierda (plexímetro).
- Es necesario tener las uñas cortas, con el propósito de no distorsionar el sonido y no lesionarse los dedos. El plexor hace todo el movimiento con la muñeca y el antebrazo se conserva prácticamente inmóvil.
- Percusión indirecta instrumental: Es poco empleada; se hace con un instrumento como plexímetro, que consiste en una placa metálica o de madera que se coloca sobre la superficie que se va a explorar.
- Para realizar la percusión se necesita: absoluto silencio y temperatura ambiente cálida.

Precauciones del examinador:

- Colocarse en posición cómoda.
- No olvidar que el dedo sobre el que se va a percudir debe quedar perfectamente aplicado sobre la superficie para no producir cámaras de aire que modifique los sonidos.
- Dar golpes breves y secos al percudir cada área.
- Percudir ordenada y sistemáticamente para evitar el olvido de alguna región.
- Recordar que en los órganos pares la percusión debe ser simétrica y comparativa.

Datos que se obtienen:

- Fenómenos acústicos o sonidos.
- Movimientos reflejos osteotendinosos.
- Dolor.

## **FENÓMENOS ACÚSTICOS:**

### **SONIDO RESONANTE**

Es un sonido sostenido de altura moderadamente baja; se obtiene cuando hay poca presencia de aire. Ejemplo: al percudir el tórax normal.

### **SONIDO HIPERESONANTE**

Tiene más altura que el resonante; es un sonido sostenido que tiene carácter retumbante, profundo, es bastante intenso: Ejemplo: al percudir el tórax de una persona con enfisema pulmonar.

### **SONIDO TIMPÁNICO**

Este sonido tiende a ser más alto, tiene una duración moderadamente grande; resulta de la presencia de aire en una cámara cerrada. Ejemplo: al percudir el estómago o el intestino, percute la zona epigástrica y escuche el sonido que se produce.

## **SONIDO MATE**

Es el sonido contrario al resonante; es breve, de tono alto y no es intenso, es decir, no resuena. Ejemplo: al percudir un órgano compacto (el área hepática o el músculo) **AUSCULTACIÓN**

Es el método de exploración que proporciona datos por medio del oído y sirve para escuchar los sonidos producidos en el interior del cuerpo.

La auscultación se clasifica en inmediata o mediata:

- Auscultación inmediata: Consiste en colocar el oído sobre la región que se va a auscultar sin instrumento.
- Auscultación mediata: Consiste en escuchar a través del fonendoscopio. El fonendoscopio es un instrumento que está compuesto por una campana, una membrana o diafragma unidos por un tubo de caucho y aditamentos auriculares llamados olivas. Con la membrana o diafragma se perciben mejor los tonos altos, con la campana se escuchan mejor los sonidos de tono bajo. Para realizar la auscultación se necesita absoluto silencio y temperatura ambiente cálida.

Precauciones con el examinador:

- Colocarse en posición cómoda.
- Evitar apoyarse en el examinado.
- Procurar que el diafragma y la campana no estén tan frías al entrar en contacto con la piel.
- Procurar que las olivas del fonendoscopio se ajusten adecuadamente al meato acústico externo e impedir que queden demasiado flojas o ajustadas.
- Observar que el fonendoscopio no mida más de 50cm de longitud (entre más corto mejor).
- Colocar suavemente la campana, de lo contrario la piel actúa como diafragma.
- Procurar que el diafragma quede firmemente sobre la piel para no producir ruidos que pueden causar confusiones.
- Evitar respirar sobre los tubos, rozarlos o tocarlos porque producen sonidos que pueden ser mal interpretados.

- Ocasionalmente es necesario humedecer la piel del examinado para evitar que el vello cause ruidos que puedan ser interpretados erróneamente.

Datos que se obtienen:

- Fenómenos acústicos o sonidos de los aparatos respiratorio y circulatorio.
- Fenómenos producidos por la motilidad producida por el tubo digestivo.

## **MEDICIÓN**

Es el método cuyo objeto es encontrar o reconocer una magnitud desconocida, comparándola con otra que se ha tomado como patrón, también se dice que consiste en dar valor numérico a algunos atributos del organismo

Precauciones para el examinador:

- Colocarse en Posición adecuada.
- Conocer los puntos de referencia que va a medir.
- Conocer el manejo del instrumento de medida.

Datos que se obtienen:

- Parámetros
- Longitudes

Diámetros.

- Para realizar la medición se necesita: buena iluminación e instrumento funcionando adecuadamente.
- Agudeza visual
- Peso
- Talla
- Presión arterial
- Temperatura
- Arco del movimiento

Otros aspectos importantes que se deben tener en cuenta al realizar las técnicas del examen físico son:

- Explicar en detalle los procedimientos al examinado, familia o ambos cuando la situación lo requiera.
- Guardar el secreto profesional y evitar comentarios innecesarios que puedan molestar o perjudicar al examinado.
- Ser veraz y objetivo al informar los datos recolectados.

## **APARIENCIA GENERAL**

1. Es la primera parte del examen físico y contiene los siguientes elementos:

1. Constitución: Se refiere a las características generales dadas por el desarrollo muscular o del tejido celular subcutáneo; se relata en términos de exceso o falta de peso, así: delgado, obeso o relación entre talla y peso.
2. Edad aparente: Se refiere si el individuo refleja características que coincidan con su edad cronológica; ayuda para esta impresión observar arrugas, constitución, peso, encanecimiento, posición, marcha y se describe así: aparenta o no aparenta la edad que tiene.
3. Estatura: Se refiere al tamaño del examinado, comparada con nuestro patrón nacional o relación peso-talla, se informa bajo, alto o estatura normal.
4. Conformación: Se obtiene al comparar las estructuras pares o las dos mitades del cuerpo; sirve para detallar partes mutiladas o hipo /hipertróficas.
5. Características del lenguaje: Entonación, lenguaje utilizado, dificultad en la modulación, son características para tener en cuenta en este aspecto.
6. Postura: la posición del examinado en el momento del examen puede sugerir algunas posibilidades diagnósticas, por ejemplo: asumir algunas posiciones para aliviar el dolor o de algunos estados emocionales.
7. Movimientos corporales: Se clasifican en voluntarios e involuntarios.

M. Voluntarios: Acompañan la actividad normal. Por ejemplo: la marcha (observar detenidamente sus características es de utilidad diagnóstica. M. Involuntarios: Pueden ser anormales.

Los tics: Espasmos que suelen abarcar músculos de la cara, ojos y cuello.  
Convulsivos: Contracciones involuntarias violentas, que pueden ser de tipo clónico (contracción y relajación intermitente) o tónicas (contracciones sostenidas).

Temblores: Movimientos oscilatorios de frecuencia e intensidad variables.

8. Presentación personal: La limpieza o el descuido son datos importantes pues permiten valorar el estado socioeconómico, emocional o cultural del examinado.
9. Grado de cooperación: Se refiere a la participación de la persona durante el examen, aspecto determinante en la clase y confiabilidad de los datos.
10. Evidencia de enfermedad: Se refiere a si el examinado aparenta enfermedad aguda o crónica. Las facies, constitución, posiciones, color y expresiones del examinado ayudan a determinar este aspecto; por ejemplo: un individuo flaco, pálido, con piel reseca, demacrado, facies de tristeza, sin expresión o con expresión cadavérica puede sugerir enfermedad crónica; una persona con facies de dolor, disnea, palidez, cianosis, anasarca, inconciencia, pueden indicar enfermedad aguda.

### **Dominio 1: Promoción de la salud**

Toma de conciencia del bienestar o normalidad de las funciones y estrategias usadas para mantener el control y fomentar el bienestar y la normalidad del funcionamiento.

Clase 1: Toma de conciencia de la salud: Reconocimiento del bienestar y funcionamiento normal.

00168 estilo de vida sedentario. (20)

### **Domino 10. Principios vitales:**

Principios que subyacen en la conducta, pensamientos y conductas sobre los actos, costumbres, o instituciones contempladas como verdaderas o poseedores de un valor intrínseco. (20)

## **DIAGNÓSTICOS DE ENFERMERÍA ASOCIADOS A DOMINIOS Y CLASES**

### **DOMINIO 9. AFRONTAMIENTO/TOLERANCIA AL ESTRÉS**

Forma de hacer frente a los acontecimientos/procesos vitales.

**Clase 1:** Respuesta postraumática: Reacciones tras un trauma físico o psicológico.

Diagnósticos aprobados:

00114. Síndrome de estrés del traslado

00149 riesgo de síndrome de estrés del traslado  
00142 síndrome traumático de la violación  
00144 síndrome traumático de la violación: reacción silente (anulado 2010)  
00143 síndrome traumático de la violación: reacción compuesta (anulado 2010)  
00141 Síndrome postraumático  
00145 riesgo de síndrome postraumático

**Clase 2:** Respuestas de afrontamiento: Procesos para manejar el estrés ambiental.

Diagnósticos aprobados:

00148 temor  
00146 ansiedad  
00147 ansiedad ante la muerte  
00137 aflicción crónica  
00072 negación inefectiva  
00136 duelo anticipado  
00135 duelo disfuncional  
00070 deterioro de la adaptación (anulado)  
00069 afrontamiento inefectivo  
00073 afrontamiento familiar incapacitante  
00074 afrontamiento familiar comprometido  
00071 afrontamiento defensivo  
00077 afrontamiento inefectivo de la comunidad  
00158 disposición para mejorar el afrontamiento  
00075 disposición para mejorar el afrontamiento familiar  
00076 disposición para mejorar el afrontamiento de la comunidad  
00172 riesgos de duelo complicado  
00177 estrés por sobrecarga  
00188 tendencia a adoptar conductas de riesgo para la salud  
00199 planificación ineficaz de las actividades.  
00210 deterioro de la resiliencia.  
00211 riesgos de compromiso de la capacidad de resiliencia.  
00212 disposición para mejorar la resiliencia.  
00226 riesgo de planificación ineficaz de las actividades  
00241 deterioro en la regulación del humor. (20)

		<b>UNIVERSIDAD CATOLICA DE GUAYAQUIL</b> <b>FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS</b> <b>CARRERA DE ENFERMERIA</b>					
		<b>PLAN DE CUIDADOS DE ENFERMERIA</b>					
PO-ENF-009-2014							
<b>DIAGNOSTICOS ENFERMeros (NANDA)</b>		<b>INTERVENCIONES DE ENFERMERIA (NIC)</b>			<b>RESULTADOS ESPERADOS (NOC)</b>		<b>EVALUACION</b>
<b>DOMINIO</b>	1. promoción de la salud	<b>CAMPO</b>	3. conductual		<b>DOMINIO</b>	3. salud psicosocial	
<b>CLASE</b>	2. gestión de la salud	<b>CLASE</b>	R. ayuda para hacer frente a situaciones difíciles		<b>CLASE</b>	M. bienestar psicológico	
<b>CODIGO</b>	0078	<b>CODIGO</b>	5270		<b>CODIGO</b>	1208	
<b>ETIQUETA</b>	Gestión ineficaz de la salud	<b>INTERVENCION</b>	Apoyo emocional		<b>RESULTADO</b>	Nivel de depresión	
<b>DIAGNOSTICO ENFERMERO</b>		<b>ACTIVIDADES</b>	<b>FUNDAMENTO CIENTIFICO</b>	<b>COD</b>	<b>INDICADOR</b>	<b>PUNTUACION</b>	
R/C <ul style="list-style-type: none"> <li>• Impotencia</li> <li>• Conflictos de decisiones</li> <li>• Déficit de soporte social</li> </ul> M/P Hace elecciones ineficaces para alcanzar objetivos de salud.	Ayudar a reconocer sentimientos tales como ira-ansiedad-tristeza	Porque al reconocer que existe un problema emocional se puede tratar y superarlo	120801	Estado de ánimo deprimido	<b>VALORACIÓN</b>	<b>META</b>	RECIBIMOS AL PCTE. CON UN ESTADO DE ESTRÉS MUY ALTO EL CUAL PRESENTABA ESTADOS DE IRRITABILIDAD-IRA Y ANSIEDAD POR LA SITUACIÓN. LO CUAL LO ESTABA AQUEJANDO, SE TOMAN LAS RESPECTIVAS MEDIDAS Y SE APLICA CUIDADOS DE ENFERMERIA PARA ESTABILIZARLO FÍSICAMENTE COMO MENTALMENTE EL RESPONDE DE MANERA EXITOSA.
	Ayudar a la persona que exprese los sentimientos de ira-ansiedad y tristeza	Hacer que la persona hable sobre el problema que lo mantiene así para buscar soluciones.	120809	Insomnio	<b>VALORACIÓN</b>	<b>META</b>	
	Proporcionar sentimientos de seguridad durante los periodos de más ansiedad.	Dar ánimo y seguridad cuando la persona está pasando por un mal momento.	120814	Temor	<b>VALORACION</b>	<b>META</b>	
ELABORADO POR: JENNY GONZALES CHILÁN				Formato aprobado por Comisión Académica 09 de julio 2014/ Revisado junio 2015, septiembre 2017			

		<b>UNIVERSIDAD CATOLICA DE GUAYAQUIL</b> <b>FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS</b> <b>CARRERA DE ENFERMERIA</b>							
		<b>PLAN DE CUIDADOS DE ENFERMERIA</b>							
FO-ENF-009-2014									
<b>DIAGNOSTICOS ENFERMERO (NANDA)</b>		<b>INTERVENCIONES DE ENFERMERIA (NIC)</b>			<b>RESULTADOS ESPERADOS (NOC)</b>		<b>EVALUACION</b>		
DOMINIO	9. Afrontamiento/ tolerancia al estrés	CAMPO	3. conductual		DOMINIO	3. salud psicosocial		<b>VALORACION SUBSECUENTE</b>	
CLASE	2. Respuestas de afrontamiento	CLASE	R. ayuda para hacer frente a situaciones difíciles		CLASE	autocontrol			
CODIGO	00148	CODIGO	5230		CODIGO	1404		FECHA	
ETIQUETA	temor	INTERVENCION	Aumentar el afrontamiento		RESULTADO	Autocontrol del miedo			
<b>DIAGNOSTICO ENFERMERO</b>		<b>ACTIVIDADES</b>		<b>FUNDAMENTO CIENTIFICO</b>	<b>COD</b>	<b>INDICADOR</b>	<b>PUNTUACION</b>		RECIBIMOS AL PACIENTE EN UN ESTADO DE TEMOR Y CON MUCHA ANSIEDAD LO CUAL PROVOCA ESTRÉS Y EL MAL FUNCIONAMIENTO PSICOLÓGICO DEL PACIENTE CON LOS CUIDADOS DE ENFERMERIA Y ADMINISTRACIÓN DE MEDICINAS LOGRAREMOS LLEVARLO A UN ESTADO ÓPTIMO DE
R/C	<ul style="list-style-type: none"> <li>Separación del sistema de apoyo en una situación potencialmente estresante.</li> <li>Falta de familiaridad con las experiencias del entorno.</li> </ul>	Confrontar sentimientos ambientales tales como ira-temor-enojado-depresión.		Enfrentando el temor lograra superarlo	140403	Busca información para reducir el miedo.	<b>Valoración</b>	<b>Meta</b>	
M/P		Facilitar salidas constructivas a la ira, al temor y la hostilidad.		Usando técnicas de relajación para disminuir el temor.	140407	Utiliza técnicas de relajación para reducir el miedo.	<b>1</b>	<b>4</b>	
		Animar a identificar sus puntos fuertes y capacidades		Hacer ver su fortaleza interior y así dominar el temor.	140417	Controla la respuesta al miedo	<b>1</b>	<b>5</b>	
	Expresa reducción de la seguridad en sí mismo.						<b>Valoración</b>	<b>Meta</b>	
	Expresa inquietud						<b>1</b>	<b>5</b>	
ELABORADO POR: JENNY GONZALES CHILÁN		Formato aprobado por Comisión Académica 09 de julio 2014/ Revisado Junio 2015, Septiembre 2017							

		<b>UNIVERSIDAD CATOLICA DE GUAYAQUIL</b> <b>FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS</b> <b>CARRERA DE ENFERMERIA</b>								
FO-ENF-009-2014		<b>PLAN DE CUIDADOS DE ENFERMERIA</b>								
<b>DIAGNOSTICOS ENFERMEROS (NANDA)</b>		<b>INTERVENCIONES DE ENFERMERIA (NIC)</b>		<b>RESULTADOS ESPERADOS (NOC)</b>			<b>EVALUACION</b>			
DOMINIO	9. AFRONTAMIENTO/TOLERANCIA	CAMPO	3. CONDUCTUAL	DOMINIO	3. SALUD PSICOSOCIAL		<b>VALORACION SUBSECUENTE</b>			
CLASE	2. RESPUESTA DE AFRONTAMIENTO	CLASE	0.TERAPIA CONDUCTUAL	CLASE	P. INTERACCION SOCIAL		FECHA			
CODIGO	00071	CODIGO	4360	CODIGO	1502		POR MEDIO DE ESTE PLAN DE CUIDADO HEMOS LOGRADO ELEVAR EL AUTOESTIMA, CONFIANZA Y FORTALEZA. LOGRANDO INTEGRARLO A LA SOCIEDAD PARA QUE VIVA EN PLENITUD Y BUEN ESTADO DE VIDA BIO-PSICO-SOCIAL			
ETIQUETA	AFRONTAMIENTO DEFENSIVO	INTERVENCION		RESULTADO	HABILIDADES DE INTERACCION SOCIAL					
<b>DIAGNOSTICO ENFERMERO</b>		<b>ACTIVIDADES</b>		<b>FUNDAMENTO CIENTIFICO</b>		<b>COD</b>		<b>INDICADOR</b>	<b>PUNTUACION</b>	
R/C. • MIEDO A FALLAR • BAJO NIVEL DE CONFIANZA EN SI MISMO • MIEDO A LA HUMILLACION. M/P. • NEGACION DE PROBLEMAS OBVIOS. • PROYECCION DE CULPA. • RIDICULIZACION DE LOS DEMAS.		AYUDAR AL PCTE. A IDENTIFICAR SU FORTALEZA Y REFORZARLA		SER CAPAZ DE AFRONTAR LOS PROBLEMAS		15206		AFRONTACION SI PROCEDE	VALORACION 1	META 4
		RELACIONAR AL PCTE. CON PERSONAS O GRUPOS QUE HAYAN SUPERADO CON ÉXITO LAS MISMAS EXPERIENCIAS		INTERACTUAR CON PERSONAS QUE TENGAN EL MISMO CONFLICTO Y APRENDER DE ELLOS PARA AFRONTAR EL PROBLEMA.		150210		Mostrar estabilidad	Valoración 1	Meta 5
		IDENTIFICAR LA CONDUCTA QUE DESEAMOS CAMBIAR		BUSCAR LO QUE NOS PERTURBAN Y CAMBIARLO		150212	Reacciones con los demás	Valoración 1	Meta 5	

ELABORADO POR: JENNY GONZALES CHILÁN

Formato aprobado por Comisión Académica 09 de julio 2014/ Revisado Junio 2015, Septiembre 2017

		<b>UNIVERSIDAD CATOLICA DE GUAYAQUIL</b> <b>FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS</b> <b>CARRERA DE ENFERMERIA</b>					
FD-ENF-009-2014		PLAN DE CUIDADOS DE ENFERMERIA					
DIAGNOSTICOS ENFERMEROS (NANDA)		INTERVENCIONES DE ENFERMERIA (NIC)			RESULTADOS ESPERADOS (NOC)		EVALUACION
DOMINIO	9. AFRONTAMIENTO/ TOLERANCIA AL ESTRES	CAMPO	1. FISIOLÓGICO BASICO	DOMINIO	2. SALUD PSICOSOCIAL	VALORACION SUBSECUENTE	
CLASE	2. RESPUESTA DE AFRONTAMIENTO	CLASE	a. CONTROL DE ACTIVIDADES DE EJERCICIOS	CLASE	M. BIENESTAR PSICOLOGICO	FECHA	
CODIGO	0199	CODIGO	5612	CODIGO	1204		
ETIQUETA	PLANIFICACIÓN INEFICAZ DE ACTIVIDADES	INTERVENCION	ENSEÑANZA ACTIVIDAD Y EJERCICIO	RESULTADO	EQUILIBRIO EMOCIONAL		
DIAGNOSTICO ENFERMERO		ACTIVIDADES	FUNDAMENTO CIENTIFICO	COD	INDICADOR	PUNTUACION	
R/C. <ul style="list-style-type: none"> <li>CAPACIDAD COMPROMETIDA PARA PROCESAR LA INFORMACIÓN.</li> <li>CONDUCTA DEFENSIVA DE HUIDA CUANDO SE ENFRENTA CON UNA PROPUESTA DE SOLUCIÓN, M/P.</li> <li>EXPRESA TEMOR A LAS TAREAS QUE SE HA DE REALIZAR</li> <li>ANSIEDAD EXCESIVA DE LA TAREA A REALIZAR.</li> </ul>		INDICAR AL PCTE A CUMPLIR SUS ACTIVIDADES	PORQUE AL REALIZAR LAS ACTIVIDADES NOS MANTIENE SANOS FÍSICAMENTE Y MENTALMENTE.	120415	MUESTRA INTERÉS POR LO QUE LE RODEA	Valoración 1	Meta 5
		INFORMAR AL PCTE COMO REALIZAR SUS ACTIVIDADES	RECORDANDO QUE NUESTRAS ACTIVIDADES A DIARIO NOS HACE PRODUCTIVO A LA SOCIEDAD.	120417	REFIERE UN NIVEL DE ENERGÍA ESTABLE	Valoración 1	Meta 5
		ADVERTIR AL PCTE ACERCA DEL PELIGRO DE SUBESTIMAR SUS POSIBILDADES	NO LIMITARNOS, PENSAR EN SER MEJORES PERSONAS QUE ANTES	120418	REFIERE CAPACIDAD PARA REALIZAR LAS TAREAS DIARIAS	Valoración 1	Meta 5
		APLICANDO ESTE PLAN DE CUIDADO LOGRAREMOS QUE EL PCTE LOGRE SUPERAR EL DEFICIT QUE PRESENTA EN SUS ACTIVIDADES, LOGRANDO INSERTARLO EN LA SOCIEDAD PARA QUE TENGA BUEN DESEMPEÑO EN TODO LO QUE SE PROPONGA.					
ELABORADO POR: JENNY GONZALES CHILÁN		Formato aprobado por Comisión Académica 09 de julio 2014/ Revisado Junio 2015, Septiembre 2017					

 UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR		UNIVERSIDAD CATOLICA DE GUAYAQUIL FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS CARRERA DE ENFERMERIA PLAN DE CUIDADOS DE ENFERMERIA							
FO-ENF-009-2014		PLAN DE CUIDADOS DE ENFERMERIA							
<b>DIAGNOSTICOS ENFERMeros (NANDA)</b>		<b>INTERVENCIONES DE ENFERMERIA (NIC)</b>			<b>RESULTADOS ESPERADOS (NOC)</b>		<b>EVALUACION</b>		
DOMINIO	6. AUTOPERSEPCION	CAMPO	3. CONDUCTUAL	DOMINIO	3.SALUD PSICOSOCIAL	<b>VALORACION SUBSECUENTE</b>			
CLASE	2.AUTOESTIMA	CLASE	R. AYUDA PARA EL AFRONTAMIENTO	CLASE	M. BIENESTAR PSICOLOGICO	FECHA			
CODIGO	0053	CODIGO	5330	CODIGO	1205				
ETIQUETA	DETERIORO DE LA REGULACION DEL ESTADO DE ANIMO	INTERVENCION	CONTROL DEL ESTADO DE ANIMO	RESULTADO	AUTOESTIMA				
<b>DIAGNOSTICO ENFERMERO</b>		<b>ACTIVIDADES</b>		<b>FUNDAMENTO CIENTIFICO</b>	<b>COD</b>	<b>INDICADOR</b>	<b>PUNTUACION</b>		
R/C <ul style="list-style-type: none"> <li>ALTERACIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL</li> <li>DETERIORO FUNCIONAL</li> <li>ANTECEDENTE DE RECHAZO M/P               <ul style="list-style-type: none"> <li>CONDUCTA INDECISA</li> </ul> </li> <li>VERBALIZACIÓN DE NEGACIÓN DE SÍ MISMO</li> </ul>		ELEVAR EL ESTADO DE ANIMO		OBSERVAR CONTINUAMENTE LAS VARIABLES EN EL ESTADO DE ANIMO	120511	NIVEL DE CONFIANZA	Valoración 1	Meta 5	
		VIGILAR LA FUNCION COGNITIVA DEL PACIENTE		OBSERVAR MEMORIA, CONCENTRACION, ATENCION Y TOMA DE DECISIONES	120115	VOLUNTAD PARA ENFRENTARSE A LOS DEMAS	Valoración 1	Meta 5	
		ANIMAR AL PACIENTE QUE TOME DECISIONES CADA VEZ MAS COMPLEJAS SEGÚN SEA CAPAZ		AL DARLE RESPONSABILIDAD SUBE SU AUTOESTIMA Y LOGRAREMOS MEJORAR SU ESTADO DE ANIMO	120519	SENTIMIENTOS SBRE SU PROPIA PERSONA	Valoración 1	Meta 5	

ELABORADO POR: JENNY GONZALES CHILÁN

Formato aprobado por Comisión Académica 09 de julio 2014/ Revisado Junio 2015, Septiembre 2017

		<b>UNIVERSIDAD CATOLICA DE GUAYAQUIL</b> <b>FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS</b> <b>CARRERA DE ENFERMERIA</b>					
FD-ENF-009-2014		PLAN DE CUIDADOS DE ENFERMERIA					
DIAGNOSTICOS ENFERMEROS (NANDA)		INTERVENCIONES DE ENFERMERIA (NIC)			RESULTADOS ESPERADOS (NOC)		EVALUACION
DOMINIO	9. AFRONTAMIENTO Y TOLERANCIA	CAMPO	3. CONDUCTUAL		DOMINIO	3. SALUD PSICOSOCIAL	
CLASE	2. RESPUESTA DE AFRONTAMIENTO	CLASE	R. AYUDA PARA HACER FRENTE A SITUACIONES DIFICILES		CLASE	O. AUTOCONTROL	
CODIGO	00146	CODIGO	5270		CODIGO	14002	
ETIQUETA	ANSIEDAD	INTERVENCION	APOYO EMOCIONAL		RESULTADO	AUTOCONTROL DE LA ANSIEDAD	
DIAGNOSTICO ENFERMERO		ACTIVIDADES	FUNDAMENTO CIENTIFICO	COD	INDICADOR	PUNTUACION	
R/C <ul style="list-style-type: none"> <li>ESTRÉS</li> <li>ABUSO DE SUSTANCIAS</li> <li>CRISIS SITUACIONALES</li> </ul> M/P <ul style="list-style-type: none"> <li>INSOMNIO</li> <li>EXPRESA PREOCUPACION DEBIDO A CAMBIOS EN ACONTESIMIENTOS VITALES</li> <li>ANGUSTIA</li> <li>DISTRES</li> <li>TEMOR</li> </ul>	AYUDA A RECONOCER SENTIMIENTOS TALES COMO IRA, ANSIEDAD O TRISTEZA	ES IMPORTANTE PORQUE ASÍ DISTINGUIAMOS UN SENTIMIENTO DEL OTRO, PARA TRATARLOS INDIVIDUALMENTE Y BUSCAR SOLUCIÓN.	140205	PLANEA ESTRATEGIAS PARA SUPERAR SITUACIONES ESTRESANTES	Valoración	Meta	POR MEDIO DE ESTE PLAN DE CUIDADO TRATAREMOS DE ELEVAR LA CONFIANZA Y EL AUTOESTIMA DEL PACIENTE, PARA ASI REDUCIR ESE NIVEL DE ANSIEDAD QUE DESARROLLA
	AYUDA A EXPRESAR SENTIMIENTOS DE SOLEDAD	NOS AYUDA A DEJAR FLUIR LOS SENTIMIENTOS REPRIMIDOS Y ASÍ ENFOCARNOS EN EL PROBLEMA.	140207	UTILIZA TECNICAS DE RELAJACION PARA REDUCIR LA ANSIEDAD	Valoración	Meta	
	FAVORESE LA CONVERSACION O LLANTO COMO MEDIO DE DISMINUIR LA RESPUESTA EMOCIONAL	POR MEDIO DE LA COMUNICACIÓN O EL LLANTO LA PERSONA SENTIRA DESAHOGARSE DE ESA CARGA EMOCIONAL.	140217	CONTROLA LA RESPUESTA DE LA ANSIEDAD	Valoración	Meta	
ELABORADO POR: JENNY GONZALES CHILÁN			Formato aprobado por Comisión Académica 09 de julio 2014/ Revisado Junio 2015, Septiembre 2017.				

## **Teoría De Enfermería**

El estudio de la medicina preventiva y la aplicación del método científico en la disciplina de la carrera de Enfermería dieron a realizar el origen de los modelos correspondiente a esta carrera, que no son más que una serie de teorías acerca de las problemáticas de salud en el individuo. En el siguiente sub numeral haremos referencia a la teoría de Adaptación por Sor Callista Roy, de acuerdo al criterio de reconocidos autores de las disciplinas de la misma Enfermería. (21)

### **2.3. Teórica.**

#### **Teórica Sor Callista Roy – Teoría de Adaptación**

El modelo de enfermería que mejor se puede ajustar directamente al patrón adaptación tolerancia al estrés en los internos de enfermería es la relacionada por la teórica Callista Roy. (21)

- Sistema: Es el conjunto de partes conectadas a la función de un todo y que sigue un determinado propósito actuando en virtud de la interdependencia de las partes" Uno de los términos básicos en el estudio de la Teoría de Callista Roy, en términos propios y al proyecto, como el conjunto de las funciones que como interno de Enfermería pueden desarrollar según el propósito que se propongan de forma independiente al entorno. (11)
- Estimulo focal: Es el estímulo interno o externo más inmediato que se enfrenta en el ser humano Como practicantes pre-profesionales varios de sus estímulos se activaron en el transcurso de su periodo de pasantías, tanto de forma interna como externas para así medir las problemáticas que se encontraban en el área. (11)
- Procesos de Afrontamiento: Son modos innatos o adquiridos de actuar ante los cambios producidos por el entorno. Como medio de defensa una de sus formas de afrontar las situaciones era saber manejar las relaciones sociales en el área de toco quirúrgico para así poder tener un contacto de apoyo con el personal que labora con más experiencia. (21)

### **Sistema Adaptativo Humano: SAH**

Es más, la relevancia de que tengan estrés y a su vez tener un buen sistema de cómo adaptarse o afrontar al entorno complejo o a situaciones difíciles en el área de trabajo. De tal forma que su percepción sea la que actué más en ellos. "Roy describe a las personas como seres holísticos, con partes que funcionan como unidad con algún propósito, no en una relación causa-efecto. (22)

A pesar de ser pre-profesionales pueden tener alguna noción sobre esta teoría de adaptación al estrés, el conocimiento técnico solo puede ser proporcionado ya como profesional y ser bien estudiado como enfermero(a). El rol de enfermería es, entonces, tener la capacidad de alertarse acerca de las complicaciones que pueden atravesar los internos de enfermería durante su proceso de pasantías pre-profesionales, para orientarse adecuadamente y adaptarse al medio. (12)

### **Dorothy Johnson – Modelo de Sistemas Conductuales.**

Otro tipo de teoría que podrá ser aplicada dentro del estudio, es la desarrollada por Dorothy Johnson, quien la mayor parte de su experiencia profesional es como docente de la especialidad enfermería en la Universidad de California, donde laboró desde 1949 hasta su jubilación en 1978, |desde 1965 a 1967 presidió el comité de la Nurses' California Association, sus publicaciones comprenden cuatro libros, más de 30 artículos en revistas y numerosos informes, estudios y monografías. Aunque también incluye puestos como enfermera y asesora en escuelas de enfermería, Johnson publicó su "Modelo de Sistemas Conductuales" en 1980.

El modelo de Johnson considera a la persona como un sistema conductual compuesto de una serie de subsistemas interdependientes e integrados. Cada subsistema conductual tiene requisitos estructurales (meta, predisposición a actuar, centro de la acción y conducta) y funcionales (protección de las influencias dañinas, nutrición y estimulación para aumentar el desarrollo y prevenir el estancamiento. (22)

Otras definiciones por Dorothy Johnson se han establecido en la actualidad y fueron clasificados por subsistemas de las cuales, la de dependencia podemos hacerle énfasis con el proyecto de investigación. Esta promueve una conducta de colaboración que exige una respuesta recíproca, sus consecuencias son la aprobación, la atención o reconocimiento y la asistencia física, la conducta dependiente evoluciona desde un grado total de dependencia de los demás hasta un mayor grado de dependencia de uno mismo.” (23)

## **2.4 MARCO LEGAL**

### **CONSTITUCIÓN DEL ECUADOR**

ASAMBLEA NACIONAL

SECCIÓN SEGUNDA

Sección quinta

Niñas, niños y adolescentes

Art. 44.- El Estado, la sociedad y la familia promoverán de forma prioritaria el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes, y asegurarán el ejercicio pleno de sus derechos; se atenderá al principio de su interés superior y sus derechos prevalecerán sobre los de las demás personas. Las niñas, niños y adolescentes tendrán derecho a su desarrollo integral, entendido como proceso de crecimiento, maduración y despliegue de su intelecto y de sus capacidades, potencialidades y aspiraciones, en un entorno familiar, escolar, social y comunitario de afectividad y seguridad. Este entorno permitirá la satisfacción de sus necesidades sociales, afectivo-emocionales y culturales, con el apoyo de políticas intersectoriales nacionales y locales. (24)

Art. 45.- Las niñas, niños y adolescentes gozarán de los derechos comunes del ser humano, además de los específicos de su edad. El Estado reconocerá y garantizará la vida, incluido el cuidado y protección desde la concepción. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; a la educación y cultura, al deporte y recreación; a la seguridad social; a tener una familia y disfrutar de la convivencia familiar y comunitaria; a la participación social; al respeto de su libertad y dignidad; a ser consultados en los asuntos que les afecten; a educarse de manera prioritaria en su idioma y en los contextos culturales propios de sus pueblos y nacionalidades; y a recibir información acerca de sus progenitores o familiares ausentes, salvo que fuera perjudicial para su bienestar. El Estado garantizará su libertad de expresión y asociación, el funcionamiento libre de los consejos estudiantiles y demás formas asociativas. (25)

## **CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y DE LA ADOLESCENCIA**

Art. 27.- Derecho a la Salud.- los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a disfrutar del más alto nivel de salud física, mental, psicológica y sexual. El derecho a la salud de los niños, niñas y adolescentes comprende:

1. Acceso gratuito a los programas y acciones de salud públicos, a una nutrición adecuada y a un ambiente saludable;
2. Acceso permanente e ininterrumpido a los servicios de salud públicos, para la prevención, tratamientos de las enfermedades y la rehabilitación de la salud.
5. Información sobre su estado de salud, de acuerdo al nivel evolutivo del niño, niña o adolescente. (26)

Art. 38.- Objetivos de los programas de educación. - La educación básica y media asegurarán los conocimientos, valores y actitudes indispensables para:

- a) Desarrollar la personalidad, las aptitudes y la capacidad mental y física del niño, niña y adolescente hasta su máximo potencial, en un entorno lúdico y afectivo;
- b) Promover y practicar la paz, el respeto a los derechos humanos y libertades fundamentales, la no discriminación, la tolerancia, la valoración de las diversidades, la participación, el diálogo, la autonomía y la cooperación. (27)

## CAPÍTULO III

### DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

#### MATERIALES Y MÉTODOS

**Tipo de estudio:**

**Nivel:** Descriptivo

**Metodología:** cuantitativo

**Diseño:** Según la naturaleza. Transversal

Según el tiempo Prospectivo de Mayo a agosto 2018.

**Población:**

La población de estudio estuvo conformada por 40 estudiantes del tercero de Bachillerato del Colegio Santiago Mayor

**Procedimiento para la recolección de información.**

Para la recolección de información se utilizaron las siguientes técnicas:

Encuesta: mediante la aplicación de la escala de Afrontamiento del Estrés Académico para conocer el estado de ansiedad y depresión que presentaron los estudiantes del 3er año de bachillerato.

**Técnica de procesamiento y análisis de datos.**

El procesamiento de datos se realizó utilizando el programa Excel

**Tabulación, análisis y presentación de resultados:**

Procesados los datos, se elaboraron gráficos tipo pastel y barras, para la demostración de los resultados estadísticos, de acuerdo con el marco conceptual del problema de estudio.

## OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

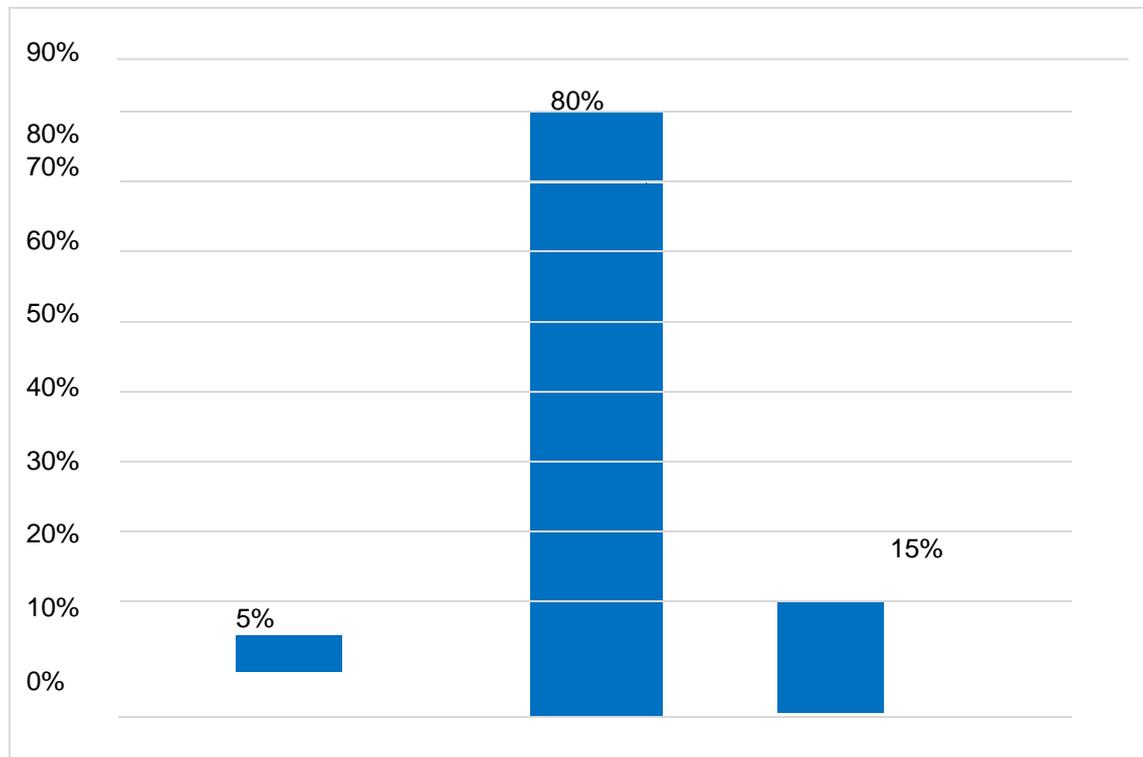
**Variable general:** Valoración del Patrón adaptación tolerancia al estrés

DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA	
<p>Valora las estrategias al afrontamiento general de la persona, las respuestas habituales en situaciones que le estresan y forma de controlar el estrés, la capacidad de la adaptación a los cambios, el soporte individual y familiar con que cuenta el individuo.</p>	Características sociodemográficas	Edad	15 a 16 años 17 a 18 años	
		Nivel educativo	Bachillerato	
		Estado Civil	Soltera Casada Otros	
	Factores que influyen al estrés.		Problemas de adaptación	Si No
			Método para relajación	Medicamentos Técnicas de relajación Tabaco Alcohol Drogas
			Apoyo familiar	Siempre Algunas veces Nunca
			Comunicación con sus padres	Siempre Algunas veces Nunca
			Conducta de los docentes educativos	Rechazo Adaptación Negación Agresiva Comunicativa
			Vínculo con la prueba "ser bachiller"	Rechazo Negación Indiferencia Aceptación
			Horas de sueño y descanso	1 a 2 horas 3 a 4 horas >5 horas No logra conciliar el sueño
Situaciones de estrés	Carga de estudio Pérdida del apoyo familiar Estudiantes que han perdido la prueba Complicaciones en el estado de salud Sentir cansancio excesivo			

		Afrontamiento del estrés	Actitud saludable Comunicación consigo misma Evita irritarse con facilidad Resolver el conflicto Enfrentar el estrés Pedir ayuda a sus padres Hábitos de lectura Recordar vivencias positivas.
		Percepción de estrés	Si No
	Diagnósticos enfermeros	<b>Dominio 1:</b> *Mantenimiento ineficaz de la Salud. *Gestión Ineficaz de La salud.  <b>Dominio 10:</b> *Ansiedad  *Temor  *Afrontamiento defensivo.  *Planificación ineficaz de actividades.  *Deterioro de la regulación del estado de ánimo.	Presente Ausentes  Presente Ausentes  Presente Ausentes Presente Ausentes  Presente Ausentes  Presente Ausentes

## ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

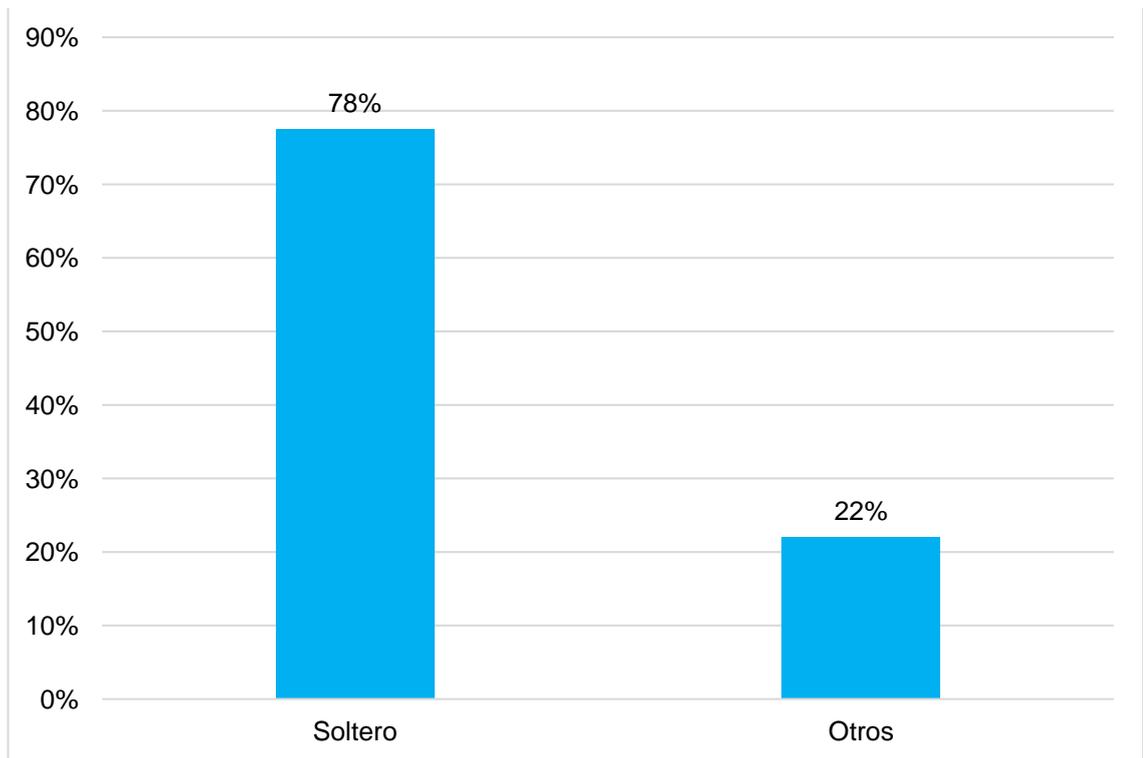
**Gráfico N° 1 Edad**



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** De la encuesta realizada a los estudiantes del tercero de Bachillerato en el Colegio Santiago Mayor, se obtuvo que la mayor parte de los estudiantes tiene una edad de 17 años, dato que será importante para el análisis de las siguientes tabulaciones.

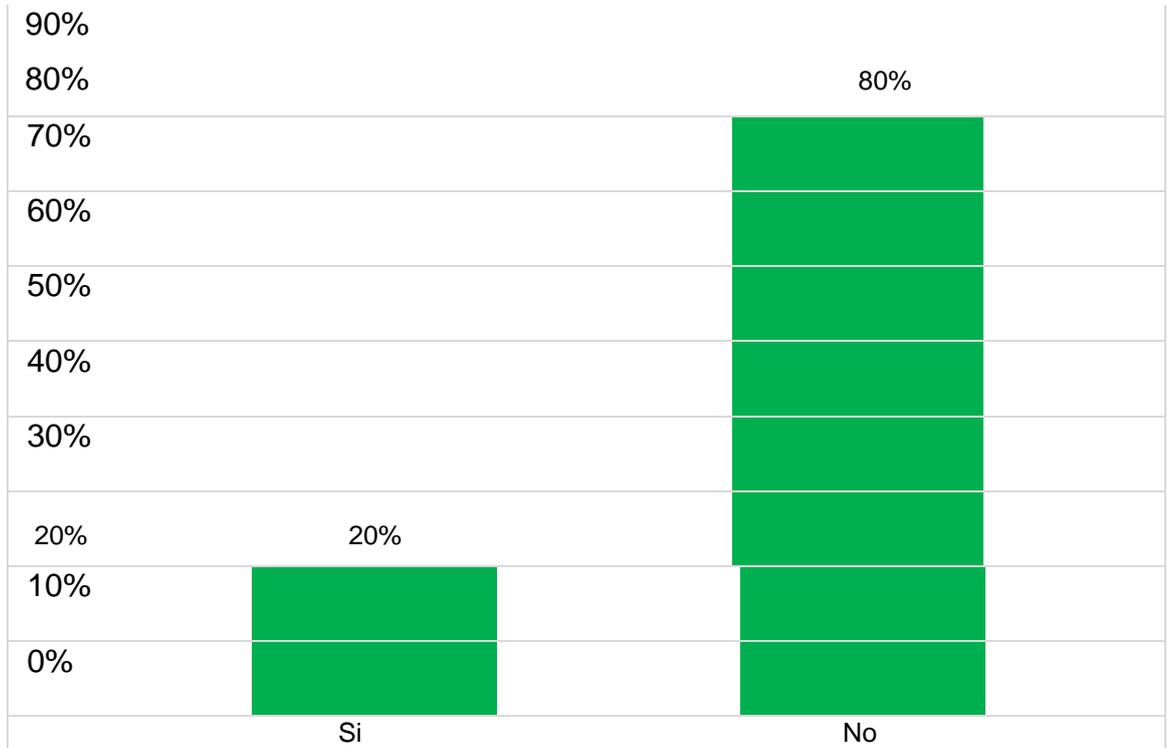
**Gráfico N° 2 Estado Civil**



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** Los datos obtenidos a través del presente cuadro estadístico, permite identificar que la mayoría de los estudiantes son solteros, y un grupo minoritario señaló otros, este último factor es importante, ya que deben cumplir con las responsabilidades en su hogar, siendo vulnerables a presentar factores causales que los conlleven al estrés.

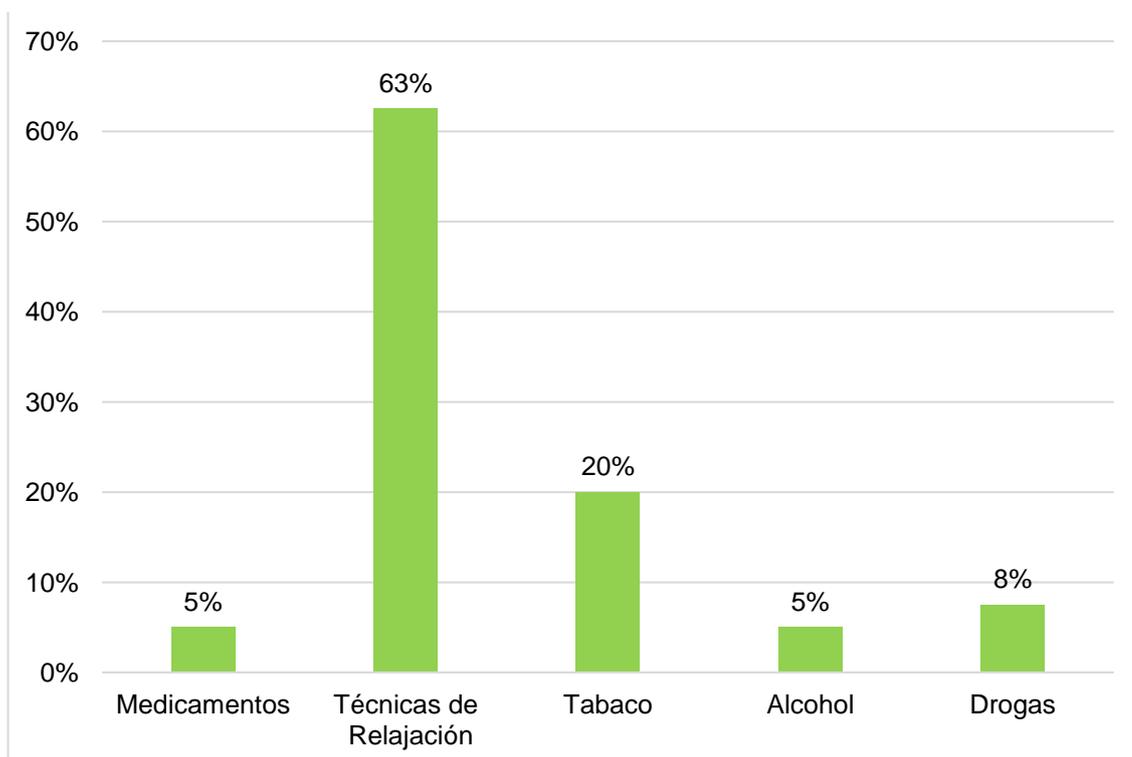
### Gráfico N° 3 Problema de Adaptación



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** La información tabulada en la presente tabla, permite conocer que la mayoría de estudiantes no presentan problemas de adaptación, pero existe un grupo menor, de estudiantes que si tienen este tipo de problemas en su bachillerato, por esto se puede evidenciar que es relevante que el personal de enfermería frente a pacientes de esta edad, identifique los problemas de adaptación como causales para el desarrollo del estrés.

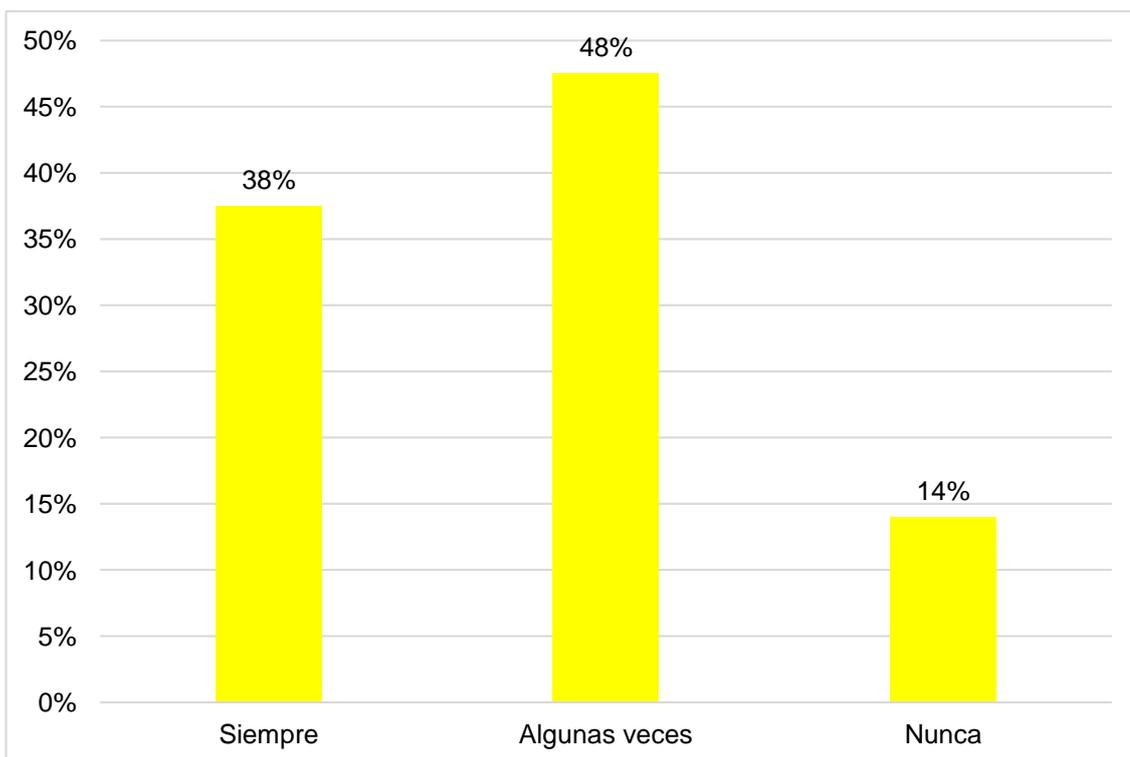
### Gráfico N° 4 Método de relajación



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** De los estudiantes encuestados, la mayoría señala que realiza técnicas de relajación, pero así mismo existen estudiantes que buscan métodos negativos, como el consumo del tabaco, alcohol y drogas, sustancias que pueden ser perjudiciales para su salud, por lo que debe de aconsejarseles que busquen otros métodos de relajación para afrontar cualquier tipo de situación durante sus estudios, de esta forma no se verá su rendimiento escolar.

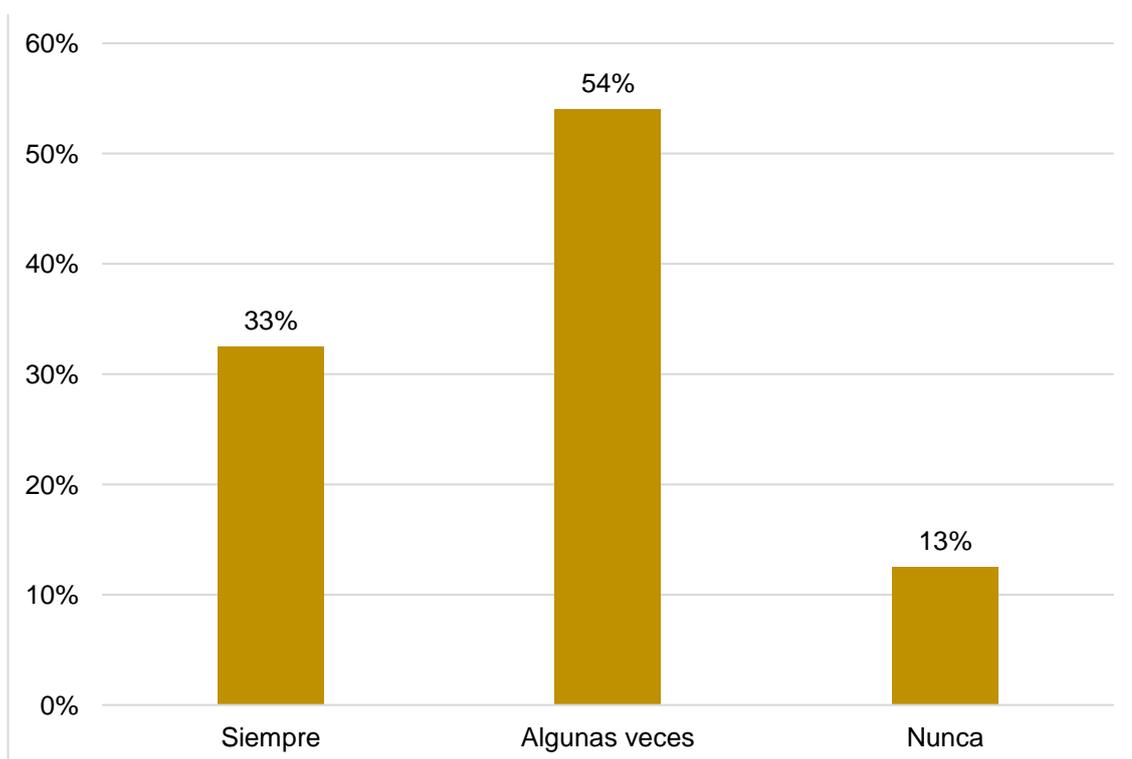
### Gráfico N° 5 Apoyo Familiar



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** De la encuesta realizada a los estudiantes del tercero de Bachillerato, se observa que una gran parte algunas veces recibe apoyo familiar y en algunos casos no son apoyados por sus familias. Se evidencia que la mayoría no recibe apoyo, siendo otro factor que pueda repercutir negativamente en sus estudios, para lo cual deberá trabajarse con sus padres para que los apoyen continuamente.

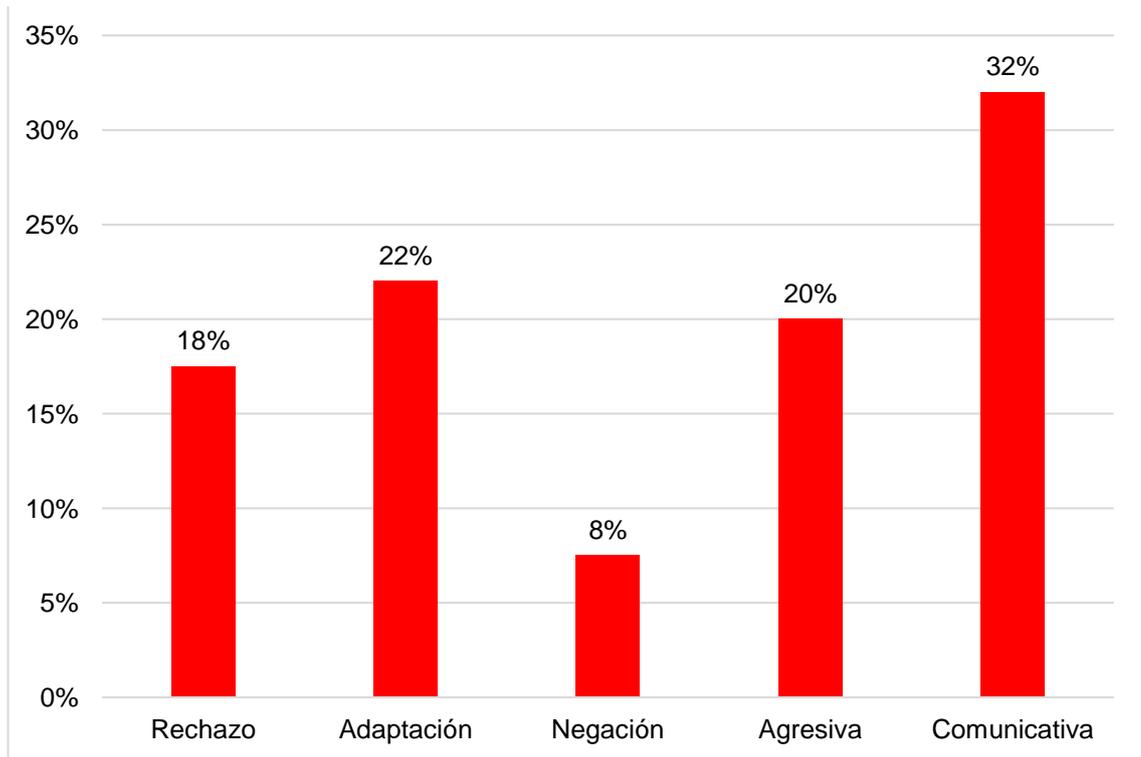
**Gráfico N° 6 Comunicación con sus padres**



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** Los datos obtenidos a través del presente cuadro estadístico, reflejan que una gran parte de estudiantes algunas veces tiene una buena comunicación con sus padres, mientras que hay grupos minoritarios que señalan que no tienen comunicación con ellos, por ende no pueden expresar sus temores y preocupaciones, adoptando compartimientos individualistas, de esta forma se deberá intervenir con los padres para que puedan mejorar sus relaciones con sus hijos.

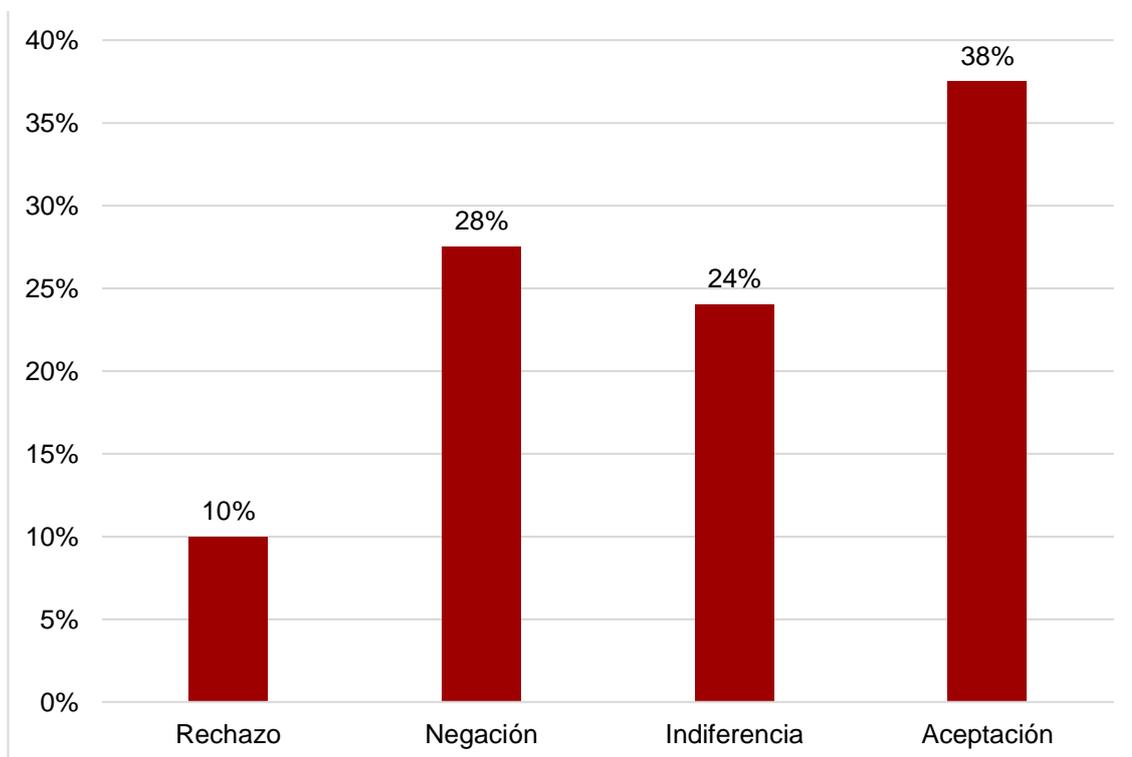
### Gráfico N° 7 Conducta con docentes educativos



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** Los datos tabulados en la presente tabla, permiten evidenciar que una gran parte de los estudiantes del tercer año de bachillerato, hacia los docentes reflejan una actitud comunicativa, pero así mismo existen otros grupos que muestran una actitud de rechazo, negación y agresividad, lo cual repercute en el proceso de aprendizaje, afectando a su rendimiento académico. Es así como el personal docente debe reforzar la relación sus estudiantes, evitando este tipo de acciones negativas.

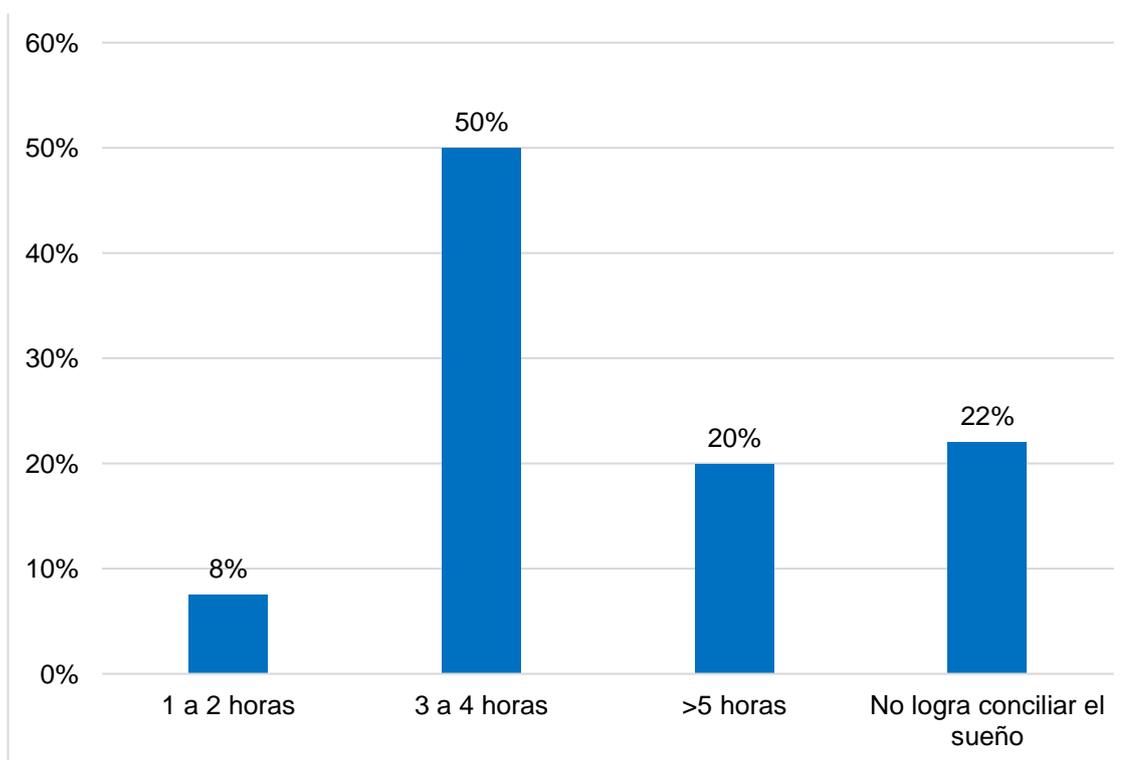
**Gráfico N° 8 Tolerancia de estrés y prueba ser bachiller**



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** De los estudiantes encuestados, una gran parte señala aceptación sobre la tolerancia de estrés hacia la prueba de ser bachiller, pero existen grupos menores que muestran negación y rechazo, conllevando a que no tengan un óptimo rendimiento frente a la prueba. Por esto, se debe intervenir en los estudiantes, para que puedan mejorar su tolerancia frente a esta evaluación para el nivel superior.

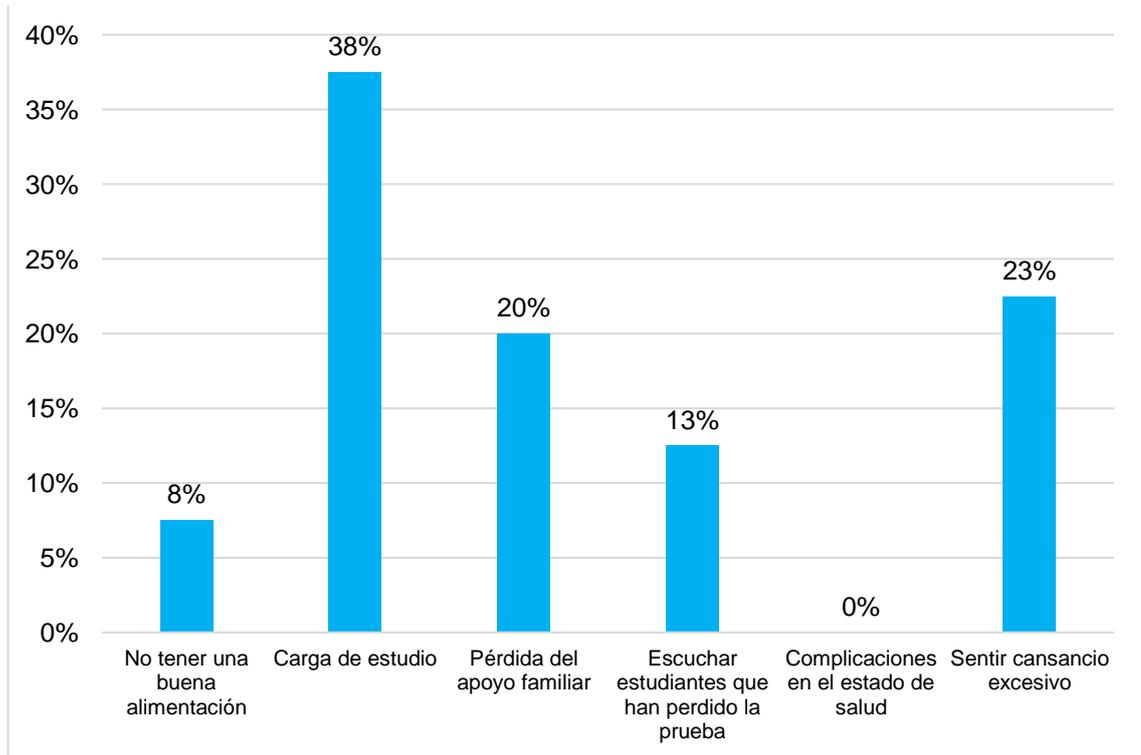
**Gráfico N° 9 Horas de sueño y descanso**



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** A través de los datos representados en la presente gráfica, es evidente que la mayoría de los estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor tienen de 3 a 4 horas de sueño, por lo que se identifica que existe sobrecarga a causa de los estudios, por lo cual tienen menos horas de descanso. Para esto deberán de organizar su tiempo, para que sus estudios no se prolonguen hasta altas horas de la noche y pueden descansar temprano.

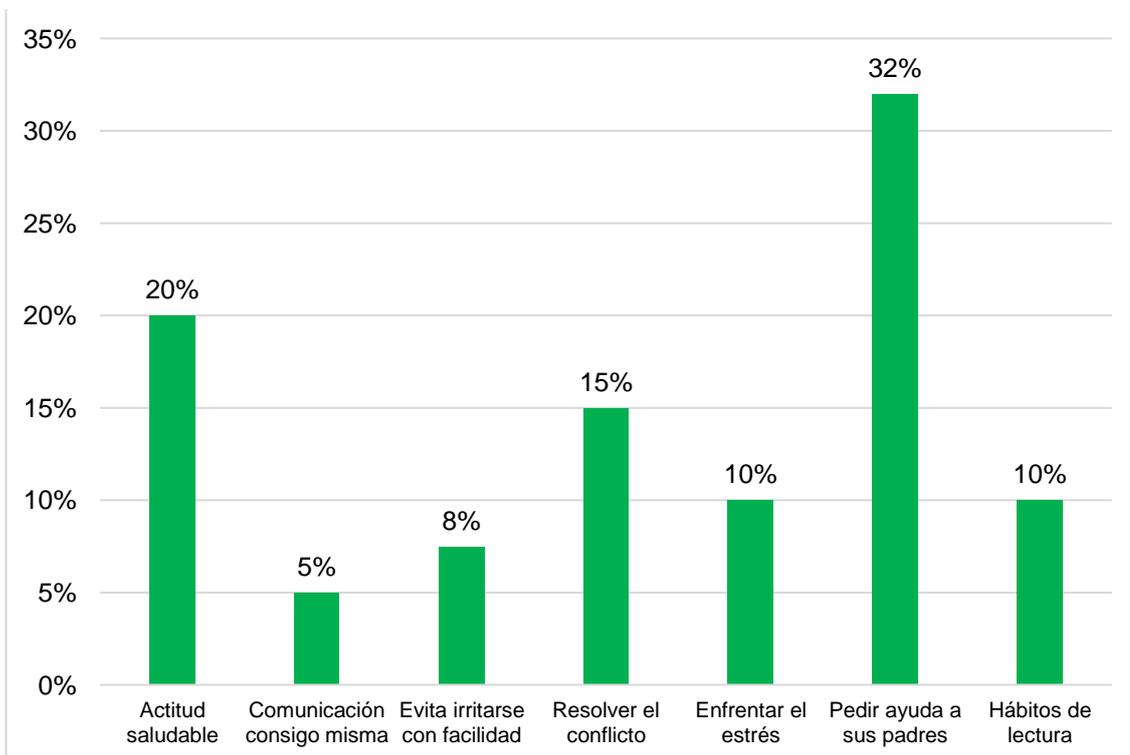
**Gráfico N° 10 Situaciones de estrés**



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** Los datos que se reflejan en la presente tabulación señalan que la mayoría de estudiantes presentan cuadros de estrés debido a la sobrecarga de estudios, continuo a estos existen diferentes situaciones que se convierten en los principales estresores que afectan en su rendimiento académico. . A través de la identificación de estos causales, permite conocer cuáles son los que deben ser intervenidos de forma oportuna.

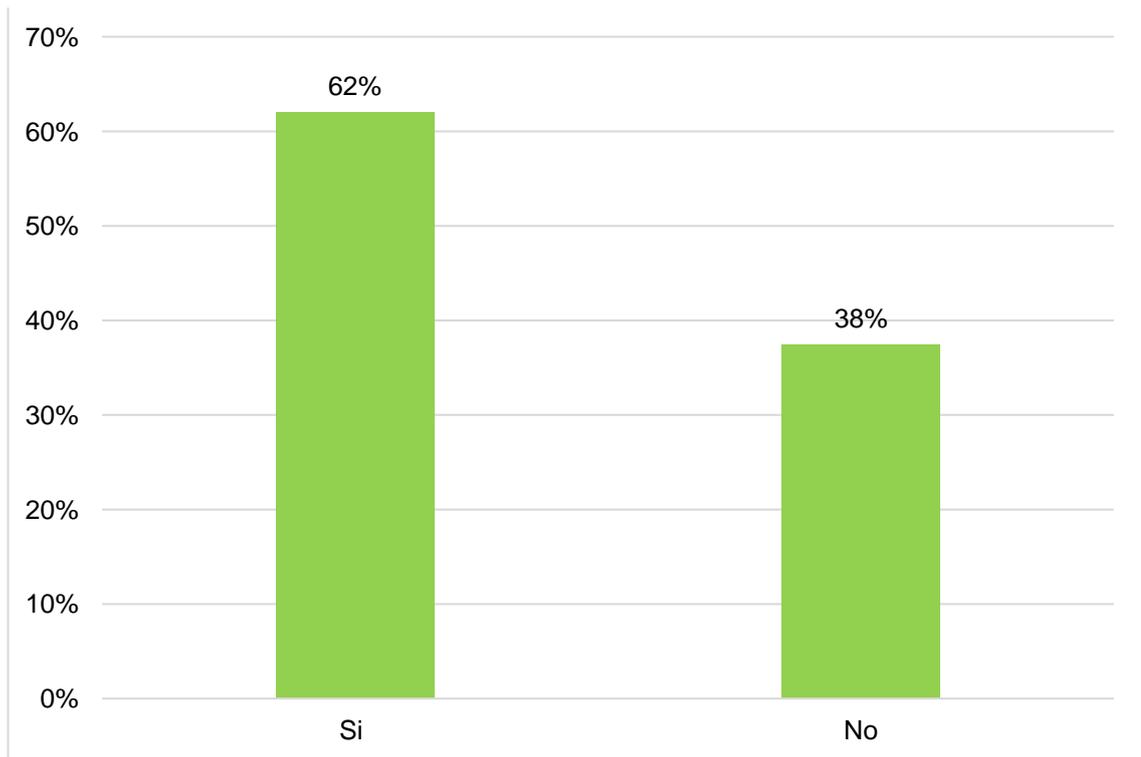
**Gráfico N° 11 Afrontamientos del estrés**



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** A través de estos resultados es evidente la realidad sobre los medios que los estudiantes aplican para poder sobrellevar el estrés, la mayoría señala que busca pedir ayuda de sus padres, por lo que los padres deberán de estar capacitados para orientarlos en la búsqueda de alternativas correctas a aplicar para poder evitar los factores estresores por tal razón es importante que los padres se encuentren siempre preparados para brindar la ayuda adecuada a sus hijos.

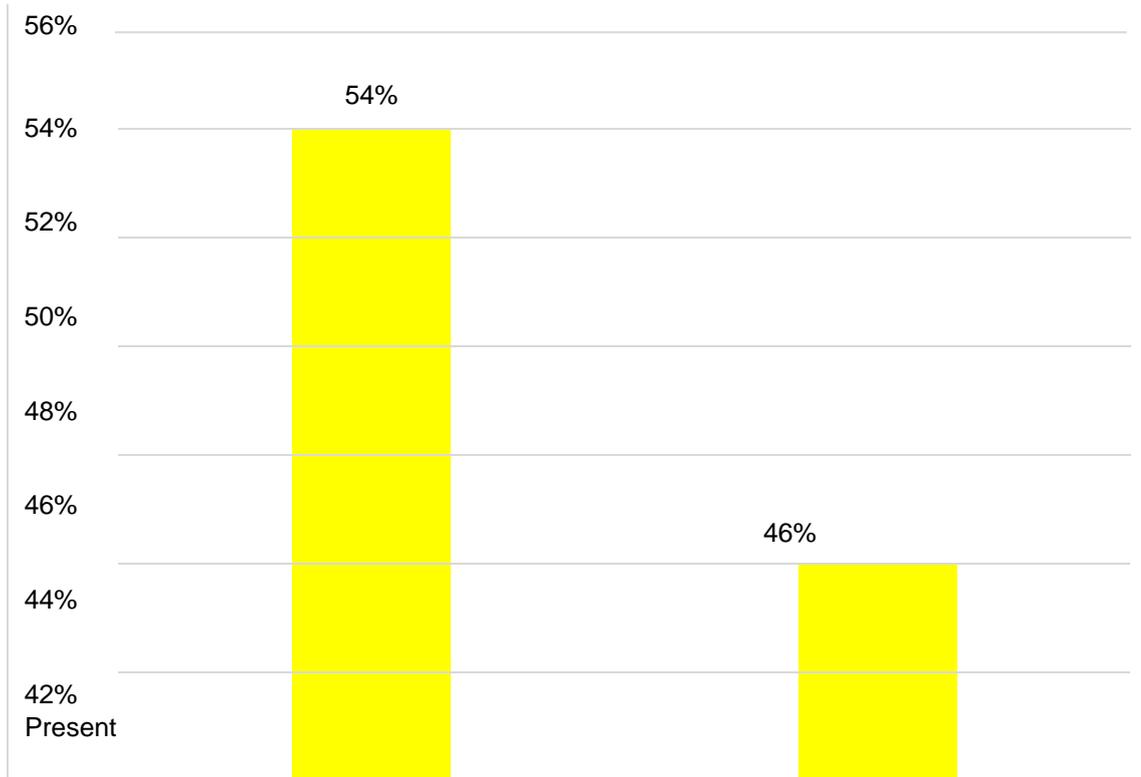
**Gráfico N° 12 Percepción de estrés**



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** Se puede identificar que la mayoría de los estudiantes del tercer año de bachillerato no tienen una percepción amplia sobre el estrés, por ende no conocen sobre los factores que inciden en su desarrollo y conocen poco sobre cómo afrontarlo durante las pruebas de ser bachiller. Es así como estos reflejan mejorar sus conocimientos de la percepción del estrés, evitando los causales que conllevan su desarrollo.

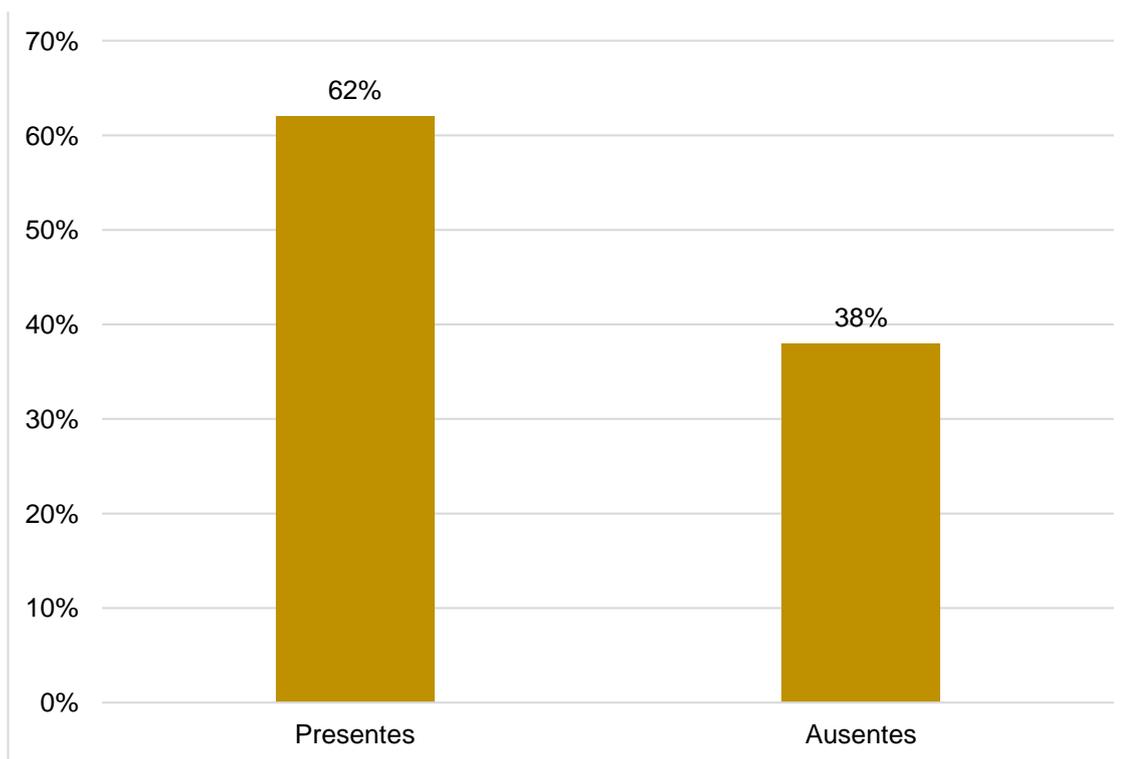
**Gráfico N° 13 Mantenimiento ineficaz de la Salud**



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilán

**Análisis:** A través de los presentes resultados es evidente que los estudiantes del tercero de bachillerato presentan un mantenimiento ineficaz en su salud, esto se debe a la preocupación de la etapa de aprobación sobre la prueba Ser Bachiller. Por esto es importante que el paciente conozca el grado de mantenimiento ineficaz para restablecer su salud.

**Gráfico N° 14 Gestión ineficaz de la Salud**



**Fuente:** Encuesta realizada a estudiantes del tercero de bachillerato Colegio Santiago Mayor. **Elaborado por:** Jenny Mariuxy González Chilan

**Análisis:** Se puede identificar que la mayoría de los estudiantes del tercer año de bachillerato llevan una ineficaz gestión sobre su salud, por lo que es necesario que sean orientados sobre la importancia de cuidar su salud y evitar que el estrés causa efectos a su salud. Mediante la aplicación de actividades de rutina para poder gestionar correctamente su salud.

## DISCUSIÓN

El presente trabajo estuvo dirigido a determinar la relación existente entre los estilos de humor y la ansiedad en estudiantes universitarios. A continuación, se reseñan los hallazgos encontrados, donde señalan que las dimensiones adaptativas del humor están vinculadas con indicadores de salud psicológica en diferentes muestras de estudiantes universitarios. Asimismo, encontraron que altos puntajes de Humor Incrementador de sí mismo y Humor Afiliativo están directamente vinculados a bajos niveles de depresión, ansiedad y afecto negativo, al hallar que a mayor tendencia a utilizar el Humor Incrementador de sí mismo y Afiliativo, menor reporte de ansiedad e insomnio, otros estudios consiguieron diferencias de género entre el total de frecuencia de risa al día y algunas variables de personalidad. Al respecto, una alta frecuencia de risa diaria se vinculó con mayores características asociadas al patrón de conducta tipo A en hombres, pero con menores características de este patrón en mujeres, lo que podría indicar una probable diferencia de género en la función y significado del uso del humor y la risa, la conducta tipo A se define como un patrón de comportamiento caracterizado por una intensa ambición, impulso competitivo, preocupación constante, sentido de urgencia de tiempo, irritabilidad y hostilidad, Basados en los resultados obtenidos tanto en esta, como en otras investigaciones, surge la necesidad de estudiar si estas diferencias de género en cuanto a los estilos de humor son producto de influencias socioculturales o son innatas, en lo relativo a las comparaciones entre la variable Ansiedad Estado y Rasgo respecto al género, señala a las mujeres con mayor tendencia al padecimiento de la ansiedad respecto a los hombres, quienes consiguieron que las mujeres son más vulnerables que los hombres frente a la ansiedad. En síntesis, estos hallazgos sugieren que el uso de los estilos de Humor Agresivo y Auto descalificador está asociado con el género masculino. A su vez, la tendencia al padecimiento de la Ansiedad tanto Estado como Rasgo, se vincula más con el género femenino respecto al masculino. (28)

En este presente trabajo de investigación dirigido a jóvenes entre 16 – 18 años mostramos que los menores de 17 años con un 80% de los casos son más

propensos a padecer de estrés por varios factores ya sea estos por pruebas de ingresos a educación universitaria o también por sobrecarga de tareas o por pocas horas de sueño, ventajas encontradas que el 48% de ellos comunican sus padres y a sus docentes tienen ayuda necesaria por parte de profesional de la salud en la enseñanza de técnicas para quitar el estrés del 100% de los casos el 68% de ellos mostraron estrés en su nivel de estudiantes de bachilleratos.

Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios en el año 2013 en jóvenes de 16 – 18 años en niveles de 1 a 3ºer semestre más del 70% de los casos muestran estrés al llevar a cabo el procesamiento de los resultados, teniendo en cuenta la variable relativa al género no se identificaron diferencias relevantes en cuanto a la Susceptibilidad al Estrés, ambos géneros se encuentran cercanos a la media y con diferencia mínima decimal, lo que no reportan información significativa sobre diferencias en cuanto a esta variable entre géneros. Aunque la diferencia entre puntuaciones fue mínima, el género femenino tuvo una puntuación levemente mayor, En cuanto a Contexto Académico, los resultados fueron similares, hubo una leve variación mayor en la puntuación masculina, Al hacer el análisis del estrés académico por rango de edad, no se aprecian diferencias significativas, hay equilibrio en las puntuaciones arrojadas luego de la aplicación del Inventario de Estrés académico. En cuanto a susceptibilidad al estrés, la prueba permitió reconocer que los estudiantes de pregrado no se alejan de la media que define el equilibrio en síntomas que determinen la susceptibilidad al estrés académico, pero se observa una mayor tendencia de éstos en la población de estudiantes de la Escuela de Ciencias de la Salud y de Educación; así mismo se observa una menor tendencia a la susceptibilidad al estrés en las escuelas de Ciencias Sociales y Derecho y Ciencias Políticas La Escuela en la que los estudiantes perciben más agentes estresantes es la de Ciencias de la Salud. Esto permite inferir que en dicha escuela, el nivel de peticiones académicas realizadas y las necesidades que se le presentan al estudiante, o las que ellos perciben, hace que se generen mayores respuestas de estrés. (29)

En comparación con este trabajo de investigación llevado a cabo en el año 2018 en el periodo de un trimestre se demuestra similitud a nivel del

porcentaje del 100% más del 70% muestra problemas de estrés y todo se deben al incremento de conocer nuevos campos ya sea en lo educativo como en lo social para poder agrandar los conocimientos de los jóvenes pero tal cual demostramos que la ayuda del personal de la salud da un aporte muy grande al aplicar técnicas de relajamiento en los jóvenes entre 16 – 18 años.

El término estrés escolar ha sido una conceptualización de difícil acuerdo y compleja descripción para la literatura clínica. Los niños(as) y adolescentes en etapa escolar, se ven enfrentados a situaciones de alta demanda y requieren del despliegue de todas sus capacidades de afrontamiento para adaptarse a los estresores tanto internos como externos, de acuerdo a la etapa evolutiva alcanzada. Los síntomas asociados a estrés acompañan a cuadros adaptativos, ansiosos, conductuales y emocionales. En este artículo se describen los principales síntomas asociados a la presencia de estrés escolar, que pueden ser foco de atención para los profesionales de la salud. En Canadá un estudio realizado a estudiantes de nivel medio, frente a la situación de estrés antes de un examen, indicó que el 58% de una muestra de 374 estudiantes presentaban lo que llamaron “ansiedad antes del examen”. Otro estudio realizado a siete colegios en los que se aplicó un cuestionario que medía actitudes y comportamientos asociados a estrés, con una muestra de 1091 estudiantes, arrojó que el 54% de ellos se sentía estresado frente a diversas situaciones escolares. El 86% de los alumnos de educación media informó sentirse estresado durante el segundo semestre académico del año en curso, en Chile no se encuentran estudios de prevalencia en los que la variable estrés escolar sea analizada específicamente. Estudios en población infante juvenil arrojan resultados concluyentes de prevalencia en trastornos de salud mental, indicando que cualquier trastorno psiquiátrico + discapacidad psicosocial está presente en un 22,5% de niños y adolescentes entre 4 y 18 años.(30)

La Organización Mundial de la Salud, como parte del programa de salud mental escolar, plantea la necesidad de fomentar el desarrollo integral saludable de los alumnos, previniendo así la aparición temprana de patologías del desarrollo. A pesar de no existir una aproximación clínica al estrés escolar,

entre los factores protectores se destaca la necesidad de desarrollar capacidad para afrontar el estrés y el manejo de situaciones estresantes.

## CONCLUSIONES

En referencia a las características socio demográficas, el 80% de los estudiantes posee 17 años edad, el 22% indicó no poseer un estado civil soltero. Esta cantidad de estudiantes debido a su poco conocimiento y experiencia, deben afrontar tanto sus estudios como también responsabilidades personales, las cuales al no manejar de manera apropiada afectan al patrón de afrontamiento dentro de su desenvolvimiento académico.

Sobre los factores que influyen al estrés en los estudiantes, se determinó que el 20% tiene problemas de adaptación, el 14% nunca ha recibido apoyo por parte de su familia, el 13% refirió no tener una buena comunicación con sus padres, por lo cual el 46% refleja una conducta negativa hacia los docentes, mostrando una tolerancia negativa hacia la prueba Ser Bachiller (38%).

En la descripción del diagnóstico enfermero, se determinó que el 38% presenta situaciones de estrés debido a la carga de estudio, el 23% añadió sentir cansancio excesivo, es por esto que un grupo significativo de estudiantes duerme solo de 1 a 4 horas (58%) y otro grupo no puede conciliar el sueño (22%), reflejándose en ellos mantenimiento ineficaz (54%) y gestión ineficaz (62%) de la salud.

## RECOMENDACIONES

Desarrollar futuras investigaciones sobre los recursos de afrontamiento al estrés de los adolescentes, tienen en consideración los factores socio demográficos que ayudarán a determinar si existen causales que no le estén permitiendo manejar de manera apropiada el afrontamiento de esta etapa, para poder prevenir que presenten problemas de ansiedad o depresión que afecte a su rendimiento académico.

Capacitar a los profesionales en educación y padres de familia sobre los recursos de afrontamiento al estrés que deben contar los adolescentes, para que de esta manera puedan intervenir en los adolescentes, brindándoles todo el apoyo necesario a través de la comunicación, reduciendo así cualquier tipo de conducta negativa que afecte al afrontamiento de esta prueba para entrar en la Educación Superior.

Confrontar los resultados desde un enfoque situacional del estrés que nos permita afirmar cuales afrontamientos son los más saludables en estos casos para brindar las herramientas específicas para estos jóvenes, motivándoles a modificar algunos hábitos que pueden repercutir en su salud. En el enfoque situacional podemos además encontrar si la etapa del colegio hacia la universidad es un periodo de estrés o no y permita anticipar las estrategias preventivas. Logrando que el estudiante pueda mejorar su calidad de vida y su rendimiento académico.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Castro Berio F, Albán Yáñez H, Quizphe Baculima V, Lara Olalla M, Portelles Cobas DE. El proceso educativo estatal y las pruebas “ser Bachiller”. el 22 de diciembre de 2017;2(70):5.
2. Cabanach RG, Souto Gestal A, Franco V. Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. Rev Iberoam Psicol Salud. 2016;41–50.
3. González Moreno AL. Estudio sobre el estrés académico y la capacidad de afrontamiento en estudiantes de Educación Social de nueva incorporación. [Internet]. [Granada - España]: Universidad de Granada; 2017. Disponible en: [http://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/49289/GonzalezMoreno\\_TFG\\_EstresEstudiantes.pdf?sequence1&isAllowed=y](http://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/49289/GonzalezMoreno_TFG_EstresEstudiantes.pdf?sequence1&isAllowed=y)
4. Daryani Daryani MV. El yoga y la meditación como terapia para el control del estrés en adolescentes [Internet]. [España]: Universidad de la Laguna; 2015. Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/2201/EI%20yoga%20y%20la%20meditacion%20como%20terapia%20para%20el%20control%20del%20estres%20en%20adolescentes.pdf?>
5. Aditaah de Animaniack. Definición del proceso enfermero [Internet]. 2014 may 16 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: <https://es.slideshare.net/aditaahmazariegosz/definicion-del-proceso-enfermeroTesis lactancia materna.doc>
6. Organización Mundial de la Salud. Características del PAE (Proceso de Atención de Enfermería) [Internet]. Información sobre Enfermería. 2015 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: <https://www.congresohistoriaenfermeria2015.com/caracteristicas.html>
7. Ramos Quispe LE. Experiencia en la Enseñanza - Aprendizaje del proceso de atención de enfermería [Internet]. [Perú]: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2018 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: [http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/904/3/TL\\_QuispeRamosLuzEstefany.pdf](http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/904/3/TL_QuispeRamosLuzEstefany.pdf)
8. Herrera Arce A, Betolaza López de Gámiz E, Murua Navarro F, Martínez H, Jiménez-Lerma JM. Enfermería en adicciones: El modelo teórico de H. Peplau

a través de los patrones funcionales de M. Gordon. A propósito de un caso práctico. *Trastor Adicto*. 2003;5(2):58–74.

9. Ecuador Universitario. El Examen Ser Bachiller [Internet]. EcuadorUniversitario.Com. 2018 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: [http://www.educacion.quito.gob.ec/unidades/fernandezmadrid/images/contenidos/galerias/Boletines/Varios/SER%20BACHILLER%20\(1\)%20\(1\).pdf](http://www.educacion.quito.gob.ec/unidades/fernandezmadrid/images/contenidos/galerias/Boletines/Varios/SER%20BACHILLER%20(1)%20(1).pdf)
10. Instituto Nacional de Evaluación Educativa. Ficha técnica y conceptual [Internet]. 2017 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: [http://www.educacion.quito.gob.ec/unidades/fernandezmadrid/images/contenidos/galerias/Boletines/Varios/SER%20BACHILLER%20\(1\)%20\(1\).pdf](http://www.educacion.quito.gob.ec/unidades/fernandezmadrid/images/contenidos/galerias/Boletines/Varios/SER%20BACHILLER%20(1)%20(1).pdf)
11. Zorrilla Hidalgo AM. Estrés en la profesión docente: Estudio de su relación con posibles variables laborales y de contexto [Internet]. 2015 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: <https://idus.us.es/xmlui/bitstream/handle/11441/65269/tesisV5.pdf?sequence=1>
12. Soria Urrutia A. Evaluación del estrés en los estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas: estudio descriptivo. el 25 de septiembre de 2017 [citado el 24 de agosto de 2018]; Disponible en: <http://repositori.upf.edu/handle/10230/32783>
13. Salgado Roa JA, Leria Dulcic FJ. Estrategias de Afrontamiento al Estrés y Síntomas Patológicos en Universitarios ante un Desastre Socionatural de Aluvión de Barro-Coping Strategies for Stress and Pathological Symptoms in University Students in the Face of a Mudslide Disaster. *Acta Colomb Psicol* [Internet]. el 13 de diciembre de 2017 [citado el 24 de agosto de 2018];21(1). Disponible en: [https://editorial.ucatolica.edu.co/ojsucatolica/revistas\\_ucatolica/index.php/acta-colombiana-psicologia/article/view/1396](https://editorial.ucatolica.edu.co/ojsucatolica/revistas_ucatolica/index.php/acta-colombiana-psicologia/article/view/1396)
14. Basso Musso L, Ardiles Vargas B, Bernal Torres M, Canto C del, José M, González Meléndez C, et al. Factors derived from the intrahospitable laboratories that cause stress in infirmiry students. *Rev Lat Am Enfermagem*. octubre de 2008;16(5):805–11.
15. Hernandez E. Patron de Afrontamiento - tolerancia al estres. [Internet]. prezi.com. 2014 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: <https://prezi.com/td1pytwrngtd/patron-de-afrontamiento-tolerancia-al-estres/>

16. Jara Sanabria F, Lizano Pérez A. Aplicación del proceso de atención de enfermería por estudiantes, un estudio desde la experiencia vivida. *Enferm Univ.* el 1 de octubre de 2016;13(4):208–15.
17. Muñoz N. Epidemiología molecular de VPH y Cáncer de Cérvix. enero de 2003;4.
18. Alvarez Ramirez M del R. Fundamentos del cuidado II [Internet]. 2013. Disponible en: [s3b9e4327a9410f8b.jimcontent.com/.../AFRONTAMIENTO%20AL%20ESTRES%20...](http://s3b9e4327a9410f8b.jimcontent.com/.../AFRONTAMIENTO%20AL%20ESTRES%20...)
19. García Duran RG. Dominio 1 promoción de la salud [Internet]. *gloriaticsproyecto*. 2010 [citado el 12 de septiembre de 2018]. Disponible en: <http://gloriaticsproyecto.blogspot.com/2010/07/dominio-1-promocion-de-lasalud.html>
20. Actualización de Enfermería. Dominios y Clases [Internet]. *Enfermería Actual*. 2013 [citado el 12 de septiembre de 2018]. Disponible en: <https://enfermeriaactual.com/dominios-y-clases/>
21. Chimbo Aviles DP. Cuidados de enfermería en adolescente con colostomía aplicando las teorías de Dorothea Orem y Callista Roy [Internet]. [Riobamba - Ecuador]: Universidad Nacional de Chimborazo; 2016. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/2996/1/UNACH-FCS-ECC-ENF2016-0004.pdf> <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/7727/1/T-UCSGPRE-TEC-IECA-51.pdf>
22. Díaz Baidal JJ, Gagui Yamba ML. Patrón adaptación tolerancia al estrés en los internos de enfermería de la sub-rotación salud reproductiva en el área de tecoquirurgico del Hospital Dra. Matilde Hidalgo de Procel 2014-2015 [Internet] [Thesis]. Universidad de Guayaquil. Facultad de Ciencias Médicas. Escuela de Enfermería; 2015 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/8139/1/TESIS%2022%20de%20JUNIO%20DEL%202015.pdf> <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/8139>
23. Fundamentos U. El Cuidado: DOROTHY JHONSON [Internet]. *El Cuidado*. 2012 [citado el 9 de junio de 2012]. Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/dorothy-jhonson.html>

24. Asamblea Constituyente. Ley Organica de la Salud [Internet]. 2006-67. Sec. 188 sep, 2012 p. 41. Disponible en: <http://www.ambiente.gob.ec/wpcontent/uploads/downloads/2012/09/salud.pdf>
25. Ministerio de Salud Publica. Ejercicio Medicina alternativa [Internet]. 5001 p. 5. Disponible en: [http://www.calidadsalud.gob.ec/wp-content/uploads/2017/08/EJERCICIO-MEDICINA-ALTERNATIVA-ac\\_00005001\\_2014-13-ago.pdf](http://www.calidadsalud.gob.ec/wp-content/uploads/2017/08/EJERCICIO-MEDICINA-ALTERNATIVA-ac_00005001_2014-13-ago.pdf)
26. Congreso Nacional.Codigo de la Niñez y Adolescencia [Internet]. 737 jul, 2014 p. 114. Disponible en: [https://www.igualdad.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/11/codigo\\_ninezyadolescencia.pdf](https://www.igualdad.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/11/codigo_ninezyadolescencia.pdf)
27. Derecho E. El Derecho Contitucional de la Salud [Internet]. 2011 [citado el 7 de agosto de 2018]. Disponible en: <https://www.derechoecuador.com/elderecho-constitucional-a-la-salud>
28. Giménez LEP, Feldman L. Estilos de humor y ansiedad en estudiantes universitarios/Styles of humor and anxiety in university students. An Univ Metrop Caracas. 2016;16(1):171–90.
29. Mazo Zea R, Londoño Martínez K, Gutiérrez Y. Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios. Inf Psicológicos. 2013;13(2):121–34.
30. Maturana HA, Vargas SA. El estrés escolar. Rev Médica Clínica Las Condes. el 1 de enero de 2015;26(1):34–41.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Actualización de Enfermería. Dominios y Clases [Internet]. Enfermería Actual. 2013 [citado el 12 de septiembre de 2018]. Disponible en: <https://enfermeriaactual.com/dominios-y-clases/>
2. Aditaah de Animaniack. Definición del proceso enfermero [Internet]. 2014 may 16 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: <https://es.slideshare.net/aditaahmazariegosz/definicin-del-proceso-enfermero> Tesis lactancia materna.doc
3. Alcaraz Moreno N, Chávez Acevedo AM, Sánchez Betancourt EM, Amador Fierros G, Godínez Gómez R. Mirada del estudiante de enfermería sobre el aprendizaje y la aplicación del proceso de atención de enfermería. 2015;23(2):10.
4. Alvarez Ramirez M del R. Fundamentos del cuidado II [Internet]. 2013. Disponible en: [s3b9e4327a9410f8b.jimcontent.com/.../AFRONTAMIENTO%20AL%20ESTRUC%20...](http://s3b9e4327a9410f8b.jimcontent.com/.../AFRONTAMIENTO%20AL%20ESTRUC%20...)
5. Álvarez Suarez JL. Manual de Valoración de Patrones Funcionales. junio de 2010;34.
6. Asamblea Constituyente. Derechos de las personas y grupos de atención prioritaria [Internet]. 35. Disponible en: <http://www.wipo.int/wipolex/es/text.jsp>
7. Basso Musso L, Ardiles Vargas B, Bernal Torres M, Canto C del, José M, González Meléndez C, et al. Factors derived from the intrahospital laboratories that cause stress in infirmary students. Revista Latino-Americana de Enfermagem. octubre de 2008;16(5):805–11.

8. Berrío García N, Mazo Zea R. Estres Académico. 2011;3(2):66.
9. Cabanach RG, Souto Gestal A, Franco V. Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. Revista Iberoamericana de Psicología y Salud. 2016;41–50.
10. Castro Berio F, Albán Yáñez H, Quizphe Baculima V, Lara Olalla M, Portelles Cobas DE. El proceso educativo estatal y las pruebas “ser Bachiller”. el 22 de diciembre de 2017;2(70):5.
11. Chimbo Aviles DP. Cuidados de enfermería en adolescente con colostomía aplicando las teorías de Dorothea Orem y Callista Roy [Internet]. [Riobamba - Ecuador]: Universidad Nacional de Chimborazo; 2016. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/2996/1/UNACH-FCS-ECC-ENF2016-0004.pdf> <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/7727/1/T-UCSG-PRETEC-IECA-51.pdf>
12. Congreso Nacional. Código de la Niñez y Adolescencia [Internet]. 737 jul, 2014 p. 114. Disponible en: [https://www.igualdad.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/11/codigo\\_ninezyadolescencia.pdf](https://www.igualdad.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/11/codigo_ninezyadolescencia.pdf)
13. Constituyente EA. Constitución de la República del Ecuador [Internet]. 449, 449 oct 20, 2008 p. 140. Disponible en: [http://www.inocar.mil.ec/web/images/lotaip/2015/literal\\_a/base\\_legal/A.\\_Constitucion\\_republica\\_ecuador\\_2008\\_constitucion.pdf](http://www.inocar.mil.ec/web/images/lotaip/2015/literal_a/base_legal/A._Constitucion_republica_ecuador_2008_constitucion.pdf)
14. Daryani Daryani MV. El yoga y la meditación como terapia para el control del estrés en adolescentes [Internet]. [España]: Universidad de la Laguna; 2015. Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/2201/EI%20yoga%20y%20la%20meditacion%20como%20terapia%20para%20el%20control%20del%20estres%20en%20adolescentes.pdf?sequence=1>

15. Derecho E. El Derecho Constitucional de la Salud [Internet]. 2011 [citado el 7 de agosto de 2018]. Disponible en: <https://www.derechoecuador.com/el-derechoconstitucional-a-la-salud>
16. Díaz Baidal JJ, Gagui Yamba ML. Patrón adaptación tolerancia al estrés en los internos de enfermería de la sub-rotación salud reproductiva en el área de tocoquirurgico del Hospital Dra. Matilde Hidalgo de Procel 2014-2015 [Internet] [Thesis]. Universidad de Guayaquil. Facultad de Ciencias Médicas. Escuela de Enfermería; 2015 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/8139/1/TESIS%2022%20de%20JUNIO%20DEL%202015.pdf> <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/8139>
17. Ecuador Universitario. El Examen Ser Bachiller [Internet]. EcuadorUniversitario.Com. 2018 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: [http://www.educacion.quito.gob.ec/unidades/fernandezmadrid/images/contenidos/galerias/Boletines/Varios/SER%20BACHILLER%20\(1\)%20\(1\).pdf](http://www.educacion.quito.gob.ec/unidades/fernandezmadrid/images/contenidos/galerias/Boletines/Varios/SER%20BACHILLER%20(1)%20(1).pdf)
18. Fundamentos U. El Cuidado: DOROTHY JHONSON [Internet]. El Cuidado. 2012 [citado el 9 de junio de 2012]. Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/dorothy-jhonson.html>
19. García Duran RG. Dominio 1 promoción de la salud [Internet]. gloriaticsproyecto. 2010 [citado el 12 de septiembre de 2018]. Disponible en: <http://gloriaticsproyecto.blogspot.com/2010/07/dominio-1-promocion-de-lasalud.html>
20. Giménez LEP, Feldman L. Estilos de humor y ansiedad en estudiantes universitarios/Styles of humor and anxiety in university students. Anales de la Universidad Metropolitana; Caracas. 2016;16(1):171–90.

21. González Moreno AL. Estudio sobre el estrés académico y la capacidad de afrontamiento en estudiantes de Educación Social de nueva incorporación. [Internet]. [Granada - España]: Universidad de Granada; 2017. Disponible en: [http://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/49289/GonzalezMoreno\\_TFG\\_EstresEstudiantes.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/49289/GonzalezMoreno_TFG_EstresEstudiantes.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
22. Hernandez E. Patron de Afrontamiento - tolerancia al estres. [Internet]. prezi.com. 2014 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: <https://prezi.com/td1pytwrngtd/patron-de-afrontamiento-tolerancia-al-estres/>
23. Herrera Arce A, Betolaza López de Gámiz E, Murua Navarro F, Martínez H, Jiménez-Lerma JM. Enfermería en adicciones: El modelo teórico de H. Peplau a través de los patrones funcionales de M. Gordon. A propósito de un caso práctico. *Trastornos Adictivos*. 2003;5(2):58–74.
24. Instituto Nacional de Evaluación Educativa. Ficha técnica y conceptual [Internet]. 2017 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: [http://www.educacion.quito.gob.ec/unidades/fernandezmadrid/images/contenidos/galerias/Boletines/Varios/SER%20BACHILLER%20\(1\)%20\(1\).pdf](http://www.educacion.quito.gob.ec/unidades/fernandezmadrid/images/contenidos/galerias/Boletines/Varios/SER%20BACHILLER%20(1)%20(1).pdf)
25. Jara Sanabria F, Lizano Pérez A. Aplicación del proceso de atención de enfermería por estudiantes, un estudio desde la experiencia vivida. *Enfermería Universitaria*. el 1 de octubre de 2016;13(4):208–15.
26. Maturana HA, Vargas SA. El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*. el 1 de enero de 2015;26(1):34–41.
27. Mazo Zea R, Londoño Martínez K, Gutiérrez Y. Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios. *Informes Psicológicos*. 2013;13(2):121–34.
28. Ministerio de Salud Pública. Ecuador Saludable, Voy por tí – Base Legal [Internet]. 2012 [citado el 7 de agosto de 2018]. Disponible en: <https://www.salud.gob.ec/base-legal/>

29. Ministerio de Salud Pública. Ejercicio Medicina alternativa [Internet]. 5001 p. 5. Disponible en: [http://www.calidadsalud.gob.ec/wp-content/uploads/2017/08/EJERCICIO-MEDICINA-ALTERNATIVA-ac\\_00005001\\_2014-13-ago.pdf](http://www.calidadsalud.gob.ec/wp-content/uploads/2017/08/EJERCICIO-MEDICINA-ALTERNATIVA-ac_00005001_2014-13-ago.pdf)
30. Muñoz S, Vega Z, Berra E, Nava C, Gómez G. Asociación entre estrés, afrontamiento, emociones e IMC en adolescentes. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*. 2015;17(1):11–29.
31. Organización Mundial de la Salud. Características del PAE (Proceso de Atención de Enfermería) [Internet]. Información sobre Enfermería. 2015 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: <https://www.congresohistoriaenfermeria2015.com/caracteristicas.html>
32. Ramos Quispe LE. Experiencia en la Enseñanza - Aprendizaje del proceso de atención de enfermería [Internet]. [Perú]: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2018 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: [http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/904/3/TL\\_QuispeRamosLuzEstefany.pdf](http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/904/3/TL_QuispeRamosLuzEstefany.pdf)
33. Salgado Roa JA, Leria Dulcic FJ. Estrategias de Afrontamiento al Estrés y Síntomas Patológicos en Universitarios ante un Desastre Socionatural de Aluvión de Barro-Coping Strategies for Stress and Pathological Symptoms in University Students in the Face of a Mudslide Disaster. *Acta Colombiana de Psicología* [Internet]. el 13 de diciembre de 2017 [citado el 24 de agosto de 2018];21(1). Disponible en: [https://editorial.ucatolica.edu.co/ojsucatolica/revistas\\_ucatolica/index.php/acta-colombiana-psicologia/article/view/1396](https://editorial.ucatolica.edu.co/ojsucatolica/revistas_ucatolica/index.php/acta-colombiana-psicologia/article/view/1396)
34. Sandino P. Afrontamiento y Tolerancia al estrés [Internet]. 2013 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en:

[http://afrentatoleranciaestres.blogspot.com/2013/\\_constitucion\\_republica\\_ecuador\\_2008\\_constitucion.pdf](http://afrentatoleranciaestres.blogspot.com/2013/_constitucion_republica_ecuador_2008_constitucion.pdf)

35. Soria Urrutia A. Evaluación del estrés en los estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas: estudio descriptivo. el 25 de septiembre de 2017 [citado el 24 de agosto de 2018]; Disponible en: <http://repositori.upf.edu/handle/10230/32783>

36. Zorrilla Hidalgo AM. Estrés en la profesión docente: Estudio de su relación con posibles variables laborales y de contexto [Internet]. 2015 [citado el 24 de agosto de 2018]. Disponible en: <https://idus.us.es/xmlui/bitstream/handle/11441/65269/tesisV5.pdf?sequence=1>

# ANEXOS

## SOLICITUD



Guayaquil, 31 de julio del 2018

Estimada  
**MGS. Isabel Pérez**  
Rectora Colegio Santiago Mayor  
De mis consideraciones:

YO, González Chilan Jenny Mariuxi portadora de la cedula de identidad 0925457798, alumna de la carrera de enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, conocedora de su espíritu de colaboración en lo que a docencia se refiere nos permitimos solicitar a usted la respectiva autorización para realizar el trabajo de titulación con tema de "valoración del patrón de afrontamiento a la adaptación –tolerancia al estrés en los estudiantes del tercero de bachillerato del Colegio Santiago Mayor año 2018", durante el periodo de mayo a agosto del 2018 en la institución que usted dirige.

En el proceso de elaboración y recolección de datos (encuesta/observación) del presente estudio; se guardara en todo momento la privacidad necesaria para salvaguardar la identidad de los sujetos estudiados, exceptuando lo de los alumnos investigadores.

Agradeciendo a la presente aprovechamos la oportunidad para reiterarle mis agradecimientos.

Atentamente

/Gonzalez Chilan Jenny Mariuxi  
0925457798



**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DE  
GUAYAQUIL TEMA: Valoración del patrón Afrontamiento  
Tolerancia al Estrés en los estudiantes del tercero de Bachillerato  
del colegio Santiago Mayor año 2018.**

<p>1.- ¿cuál es su edad?:</p> <p>15 a 16 años      ___</p> <p>17 a 18 años      ___</p> <p>19 años +      ___</p>	<p>2.- ¿Cuál es su estado civil?</p> <p>) Soltero      ___</p> <p>) Casado      ___</p> <p>) Otros      ___</p>
<p>3.- ¿Considera que tiene problema de adaptación los alumnos de tercero de bachillerato? a) Si ___</p> <p>b) No ___</p>	<p>4.- ¿Qué método de relajación tienen los alumnos de tercero de bachillerato?</p> <p>) Medicamentos      ___</p> <p>) Técnicas de relajación      ___</p> <p>) Tabaco      ___</p> <p>) Alcohol      ___</p> <p>) Drogas      ___</p>
<p>5.- ¿Los alumnos de tercero de bachillerato consideran que tiene apoyo familiar? a) Siempre ___</p> <p>) Algunas veces      ___</p> <p>) Nunca      ___</p>	<p>6.- ¿Los alumnos de tercero de bachillerato consideran que tienen comunicación con sus padres?</p> <p>) Siempre      ___</p> <p>) Algunas veces      ___</p> <p>) Nunca      ___</p>
<p>7.- ¿Cómo consideran los alumnos de tercero de bachillerato la conducta con los docentes educativos?</p> <p>a) Rechazo      ___</p> <p>) Adaptación      ___</p> <p>) Negación      ___</p> <p>) Agresiva      ___</p> <p>) Comunicativa      ___</p>	<p>8.- ¿Cuál es la tolerancia de estrés de los estudiantes de tercero de bachillerato y la prueba ser bachiller? a)</p> <p>Rechazo      ___</p> <p>) Negación      ___</p> <p>) Indiferencia      ___</p> <p>) Aceptación      ___</p>

<p>9.- ¿Cuántas horas de sueño y descanso tienen los alumnos de tercero de bachillerato?</p> <p>) 1 a 2 horas _____</p> <p>) 3 a 4 horas _____</p> <p>) &gt;5 horas _____</p> <p>) No logra conciliar el sueño _____</p>	<p>10.- ¿Cuáles son las situaciones de estrés que tienen los alumnos de tercero de bachillerato?</p> <p>) No tener una buena alimentación. _____</p> <p>) Carga de estudio _____</p> <p>) Pérdida del apoyo familiar _____</p> <p>) Escuchar estudiantes que han perdido la prueba _____</p> <p>) Complicaciones en el estado de salud _____</p> <p>d) Sentir cansancio excesivo _____</p>
<p>11.- ¿Cuáles son los afrontamientos del estrés de los estudiantes de tercero de bachillerato?</p> <p>) Actitud saludable _____</p> <p>) Comunicación consigo misma _____</p> <p>) Evita irritarse con facilidad _____</p> <p>) Resolver el conflicto _____</p> <p>) Enfrentar el estrés _____</p> <p>Pedir ayuda a sus padres _____</p> <p>) Hábitos de lectura _____</p> <p>) Recordar vivencias positivas _____</p>	<p>12.- ¿Los estudiantes de tercero de bachillerato tienen percepción de estrés?</p> <p>) Si _____</p> <p>) No _____</p>
<p><b>Dominio 1:</b></p> <p>*Mantenimiento ineficaz de la Salud. Presente___ Ausente _____</p> <p>*Gestión Ineficaz de La salud. Presente___ Ausente___</p>	<p><b>Dominio 10:</b></p> <p>*Ansiedad Presente___ Ausente _____</p> <p>*Temor Presente___ Ausente___</p> <p>*Afrontamiento defensivo Presente___ Ausente___</p> <p>*Planificación ineficaz de actividades Presente___ Ausente___</p> <p>*Deterioro de la regulación del estado de ánimo Presente___ Ausente___</p>

## DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **González Chilán Jenny Mariuxy**, con CC.: # 0925457798 autor/a del trabajo de titulación: **Valoración del patrón Afrontamiento Tolerancia al Estrés en los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago Mayor año 2018** previo a la obtención del título de Licenciada en Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, 31 de agosto del 2018

f. \_\_\_\_\_  
**González Chilán Jenny Mariuxy**  
CC.: 0925457798

## **REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

### **FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN**

<b>TEMA Y SUBTEMA:</b>	<b>Valoración del patrón Afrontamiento Tolerancia al Estrés en los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago Mayor año 2018.</b>		
<b>AUTORA</b>	<b>Jenny Mariuxy González Chilán</b>		
<b>REVISORA/TUTORA</b>	<b>Lcda. Martha Lorena Holguín Jiménez, Mgs</b>		
<b>INSTITUCIÓN:</b>	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
<b>FACULTAD:</b>	Facultad de Ciencias Médicas		
<b>CARRERA:</b>	Carrera de Enfermería		
<b>TITULO OBTENIDO:</b>	<b>Licenciada en Enfermería</b>		
<b>FECHA DE PUBLICACIÓN:</b>	31 de Agosto del 2018	<b>No. DE PÁGINAS:</b>	<b>(# 83 de páginas)</b>
<b>ÁREAS TEMÁTICAS:</b>	Gestión del cuidado enfermero		
<b>PALABRAS CLAVES/KEYWORDS:</b>	Valoración del patrón, Afrontamiento, Bachillerato, Tolerancia, estudiantes.		
<b>RESUMEN/ABSTRACT:</b> Las pruebas "Ser Bachiller" responden a la política de estado de evaluación y mejoramiento de la educación en el Ecuador, y son instrumentos evaluativos que exploran habilidades, actitudes y destrezas necesarias para el desenvolvimiento exitoso en los estudios de educación superior. En ese sentido los estudiantes de nivel bachillerato, que deben realizar esta prueba, representa para ellos una gran intensidad emocional, debido a que es una situación que le produce recarga psicológica y emocional, la cual se ve potenciada en la responsabilidad que deben tener en la efectividad de los resultados de esta evaluación para lograr acceder a la educación superior, por lo expuesto el <b>objetivo</b> es Determinar la Valoración del patrón Adaptación-Tolerancia al Estrés en los estudiantes del tercero de Bachillerato del colegio Santiago Mayor año 2018. La <b>metodología</b> utilizada fue de tipo descriptivo con metodología cuantitativa para determinar el patrón de Afrontamiento a la Adaptación-Tolerancia al Estrés, para la recolección de datos se aplica la encuesta directa, por medio de cuestionarios con preguntas dicotómicas y múltiples. <b>Población</b> está constituido de 40 estudiantes del tercero de Bachillerato del Colegio Santiago Mayor. Llegando a la <b>Resultados</b> que el 72% de estudiantes presentan problemas de adaptación, a su vez el 60% busca el consumo de sustancias o medicamentos para el estrés. Así mismo el 38% de los estudiantes del tercero de bachillerato no tiene percepción sobre el estrés, por lo cual no están orientados sobre los diferentes factores que inciden en el desarrollo del estrés y como debe ser afrontado.			
<b>ADJUNTO PDF:</b>	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
<b>CONTACTO CON AUTOR/ES:</b>	<b>Teléfono:</b> +593-0993142597	E-mail: jennygonzalez87@hotmail.com	
<b>CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN (COORDINADOR DEL PROCESO UTE)::</b>	<b>Nombre:</b> Lcda. Holguín Jiménez Martha Lorena, Mgs		
	<b>Teléfono:</b> +593-4-993142597		
	<b>E-mail:</b> martha.holguin01@cu.ucsg.edu.ec		
<b>SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA</b>			
<b>Nº. DE REGISTRO (en base a datos):</b>			
<b>Nº. DE CLASIFICACIÓN:</b>			
<b>DIRECCIÓN URL (tesis en la web):</b>			