

**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERÍA “SAN VICENTE DE PAÚL”**

TEMA:

**Estrés en los Internos/as de la Carrera de Enfermería de una
Universidad Privada de la Ciudad de Guayaquil Durante las
Prácticas Pre-Profesionales en el periodo Octubre 2015 a
Septiembre 2016.**

AUTORA:

Alvarado Villamar, Heydi Stefania

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

TUTORA:

Lcda. Ronquillo Morán, Fanny de Lourdes, Mgs

**Guayaquil, Ecuador
20 de Septiembre del 2016**



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERÍA “SAN VICENTE DE PAÚL”

CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo de titulación, fue realizado en su totalidad por **Alvarado Villamar Heydi Stefania**, como requerimiento para la obtención del Título de **Licenciada en Enfermería**.

TUTORA

Lcda. Ronquillo Morán, Fanny de Lourdes, Mgs

DIRECTORA DE LA CARRERA

Lcda. Mendoza Vincés, Ángela Ovilla, Mgs

Guayaquil, a los 20 del mes de Septiembre del año 2016



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERÍA “SAN VICENTE DE PAÚL”

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, Alvarado Villamar Heydi Stefania

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación, **Estrés en los Internos/as de la Carrera de Enfermería de una Universidad Privada de la Ciudad de Guayaquil Durante las Prácticas Pre-Profesionales en el periodo Octubre 2015 a Septiembre 2016** 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, a los 20 del mes de Septiembre del año 2016

AUTORA

Alvarado Villamar, Heydi Stefania



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERÍA “SAN VICENTE DE PAÚL”

AUTORIZACIÓN

Yo, Alvarado Villamar Heydi Stefania

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación, **Estrés en los Internos/as de la Carrera de Enfermería de una Universidad Privada de la Ciudad de Guayaquil Durante las Prácticas Pre-Profesionales en el periodo Octubre 2015 a Septiembre 2016**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 20 del mes de Septiembre del año 2016

LA AUTORA:

Alvarado Villamar, Heydi Stefania

REPORTE DE URKUND

URKUND

Documento: [tesis Heydi Alvarado.doc](#) (021781544)

Presentado: 2016-09-15 18:53 (-05:00)

Presentado por: Heydi Alvarado Villamar (china_stefy@hotmail.com)

Recibido: martha.holguint01.ucsg@analysis.urkund.com

Mensaje: trabajo de titulación n Heydi Alvarado [Mostrar el mensaje completo](#)

0% de esta aprox. 34 páginas de documentos largos se componen de texto presente en 0 fuentes.

Lista de fuentes Bloques

Categoría	Enlace/nombre de archivo
	trabajo de titulación Heydi Alvarado.doc
	Trabajo de titulación Heydi Alvarado Villamar.docx
	https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/902/2009FERN%3%81NDEZ%20MART%...
	http://docplayer.es/6494023-Universidad-catolica-de-santiago-de-guayaquil-facultad-de-med...
	http://dspace.uceuenca.edu.ec/bitstream/123456789/23050/1/7ESISIS.pdf
	http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/4189?mode=full
	http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/11122/1/MORANItanya.pdf
	http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/4189

0 Advertencias. Reiniciar Exportar Compartir

Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante el Internado rotativo:

- ¿Cuál es la conceptualización y presencia de estrés en los internos de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante el Internado rotativo?
- ¿Cuáles son las causas de estrés en las/los internas/os del carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante el Internado rotativo?
- ¿Cuáles son los signos, síntomas que viven las internas/os de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante el Internado rotativo?

JUSTIFICACIÓN

Es importante poder contar con información relevante acerca de este tema, ya que es un factor común que afecta a toda la población universitaria de diversas formas, a unos más que a otros, desestabilizándole no solamente académicamente sino en su vida en general y en la manera de tomar soluciones adecuadas para sobrellevar este tipo de acontecimientos.

El año de internado rotativo, es un momento emocionante y único donde el estudiante conoce la realidad y la

Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante el Internado rotativo:

- ¿Cuál es la conceptualización y presencia de estrés en los internos de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante el Internado rotativo?
- ¿Cuáles son las causas de estrés en las/los internas/os del carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante el Internado rotativo?
- ¿Cuáles son los signos, síntomas que viven las internas/os de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante el Internado rotativo?

1.3 JUSTIFICACIÓN

Es importante poder contar con información relevante acerca de este tema, ya que es un factor común que afecta a toda la población universitaria de diversas formas, a unos más que a otros, desestabilizándole no solamente académicamente sino en su vida en general y en la manera de tomar soluciones adecuadas para sobrellevar este tipo de acontecimientos.

El año de internado rotativo, es un momento emocionante y único donde el estudiante conoce la realidad y la



Urkund Analysis Result

Analysed Document:	tesis Heydi Alvarado.doc (D21781544)
Submitted:	2016-09-16 01:53:00
Submitted By:	china_stefy@hotmail.com
Significance:	0 %

Sources included in the report:

Instances where selected sources appear:

0

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por haberme acompañado a lo largo de mi carrera, porque con su bendición logre culminar este proyecto de arduo esfuerzo y paciencia.

A mis padres Violeta Villamar Espinoza y Eduardo Alvarado Kuffó quienes han estado presentes durante toda mi carrera por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarme una vida llena de amor, aprendizajes y experiencia.

Con todo mi cariño a mis hermanos Eduardo y Gabriel por motivarme, estar conmigo y apoyarme para alcanzar mis metas y sueños anhelados.

Agradezco a las personas que me permitieron llegar a ellos con mis encuestas, Evelin Cepeda por la amistad y confianza que me brindo durante estos largos años de estudio.

Muchas gracias.

DEDICATORIA

Este trabajo lo dedico al ser más importante en mi vida a mi Dios todo poderoso el cual me dio su amor, bondad, fe y sabiduría a lo largo de mi carrera.

A mis padres amados que son mi inspiración de cada día para luchar, por motivarme y darme la mano cuando sentía que el camino se terminaba.

A mis hermanos, familiares y amigos; por sus sabios consejos y apoyo incondicional para lograr ser una profesional.

A todas las personas que colaboraron para que este sueño se haga realidad.



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERIA “SAN VICENTE DE PAUL”**

TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

Lcda. Fanny De Lourdes Ronquillo Morán, Mgs
TUTORA

Lcda. Ángela Ovilla Mendoza Vinces, Mgs
DIRECTORA DE LA CARRERA

Lcda. Martha Lorena Holguín Jiménez, Mgs
COORDINADORA DE LA UNIDAD DE TITULACIÓN

Lcda. Rosa Elizabeth Calderón Molina, Mgs
OPONENTE



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERIA “SAN VICENTE DE PAUL”**

CALIFICACIÓN

ÍNDICE

REPORTE DE URKUND	
AGRADECIMIENTO.....	VII
DEDICATORIA	VIII
TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN.....	IX
CALIFICACIÓN.....	X
ÍNDICE DE GRÁFICOS	XIII
RESUMEN (ABSTRACT).....	XIV
INTRODUCCIÓN	15
CAPÍTULO I.....	17
PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN	19
JUSTIFICACIÓN	20
OBJETIVOS	20
1.4.1 OBJETIVO GENERAL	21
1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	21
CAPITULO II	22
2.1 FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL	22
2.1.1 MARCO REFERENCIAL	22
2.1.2 ESTRÉS.....	23
2.1.3 DEFINICIÓN.....	24
2.1.4 ESTRÉS ACADÉMICO.....	26
2.1.5 CAUSAS DE ESTRÉS	27
ESTRESORES INTERNOS	27
ESTRESORES EXTERNOS	27
2.1.6 SINTOMAS DEL ESTRÉS ACADÉMICO	28
2.4 FUNDAMENTACIÓN LEGAL	30
2.1 VARIABLES GENERALES Y OPERACIONALIZACIÓN	32
2.2 VARIABLES GENERALES Y OPERACIONALIZACIÓN.....	33

2.3 VARIABLES GENERALES Y OPERACIONALIZACIÓN.....	34
CAPITULO III.....	35
3.1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	35
3.1.1 Población y Muestra.....	35
3.1.2 Tipo de Estudio	35
3.1.3 Método de Recolección de datos.....	35
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	36
CONCLUSIONES	47
ANEXOS	53

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO NO. 1 EDAD	36
GRÁFICO NO. 2 SEXO.....	37
GRÁFICO No. 3 ESTADO CIVIL	38
GRÁFICO No. 4 CONDICION LABORAL	39
GRÁFICO No. 5 CONCEPTUALIZACIÓN DE ESTRÉS.....	40
GRÁFICO No. 6 RECONOCIMIENTO DE PRESENCIA DE ESTRES	41
GRÁFICO No. 7 CAUSAS IMPLÍCITAS CON LA PROFESIÓN.....	42
GRÁFICO No. 8 CAUSAS DE ESTRÉS RELACIONADAS A LA ORGANIZACIÓN ACADÉMICA.....	43
GRÁFICO No. 9 SÍNTOMAS FISIOLÓGICOS DE ESTRÉS	44
GRÁFICO No. 10 SÍNTOMAS PSICOLÓGICOS DE ESTRÉS	45
GRÁFICO No. 11 SÍNTOMAS COMPORTAMENTALES DE ESTRÉS.....	46

RESUMEN (ABSTRACT)

El estudio de investigación realizado se trata sobre el estrés en internos de enfermería. **Objetivo:** Conocer el estrés de los internos/as de la carrera de enfermería, durante el internado rotativo en instituciones hospitalarias. **Diseño:** Población constituida por 60 internos/as de enfermería en las áreas de hospitalización en una institución privada de salud, con enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, transversal. Para la recolección de datos se aplicó la encuesta a través de un cuestionario de preguntas. **Resultados:** el 85% reconocen que se encuentran con manifestaciones de estrés. Entre las causas: 88% por sobrecarga de trabajo; 85% falta de competencia en la realización de procedimientos; como consecuencia las manifestaciones fisiológicas como: el 76% de somnolencia y fatiga crónica 65%; psicológicamente afectados en un 59% por problemas de concentración y bloqueo mental 62%. Reconocen la predisposición al consumo de alcohol 85% y consumo de café y chocolate 74%. **Conclusión:** las condiciones de estrés manifestadas por los sujetos de estudio, representan un riesgo tanto para la salud como para el proceso de aprendizaje.

Palabras claves: Estrés; Internos De Enfermería; Estresores; Síntomas; Organización Académica.

INTRODUCCIÓN

Todas las personas independientemente de la edad, raza, sexo, condición social, o económica están expuestas a diversas situaciones de estrés, un caso en particular se da en los estudiantes universitarios y de ellos sobresalen quienes estudian carreras relacionadas a la salud: medicina, enfermería, psicología. Carreras preferentemente prácticas en los que los estudiantes se enfrentan diariamente a ambientes con realidades drásticas, totalmente diferentes a las cotidianas. (Bustos & Guambaña, 2015)

Durante la formación de los/las estudiantes de enfermería de la Universidad Católica Santiago de Guayaquil, las prácticas clínicas son muy importantes y de gran apoyo, desde el inicio de la carrera hasta culminar, con el internado rotativo, es así que los estudiantes deben aprobar una serie de materias importantes donde adquieren conocimientos, habilidades y destrezas, siendo su primer acercamiento indirecto en las prácticas clínicas con una tutoría asistencial por parte del docente, Y es ahí donde el estudiante reconoce, identifica y valora una visión breve de su futura profesión. (Bustos & Guambaña, 2015)

La investigación realizada hace referencia a una verdadera problemática social de afrontamiento a situaciones cambiantes para obtener una profesión. Se puede notar que los compromisos académicos y laborales, sumados a circunstancias individuales están afectando el normal desempeño de los estudiantes del nivel pre-profesional y por ende a su entorno. Esta situación no es reciente, de allí la importancia de abordarla y hacer adaptaciones de tal forma que contribuya al mejoramiento de la calidad de vida.

El estrés es reconocido a nivel mundial y la OMS advierte de su importancia e impacto a nivel social. La trascendencia es tal que en Latinoamérica, con mayores concentraciones de estudios en México y Chile, se lo ha tratado a nivel de profesionales de la salud, descubriendo la existencia del mismo.

A nivel del Ecuador, se está prestando mucho interés al estrés, y muchos estudios se están haciendo para graficar la realidad del mismo, todo esto respaldado en el marco de las nuevas políticas de salud y vida, motivadas desde la Constitución

de la República, las que están desarrolladas en el plan del buen vivir, siendo uno de sus objetivos el mejoramiento de la calidad de vida.

Es un estudio con enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, prospectivo, transversal. Los resultados obtenidos en un total de 34 internos de enfermería revelan alteraciones de salud con un 68% de cefalea; 76% de somnolencia; 74% de ansiedad y 74% el exceso de consumo en cafeína y chocolate.

En tal sentido, esta investigación, que muestra la presencia y causas de estrés en los internos de enfermería de la UCSG, servirá no solo de para la toma de decisiones acertadas por parte de quienes tienen esta alta responsabilidad, sino también interesara a todo lector identificado de la búsqueda del mejoramiento de la calidad de vida, tanto a nivel de la UCSG con de otras universidades y comunidad en general

El desarrollo del trabajo se realizó en tres capítulos, que a continuación se detallan:

Capítulo I: Planteamiento del problema; preguntas de investigación; justificación y objetivos.

Capítulo II: Fundamentación conceptual; variables generales, Operacionalización, Fundamentación legal.

Capítulo III: Diseño Metodológico, Presentación y Análisis de Resultados, Conclusiones, Recomendaciones, Bibliografía y Anexos.

CAPÍTULO I

1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El estudio realizado se relaciona con la línea de investigación de Atención Primaria de Salud. La presencia continua de estrés puede agotar las energías de un sujeto haciendo que este se sienta sobre exigido, interfiriendo en su calidad de vida y en el logro de sus metas. Además puede constituir un verdadero obstáculo para lograr la excelencia en la atención del paciente en los diferentes servicios de salud.(Llanga, Parra & Manzano, 2010)

Un estudio en Uruguay en el 2011 sobre “Factores estresores percibidos por los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Católica del Uruguay en la práctica clínica”. Los resultados mostraron un predominio del género femenino y entre los principales factores estresores se identificaron: la falta de competencia, el contacto con el sufrimiento, lastimarse, la relación con los compañeros, la diferencia entre la teoría y la práctica, la implicación emocional y la relación con los profesores.(Tessa, 2015)

En el desarrollo de las pasantías , los estudiantes del internado rotativo I y II de la Carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil que rotaron por diferentes instituciones hospitalarias públicas y privadas durante el periodo de octubre 2015 a septiembre 2016 manifestaron sentirse “estresados” presentando alteraciones en su salud, tales como: ansiedad, desinterés en el cumplimiento de tareas universitarias y muchos estados de ansiedad, situación de interés por lo que se realiza la presente investigación.

El estudiante en el momento de cursar el cuarto año de enfermería con el internado rotativo es donde demuestra sus habilidades y conocimientos adquiridos en las aulas de clases y prácticas clínicas durante su formación, estas características las convierten en un recurso valioso dentro de los diferentes escenarios, y ser capaz de resolver inquietudes, dudas, problemas reales y

potenciales del paciente conjuntamente con el personal de salud.(Bustos & Guambaña, 2015)

Se los ha podido observar y también por comentarios de ellos, donde manifiestan sentirse “estresados con esta nueva etapa de prácticas”, en donde aplican limitadamente sus habilidades, conocimientos teóricos y técnicos, en su desempeño Pre-profesional; trayendo como consecuencia el estrés de forma física por sobreesfuerzo, o malas posturas laborales, y de forma emocional por inseguridad en procedimientos, competitividad, discusiones en la práctica y falta de tiempo.(Yerovi, 2012)

En ese sentido Enfermería es una profesión que vive eventos de gran intensidad emocional. Los internos de enfermería tienen que afrontar diversas situaciones que le producen recarga laboral, el cual se ve potenciada por el trabajo en turnos, guardias nocturnas, así como, trato con usuarios problemáticos, el contacto directo con la enfermedad del paciente, el dolor ,la muerte, falta de claridad en las funciones y autoridad en el trabajo para poder tomar decisiones, la cantidad de equipos y recursos humanos, que pueden llevar a desarrollar determinadas conductas y respuestas emocionales.

Todas estas causas y estilos de vida traen como consecuencia la presencia de manifestaciones psicósomáticas que van desde, la sensación de agotamiento físico y emocional, malestar, cefaleas ,insomnio, alteraciones gastrointestinales; cambios de conducta, como irritabilidad, frustración, predisposición al mal humor, relaciones conyugales y familiares conflictivas, signos y síntomas propios del estrés, que se ven reflejados en su desempeño laboral, social , familiar , repercutiendo negativamente en su calidad de vida.

PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

- ¿Cuáles son las características de los/las internos/as de la Carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante las prácticas pre-profesionales?
- ¿Cuál es la conceptualización y presencia de estrés en los internos de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante las prácticas pre-profesionales?
- ¿Cuáles son las causas de estrés en las/los internas/os del carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante las prácticas pre-profesionales?
- ¿Cuáles son los signos, síntomas que presentan las/los internas/os de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante las prácticas pre-profesionales?

JUSTIFICACIÓN

Es importante poder contar con información relevante acerca de este tema, ya que es un factor común que afecta a toda la población universitaria de diversas formas, a unos más que a otros, desestabilizándole no solo académicamente sino en su vida en general y en la manera de tomar soluciones adecuadas para sobrellevar este tipo de acontecimientos.

El año de internado rotativo, es un momento emocionante y único donde el estudiante conoce la realidad y la problemática en el campo profesional, siendo destinado a un área de trabajo exclusivamente nueva y desconocida, donde el cumplimiento de actividades son en un 70% autónomas, contando con el apoyo de los profesionales responsables de cada servicio institucional, sin contar con la supervisión directa y continua de la docente de internado, considerando que es la etapa en la cual se deben aplicar las habilidades y capacidades adquiridas mediante el proceso del aprendizaje de años anteriores. (Bustos & Guambaña, 2015)

Los resultados obtenidos benefician a la organización de la Carrera de Enfermería, porque contarán con datos actualizados sobre la salud de los estudiantes en la culminación de una de las etapas que, representa el análisis para mejorar ciertos factores que están de manifiesto.

La importancia del estudio radica en que como futuros profesionales se deben tomar en cuenta que, enfrentar cambios requiere de una mayor integración de recursos tanto humanos como técnicos, para que el ambiente de practica represente la seguridad tanto de los que cumplen un proceso de aprendizaje como de los que recibirán en algún momento un servicio que debe ser seguro. (Bustos & Guambaña, 2015)

En definitiva, se busca favorecer el aprendizaje y a su vez mejorar la salud laboral del interno y en consecuencia una mejor calidad en el cuidado de los pacientes.

OBJETIVOS

1.4.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar el estrés de las/os internas/os de la carrera de enfermería de una Universidad privada de la ciudad de Guayaquil durante las practicas pre-profesionales en el periodo octubre 2015 a septiembre 2016.

1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- Caracterizar a los Internos de Enfermería de la Carrera de Enfermería de una Universidad privada en Guayaquil durante las prácticas pre-profesionales en el período octubre 2015 a septiembre 2016.
- Establecer la conceptualización que tienen los internos sobre el estrés y la presencia de las manifestaciones en los Internos de Enfermería de la Carrera de Enfermería de una Universidad privada en Guayaquil durante las prácticas pre-profesionales en el período octubre 2015 a septiembre 2016.
- Identificar las causas que producen estrés en las internas/os de la carrera de Enfermería de una Universidad privada en Guayaquil durante las prácticas pre-profesionales en el periodo octubre 2015 a septiembre 2016.
- Describir los signos y síntomas en las internas/os de la carrera de Enfermería de la Universidad privada en Guayaquil durante las prácticas pre-profesionales en el periodo octubre 2015 a septiembre 2016.

CAPITULO II

2.1 FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL

2.1.1 MARCO REFERENCIAL

Revisando trabajos de investigación que tienen relación con nuestra tesis mencionaremos lo siguiente: se ha definido que “El estrés es un efecto transitorio, permanente y cognitivo” que produce secuelas “físicas o psicológicas; lo cual desajusta las demandas y capacidades de las personas para enfrentarse a esas demandas del individuo ante determinados estímulos.

Otro trabajo de investigación es el de Potter, el cual nos indica que todo el mundo experimenta alguna forma de estrés a lo largo de la vida. El estrés puede constituir un estímulo para el cambio y el crecimiento. Algo de estrés es positivo e incluso necesario. Sin embargo, un exceso de estrés puede provocar falta de juicio, enfermedad física e incapacidad para enfrentarse a las cosas.(Moscoso, 2011)

Para la revisión se decidió utilizar la clasificación de Rossi en el 2001, de acuerdo, que establece tres tipos de indicadores de estrés: físicos, psicológicos y comportamentales.(Barraza, 2006)

La sobrecarga de actividades académicas en clases teóricas y prácticas, expectativas y preocupaciones sobre el mundo del trabajo, relación trabajo/estudio, relación estudio/vida familiar/morada y relaciones interpersonales entre los estudiantes son los causantes del estrés académico.

Entre otros causantes de estrés académico, los investigadores Corrêa, en su trabajo denominado Análisis de los factores que causan estrés en el último año de pregrado del curso de enfermería, encontraron que la falta de tiempo libre y el miedo al desempleo después de la graduación fueron las situaciones que más causaban estrés.

A nivel de Latinoamérica, existe tan solo un estudio realizado en México por Guerra et al. Quienes analizaron el estrés académico en los estudiantes de enfermería antes y después de las prácticas, evidenciando que los estudiantes se encontraban más estresados antes de las prácticas que después de éstas.

Por otra parte, España se destaca por analizar los estresores de los estudiantes de enfermería desde las prácticas formativas. Los causantes de estrés en los estudiantes de enfermería las más mencionados en las investigaciones fueron la evaluación, la sobrecarga de tareas, el tiempo para realizar los trabajos, los profesores, la práctica formativa y el desconocimiento a la hora de dar cuidado a un paciente.(Barraza, 2006)

En Ecuador se encontró una investigación que trata sobre "Estrés de las internas rotativas de enfermería de la Universidad Nacional de Chimborazo y su influencia en el desarrollo de las prácticas hospitalarias durante el periodo enero a junio 2010".los resultados fueron: entre los factores que siempre producen estrés son: tipos de preguntas en las evaluaciones orales y escritas, preparación de exposiciones y evaluaciones, trato de los docentes, tutorías en las áreas de práctica. Rara vez producen estrés la falta de relación entre los contenidos de estudio y las perspectivas profesionales, área de práctica, reglamento del internado, hábitos de estudio, competencia por altas calificaciones. (Llanga, et al., 2010)

2.1.2 ESTRÉS

ANTECEDENTES DE LA FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL

El estrés relacionado con las actividades académicas universitarias es una reacción que experimenta nuestro cuerpo con mucha frecuencia cuando nuestros sentidos detectan una situación de tensión. A menudo los estudiantes universitarios experimentan en su organismo situaciones que podrían causar estrés y de no solucionarlo podría repercutir en nuestra vida de forma negativa; podríamos definir estrés académico como la tensión provocada por situaciones agobiantes en ámbito educativo.(Moscoso, 2011)

El término estrés se ha convertido en un vocablo habitual de nuestra sociedad actual. El estrés es un fenómeno cada vez más importante en la sociedad moderna y prácticamente en todos los grupos poblacionales se está produciendo un aumento de estrés. Una mala adecuación entre las capacidades personales y las demandas generales insatisfacción y sentimiento de estrés.(Moscoso, 2011)

2.1.3 DEFINICIÓN

El estrés constituye una de las experiencias vitales más comunes y conocidas, sin embargo, es un término difícil de definir. Es un concepto complejo, extremadamente vigente e interesante, del cual no existe consenso en su definición. La palabra estrés, significa cosas distintas para diferentes personas. Son muchas las menciones que hoy en día se hacen a este término y a sus consecuencias sobre la conducta del individuo, e igualmente son muchos los autores que lo definen y lo intentan cuantificar.

Desde que Selye (Selye, 1973) introdujera el concepto de estrés en el ámbito de la salud, para este autor era la causa común de muchas enfermedades, este término ha sido muy utilizado tanto por los profesionales de ciencias de la salud como de otros ámbitos, así como también en el lenguaje coloquial. Sin embargo, aún existe una gran controversia sobre su definición. Las distintas definiciones se han clasificado en función de la conceptualización del estrés como estímulo, respuesta, percepción o transacción.(Fernández, 2009)

En general, el estrés ha sido conceptualizado de tres maneras:

1.- Como un conjunto de estímulos (Cannon, 1932; Holmes y Rahe, 1967). Existen ciertas condiciones ambientales que nos producen sentimientos de tensión y/o se perciben como amenazantes o peligrosas. Se denominan estresores. Así pues, el estrés se define como una característica del ambiente (estímulo), hablándose de estrés laboral, estrés de los estudios,... Esta idea de estrés como estimulación nociva que recibe un organismo se relaciona fácilmente con la enfermedad, la salud y el bienestar. (Fernández, 2009)

2.- Como una respuesta. Este enfoque se centra en cómo reaccionan las personas ante los estresores (Selye, 1960). Esta respuesta se entiende como un estado de tensión que tiene dos componentes: el psicológico (conducta, pensamientos y emociones emitidos por el sujeto) y el fisiológico (activación corporal). En este caso el estrés actúa como variable dependiente.

3.- Como un proceso que incorpora tanto los estresores como las respuestas a los mismos y además añade la interacción entre la persona y el ambiente (Lazarus y Folkman, 1986). Esta transacción supone una influencia recíproca entre la persona y el medio. El determinante crítico del estrés es cómo la persona percibe y responde a diferentes acontecimientos.

Aunque Hans Selye sentó las bases del concepto de estrés en el campo de la salud, las primeras aplicaciones del término a este campo tienen como antecedentes el concepto de equilibrio o constancia del medio interno corporal, propuesto por Claude Bernard en 1867 (Bernard, 1959), como esencial para el mantenimiento de una vida saludable, y la noción de homeostasis, que desarrolló Cannon (1932), para denotar la vuelta constante al estado ideal de equilibrio de un organismo después de ser alterado por las demandas del medio. Por lo tanto, un organismo se hace más vulnerable a las enfermedades cuando su equilibrio se altera y, sobre todo, cuando permanece crónicamente alterado. Para Cannon la homeostasis constituye el conjunto coordinado de procesos fisiológicos encargados de regular las influencias del medio externo y las respuestas correspondientes del organismo. En este contexto el estrés se entiende como un estímulo o factor del medio que exige un esfuerzo inhabitual de los mecanismos homeostáticos.(Fernández, 2009)

La definición de estrés de Lazarus y Folkman (1986) va en este sentido “el estrés psicológico es el resultado de una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por este como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar”, se centran en la relación entre la persona y su entorno, y en la apreciación por parte de la persona de que su entorno le exige demasiado o sobrepasa sus recursos y es perjudicial para su bienestar. (Fernández, 2009)

Por lo tanto, la forma en que la persona aprecia la situación determina que sea percibida como estresante. Hay que tener en cuenta que las diferencias individuales juegan un papel significativo en los procesos de estrés. Los factores individuales tales como características predisponentes, motivaciones, actitudes y experiencias determinan cómo las personas perciben y valoran las demandas; esta evaluación influye sobre los estilos de afrontamiento, las respuestas emocionales y a largo plazo en los resultados de salud.(Fernández, 2009)

2.1.4 ESTRÉS ACADÉMICO

El estrés académico es aquel que padecen los alumnos de educación media superior y superior que tiene como fuente exclusiva a estresores relacionados con las actividades que van a desarrollar en el ámbito escolar. (Oliveti, 2010)

Según Barraza Macías, “El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos:

Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores.

Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante), que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio).

Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico.(Barraza, 2016)

El estrés académico afecta a variables tan diversas como el estado emocional, la salud física o las relaciones interpersonales, pudiendo ser vivenciadas de forma distinta por diferentes personas.

2.1.5 CAUSAS DE ESTRÉS

Los estresores o causas estresantes ,son las situaciones desencadenantes del estrés y pueden ser cualquier estímulo, externo o interno (tanto físico, químico, acústico o somático como sociocultural) que, de manera directa o indirecta, propicie la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo (homeostasis).

2.1.5.1 CLASIFICACIÓN DE ESTRESORES

ESTRESORES INTERNOS

Se lo puede definir como aquellos estresores que son propios de las características personales del individuo, como por ejemplo si es introvertido, ordenado, etc.

ESTRESORES EXTERNOS

Se lo puede definir como aquellos estresores que son ajenos a las características personales del individuo, como por ejemplo sobrecarga en el trabajo, ambigüedad en el rol, etc.(Moscoso, 2011)

Entre los principales estresores académicos con mayor frecuencia han sido abordados en estudios realizados sobre el estrés académico son.(Macias, 2007)

- Realización de un examen .
- Exposición de trabajos en clase.
- Falta de tiempo o tiempo limitado para poder cumplir con las actividades académicas.
- Mantener un buen rendimiento o promedio académico.
- La evaluación de los profesores.(Moscoso, 2011)
- Trabajar en grupo.(Barraza, 2012)

Muchos serían los factores de riesgo, también llamados estresores, que se pueden presentar como causantes de estrés en las prácticas de enfermería.

Entre los estresores específicos de los estudiantes de enfermería tenemos que sus principales son:

- Las faltas de competencia.
- El contacto con el sufrimiento del paciente.(Moscoso, 2011)
- Afrontamiento a la muerte del paciente.
- Tener que realizar tareas que no son propias de enfermería.
- Ambiente desagradable o tenso en el área hospitalaria.
- Sobrecarga de trabajo.
- Diferencias entre lo aprendido en clase y lo visto en las prácticas.(Gorostidi, 2003)

2.1.6 SINTOMAS DEL ESTRÉS ACADÉMICO

La exposición continua al estrés puede generar una serie de reacciones que se pueden ser catalogadas como comportamentales, fisiológicas y psicológicas.

Entre las reacciones fisiológicas posibles, es decir, aquellas reacciones propias del cuerpo, se encuentran las siguientes:

- Insomnio
- Fatiga crónica.
- Cefaleas o Migrañas.
- Gastritis.
- Pérdida del apetito.
- Somnolencia o mayor necesidad de dormir.(Oliveti, 2010)

Los síntomas psicológicos que tienen que ver con las funciones cognitivas o emocionales de la persona podrían ser:

- Inquietud, ansiedad
- Depresión y tristeza.
- Problemas de concentración.
- Dificultad para tomar decisiones
- Bloqueo mental.
- Necesidad de estar sol. (Barraza, 2005)

Entre los síntomas comportamentales estarían aquellos que involucran la conducta de la persona. Dentro de estos se encuentran los siguientes:

- Tics nerviosos.
- Aislamiento de los demás.
- Desgano para realizar las labores universitarias.
- Faltar a las clases.
- Consumo de café, chocolate.
- Consumo de alcohol.(Oliveti, 2010)

2.4 FUNDAMENTACIÓN LEGAL

El fundamento legal del presente proyecto de investigación está referido a la organización internacional del trabajo (OIT), El código de trabajo.

ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO

Según la novena Reunión del Comité Mixto de la Organización Internacional del Trabajo y de la Organización Mundial de la Salud OIT y OMS, los factores que más predominan en el riesgo psicológico son aquellos que se originan de las interacciones entre el trabajo, el medio ambiente, la satisfacción en el trabajo y las condiciones de organización.

CÓDIGO DE TRABAJO

Art. 347.- Riesgos del trabajo. - Riesgos del trabajo son las eventualidades dañosas a que está sujeto el trabajador, con ocasión o por consecuencia de su actividad. Para los efectos de la responsabilidad del empleador se consideran riesgos del trabajo las enfermedades profesionales y los accidentes.

Art. 410.- Obligaciones respecto de la prevención de riesgos.- Los empleadores están obligados a asegurar a sus trabajadores condiciones de trabajo que no presenten peligro para su salud o su vida.

El Estado garantizará estos derechos mediante políticas económicas, sociales, culturales y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a ningún trabajador que cumpla sus horas reglamentarias. Entonces como practicantes están debidamente protegidos por la ley que corresponde al Código de trabajo como pre profesionales de la Salud, Su omisión se constituye justa causa para la terminación del contrato de trabajo.

Art. 428.- Reglamentos sobre prevención de riesgos.- La Dirección Regional del Trabajo, dictarán los reglamentos respectivos determinando los mecanismos preventivos de los riesgos provenientes del trabajo que hayan de emplearse en las diversas industrias.

Se exigirá tanto en los laboratorios, centros de salud y/o hospitales donde roten como pre profesionales de salud, se pongan en prácticas las medidas de prevención que se creyeran necesarias a favor de la salud y seguridad en ellos.(Congreso Nacional, 2005)

PLAN NACIONAL DEL BUEN VIVIR

OBJETIVO 3

Mejorar la calidad de vida de la población

Mejorar la calidad de vida de la población es un reto amplio que demanda la consolidación de los logros alcanzados en los últimos seis años y medio, mediante el fortalecimiento de políticas intersectoriales y la consolidación del Sistema Nacional de Inclusión y Equidad Social.

Políticas y lineamientos estratégicos

a.- Diseñar e implementar mecanismos integrales de promoción de la salud para prevenir riesgos durante todo el ciclo de vida, con énfasis sobre los determinantes sociales de salud.

d.- Ampliar los servicios de prevención y promoción de la salud para mejorar las condiciones y los hábitos de vida de las personas.

i.- Promover la educación para la salud cómo principal estrategia para lograr el autocuidado y la modificación de conductas hacia hábitos de vida saludables.(Consejo Nacional de Planificación, 2014)

2.1 VARIABLES GENERALES Y OPERACIONALIZACIÓN

Variable general: Estrés en Internos de Enfermería

DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA	FUENTE
Reacción o respuesta del individuo (cambios fisiológicos, reacciones emocionales, cambios conductuales, etc.)	Características	Edad	18-25__ 26-39__ 40 o Mas __	ENCUESTA
		Sexo	Hombre __ Mujer ____	
		Estado civil	Soltero(a)__ Casado(a)__ Divorciado(a)__	
		Condición laboral	Activo__ Pasivo __	
	Conceptualización	Estrés	Respuesta adaptativa del organismo __ Síndrome o conjunto de reacciones fisiológicas __ Estimulo que nos agrede física y emocional__ Respuesta fisiológica y comportamental de un individuo __	ENCUESTA
	Autoevaluación	Presencia de estrés.	SI__ No__ No sabe__	

	Causas	Implícitas con la profesión	Falta de competencia__ Contacto con pacientes__ Diferencia en aprendizaje__ Realizar otras tareas__ Ambiente desagradable__ Sobrecarga de trabajo__	ENCUESTA
--	---------------	------------------------------------	--	-----------------

2.2 VARIABLES GENERALES Y OPERACIONALIZACIÓN

Variable general: Estrés en internos de enfermería

DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA	FUENTE
	Causas	Relacionadas a la organización académica	Evaluaciones__ Exposición de trabajos__ Falta de tiempo__ Rendimiento académico__ Evaluación de profesores__ Trabajo de grupo__	ENCUESTA
Reacción o respuesta del individuo (cambios fisiológicos, reacciones emocionales, cambios conductuales, etc.)	Síntomas	Fisiológicos	Insomnio__ Fatiga crónica__ Cefaleas o migrañas__ Gastritis__ Pérdida de apetito__ Somnolencia o mayor necesidad de dormir__	

		Psicológicos	Inquietud __ Depresión y tristeza__ Problemas concentración__ Dificultad tomar decisiones__ Bloqueo mental__ Necesidad de estar solo__	ENCUESTA
		Comportamentales	Tics nervioso_ Aislamiento de los demás__ Desgano de labores__	

2.3 VARIABLES GENERALES Y OPERACIONALIZACIÓN

Variable general: Estrés en Internos de Enfermería

DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA	FUENTE
Reacción o respuesta del individuo (cambios fisiológicos, reacciones emocionales, cambios conductuales, etc.)		Comportamentales	Falta a clases__ Consumo de café__ Consumo de chocolate__ Consumo de alcohol__	ENCUESTA

CAPITULO III

3.1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1.1 Población y Muestra

La población de estudio estaba constituida por 60 internos de Enfermería que rotaron por diversas áreas durante el internado, de octubre 2015 a septiembre 2016 en el Hospital Luis Vernaza y otras instituciones públicas y privadas de salud, y la muestra se realizó con 34 estudiantes escogidos de forma aleatoria de dicha población.

3.1.2 Tipo de Estudio

El estudio realizado es de enfoque cuantitativo, de acuerdo a la finalidad del estudio es de tipo descriptivo, conforme a la secuencia del desarrollo de los hechos es transversal.

3.1.3 Método de Recolección de datos

Para la recolección de datos se utilizó la técnica de encuesta, dirigida a los internos de enfermería que cumplieron con el período programado de rotación en las diferentes instituciones de salud.

- Presentación y aprobación del tema.
- Trabajo de campo realizado durante los meses de mayo a septiembre del 2016.
- Informe final.

3.1.5. Plan de tabulación de datos.

Para la tabulación y resultados finales de la recolección de datos, se utilizó el programa Excel y para la exposición de los datos más relevantes gráficos, con su respectivo análisis.

3.1.6. Instrumentos de recolección de datos.

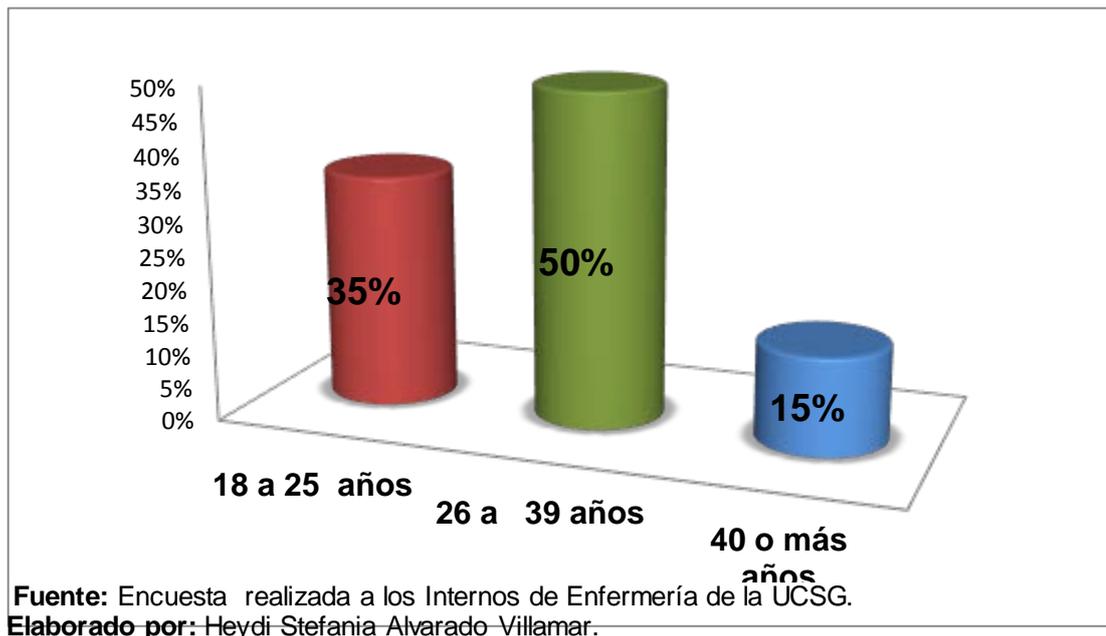
Se elaboró un cuestionario de 11 preguntas con respuestas múltiples, dirigido a los internos de enfermería que cumplieron el período de rotación 2015-2016

PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

ENCUESTA REALIZADA A LOS INTERNOS DE ENFERMERÍA

GRÁFICO NO. 1

EDAD

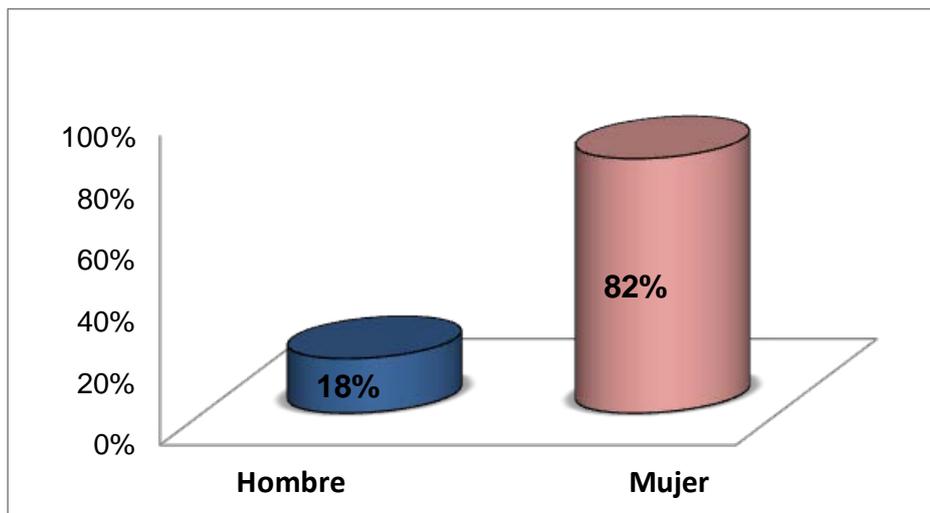


Análisis

Se observa en el gráfico, que el 50% de los internos de enfermería están en las edades comprendidas entre los 26 a 39 años y estos internos en algunos de los casos han contraído compromisos formales es decir combinan la formación profesional con la atención a la estructura familiar y si a ese factor se le suma el trabajo entonces aparecen los síntomas del estrés, un 35% de 18-25 años y un 15% de 40 años y más.

GRÁFICO NO. 2

SEXO

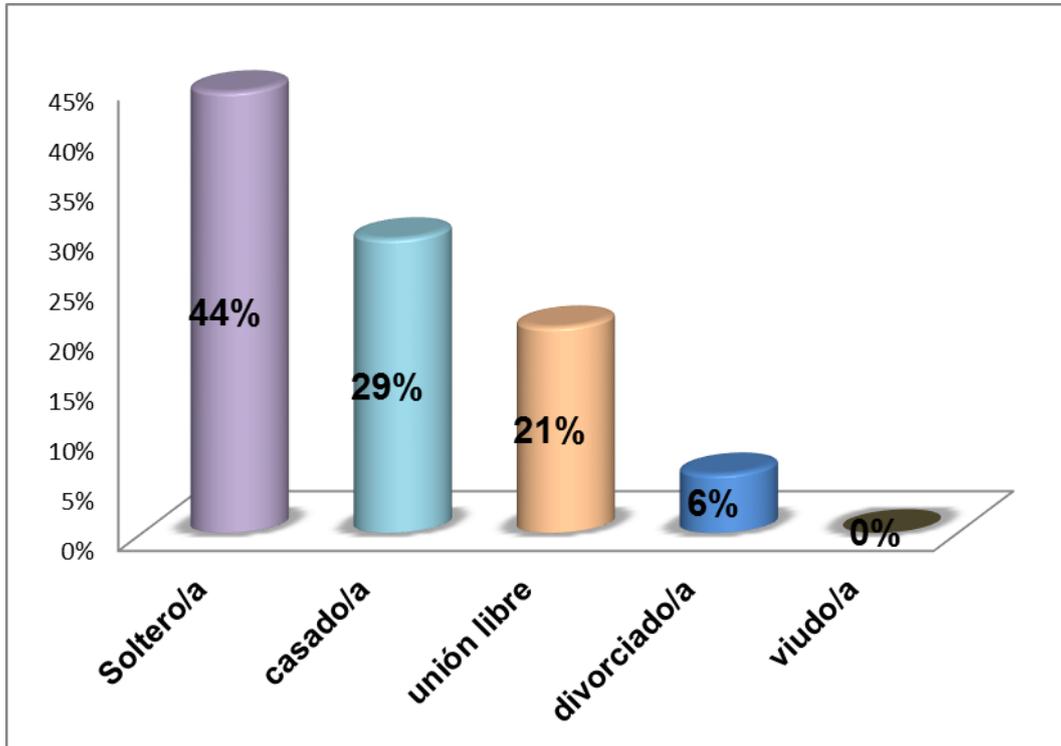


Fuente: Encuesta realizada a los Internos de Enfermería de la UCSG.
Elaborado por: Heydi Stefania Alvarado Villamar.

Análisis

Se observa en el gráfico 2 que el 82% de la muestra corresponde al género femenino y un 18% al género masculino, esto es el resultado de las encuestas y en donde existe mayor número de internas del género femenino que estudian la carrera de enfermería, lo cual incurre que es el género más propicio a padecer estrés.

GRÁFICO No. 3 ESTADO CIVIL.



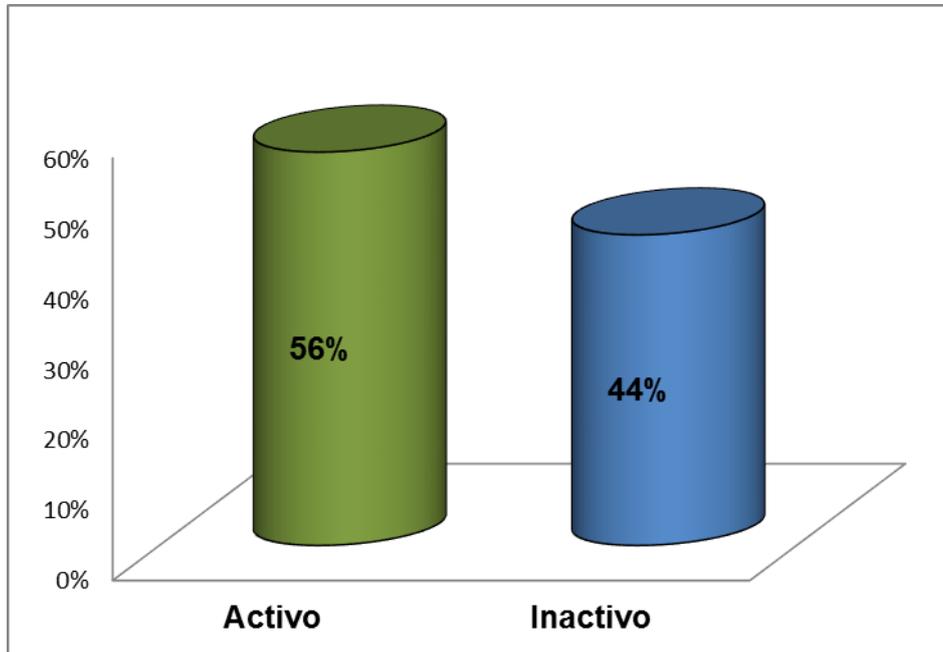
Fuente: Encuesta realizada a los Internos de Enfermería de la UCSG
Elaborado por: Heydi Stefania Alvarado Villamar.

Análisis

En el gráfico 3, se puede observar el 44% de la muestra son de estado civil solteros, seguidos por el 29% estado civil casado, seguido de un 21% estado civil unión libre, esto quiere decir que el estado civil no es un causante de estrés sino más bien que el casado o unión libre tienen mayores responsabilidades con la familia y el trabajo y eso les produce estrés.

GRÁFICO No. 4

CONDICIÓN LABORAL



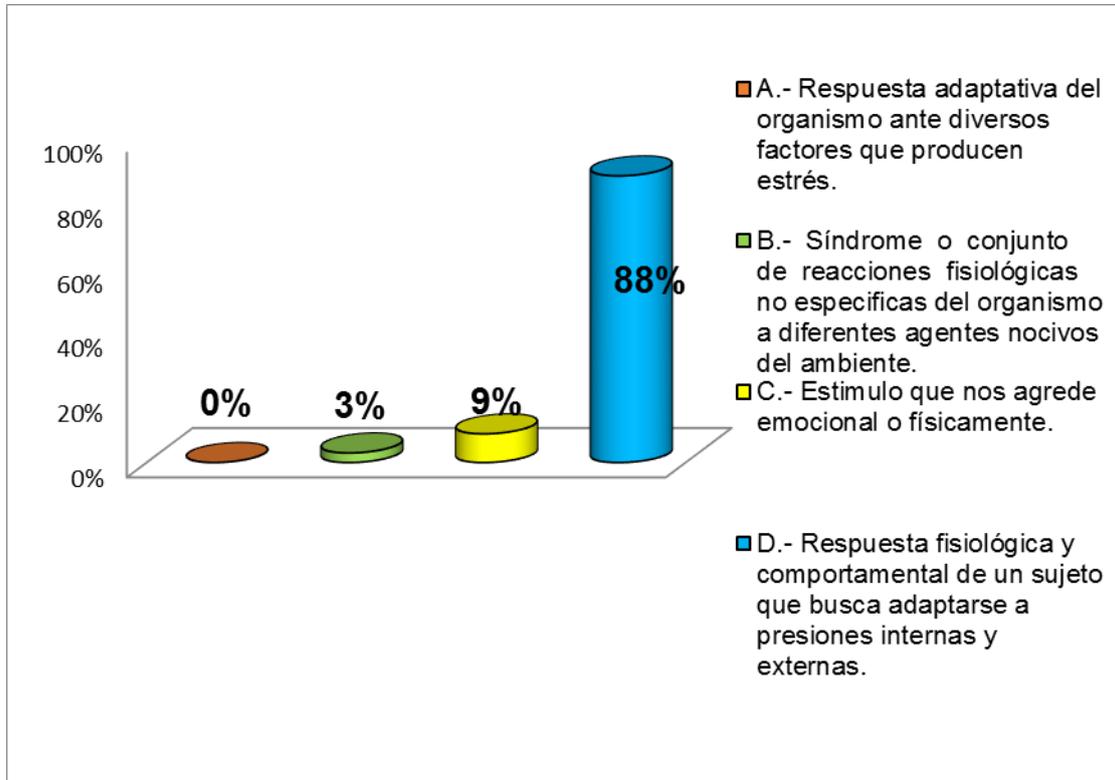
Fuente: Encuesta realizada a los Internos de Enfermería de la UCSG.
Elaborado por: Heydi Stefania Alvarado Villamar.

Análisis

En el gráfico no.4, se puede observar que el 56% de los internos encuestados realizan actividades de internado y de trabajo, versus un 44% que solo realizan actividades de internado.

GRÁFICO No. 5

CONCEPTUALIZACIÓN DE ESTRÉS



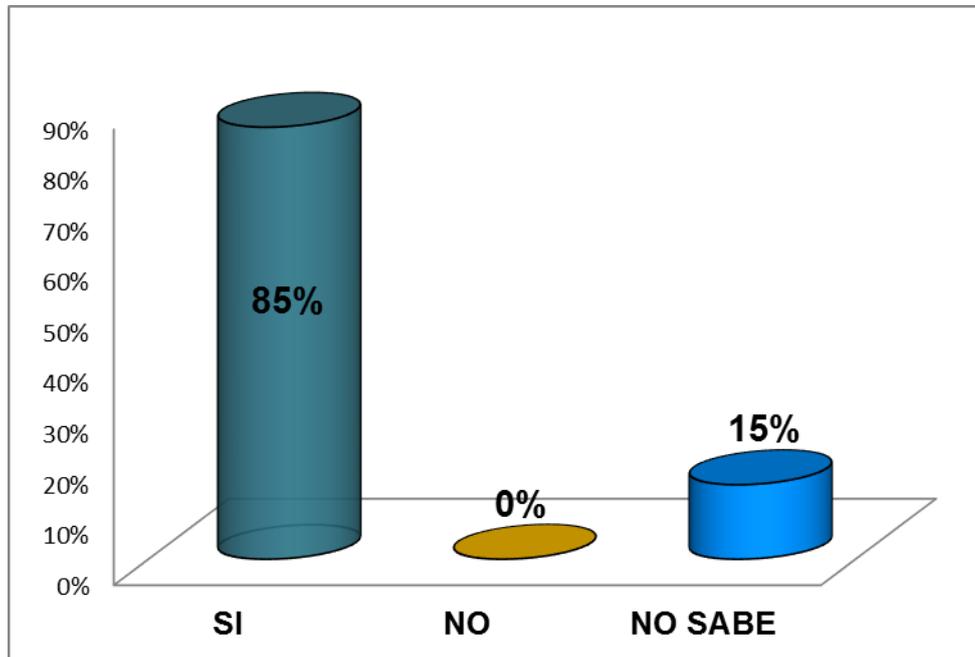
Fuente: Encuesta realizada a los Internos de Enfermería de la UCSG.
Elaborado por: Heydi Stefania Alvarado Villamar.

Análisis

De los 34 internos encuestados, un 88% consideran el estrés como una respuesta fisiológica, psicológica y comportamental de un sujeto que busca adaptarse a presiones internas y externas, siendo la respuesta acertada ya que esta definición es considerada en el marco teórico, además como un estímulo que nos agrede emocional y físicamente con un 9%. Estas definiciones responden el sentir de cada uno de los encuestados.

GRÁFICO No. 6

RECONOCIMIENTO DE PRESENCIA DE ESTRÉS



Fuente: Encuesta realizada a los Internos de Enfermería de la UCSG.

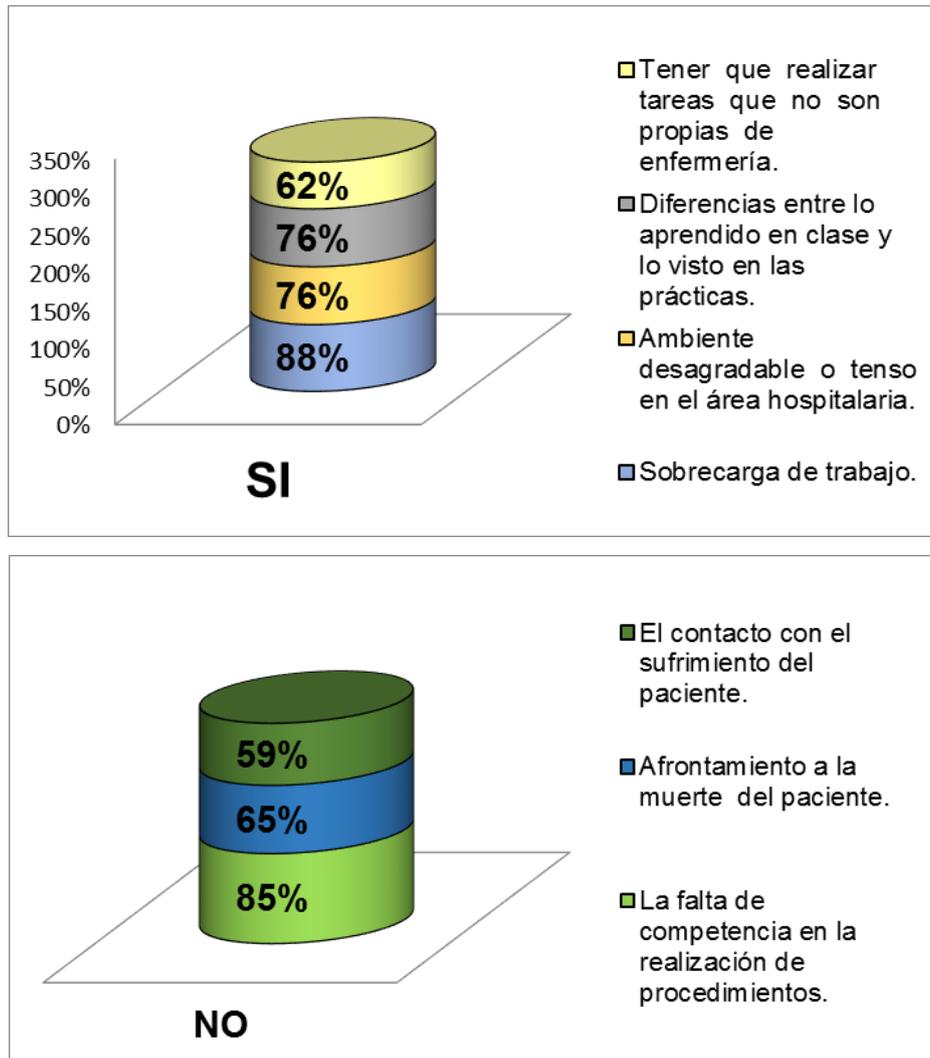
Elaborado por: Heydi Stefania Alvarado Villamar.

Análisis

Con respecto a la presencia de estrés el 85% de las/os internas/os de enfermería consideran tenerlo, debido a experimentar sintomatología que posiblemente se relacione con estrés, un 15 % no lo sabe por poca información o desconocimiento del mismo. Es importante resaltar este elevado porcentaje ya que supera valores obtenidos en otros estudios similares.

GRÁFICO No. 7

CAUSAS IMPLÍCITAS CON LA PROFESIÓN.



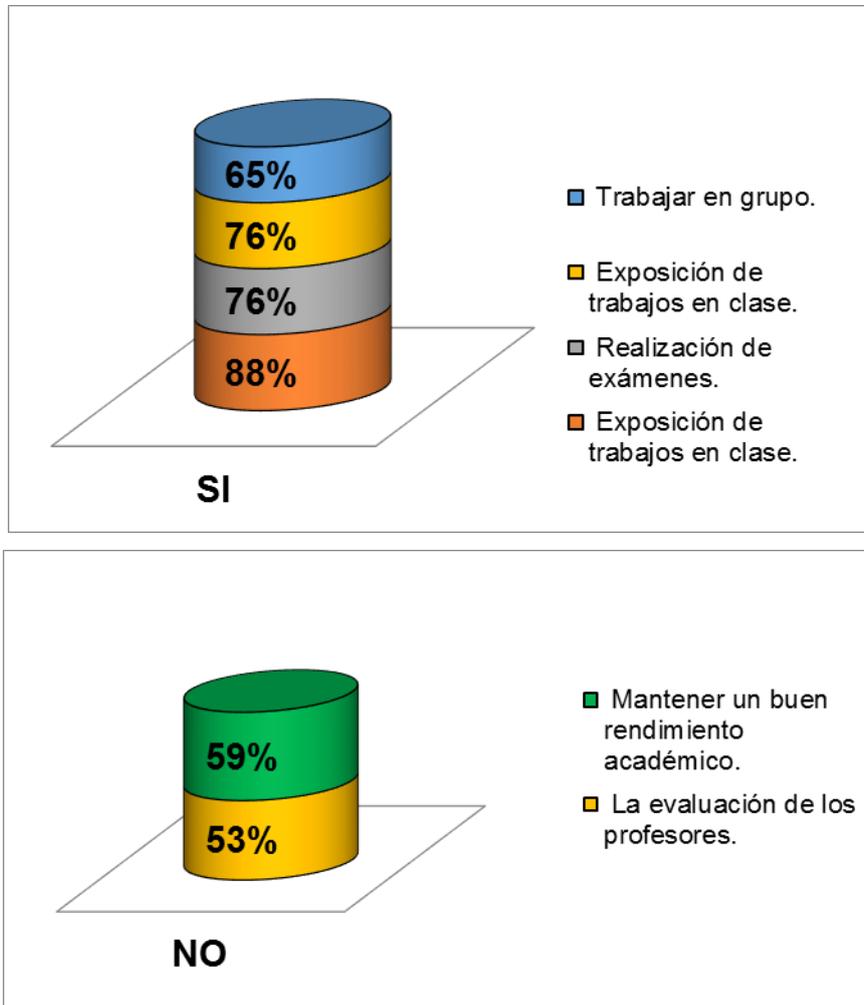
Fuente: Encuesta realizada a los Internos de Enfermería de la UCSG.
Elaborado por: Heydi Stefania Alvarado Villamar.

Análisis

Las causas que según los internos de enfermería producen estrés con los más altos porcentajes son: sobrecarga de trabajo 88%, ambiente desagradable o tenso en el área hospitalaria, Diferencias entre lo aprendido en clase y lo visto en las prácticas 76%, Tener que realizar tareas que no son propias de enfermería 62%.

GRÁFICO No. 8

CAUSAS DE ESTRÉS RELACIONADAS A LA ORGANIZACIÓN ACADÉMICA.



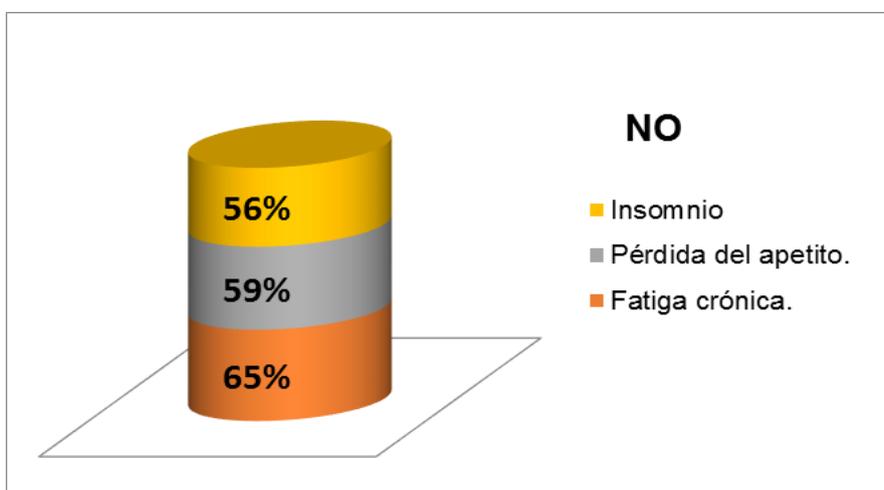
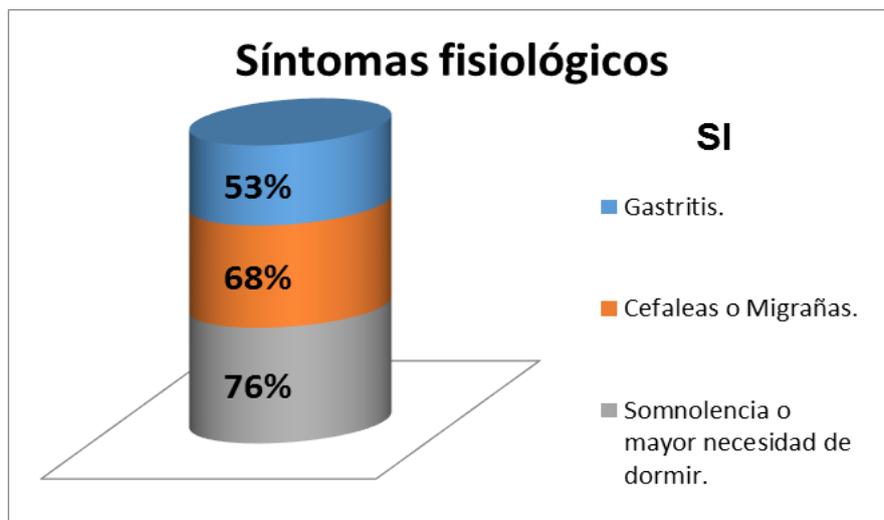
Fuente: Encuesta realizada a los Internos de Enfermería de la UCSG.
Elaborado por: Heydi Stefania Alvarado Villamar.

Análisis

Las causas que según los internos de enfermería producen estrés con los más altos porcentajes son: falta de tiempo para cumplir actividades académicas con un 88%, luego la realización de exámenes y exposición de trabajos en clase con un 76% y trabajar en grupo con 65%.

GRÁFICO No. 9

SÍNTOMAS FISIOLÓGICOS DE ESTRÉS



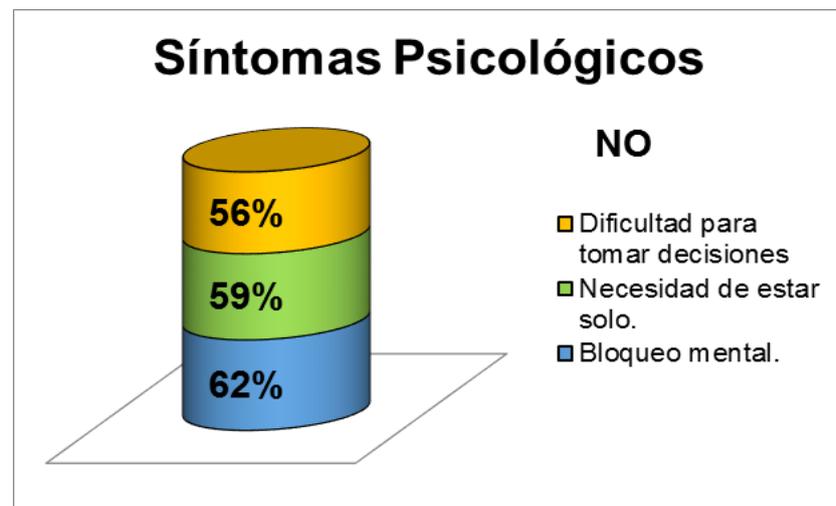
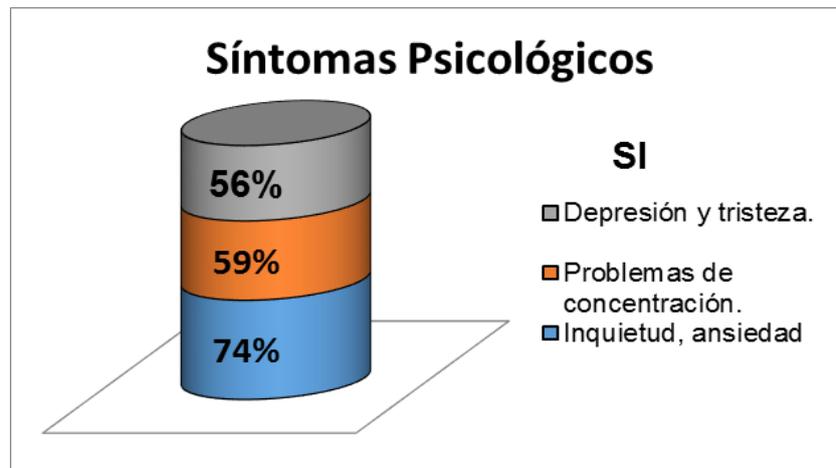
Fuente: Encuesta realizada a los Internos de Enfermería de la UCSG.
Elaborado por: Heydi Stefania Alvarado Villamar.

Análisis

Los síntomas experimentados por los/as internos/as de enfermería son: somnolencia o mayor necesidad de dormir con un 76%, cefaleas o migrañas con un 68%, gastritis un 53%, lo cual corrobora que un gran porcentaje de la muestra presentan síntomas de estrés.

GRÁFICO No. 10

SÍNTOMAS PSICOLÓGICOS DE ESTRÉS



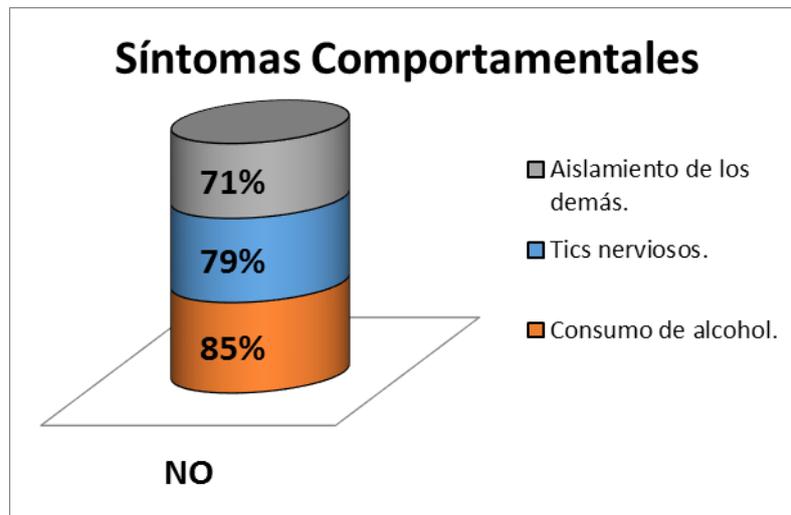
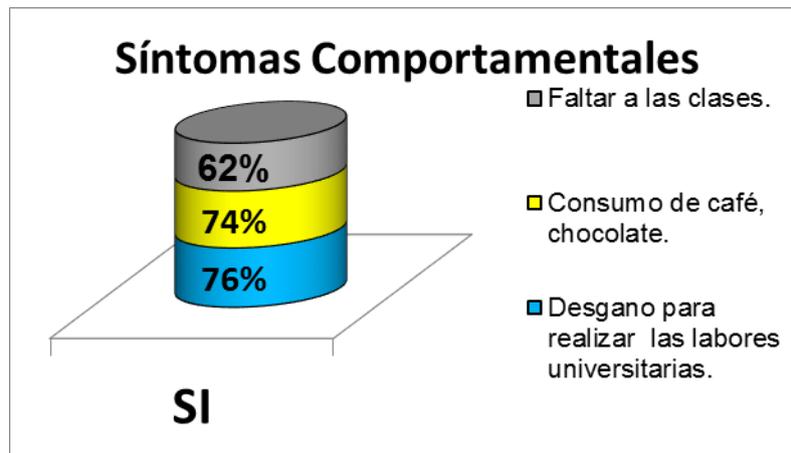
Fuente: Encuesta realizada a los Internos de Enfermería de la UCSG.
Elaborado por: Heydi Stefania Alvarado Villamar.

Análisis

En lo psicológico experimentan sentimientos de inquietud y ansiedad con un 76%, debido al trato del personal de salud con el que labora, experimentar situaciones y ambientes nuevos. Problema de concentración 59%, y un 56% presenta depresión y tristeza.

GRÁFICO No. 11

SÍNTOMAS COMPORTAMENTALES DE ESTRÉS



Fuente: Encuesta realizada a los Internos de Enfermería de la UCSG.
Elaborado por: Heydi Stefania Alvarado Villamar.

Análisis

En lo comportamental el 76 % de los internos encuestados tienen desgano para realizar las labores universitarias, seguido de un 74% por el consumo de café o chocolate, y 62% el faltar a clases, tal vez por la sobrecarga de tareas e inadecuada metodología de aprendizaje y organización de tiempo.

CONCLUSIONES

- A través de la encuesta podemos concluir que: en la población de estudio prevaleció el sexo mujer con el 82%, y según las edades la mayoría está en el grupo de 26-39 años, el estado civil se registró que el 44% de internos/as son solteros, seguidos cercanamente por el grupo de personas casadas con el 29% y la condición laboral activo sobresalió con un 56%.
- Según los datos obtenidos los internos definen el estrés como una respuesta fisiológica y comportamental de un sujeto que busca adaptarse a presiones internas y externas, y un 85% de internos consideran presentar estrés durante el internado rotativo.
- Las principales causas que producen estrés en los internos/as implícitas a la profesión son: sobrecarga de trabajo, diferencias entre lo aprendido en clase y lo visto en las prácticas, ambiente desagradable o tenso en el área hospitalaria, y las relacionadas a la organización académica son: realización de exámenes, exposición de trabajos en clase, falta de tiempo para cumplir actividades académicas.
- La principal sintomatología es: somnolencia o mayor necesidad de dormir, cefaleas o migrañas, inquietud, ansiedad, problemas de concentración, desgano para realizar las labores universitarias, consumo de café, chocolate.

RECOMENDACIONES

- Es preciso trabajar con las internas/os realizando un plan de intervención y prevención para disminuir el estrés en los estudiantes, que incluyan técnicas de relajación, meditación, ejercicio y musicoterapia, de esta manera se puede contrarrestar las causas estresantes de tal manera que se disminuyan los problemas reales y potenciales que interfieren de manera negativa en la formación profesional y el desenvolvimiento correcto del interno.
- Dada la trascendencia del estrés detectado en los estudiantes de enfermería, consideramos que sería necesario el contar con laboratorios que simulen un ambiente hospitalario, donde los estudiantes puedan practicar procedimientos y labores que enfrentarían durante su jornada laboral, con esta práctica diaria se lograría tener mayor seguridad y destreza como interno.
- En lo posible establecer vínculos fuertes entre UCSG y las instituciones de salud a las cuales asistan los estudiantes a fin de crear un ambiente positivo en donde se puedan establecer funciones y actividades a seguir con el fin de que exista una real ayuda y formación para beneficio mutuo tanto del interno como del personal existente.
- Los internos deben implementar en su vida actividades recreativas, asistir a charlas de motivación personal, siempre tener una buena actitud predisposición para el aprendizaje, con la finalidad de aminorar afecciones a la salud tanto física como emocional del interno.

BIBLIOGRAFIA

- Barraza. (2005). Características del Estrés Académico de los alumnos de Educación Media Superior, 4, 6.
- Barraza, M. A. (2006a, noviembre 21). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Psicología científica*, 17. Recuperado a partir de <http://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>
- Barraza, M. A. (2006b, noviembre 21). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Recuperado el 15 de septiembre de 2016, a partir de <http://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>
- Barraza, M. A. (2007a). El Inventario Sisco de Estrés Académico, 7, 5.
- Barraza, M. A. (2007b, noviembre 16). El estrés de examen. Recuperado el 23 de agosto de 2016, a partir de <http://www.psicologiacientifica.com/estres-de-examen/>
- Barraza, M. A., Martínez, G. J. L., Silva, S. J. T., Camargo, F. E., & Antuna, C. R. (2012). Estresores académicos y género. *Visión Educativa IUNAES*, 5(12), 33–43.
- Biblioteca Digital*. (2013). Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, Perú. Recuperado a partir de http://www.tesis.unjbg.edu.pe:8080/bitstream/handle/%20unjbg/170/55_2013_Condori_Condori_MP_FACS_Enfermeria_2013.pdf?sequence=1
- Biblioteca Digital*. (s/f). Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann. Recuperado a partir de http://www.tesis.unjbg.edu.pe:8080/bitstream/handle/%20unjbg/170/55_2013_Condori_Condori_MP_FACS_Enfermeria_2013_Resumen.pdf?sequence=2
- Blanco, G., Angulo, Y., Contreras, J., Pacheco, Y., & Vargas, V. (2012). Estrés y desempeño ocupacional en estudiantes de terapia ocupacional. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 12(1), Pág–1.
- Burgos, M. E., & Marín, F. J. (2008). *Estrés académico en los estudiantes universitarios*. Universidad de Extremadura, España. Recuperado a partir de <https://es.scribd.com/doc/28105721/Estres-academico-en-los-estudiantes-universitarios>
- Bustos Durán, J. G., & Guambaña Cumbe, D. P. (2015). *Determinar el nivel de Estrés en los estudiantes de Enfermería durante el internado rotativo integral. Hospital Vicente Corral Moscoso. 2015* (pdf). Universidad de Cuenca, Ecuador.

Recuperado a partir de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/23050/1/TESIS.pdf>

Congreso Nacional. Código del Trabajo, 1672005-017-CT 2 (2005). Recuperado a partir de <http://antver.fielweb.com/Buscador/Norma.aspx?Id=10275&T=Determinaci%C3%B3n%20riesgos%20responsabilidad%20empleador&Opcion=1>

Consejo Nacional de Planificación. Plan Nacional para el buen vivir, 78CNP-002-2013 6 (2014). Recuperado a partir de <http://antver.fielweb.com/Buscador/Norma.aspx?Id=1072306&T=PLAN%20NACIONAL%20BUEN%20VIVIR&Opcion=1>

Díaz, M. Y. (2010). Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. *Humanidades Médicas*, 10(1), 0–0.

Fernández, M. M. E. (2009). *Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional*. Universidad de León, Mexico. Recuperado a partir de <https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/902/2009FERN%C3%81NDEZ%20MART%C3%8DNEZ,%20MAR%C3%8DA%20ELENA.pdf?sequence=1>

Gorostidi, X. Z., Uranga Iturriotz, M. J., Alberdi Erize, M. J., & Lasa, M. B. (2003a). Kezkak: cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. *Gaceta Sanitaria*, 17(1), 37–51. [http://doi.org/10.1016/S0213-9111\(03\)71689-6](http://doi.org/10.1016/S0213-9111(03)71689-6)

Gorostidi, X. Z., Uranga Iturriotz, M. J., Alberdi Erize, M. J., & Lasa, M. B. (2003b). Kezkak: cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. *Gaceta Sanitaria*, 17(1), 37–51. [http://doi.org/10.1016/S0213-9111\(03\)71689-6](http://doi.org/10.1016/S0213-9111(03)71689-6)

Jiménez, M. J. (2008, enero 24). Atención tutorial a estudiantes universitarios. Recuperado el 23 de agosto de 2016, a partir de <http://www.psicologiacentifica.com/atencion-tutorial-estudiantes-universitarios/>

Llanga, L., & Manzano, F. (2010, noviembre 22). *Estrés de las internas rotativas de enfermería de la universidad nacional de Chimborazo y su influencia en el desarrollo de las prácticas hospitalarias durante el periodo enero a junio 2010*. Recuperado a partir de <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/962>

Lucero, P., & Celemín, J. (2008). La calidad de vida de la población en la determinación de la calidad territorial. Un estudio de autocorrelación espacial aplicado a la ciudad de Mar del Plata. *GeoFocus*, 8, 94–114.

- Macías, A. B., García, J. L. M., Salazar, J. T. S., Flores, E. C., & Contreras, R. A. (2012a). Estresores académicos y género.: Un estudio exploratorio de su relación en alumnos de licenciatura. *Visión Educativa IUNAES*, 5(12), 33–43.
- Macías, A. B., García, J. L. M., Salazar, J. T. S., Flores, E. C., & Contreras, R. A. (2012b). Estresores académicos y género.: Un estudio exploratorio de su relación en alumnos de licenciatura. *Visión Educativa IUNAES*, 5(12), 33–43.
- Manzano, F., & Llanga, L. (2010). Estrés de las internas rotativas de enfermería de la universidad nacional de Chimborazo y su influencia en el desarrollo de las prácticas hospitalarias durante el periodo enero a junio 2010. Recuperado a partir de <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/962>
- Martín Laredo, M. M. (2015). Estrés en estudiantes de educación superior de Ciencias de la Salud. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 6(11), 13.
- Ministerio del Trabajo. (2013). sistema de bloqueo y etiquetado de energías. Recuperado a partir de <http://www.trabajo.gob.ec/wp-content/uploads/2013/08/NT-35-Sistemas-de-bloqueo-y-etiquetado-de-energ%C3%ADas.pdf>
- Montalvan, O. M. B. (2012). Gestión laboral y práctica pre-profesional de los/ las internas de la carrera de enfermería de la Universidad de Guayaquil, año 2012. Recuperado a partir de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/4189>
- Montalvan Ortiz, B. M. (2012). *Gestión laboral y práctica pre-profesional de los/ las internas de la carrera de enfermería de la Universidad de Guayaquil, año 2012*. Recuperado a partir de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/4189/1/Gesti%C3%B3n%20laboral%20y%20pr%C3%A1ctica%20preprofesional%20de%20los%20as%20internas%20de%20la%20carrera%20Enfermer%C3%ADa.pdf>
- Morales Moscoso, J. R. (2011). Estrés como desmotivador y técnicas para evitarlo en los estudiantes del séptimo ciclo de la carrera de enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil 2011. Recuperado a partir de <http://repositorio.ucsg.edu.ec/handle/3317/803>
- Morán Alvarado, T. (2016). *Incidencia en el consumo de drogas por adolescentes con edades entre 12 a 17 años que acuden al laboratorio de toxicología del Instituto Nacional de Investigaciones en Salud Pública (INSPI) de Guayaquil en el año 2014*. Universidad de Guayaquil, Ecuador. Recuperado a partir de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/11122/1/MORANtanya.pdf>

Olivet, S. A. (2010, junio). *Estrés Académico en estudiantes que cursan Primer Año del Ámbito Universitario*. Universidad Abierta Interamericana, Argentina. Recuperado a partir de <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC104100.pdf>

Tessa, R. (2015). Factores estresores percibidos por los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Católica del Uruguay en la práctica clínica. *Revista Colombiana de Enfermería*, 10(10), 27–34.

Universidad El bosque. (2010). *Enfermería*. 2, 10. Recuperado a partir de http://www.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/%20revista_colombiana_enfermeria/volumen10/004_articulo-2-Vol10%20A10.pdf

Valdés, M., Puig, O., Salamero, M., Valles, A., & Romeo, R. S. (2004). ¿Qué hay detrás del miedo a los exámenes? *FEM. Revista de la Fundación Educación Médica*, 7(1), 36–41.

ANEXOS



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

CARRERA DE ENFERMERÍA “SAN VICENTE DE PAÚL”

Tema: Estrés en los Internos de Enfermería de la Carrera de Enfermería en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil durante el período 2015-2016.

Objetivo: Recolectar información sobre el tema de investigación.

Instrucciones para el encuestado:

- El cuestionario de preguntas es de carácter anónimo, no requiere escribir sus datos personales.
- Escriba una X en las respuestas a cada pregunta, sea lo más sincero posible.
- Gracias por su colaboración.

Formulario No. _____

1. ¿Cuál es su edad?

18 a 25 años___ 26 a 39 años___ 40 o más años___

2. ¿A qué sexo usted considera que pertenece?

Hombre ___ Mujer ___

3. ¿Cuál es su estado civil?

Soltero/a___ casado/a___ unión libre___ divorciado/a___ viudo/a___

4. ¿Cuál es su condición laboral?

Activo___ Inactivo___ Especifique._____

5. ¿Qué Entiende por Estrés?

- Respuesta adaptativa del organismo ante diversos factores que producen estrés. ()
- Síndrome o conjunto de reacciones fisiológicas no específicas del organismo a diferentes agentes nocivos del ambiente. ()
- Estímulo que nos agrede emocional o físicamente. ()
- Respuesta fisiológica, psicológica y comportamental de un sujeto que busca adaptarse a presiones internas y externas. ()

6. ¿Cree Ud. Que tiene estrés

Si () No () No sabe ()

Si su respuesta fue afirmativa o no sabe conteste por favor la siguiente encuesta.

7. ¿Cuáles son las causas implícitas con la profesión que desencadenan el estrés?

La falta de competencia en la realización de procedimientos.	Si ()	No ()
El contacto con el sufrimiento del paciente.	Si ()	No ()
Afrontamiento a la muerte del paciente.	Si ()	No ()
Diferencias entre lo aprendido en clase y lo visto en las prácticas.	Si ()	No ()
Tener que realizar tareas que no son propias de enfermería.	Si ()	No ()
Ambiente desagradable o tenso en el área hospitalaria.	Si ()	No ()
Sobrecarga de trabajo.	Si ()	No ()

8. ¿Cuáles son las causas relacionadas a la organización académica que desencadenan el estrés?

Realización de exámenes.	Si ()	No ()
Exposición de trabajos en clase.	Si ()	No ()
Falta de tiempo para cumplir actividades académicas.	Si ()	No ()
Mantener un buen rendimiento académico.	Si ()	No ()
La evaluación de los profesores.	Si ()	No ()
Trabajar en grupo.	Si ()	No ()

9. ¿Qué síntomas físicos de estrés usted ha presentado?

Insomnio	Si ()	No ()
Fatiga crónica.	Si ()	No ()
Cefaleas o Migrañas.	Si ()	No ()
Gastritis.	Si ()	No ()
Pérdida del apetito.	Si ()	No ()
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	Si ()	No ()

10. ¿Qué síntomas psicológicos de estrés usted ha presentado?

Inquietud, ansiedad	Si ()	No ()
Depresión y tristeza.	Si ()	No ()
Problemas de concentración.	Si ()	No ()
Dificultad para tomar decisiones	Si ()	No ()
Bloqueo mental.	Si ()	No ()
Necesidad de estar solo.	Si ()	No ()

11. ¿Qué síntomas comportamentales de estrés usted ha presentado?

Tics nerviosos.	Si ()	No ()
Aislamiento de los demás.	Si ()	No ()
Desgano para realizar las labores universitarias.	Si ()	No ()
Faltar a las clases.	Si ()	No ()
Consumo de café, chocolate.	Si ()	No ()
Consumo de alcohol.	Si ()	No ()

Fotos realizando la encuesta a los internos de enfermería de Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.



Fotos realizando la encuesta a los internos de enfermería de Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.





DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Alvarado Villamar, Heydi Stefania**, con C.C: # **0930180195** autor/a del trabajo de titulación: **Estrés en los Internos/as de la Carrera de Enfermería de una Universidad Privada de la Ciudad de Guayaquil Durante las Practicas Pre-Profesionales en el periodo Octubre 2015 a Septiembre 2016**, previo a la obtención del título de **Licenciada de Enfermería** en 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, **20 de Septiembre** de **2016**

Alvarado Villamar, Heydi Stefania

C.C: 0930180195



REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN

TÍTULO Y SUBTÍTULO:	Estrés en los Internos/as de la Carrera de Enfermería de una Universidad Privada de la Ciudad de Guayaquil Durante las Practicas Pre-Profesionales en el periodo Octubre 2015 a Septiembre 2016.		
AUTOR(ES)	Heydi Stefania, Alvarado Villamar		
REVISOR(ES)/TUTOR(ES)	Fanny De Lourdes, Ronquillo Morán		
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
FACULTAD:	Ciencias Médicas		
CARRERA:	Enfermería		
TITULO OBTENIDO:	Licenciada En Enfermería		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	20 de Septiembre de 2016	No. DE PÁGINAS:	56
ÁREAS TEMÁTICAS:	Atención primaria de salud ,prácticas clínicas-		
PALABRAS CLAVES/ KEYWORDS:	Estrés, internos de enfermería, estresores, síntomas, organización académica.		
RESUMEN/ABSTRACT (150-250 palabras): El estudio de investigación realizado trata sobre el estrés en internos de enfermería. Objetivo: Determinar el estrés de los internos/as de la carrera de enfermería, durante el internado rotativo en instituciones hospitalarias. Diseño: Población constituida por 60 internos/as de enfermería en las áreas de hospitalización en una institución privada de salud, con enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, transversal. Para la recolección de datos se aplicó la encuesta a través de un cuestionario de preguntas. Resultados: el 85% reconocen que se encuentran con manifestaciones de estrés. Entre las causas: 88% por sobrecarga de trabajo; 85% falta de competencia en la realización de procedimientos; como consecuencia las manifestaciones fisiológicas como: el 76% de somnolencia y fatiga crónica 65%; psicológicamente afectados en un 59% por problemas de concentración y bloqueo mental 62%. Reconocen la predisposición al consumo de alcohol 85% y consumo de café y chocolate 74%. Conclusión: las condiciones de estrés manifestadas por los sujetos de estudio, representan un riesgo tanto para la salud como para el proceso de aprendizaje.			
ADJUNTO PDF:	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: +593-0980856790	E-mail: china_stefy@hotmail.com	
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN (COORDINADOR DEL PROCESO UTE)::	Nombre: Lcda. Martha Lorena Holguín Jiménez,		
	Teléfono: +593-993142597		
	E-mail: mholguinjime@gmail.com		
SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA			
Nº. DE REGISTRO (en base a datos):			
Nº. DE CLASIFICACIÓN:			
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):			