



**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**“SITUACIONES QUE GENERAN ESTRÉS EN ESTUDIANTES QUE
INICIAN SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS PRE-PROFESIONALES DEL
II CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE
LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS. SURCO - 2013”**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA**

BACHILLER: GAMARRA QUISPE, CANDY VANESSA.

LIMA - PERÚ

2017

“SITUACIONES QUE GENERAN ESTRÉS EN ESTUDIANTES QUE INICIAN SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS PRE-PROFESIONALES DEL II CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS. SURCO - 2013”

DEDICATORIA

Dedico esta investigación trabajo a Dios por guiarme, a mis padres por apoyarme en todo momento de mi vida.

AGRADECIMIENTO

A Dios por estar conmigo en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón y mi mente, y por poner a personas que han sido mi soporte y compañía dentro de estos años.

RESÚMEN

La presente investigación planteo como **problema**: ¿Cuáles son los factores que generan estrés en los estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales del II ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas. Surco - 2013? **Su objetivo**. Determinar los factores que generan estrés en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013. **Metodología**. Tipo no experimental porque no se busca manipular a la muestra, sino solo se va a analizar situaciones ya existentes. Nivel de la Investigación: Es de Nivel descriptivo, Transversal. El **Resultado** fue la dimensión personal los estudiantes evidencian mayor severidad de estrés, ya que se tuvo un 85% de los cuales manifiestan tener preocupación por algún factor (dinero, horarios, lugar de práctica) asimismo se tuvo un 10% en estrés moderado y 5% leve. Llegando a la siguiente **conclusión**: Los factores de estrés que determinan en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas son las dimensiones académicas, clínicas, social y personal este último causa mayor estrés en los estudiantes con un 40% lo que indica que los estudiantes evidencian distintos problemas de tipo emocional y económico, otro factor que origina estrés es el académico con un 30% lo que demuestra que los estudiantes viven presionados por los continuos trabajos y evaluaciones, asimismo vemos que el factor social presenta un 10% mientras que el factor clínico un 20% estos resultados en términos globales.

Palabras clave: estrés, estresores, prácticas clínicas.

ABSTRACT

This research pose as a problem: What are the stressors in students who start their pre-professional cycle II of the Professional School of Nursing clinical practice Alas Peruanas University. Surco - 2013? Its objective. Identify stressors in students who begin their pre- clinical practice professionals Professional School of Nursing at the University Alas Peruanas in 2013. Surco- Methodology. not experimental because it is not seeking to manipulate the sample but will only analyze existing situations. Level Research: Descriptive, Transversal level. The result was the personal dimension students show more severe stress, since 85% of whom had expressed significant concern about some factor (money, schedules, practice site) also 10% was taken into moderate stress to 5 % mild. Coming to the following conclusion: Stress factors that determine students who begin their pre-professionals Professional Academic School of Nursing clinical practice Alas Peruanas University are academic social and personal dimensions, clinics, the latter causes more stress students with 40% indicating that students evidence various problems of emotional and economic, another factor that causes stress is academic with 30% showing that students live pressured by ongoing work and evaluations also see social factor that has a 10% while 20% clinical factor in global terms these results.

Keywords: stress, stressors, clinical practices.

ÍNDICE

	Pág.
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
RESUMEN	i
ABSTRAC	ii
ÍNDICE	iii
INTRDUCCIÓN	v
CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Planteamiento del problema	
1.2. Formulación del problema	1
1.2.1. Problema General	4
1.2.2. Problemas Específicos	4
1.3. Objetivos de la investigación	
1.3.1. Objetivo general	4
1.3.2. Objetivos específicos	4
1.4. Justificación del estudio	5
1.5. Limitaciones de la investigación	6
CAPITULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes del estudio	
2.2. Base teórica	7
2.3. Definición de términos	11
2.4. Hipótesis	25
2.5. Variables	26
2.5.1. Definición conceptual de la variable	27
2.5.2. Definición operacional de la variable	27
2.5.3. Operacionalización de variable	27
	28

CAPITULO III: METODOLOGI	29
3.1. Tipo y nivel de investigación	29
3.2. Descripción del ámbito de la investigación	30
3.3. Población y muestra	31
3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	31
3.5. Validez y confiabilidad del instrumento	32
3.6. Plan de recolección y procesamiento de datos	33
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	38
CAPÍTULO V: DISCUSION	40
CONCLUSIONES	41
RECOMENDACIONES	42
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	
ANEXOS	
Matriz	
Instrumento	

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se encuentra basado en el mayor problema de salud que vemos hoy en día; el estrés, cuya incidencia actual es elevadísima. Además ya disponemos de una amplia confirmación científica de que el estrés tiene efectos muy nocivos a nivel físico y emocional, Se sabe que el estrés puede acortar la vida e incrementar la susceptibilidad de sufrir diversas enfermedades, entre las que se incluyen las enfermedades mentales y cerebrales, por lo que sus consecuencias son más que peligrosas. No nos extraña entonces que hoy también se le conozca como la epidemia del siglo XXI y sean innumerables los profesionales que se esfuerzan por estudiarlo, tratarlo y prevenirlo (médicos, enfermeros, psicólogos, psiquiatras, biólogos, etc.)

El estrés es una respuesta automática y normal del organismo ante una amenaza. Se trata de una reacción de alarma que provoca una activación fisiológica que es la que nos permite hacer frente a un peligro de una manera más efectiva. Sin estrés no sobreviviríamos. Si estamos a punto de tener un accidente, tenemos un examen, una excesiva demanda de trabajo o una importante negociación necesitamos un mayor grado de activación para poder funcionar con éxito(Es lo que se conoce como eustrés o estrés sano), en otras palabras es que no permite adaptarnos a los cambios.

Según la OMS (Organización Mundial de la Salud), el estrés es “el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan el organismo para la acción”. Es decir, ante determinada demanda del ambiente, el organismo realiza un conjunto de procesos fisiológicos y psicológicos que lo preparan para actuar en consecuencia y responder a dicha demanda.

En el Perú; una encuesta realizada a cinco mil trabajadores, reveló que un 78% de los encuestados había sufrido estrés en algún momento de su vida, ya sea por situaciones personales, sociales, motivos académicos y/o laborales.

La Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas no es la excepción, todos sabemos lo particular que ha sido este ciclo académico para cada uno de los estudiantes de la escuela, en concordancia con la situación nacional actual. Es por ello que nos interesa abordar el tema del estrés el cual se presenta como un factor importante a la hora de retomar nuestras actividades estudiantiles, se torna muy relevante analizar cómo nos afecta y cómo enfrentarlo.

La investigación ha sido clasificada en el área III: salud comunitaria en enfermería y pertenece a la línea de investigación 1, Estudios del cuidado de enfermería en la protección y promoción de la salud en la población: Salud mental.

La presente investigación para fines de estudio contiene:

Capítulo I: El problema de investigación, Planteamiento del problema, Formulación del problema, Objetivos de la investigación, Justificación del estudio, Limitaciones de la investigación.

Capítulo II: Marco Teórico, Antecedentes del estudio, Bases teóricas, Definición de términos, Variables su definición conceptual, operacional, y la operacionalización de la variable

Capítulo III: Metodología, Tipo y nivel de investigación, Descripción del ámbito de la investigación, Población y muestra, Técnicas e instrumentos para la recolección de datos, Validez y confiabilidad del instrumento y el Plan de recolección y procesamiento de datos.

Capítulo IV: En él se hace mención a los resultados obtenidos después de procesar los datos.

Capítulo V: En él se realiza la discusión de los resultados obtenidos terminando con la presentación de las referencias bibliográficas y anexos.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Actualmente existen diversas situaciones que generan estrés en el ámbito de la enfermería, algunas relacionados con el rol y otras con la organización labora, en la práctica clínica de enfermería es importante conocer cuáles son las situaciones que generan estrés para poder mejorar y potenciar la labor que el alumno de enfermería realizará en el campo clínico, en sus prácticas pre profesionales, buscando así, optimizar la atención al paciente.

Si bien es cierto, la realización de prácticas es algo importante en todas las titulaciones, en la de enfermería es fundamental, ya que hasta el momento y mientras no estén completamente desarrolladas las distintas especialidades, el campo de actuación enfermero es muy amplio, abarca desde los cuidados primarios neonatales, hasta la geriatría, y desde la prevención y educación para la salud, hasta los cuidados paliativos.

Las prácticas clínicas tienen un gran impacto educativo ya que los conocimientos que se adquieren en ellas, permitirán el desarrollo de las

habilidades y actitudes propias de cada estudiante que le serán necesarias para la obtención de competencias que les permitan incorporarse como profesionales en el ámbito sanitario (1).

Está demostrado que existe un alto grado de estrés en los alumnos durante su periodo práctico. Y también se ha observado que antes de iniciar las prácticas la mayoría de alumnos creen que el estrés va a estar presente en ellas (2).

Sin embargo son sujetos expuestos con frecuencia a situaciones que provocan estrés, porque además de enfrentarse a situaciones similares a otros grupos de estudiantes, tales como exámenes, exceso de información o dificultades financieras, entre otras, tienen un estrés añadido al estar inmersos en situaciones potencialmente estresantes durante las prácticas clínicas.

El entorno sanitario suele proporcionar muchos estímulos generadores de estrés, debido al contacto con las enfermedades, el dolor, el sufrimiento, la invalidez y la muerte de los pacientes, la necesidad de establecer relaciones con diversos profesionales sanitarios y pacientes, así como el hecho de tener que desempeñar un nuevo rol para el que aún no están completamente preparados(3).

Los estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales, lo hacen con gran ilusión, pero a su vez, existe un miedo de no estar lo suficientemente preparados, de cometer fallos con los usuarios del servicio de salud, miedo a contagiarse alguna enfermedad. Es pues en este momento cuando el alumno necesita un mayor apoyo, para que éste periodo formativo se convierta en un factor de crecimiento personal y no en un enfrentamiento traumático.

Otro motivo de angustia, son las diferencias entre la teoría aprendida en las aulas y la práctica que percibe en su entorno, por lo que desde el punto de

vista docente debería existir una total coherencia entre teoría y práctica. Los docentes no se pueden desligar de la realidad asistencial y transmitir a los alumnos un ideal profesional que dista en exceso de lo que observan en sus prácticas, debe tratarse de evitarse lo que algunos autores definen como “Shock de realidad”, cuyas consecuencias principales son la desorientación y la angustia del estudiante.

Se ha comprobado que uno de los factores terapéuticos más importantes en la terapia de grupo es fenómeno de la universalización, es decir saber que lo que le ocurre al otro, también le ocurre a los demás, produce en las personas un gran alivio (4).

Se ha observado en los compañeros que inician la práctica clínica es que hay un alto índice de estrés, ante las interrogantes que surgen con la primera práctica; esta a su vez influye en el desarrollo normal de las posteriores prácticas, las cuales muchas veces no resultan ser satisfactorias para los alumnos ya que no se logra el objetivo deseado por las inseguridades que causa el estrés en los alumnos.

Actualmente se estima que para este año existan aproximadamente 15 a 20 % de la población peruana de jóvenes, quienes presentan un alto grado de tensión y estrés, por situaciones como los conflictos familiares, sentimentales, problemas académicos, etc. (5).

Según estudios internacionales, la prevalencia de estrés es de hasta un 64,5 % en estudiantes del primer año de ciencias de la salud. En Chile, se realizó un estudio que muestra que el 91% de los estudiantes de Pregrado, presentaban síntomas de estrés (6).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), define el estrés como el “Conjunto de reacciones fisiológicas que preparan el organismo para la

acción”. Es decir, ante una determinada demanda del ambiente el organismo realiza un conjunto de procesos fisiológicos y psicológicos que lo preparan para actuar en consecuencia y responder a dicha demanda. Si esta respuesta resulta exagerada o insuficiente, la energía producida no se descarga y esto causa somatizaciones y trastornos psicológicos.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1 Problema General

¿Cuáles son los factores que generan estrés en los estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales del II ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas. Surco - 2013?

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 Objetivo General

Determinar los factores que generan estrés en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre- profesionales de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013

1.3.2 Objetivos Específicos

- Determinar el nivel de estrés en la dimensión académica, de los estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013

- Determinar el nivel de estrés en la dimensión clínica, en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre- profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013
- Determinar el nivel de estrés en la dimensión social , en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre- profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013
- Determinar el nivel de estrés en la dimensión personal , en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre- profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013

1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

1.4.1. Justificación Epistemológica

Proporcionar a la institución formadora, en este caso la Escuela Académico Profesional de Enfermería, un aporte sobre las área que más estrés le genera al estudiante que inicia sus prácticas clínicas pre- profesionales del II ciclo de la Universidad Alas peruanas, para que de esta manera en forma complementaria al sistema de enseñanza y formación de estudiantes, puedan adecuar metodologías apropiadas para la identificación precoz de situaciones estresantes, mediante actividades, que sirvan de apoyo en la salud mental, así como implementar grupos de tutoría, dirigidos por personas capacitadas en el área; diseñar programas de intervención para afrontar rápidamente situaciones generadoras de estrés.

1.4.2. Justificación Práctica

Considerando que la inicio de las prácticas clínicas propiamente de enfermería, el estudiante se enfrenta a situaciones nuevas y circunstancias adversas, donde habrá una influencia en su interior. Situaciones difíciles para lo cual no siempre está preparado, cercanía con el sufrimiento, temor al contagio de ciertas enfermedades, fallecimiento de pacientes, entre otros, sumado a la inexperiencia, estilos de vida (capacidad de auto cuidado), es un entorno que puede convertirse en un factor generador de estrés, se hacen necesarios entonces, el uso de mecanismos para el afronte efectivo de estas situaciones.

1.4.3. Justificación Teórica

La finalidad de esta investigación es dar a conocer cuáles son las áreas que más estrés le genera al estudiante, al momento de iniciar su práctica clínica pre profesional. Basándonos en las diversas teorías del estrés.

1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Dentro de las limitaciones para la realización del presente trabajo podemos citar:

- La primera limitación corresponde a la población de estudio, ya que la muestra solo la conforman los alumnos de enfermería del II ciclo y no todos los alumnos de los diferentes ciclos.
- La segunda limitación es el tiempo, para entrevistar a los alumnos, ya que tienen horas académicas, que constan de 50 minutos y el docente tiene programadas sus actividades para cada hora, de modo que el tiempo de la entrevista debe ser el mínimo posible.

CAPITULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DEL ESTUDIO

Investigando trabajos que tienen relación con la investigación tenemos:

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Ascensión Cuñado Barrio, F Sánchez Vicario, MJ Muñoz Lobo. (2010); Ciudad de **Vigo- España**, Realizaron un estudio sobre valoración de los estudiantes de enfermería sobre las prácticas clínicas hospitalarias, con el objetivo de conocer como evalúan los alumnos de enfermería los conocimientos practico clínicos, que reciben a través de una encuesta que analiza: Satisfacción con la actividad docente de los profesionales, el apoyo percibido y su grado de satisfacción global, el método que se utilizo fue descriptivo transversal. La población estuvo conformado por los alumnos que realizaron la práctica clínica. El instrumento que se uso fue el cuestionario. Se concluyó entre otros “Las enfermeras de los quirófanos y las pediátricas tienen que mejorar la “Capacidad docente”, además los de quirófanos el “Apoyo a los alumnos”. Las

acciones de mejora, nos plantean que debemos planificar reuniones mixtas, entre los supervisores, enfermeros y profesores titulares de la Escuela Universitaria, para discutir los objetivos docentes.

Tenemos que realizar sesiones informativas a los alumnos de las unidades donde se incorporen” (7).

Mtra Irene C, Carrillo Saucedo, DR. Oscar Armando (2009), Ciudad de **Juárez- México**, Realizaron un estudio sobre predictores de estrés en estudiantes de post-básicos de enfermería, con el objetivo de identificar los posibles predictores de estrés , presentes en estudiantes de post-básicos de la escuela de enfermería de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, el método que se uso fue la cuantitativa. La población estuvo conformado por 139 participantes con una edad media de 32.6 años. La técnica que se uso fue el Perfil de Estrés, se concluyó entre otros: “Los estilos de Afrontamiento pueden ser modificados con mayor facilidad y en menor tiempo. En caso de hacer algún tipo de intervención con recursos limitados, el esfuerzo debería enfocarse en ayudar a los estudiantes en modificar el estilo de afrontamiento de valoración negativa” (8).

Ana Isabel Cobo; Raquel CarbonelGómez de Zamora, (2008), Ciudad de **Toledo- España**, Realizaron un estudio sobre estresores y ansiedad de los Alumnos de Enfermería en sus Prácticas clínicas, con el objetivo de conocer los niveles de ansiedad, rasgos y estado, así como determinar los estresores que influyen en la ansiedad, el método utilizado es longitudinal, prospectiva. La población estuvo conformada por los alumnos de la Universidad de Castilla La Mancha. La técnica que se utilizo fue la encuesta y el instrumento para conocer la ansiedad, rasgo y estado, el cuestionario Stai-R y Stai-E, para conocer los estresores el cuestionario KESKAK, se concluyó entre otros: “... Las prácticas de enfermería son cruciales

en el posterior desarrollo profesional en la enfermera, pero por su contacto con el sufrimiento, la muerte y en general lo humano de la asistencia, supone un momento estresante para los estudiantes de Enfermería...“(9).

Amat Pug, Verónica y Cristina Fernández Gonzaga, (2008), en la Ciudad de **Alicante- España**; Realizaron un estudio sobre el estrés en estudiantes de enfermería, con el objetivo de determinar el tipo predominante de estrés entre los estudiantes de enfermería, el método fue cuantitativo experimental. La población estuvo conformada por estudiantes del segundo curso de la E.U.E. La técnica que se usó fue encuesta y el instrumento test para valorar la excitabilidad individual del doctor G.K.M. Huber, se concluyó entre otros: “...La excitabilidad cognitiva predomina frente a otras manifestaciones. En cuanto a la edad existe una relación inversa, es decir a medida que aumenta la edad, disminuye el estrés cognitivo...” (10).

Antolín Rodríguez, R; Pualto Durán; Moure Fernandez,(2007) Realizaron una tesis en la Ciudad de **Vigo- España**, Sobre situaciones de las prácticas clínicas que provocan estrés en los estudiantes de enfermería con el objetivo de medir los factores causantes de estrés en sus estudiantes durante la realización de las prácticas clínicas, el método que se utilizó fue observacional, transversal, comparativo. La población estuvo conformada por 164 alumnos matriculados en el curso 204-205. La técnica que se utilizó para medir la percepción de estrés fue la encuesta y el instrumento, el cuestionario KESKAK, se concluyó entre otros: “... Las alumnas(os) de segundo curso de nuestra escuela en relación con el primero y tercer curso tienen una intensidad más alta en cuanto a la consideración de situaciones estresoras como también hemos observado en Zupiria y cols, esto puede corresponder a que en primer curso, pocas prácticas clínicas y muy tuteladas por lo que todavía no

han tomado contacto con la realidad, y en tercer curso los resultados disminuyen en casi todos los ítems. Estos resultados pueden estar relacionados con la mayor seguridad que les proporciona la realización de sus prácticas en un ambiente ya conocido y a su vez con más conocimientos, sin embargo, por otra parte aumenta su preocupación en ítems como “Encontrarme en una situación sin saber que hacer”, “Encontrarme en una situación de urgencia”, “ Recibir órdenes contradictorias”, que como sabemos, son situaciones en las que todavía no se han enfrentado solos y tienen miedo a no ser capaces de resolver correctamente...”(11).

XabierZupiria, JoseUranga, José Alberdi (2006). Ciudad de **San Sebastián- España**; Realizaron un estudio sobre fuentes de estrés en la práctica clínica de estudiantes de enfermería, con el objetivo de conocer las principales fuentes de estrés de la práctica clínica, desde el punto de vista de los estudiantes de enfermería. El método que se uso fue de cohorte transversal. La población estuvo conformada por estudiantes de enfermería. La técnica que se utilizo fue encuesta y el instrumento fue el cuestionario de KESKAK, se concluyó entre otros: “...Las principales fuentes de estrés de la práctica clínica para los estudiantes de enfermería son las mismas al principio y al final de la carrera. La variación observada en la importancia de las fuentes de estrés...” (12).

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Jessica Magali Inga Espinoza (2008), en la ciudad de **Lima- Perú**; Realizo un estudio sobre Nivel de vulnerabilidad frente al estrés en estudiantes del primer año de Enfermería, con el objetivo de determinar el nivel de vulnerabilidad frente al estrés, en estudiantes del primer año, de la Escuela Académico Profesional de Enfermería, el método que se utilizo fue cuantitativo. La población estuvo

conformada por los universitarios que estuvieron matriculados por año de estudio. La técnica que se utilizó fue la entrevista grupal y el instrumento test de vulnerabilidad frente al estrés presente en la población de estudio, se concluyó entre otros: “ ...Por lo tanto se puede deducir que los estudiantes de primer año de enfermería , presente un nivel de vulnerabilidad medio frente al estrés, según los sucesos vitales de valor traumático con tendencia a bajo, lo cual representa un riesgo para el estudiante de primer año a ser más vulnerable frente al estrés, debido a que estos (inadecuadas estrategias de afrontamiento), impedirán una óptima adaptación ante acontecimientos estresantes nuevos...”(13).

2.2 BASE TEÓRICA

2.2.1 Estrés

Hans Selye, sentó la primicia en el estudio del estrés, y se le adjudicó la utilización del término "estrés" por primera vez, término con el que se le reconoce hasta la fecha y es quien continuó su estudio en ese nivel de la materia con su modelo de estrés múltiple. (14)

La incorporación en la investigación de los aspectos sociales y psicológicos ocurrió con posterioridad, por coincidir con el desarrollo más tardío de las ciencias comprometidas en tales enfoques. Rahe y Holmes por un lado y Lazarus, por el otro, son prestigiosos exponentes de tales corrientes en el estudio del estrés, contribución que amplió su óptica a planos humanos, al intervenir la evaluación de la persona sobre el suceso y sus posibilidades de afrontarlo, además de dársele a la personalidad, como es visto por nosotros, el contenido mediatizador que le es inherente.

2.2.2 Concepto De Estrés

Según Hans Selye: "El estrés es una respuesta no específica del organismo ante cualquier demanda que se le imponga generando con ello una serie de emociones" Dicha respuesta puede ser de tipo psicológica (mental) o fisiológica (física/orgánica). La demanda se refiere a la causa del estrés (el estresor). (14)

Según la literatura científica, el estrés implica cualquier factor que actúe internamente o externamente al cual se hace difícil adaptar y que induce un aumento en el esfuerzo por parte de la persona para mantener un estado de equilibrio dentro de él mismo y con su ambiente externo, en relación particular entre el individuo y su entorno.

De la relación entre condiciones internas y externas emerge el estrés y las características individuales; de ahí por qué cada individuo responde de manera diferente ante un mismo estímulo y comomenciona Taboada (1998) de acuerdo a su historia, experiencias y características individuales, el sujeto tiende a interpretar y a utilizar diferentes estilos de afrontamiento ante cada situación.

En la actualidad el estrés se asocia a una sobrecarga emocional vinculada a exigencias ambientales que experimenta el individuo y que se pueden manifestar en un elevado estado de tensión que pone en riesgo su salud. Bajo esta perspectiva, se entiende al estrés como una respuesta fisiológica y psicológica del cuerpo ante un estímulo que puede ser un evento, objeto o persona. El estrés implica estar sometido a una gran presión que resulta en incomodidades, molestias y frustraciones mayores o menores de la vida cotidiana. Presiones que pueden resultar displacenteras y que pueden acompañarse de trastornos psico-fisiológicos como

consecuencia de la alteración de sus relaciones con el medio ambiente y, con poco o ningún control sobre ellas.

Se consideran dos tipos de estrés:

a.- El distres (estrés malo): En el cual hay mantenimiento de la tensión, los músculos y órganos envían señales al cerebro de incomodidad y fastidio hay falta de confianza e inseguridad, mantenimiento creciente del estado de alerta, incomodidad física y tensión mental, pensamiento negativo y desconcentración. El resultado es el miedo al fracaso (tensión) la salud empeora y el rendimiento disminuye.

b.- El Eutres (estrés bueno): Presenta un alivio de la tensión, la presión induce a la acción alejamiento de la amenaza y tensión, hay una recompensa física psicológica, aumenta la confianza y seguridad, el funcionamiento de la persona Óptimo y se mejora la capacidad de pensamiento y atención. Por lo tanto existe un afán de triunfo (satisfacción), buena salud y capacidad productiva

2.2.3 Factores que causan Estrés

Un factor estresante se puede definir como un estímulo dañino o amenazante que puede suscitar una respuesta al estrés. Puede ser real o potencial, biológico, físico, químico, psicológico, social, cultural. Los factores estresantes crean mayores exigencias adaptativas en los individuos. Se definirán los siguientes factores de estrés:

a.- Factores Biológicos: Son aquellos cambios o modificaciones orgánicas que se producen en el individuo y que contribuyen a

generar estrés, por ejemplo: sexo, edad, enfermedad, accidentes. Las mujeres sienten mayor agotamiento emocional y una menor realización personal en comparación con los hombres, el estrés en el sexo femenino se expresa más en la esfera afectiva, en tanto que el sexo masculino se expresa más en la esfera conductual, en relación a la edad se encuentra en condiciones óptimas para la maduración a partir de su desarrollo, las características de su estilo de vida y comportamiento puede afectar su equilibrio como una consecuencia de factores externos del organismo.

b.- Factores Psicológicos: Se refiere a aquellas características de los diferentes tipos de personalidad que al desencadenarse una situación de estrés va a ocasionar también daño psicológico, ejemplo: sentimientos de inferioridad, dificultad para controlar situaciones problemáticas, terror al error, inseguridad, trastornos de ansiedad, depresión, mayor dificultad de concentración y memoria, deterioro de la capacidad de juicio y razonamiento, desmotivación, aislamiento entre otros. Según Dávalos "Se encuentran personas propensas al estrés, aquellas que se caracterizan por estar irritables, agresivos, impulsos tensos y competitivos, ya sea en su medio ambiente y con ellos mismos y sus relaciones interpersonales son problemáticas, también existen personas que interiorizan su respuesta al estrés; que se caracterizan por ser pasivos, resignadores y apacibles, extremadamente cooperadores, sumisos y conformistas, siempre controlando las experiencias de hostilidad y deseosos de aprobación.

c.- Factores Socioculturales: Son elementos presentes tanto en el ambiente físico como en el sociocultural, donde se desenvuelve la persona, tanto en la familia, estudio y ambiente laboral, también están comprendidas características de clase social, migración y académico que contribuyen a generar estrés. Ejemplo:

d.- Factores Sociales: Responsabilidades en un grupo, cambio de domicilio, hacinamiento, conflictos interpersonales, fuerzas económicas-Factores Culturales: preparación académica, desconocimiento del panorama social y cultural, cambio de hábitos y costumbres.

2.2.4 Manifestaciones de Estrés

Principales manifestaciones de estrés en los ingresantes:

- **Alteración de los procesos cognitivos:** especialmente falta de atención, concentración, dificultades y bloqueos para evocar conocimientos previamente adquiridos, preocupación excesiva por los resultados de los exámenes, prácticas, etc., e ideas irracionales con respecto a experiencias negativas del pasado, que se piensa volverán a presentarse y bloquean los esfuerzos actuales repercutiendo en el rendimiento académico.
- **Alteraciones neurovegetativas:** sudoración excesiva, palpitaciones, respiración agitada, movimientos motores involuntarios (tic), caída del cabello, reacciones de la piel, migrañas, cefaleas, mareos, vértigos y diferentes síntomas gastrointestinales (diarreas).
- **Alteraciones del sueño:** dificultades para conciliar el sueño, insomnio, excesivo sueño. Ocurre mayormente ante los exámenes. Problemas con la alimentación: comer en exceso o dejar de comer. Tensión muscular, temblores, dolores de espalda, hombros y cuello, incapacidad para relajarse, etc.
- **Alteración de los procesos afectivos:** fatiga, irritabilidad, cambio del estado de ánimo, inseguridad, miedo.

2.2.5 Dimensiones del Estrés en la Práctica Clínica según Sryewsky y Davis

a. Área Académico: Fisher (1984, 1986) considera que la entrada en la Universidad (con los cambios que esto supone) representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador -con otros factores- del fracaso académico universitario.

El modelo de control, propuesto por este autor, (Fisher, 1986), sostiene que los eventos vitales provocan cambios en el nivel de exigencia junto con una reducción del control del individuo sobre varios aspectos del nuevo estilo de vida. Dichos cambios crean discrepancias e introducen novedades que pueden hacer decrecer el nivel de control personal en relación al ambiente.

b. Clínico: En el trabajo de enfermería hay diferentes fuentes de estrés: unas relacionadas con el rol y otras relacionadas con la organización laboral. En la formación de los estudiantes de enfermería, es fundamental conocer las fuentes de estrés relacionadas con el rol para determinar qué habilidades potenciar y así contribuir a la salud laboral de los futuros profesionales e, indirectamente, a un mejor cuidado de las personas atendidas. Además, interesa conocer la evolución de esas fuentes de estrés a medida que el alumno se forma y va adquiriendo experiencia.

c. Social: Se presentan diferentes problemas los cuales ocasionan dificultad para manejar relaciones interpersonales, formar parte de un grupo de trabajo, la falta de actitud positiva ocasiona muchas veces

conflictos entre compañeros de práctica donde también se ve involucrado los profesores a cargo del grupo de práctica clínica.

En un estudio de Sánchez, se concluyó que existe una alta percepción del estrés entre las/los alumnos/as en su periodo práctico. Incluso se ha observado (4) que antes de iniciar las prácticas la mayoría de los alumnos creen que el estrés va a estar presente en el transcurso de las mismas.

d. Personal: Las prácticas clínicas tienen un gran impacto educativo en cada estudiante ya que los conocimientos que se adquieren en ellas, permitirán el desarrollo de las habilidades y actitudes propias de cada estudiante que les serán necesarias para la adquisición de competencias que les permita Incorporarse como profesionales en el ámbito sanitario.

En las prácticas clínicas, los alumnos toman contacto con su futura profesión y se entrenan en la misma, enfrentándose a situaciones difíciles, que en muchas ocasiones son generadoras de estrés y no siempre se realizan en un entorno favorecedor.

Los estudiantes desean realizar las prácticas y tienen gran ilusión, pero a su vez, tienen miedo de "no estar preparados", "de cometer fallos con los pacientes", "miedo a contagiarse una enfermedad", por lo que necesitan gran apoyo del docente a cargo de las prácticas clínicas.

Otro motivo de angustia y desorientación para ellos son las diferencias entre la teoría aprendida y la práctica que perciben en su entorno, por lo que desde el punto de vista docente debería existir una total coherencia entre teoría y práctica. Los docentes no se pueden desligar de la realidad asistencial y transmitir a los alumnos un ideal profesional que dista en exceso de lo que observan en sus prácticas; debe tratar

de evitarse lo que algunos autores definen como "shock de realidad" (9), cuyas consecuencias principales son la desorientación y la angustia del estudiante.

En diversos estudios se han descrito las principales fuentes de estrés en los estudiantes de enfermería, asociándolos con el área clínica y académica, sin olvidar otras áreas presentes como son lo social e interpersonal (10, 11, 12). Hasta el 2003 no existía ningún cuestionario para medir las fuentes de estrés de los alumnos de enfermería frente a las prácticas. Zupiría et cois construyeron y más tarde validaron el KEZKAK (13).

Este cuestionario ha sido utilizado en diferentes escuelas de enfermería: en Jaén, Vigo, San Sebastián y Chile. En éstos se refleja una percepción elevada de estrés durante las prácticas clínicas, siendo "la falta de competencia", "impotencia e incertidumbre", "contacto con el sufrimiento" y "dañarse en la relación con el enfermo" los ítems más destacados.

Las prácticas clínicas se distribuyen de manera distinta dependiendo de la universidad adscrita. En la Universidad de Castilla la Mancha (UCLM), existen 4 Escuelas Universitarias de Enfermería (EUE): la EUE de Albacete, la EUE de Ciudad Real, la EUE de Cuenca y la EUE y Fisioterapia de Toledo. En ellas las prácticas clínicas se unifican en cuatro asignaturas denominadas Prácticum Introductorio, Prácticum Hospitalario, Prácticum Comunitario y Prácticum de Servicios Especiales. El Prácticum Introductorio se cursa en el segundo de la Diplomatura, distribuido entre el primer y el segundo cuatrimestre, dependiendo de la Escuela. La finalidad del Prácticum Introductorio es la de iniciar al alumno en la adquisición gradual de aquellas competencias básicas necesarias para el cuidado de enfermería,

situándolo en contacto con la vida profesional tanto en el ámbito de la Atención Primaria como Especializada.

2.2.6. Teorías del Estrés

Existen diversas teorías acerca del estrés, que es posible organizar, a partir de, la presencia de un estímulo, como una respuesta o como un proceso interactivo entre la persona y el medio.

Teoría Basada en el Estimulo

En contraste con las teorías centradas en la respuesta, el estrés se explica aludiendo a los estímulos ambientales externos al sujeto o estresores y se interpreta que estos perturban o alteran el funcionamiento del organismo. Everly (1978) distingue dos tipos principales de estresores:

-Psicosociales: son situaciones que no causan directamente la respuesta de estrés, sino que se convierten en estresores, a través, de la interpretación cognitiva o del significado que la persona le asigna.

-Biológicas: son estímulos que se convierten en estresores por su capacidad para producir cambios bioquímicos o eléctricos en el organismo que generan por sí misma la respuesta de estrés, por ejemplo, exponerse a ruidos intensos, tomar una taza de café, etc.

El problema que presenta esta teoría es la delimitación de las situaciones que pueden ser consideradas estresantes. Una situación puede ser muy estresante para una persona pero muy o nada para otra (Sandin y Chorot, en prensa).

La teoría basada en el estímulo se sitúa dentro de la perspectiva que en psicopatología se conoce con el nombre de enfoque psicosocial o de los sucesos vitales y ha tenido gran influencia en las últimas décadas. (14)

Teoría Basada en la Respuesta

Hans Seyle, es considerado uno de los precursores en el estudio del estrés, entiende en todos sus estudios al estrés como una respuesta específica del organismo. Este proceso de respuesta implica la activación normal del sistema simpático, medula- suprarrenal e inhibición de la glándula tímida, por lo cual limita su teoría dentro de un contexto biológico.

Desde el punto de vista de Seyle, el estrés ocurre cuando el equilibrio del organismo se ve alterado por su causa de la acción de un agente ya sea externa o interna, por lo cual el organismo reacciona de manera extraordinaria para restaurar dicho equilibrio. El síndrome general de adaptación (SGA) es la denominación que le dio Hans Seyle al mecanismo tripartito que constituye el proceso de respuesta al estrés; este mecanismo incluye tres etapas: reacciones de alarma, etapa de resistencia y etapa de agotamiento. Presenta algunas limitaciones pues el Síndrome General de Adaptación o tiene sustento científico y se centra en el estrés solo desde el punto de vista mas no considera otros aspectos que influir. (15)

Teorías Interaccionales

El máximo representante de esta teoría del estrés es Richard S. Lazarus. El sustenta que el estrés es un proceso interaccional, una relación particular entre la persona y la situación que en el presente estudio será considerado situaciones estresoras, y se produce cuando la persona valora que las demandas agravan o exceden sus recursos de ajuste y hacen que peligre su bienestar. Una definición equivalente

propone que el estrés en sí mismo no es una variable simple, sino un sistema de procesos interdependientes, individuales en la evaluación y en el afrontamiento que median en la frecuencia, intensidad, duración y tipo de respuestas psicológicas y somáticas (Cánovas, 1991)

Lazarus y Folkman (1984) definen el estrés como un conjunto de relaciones particulares entre la persona y la situación, siendo esta valoración por la persona como algo que grava o excede sus propios recursos y que pone en peligro su bienestar personal. Es una relación dinámica y bidireccional entre la persona y el entorno. (16)

Lo que diferencia el modelo interaccional de las otras aproximaciones es la gran relevancia que se le asigna a la evaluación cognitiva. En gran medida es la principal responsable de que la situación potenciales estresante llegue o no a producir estrés en el sujeto y considera al individuo como parte activa en el proceso, interactuando con el entorno.

Modelo Sistémico- Cognoscitivista del Estrés

El ingreso, la permanencia y el egreso de un alumno de una institución educativa suele ser experiencia de aprendizaje que va acompañada regularmente de estrés académico; esta afirmación, que para algunos puede ser una verdad o una posición alarmista, es respaldada por las investigaciones realizadas al respecto.

Sin embargo, estas investigaciones nos indican la existencia de un problema estructural en el campo de estudio del estrés académico: la coexistencia de diversas formas de conceptualizar el estrés. En efecto, en las investigaciones realizadas entre 1996 y 2006 se puede observar que sobre particular coexistencia tres conceptualizaciones (17).

Del mismo se pueden observar otras dos formas de conceptualizar al estrés, en los trabajos que realizan su investigación a partir de un enfoque multidimensional (Huaquin Y Loaiza, 2004) y, los trabajos con enfoque bidimensional, estos, intentan recuperar tanto las situaciones estresoras como los síntomas (Barraza, 2005; Solorzano y Ramos, 2006)

Arturo Barraza Macias 2007, tomando como base la teoría interaccional, y un "programa de investigación Entorno- Persona"; para el estudio del estrés, a firmo que el estrés, para ser considerado como tal, debe ser inédito, y que para que el mismo produzca una respuesta debe haber sido previamente avaluado cognitivamente por el individuo. Esta investigación explica la potencial diferencia en la respuesta que dos personas pueden dar a la misma situación estresante, incluso a las distintas respuestas que una misma persona puede dar a la misma situación en dos momentos diferentes.

Los modelos teóricos ubicados en el programa de investigación, antes indicados son los siguientes:

Postulado base: el estrés es conceptualizado con la interacción dinámica que se establece entre la persona y entorno. En este sentido el estrés deja de ser algo que se describe, identifica o localice en el entorno (estímulos aversivos) o en la persona (reacciones, síntomas o indicadores), y pasa ser un proceso relacional que está sujeta a variables cognitivas y contextúales.

Postulado uno: la educación entre la persona y su entorno ofrece una explicación mejor del estrés que ofrece por las diferencias individuales o situaciones. La explicación sobre el origen y desarrollo del estrés no se desenvuelve ella, sino en el ajuste que se da entre las características de ambos, lo que conduce a concluir que no hay

entornos estresantes por sí mismos, ni personas, en si mismas, más vulnerables al estrés que otras, sino que todo depende de cómo interactúen las características de las personas con a las características del entorno.

Postulado dos: el estrés se origina por una relación inversamente proporcional entre demandas del entorno y las posibilidades de tomar decisiones para enfrentar esa demanda. Cuando se da una situación donde existe una mayor demanda por parte del entorno y la persona tiene pocas posibilidades de tomar decisiones para enfrentar esas demandas sobreviene al estrés.

Postulado tres: el estrés es la representación interna de transacciones particulares y problemáticas entre la persona y su entorno. Las relaciones entre las demandas del entorno y las características de la persona se desarrollan internamente en el sujeto a través de un proceso valoración de las demandas del entorno y de los recursos de que dispone para enfrentar esas demandas. Esto conduce a reconocer que el estrés es un estado psicológico que se produce en presencia de una falta de adaptación o desequilibrio.

Postulado cuatro: la valoración de las demandas del entorno y de los recursos de las personas para enfrentar esas demandas se desarrolla en dos momentos, en el primero se identifica el problema y en el segundo la forma de enfrentar. La valoración primaria permite contestar a la pregunta ¿tengo un problema? Mientras que la valoración secundaria está subordinada al reconocimiento mide que existe un problema y conduce a un análisis más detallado y a la formulación de eventuales estrategias de afrontamiento, en ese sentido, la pregunta a responder es ¿Qué voy a hacer al respecto?

Postulado cinco: la consciencia, en la persona, de la valoración que realiza se presenta en un continuo de varios niveles que van desde la percepción de los indicadores del problema hasta el análisis detallado del mismo. La valoración es necesariamente un proceso consciente y como tal puede atravesar del problema, ya sean individuales o situaciones, que incluyen sensaciones de desasosiego, insomnio, cometer errores, etc.

El programa de investigación entorno- persona tiene a realizar una focalización multidimensional del fenómeno del estrés lo que ha conducido necesariamente a la construcción de conceptualizaciones que rebasan la perspectiva Unidimensional, centra en los estresores o en los síntomas.

Arturo Barraza Macias tomando como base lo anteriormente mencionado propone un modelo sistémico- cognoscitivista del estrés académico, reconociendo la necesidad de construir una conceptualización del estrés académico que: a) trascienda las dimensiones unidimensionales, es decir, o situaciones estresoras o síntoma y b) involucra la construcción de un modelo teórico propio, o específico, para el campo de estudio del estrés académico.

Para lograr ese objetivo Arturo Barraza Macias construyó el "modelo Sistémico-Cognoscitivista del estrés académico" fundamentado en el modelo internacional del estrés (Cohén y Lazarus, 2000; Lazarus y Folkman, 1986), en el cual explica

Lo siguiente:

- El entorno plantea a la persona un conjunto de demandas de exigencias, las cuales son sometidas a un proceso de valoración por parte de la persona

- En el caso de considerar que las demandas desbordan sus recursos las valora como estresores.
- Estos estresores se constituyen en el input que entra al sistema y provoca un desequilibrio sistémico en la relación de la persona con su entorno.
- El desequilibrio sistémico da paso a un segundo proceso de valoración de la capacidad de afrontarla situación estresante, lo que determina cual es la mejor manera de enfrentar esa situación.
- El sistema responde con estrategias de afrontamiento a las demandas del entorno.-Una vez aplicada estas estrategias de afrontamiento, en caso de ser exitosas el sistema recupera su equilibrio sistémico; en caso de que las estrategias de afrontamiento no sean exitosa, el sistema realiza un tercer proceso de valoración que lo conduce a un ajuste de las estrategias para lograr el éxito esperado

2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

- **Estrés:** Es el conjunto de procesos y respuestas neuroendocrinas, inmunológicas, emocionales y conductuales ante situaciones que significan una demanda de adaptación mayor que lo habitual para el organismo, y/o son percibidas por el individuo como amenaza o peligro, ya sea para su integridad biológica o psicológica. La amenaza puede ser objetiva o subjetiva; aguda o crónica. En el caso de estrés psicológico lo crucial es el componente cognoscitivo de la apreciación que el sujeto hace de la situación. Se produce estrés cuando existe una discrepancia importante entre las capacidades del individuo y las demandas o exigencias de su medio ambiente. Del mismo modo, puede producirse

estrés cuando la discrepancia que existe entre las expectativas que la persona tiene y lo que su realidad ofrece es significativa. Desde el punto de vista biológico, el concepto de estrés ha evolucionado desde "un sistema de respuestas inespecíficas" a uno de "monitoreo de claves internas y externas", que resulta crítico para la adaptación del organismo a su ambiente.

- **Estudiantes:** Un estudiante es aquella persona dedicada a la lectura, puesta en práctica y aprehensión de conocimientos sobre alguna materia o arte.
- **Enfermería:** La Enfermería es la ciencia del cuidado de la salud del ser humano. También recibe ese nombre la profesión que, fundamentada en dicha ciencia, se dedica básicamente al diagnóstico y tratamiento de los problemas de salud reales o potenciales.

2.4 HIPÓTESIS

2.4.1 Hipótesis General

Los factores que generan estrés son sociales, académicos, clínicos, personales en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013

2.4.2. Hipótesis específicos

- Los factores que generan estrés en la dimensión académica, son moderados en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013

- Los factores que generan estrés en la dimensión clínica, son moderados en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013

- Los factores que generan estrés en la dimensión social, son moderados en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013

- Los factores que generan estrés en la dimensión personal, son de un nivel alto, en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013

2.5 VARIABLES

2.5.1 Definición conceptual de la variable

El estrés es una afección que se presente comúnmente en la persona y con mayor razón en los estudiantes, por la sobrecarga académica, el exceso de trabajo, cruce de horarios, etc.

2.5.2 Definición operacional de la variable

Estrés en el área académica: Es frecuente en los alumnos ya que suele atribuírseles mucho trabajo, y coincidiendo con el inicio de las prácticas clínicas de enfermería, se convierte en un factor estresor.

Estrés en el área clínica: Siendo esta área, en la cual el alumno de enfermería se va a desempeñar y ejecutar los conocimientos adquiridos en la teoría, en la casa universitaria, es normal que le genera cierto nivel de ansiedad y estrés.

Estrés en el área social: Implica la relación con sus docentes, compañeros, la relación que el alumno tiene consigo mismo.

Estrés en el área personal: Vemos pues que diversos elementos del alumno, pueden también originarle estrés como por ejemplo sus miedos y temores, la implicación emocional que pueda desarrollar el alumno, la economía, etc.

2.5.3 Operacionalización de variable

Variable	Dimensiones	Indicadores
Factores que generan estrés	Dimensión Académica	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento teórico • Conocimientos técnicos y habilidades
	Dimensión Clínica	<ul style="list-style-type: none"> • Actitud personal del alumno • Relación enfermera – paciente • Responsabilidad en al practica
	Dimensión Social	<ul style="list-style-type: none"> • Relación con docentes y/o tutores. • Relación con los compañeros • Conflictos interpersonales
	Dimensión Personal	<ul style="list-style-type: none"> • Implicación emocional • Situaciones de saturación • Miedo a lo desconocido • Capacidad de resolución de problemas.

CAPITULO III: METODOLOGÍA

3.1 TIPO Y NIVEL DE LA INVESTIGACIÓN

Tipo de la Investigación: Es de tipo no experimental porque no se busca manipular a la muestra, sino solo se va a analizar situaciones ya existentes.

Nivel de la Investigación: Es de nivel descriptivo, ya que describió una solución y/o un hecho en este caso las situaciones que generan estrés en los estudiantes e Il Ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería.

Es de corte Transversal porque se dio en un tiempo y espacio determinado.

3.2 DESCRIPCIÓN DEL ÁMBITO DE LA INVESTIGACIÓN

El estudio se realizó en la UAP, en la Facultad de Medicina Humana y Ciencias de la Salud, en la Escuela Profesional de Enfermería, ubicado en el distrito de Surco, en Av. Las Gardenias cuadra 3, la cual tiene a su cargo la formación de enfermeros, basado en principios humanísticos y

tecnológicos capacitados para ejercer las funciones: asistencial, docencia, administración e investigación.

La formación se desarrolla en cinco años, con asignaturas de ciencias básicas, correlacionadas y profesionales concluyendo la formación con el internado de duración de un año.

3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

Para la presente investigación; la población estuvo constituida por 95 estudiantes matriculados en el Periodo Académico 2013 – II del II ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas.

II CICLO	Sección	N° de estudiantes
	01	55
	02	40

La muestra fue de manera no probabilística e intencional ya que solamente se consideró a los 95 estudiantes matriculados del II ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas.

Los criterios de inclusión son:

- Estudiantes del II ciclo de enfermería de la UAP, que vayan a iniciar sus prácticas clínicas.
- Estudiantes del II ciclo de enfermería de la UAP, de ambos sexos.

- Estudiantes del II ciclo de enfermería de la UAP, que deseen voluntariamente participar del estudio.

Los criterios de exclusión son:

- Estudiantes del II ciclo de enfermería de la UAP, que no deseen participar en el estudio.
- Estudiantes del II ciclo de enfermería de la UAP, que han estudiado en otras universidades o continúen estudios por segunda profesión.
- Estudiantes del II ciclo de enfermería que se encuentren matriculados en la sección 1 y no sean mayores de 18 años.
- Estudiantes de enfermería de la UAP, de otros ciclos.

3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

La técnica que se utilizó es la encuesta, utilizando como instrumento el cuestionario KEZKAK, que mide estresores de las prácticas clínicas en estudiantes de enfermería. Compuesto por 27 ítems que reflejan distintas situaciones potencialmente estresantes a las que pueden enfrentarse los alumnos en la realización de sus prácticas clínicas. Para cada ítems se establecen tres respuestas en una escala tipo Likert (nunca= 1; a veces=2; siempre= 3). Se ha considerado estrés en todos aquellos ítems que obtuviesen una puntuación media igual o superior a 49 puntos.

3.5 VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Este instrumento fue validado por X. Zupiria Gorostidi mediante un estudio para validar el cuestionario KEZKAK.

Este instrumento presenta una alta consistencia interna (alfa de Cronbach= 0,95), una fiabilidad considerable (0,72 a los dos meses y 0,68 a los seis meses) y una validez concurrente aceptable. Está compuesto por 41 ítems de las cuales sólo se tomó 27 ítems de acuerdo a la realidad que reflejan distintas situaciones potencialmente estresantes a las que pueden enfrentarse los estudiantes durante sus prácticas clínicas.

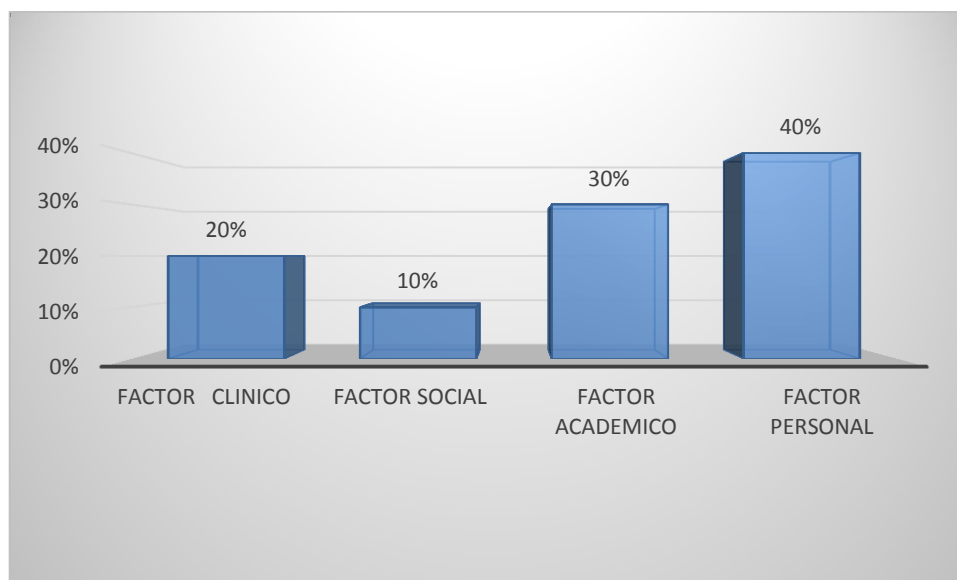
3.6 PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS

Para llevar a cabo el presente estudio se realizaron los trámites administrativos mediante un oficio dirigido a la directora de la Escuela Profesional de Enfermería, la Dra. Fernanda Gallegos de Bernaola, a fin de obtener permiso para realizar esta investigación en las instalaciones de la Facultad de Medicina Humana y Ciencias de la Salud, posteriormente se hizo la coordinación con la profesora que tiene a su cargo el curso de fundamentos de enfermería que es del II ciclo, para darle a conocer los fines del estudio e iniciar la recolección de datos considerando una duración de promedio de 20 minutos. Luego de concluir la recolección de datos estos fueron procesados en forma manual de acuerdo a los códigos asignados según escala tipo Likert (nada =, algo = 1, bastante = 2 y mucho = 3), así como la tabla matriz a fin de que luego sean presentados en gráficos y/o tablas estadísticas. Para la medición de la variable se utilizó el cuestionario de KEZKAK

CAPITULO IV: RESULTADOS

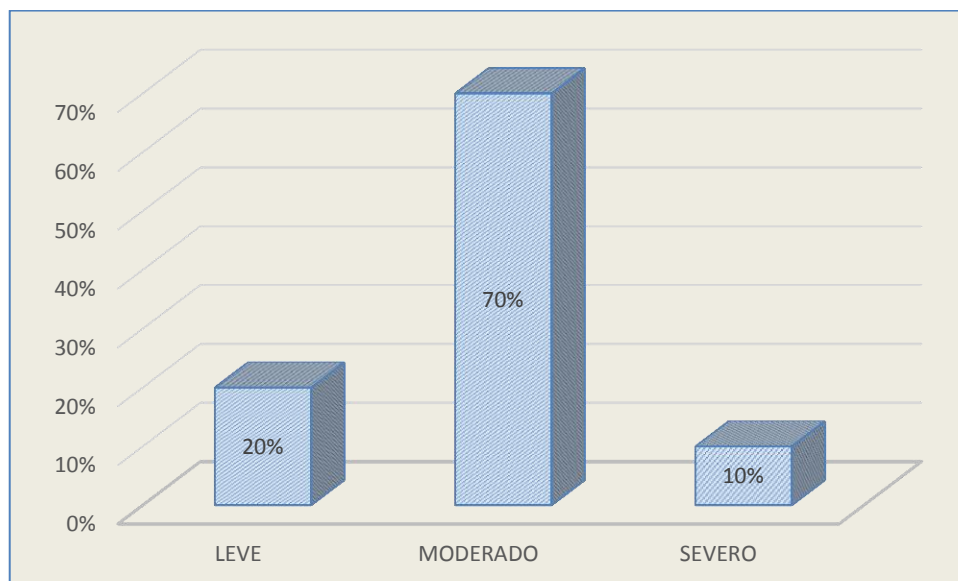
ANÁLISIS ESTADÍSTICO DESCRIPTIVO

GRAFICO 1: FACTORES QUE GENERAN ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES QUE INICIAN SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS PRE-PROFESIONALES DEL II CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS. SURCO – 2013



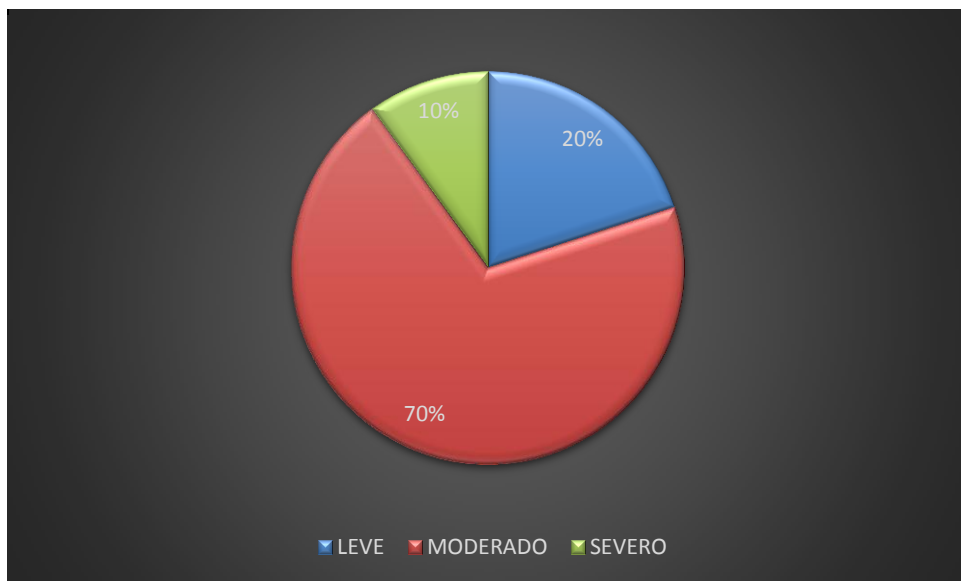
Análisis: el factor personal es el que causa mayor estrés en los estudiantes con un 40% lo que indica que los estudiantes evidencian distintos problemas de tipo emocional y económico, otro factor que origina estrés es el académico con un 30% lo que demuestra que los estudiantes viven presionados por los continuos trabajos y evaluaciones, asimismo vemos que el factor social presenta un 10% mientras que el factor clínico un 20%.

GRAFICO 2: NIVEL DE ESTRÉS EN LA DIMENSIÓN ACADÉMICA, DE LOS ESTUDIANTES QUE INICIAN SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS PRE-PROFESIONALES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS EN SURCO- 2013



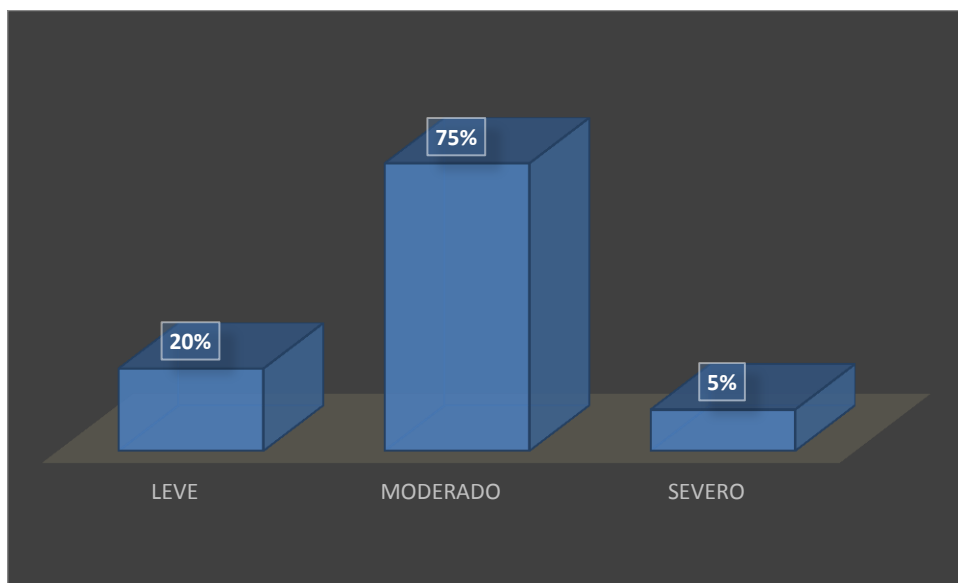
Análisis: Podemos observar que la dimensión académica presenta un 70% moderado de estrés lo que indica que la parte académica es un estresor significativo, asimismo vemos que existe un 20% presenta un leve nivel estrés leve y 10% severo lo que demuestra que es mínima la diferencia con respecto a la severidad del estrés

GRAFICO 3: NIVEL DE ESTRÉS EN LA DIMENSIÓN CLÍNICA, EN ESTUDIANTES QUE INICIAN SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS PRE-PROFESIONALES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS EN SURCO- 2013



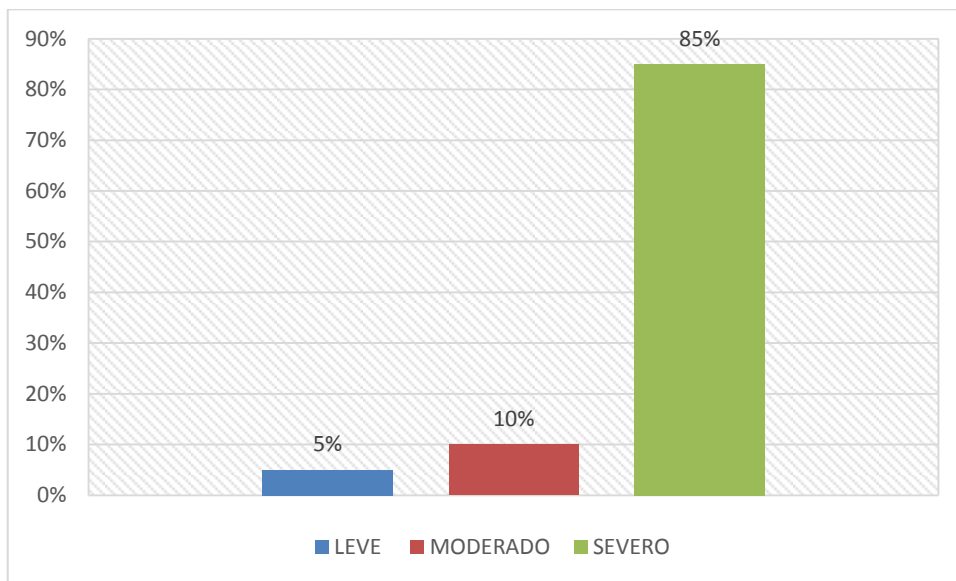
Análisis: Observamos que los estudiantes tienen un factor de estrés moderado del 70% en sus prácticas clínicas ya que la mayoría de ellos mencionan a que tiene temor a equivocarse en administración de la medicina y preocupación hacer mal los procedimientos y perjudicar al paciente. Mientras que un 20% es leve y 10% severo.

GRAFICO 4: NIVEL DE ESTRÉS EN LA DIMENSIÓN SOCIAL, EN ESTUDIANTES QUE INICIAN SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS PRE-PROFESIONALES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS EN SURCO- 2013



Análisis: Observamos que existe un 75% de estrés moderado de los estudiantes en relación a la dimensión social porque la mayoría de ellos manifiesta que la existencia de una buena relación entre sus compañeros y docente asimismo vemos una disminución de la severidad del estrés en un 5% y leve 20%.

GRAFICO 5: NIVEL DE ESTRÉS EN LA DIMENSIÓN PERSONAL, EN ESTUDIANTES QUE INICIAN SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS PRE-PROFESIONALES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS EN SURCO- 2013



Análisis: Respecto a la dimensión personal los estudiantes evidencian mayor severidad de estrés, ya que se tuvo un 85% de los cuales manifiestan tener preocupación por algún factor (dinero, horarios, lugar de práctica) asimismo se tuvo un 10% en estrés moderado y 5% leve.

CAPITULO V: DISCUSIÓN

En el **Grafico 1** los factores de estrés que determinan los estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre- profesionales de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas son las dimensiones académicas, clínicas, social y personal este último causa mayor estrés en los estudiantes con un 40% lo que indica que los estudiantes evidencian distintos problemas de tipo emocional y económico, otro factor que origina estrés es el académico con un 30% lo que demuestra que los estudiantes viven presionados por los continuos trabajos y evaluaciones, asimismo vemos que el factor social presenta un 10% mientras que el factor clínico un 20% estos resultados en términos globales. **Mtra Irene C, Carrillo Saucedo, DR. Oscar Armando (2009)**, Ciudad de Juárez- México concluye que los estilos de Afrontamiento pueden ser modificados con mayor facilidad y en menor tiempo. En caso de hacer algún tipo de intervención con recursos limitados, el esfuerzo debería enfocarse en ayudar a los estudiantes en modificar el estilo de afrontamiento de valoración negativa” (8).

En el **Grafico 2** Podemos observar que la dimensión académica presenta un 70% moderado de estrés lo que indica que la parte académica es un estresor significativo, asimismo vemos que existe un 20% presenta un leve nivel estrés leve y 10% severo lo que demuestra que es mínima la diferencia con respecto a la severidad del estrés. **Amat Pug, Verónica y Cristina Fernández Gonzaga,**

(2008), en la Ciudad de **Alicante- España** concluyo que la excitabilidad cognitiva predomina frente a otras manifestaciones. En cuento a la edad existe una relación inversa, es decir a medida que aumenta la edad, disminuye el estrés cognitivo...” (10).

En el **Grafico 3** : Observamos que los estudiantes tienen un factor de estrés moderado del 70% en sus prácticas clínicas ya que la mayoría de ellos mencionan a que tiene temor a equivocarse en administración de la medicina y preocupación hacer mal los procedimientos y perjudicar al paciente. Mientras que un 20% es leve y 10% severo **XabierZupiria, JoseUranga, José Alberdi (2006)**.concluyo que las principales fuentes de estrés de la práctica clínica para los estudiantes de enfermería son las mismas al principio y al final de la carrera. La variación observada en la importancia de las fuentes de estrés (12)

CONCLUSIONES

- Los factores de estrés que determinan en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre- profesionales de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas son las dimensiones académicas ,clínicas, social y personal este último causa mayor estrés en los estudiantes con un 40% lo que indica que los estudiantes evidencias distintos problemas de tipo emocional y económico, otro factor que origina estrés es el académico con un 30% lo que demuestra que los estudiantes viven presionados por los continuos trabajos y evaluaciones, asimismo vemos que el factor social presenta un 10% mientras que el factor clínico un 20% estos resultados en términos globales
- Se concluye que la dimensión académica presenta un 70% moderado de estrés lo que indica que la parte académica es un estresor significativo, asimismo vemos que existe un 20% presenta un leve nivel estrés leve y 10% severo lo que demuestra que es mínima la diferencia con respecto a la severidad del estrés
- En las prácticas clínicas se tuvo un estrés moderado del 70% ya que la mayoría de ellos mencionan a que tiene temor a equivocarse en administración de la medicina y preocupación hacer mal los procedimientos y perjudicar al paciente. Mientras que un 20% es leve y 10% severo.
- Observamos que existe un 75% de estrés moderado de los estudiantes en relación a la dimensión social porque la mayoría de ellos manifiesta que la existencia de una buena relación entre sus compañeros y docente asimismo vemos una disminución de la severidad del estrés en un 5% y leve 20%
- Finalmente respecto a la dimensión personal los estudiantes evidencian mayor severidad de estrés, ya que se tuvo un 85% de los cuales manifiestan tener preocupación por algún factor (dinero, horarios, lugar de práctica) asimismo se tuvo un 10% en estrés moderado y 5% leve.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda tener dentro de la escuela un Backup de los datos y perfiles psicológicos de los estudiantes a fin de poder ayudarlos en temas de estrés teniendo en cuenta descentralizar el servicio psicopedagógico de nuestra universidad.
- Desarrollar talleres de relajación con los estudiantes a fin de poder controlar el estrés dentro de las prácticas clínicas.
- Aumentar las actividades culturales en nuestros estudiantes a fin de poder ayudarlos en el control del estrés.
- Se recomienda tener un programa de tutoría que no solo se ocupe en atención única cognitiva sino en un apoyo de ayuda personal ya que nuestros estudiantes presentan diversos problemas y una ayuda de consejería fortalecería la inteligencia emocional de nuestros estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Rodríguez, R.A, Durán, MJP, Fernández Quinteiro MI. A. Situaciones de las prácticas clínicas que provocan estrés en los estudiantes de enfermería. Revegloab (Revista en línea).
2. Rodríguez, R.A, Durán, MJP, Fernández Quinteiro MI. A. Situaciones de las prácticas clínicas que provocan estrés en los estudiantes de enfermería. Revegloab (Revista en línea).
3. Cuenca Al. C; Gómez de Zamora C, Rodríguez Aguilera C, Vivo Ortega I, Castellanos Rainero RM, Sánchez Donaire A. Estresores y ansiedad de los estudiantes de enfermería en sus primeras prácticas clínicas. Nure (Revista en línea, 2010).
[Http://www.fuden.es/FICHEROS_ADMINISTRADOR/INV_NURE46_proyecto_estresorep.pdf](http://www.fuden.es/FICHEROS_ADMINISTRADOR/INV_NURE46_proyecto_estresorep.pdf)
4. Jessica Magaly Inga Espinoza. Nivel de vulnerabilidad frente al estrés en estudiantes del primer año de enfermería, UNMSM (Tesis para optar el título de Licenciada en enfermería.) Lima UNMSM; 2009.
5. Xabier Zupiria-G, Uranga Iturrioz J, Alberdi Ericea J, Barandiaran Lasaa, Xavier Huitzi E y Sanz Cascanteb X. Fuentes de estrés en la práctica clínica de estudiantes de enfermería evolución a lo largo de la diplomatura. El sevier (Revista en línea, 2006).
6. Betancur López S, González Ramírez M. Proceso Enseñanza-Aprendizaje y satisfacción de estudiantes y docentes del programa de enfermería de la universidad de Caldas, con las prácticas clínicas y comunitarias.
7. Carrillo Saucedo I, Esparza del Villar A, Quiñonez Soto J. y Montañez Alvarado. Predictores de estrés en estudiantes de post básico de enfermería. Revista ICSAUAEH (Revista en línea, 2009).

ANEXOS

**ANEXO 1
MATRIZ DE CONSISTENCIA**

TÍTULO : SITUACIONES QUE GENERAN ESTRÉS EN ESTUDIANTES QUE INICIAN SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS PRE-PROFESIONALES DEL II CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UAP, SURCO-2013.

Problema	Objetivos	Variable	Dimensiones	Indicadores
<p align="center">¿Cuáles son los factores que generan estrés en los estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales del II ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas. Surco - 2013?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar los factores que generan estrés en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre- profesionales de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013</p> <p>Objetivos Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar el nivel de estrés en la dimensión académica, de los estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre- profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013 • Determinar el nivel de estrés en la dimensión clínica, en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre- profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la 	<p>Factores que generan estrés en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre- profesionales es del II ciclo</p>	<p align="center">Dimensión académica</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocimiento teórico ▪ Conocimientos técnicos y habilidades
			<p align="center">Dimensión clínica</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Actitud personal del alumno ▪ Relación enfermera – paciente ▪ Responsabilidad en la practica
			<p align="center">Dimensión Social</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Relación con docentes y/o tutores. ▪ Relación con los compañeros ▪ Conflictos interpersonales

	<p>Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar el nivel de estrés en la dimensión social , en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre- profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013 • Determinar el nivel de estrés en la dimensión personal , en estudiantes que inician sus prácticas clínicas pre-profesionales de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en Surco- 2013 			
			<p>Dimensión personal</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Implicación emocional ▪ Situaciones de saturación ▪ Miedo a lo desconocido ▪ Capacidad de resolución de problemas.

ANEXO 2

INSTRUMENTO: CUESTIONARIO

Cuestionario Bilingüe de Estresores de los Estudiantes
de Enfermería en las Prácticas Clínicas

PRESENTACIÓN

Tenga Ud. Buen día, mi nombre es Vanessa Gamarra Quispe, estudiante de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, me encuentro realizando una investigación de las situaciones que generan estrés en estudiantes que inician sus prácticas clínicas Pre-Profesionales.

El cuestionario es individual y anónimo. Agradezco anticipadamente su gentil colaboración para el logro del presente trabajo. Cabe mencionar que los resultados serán de uso exclusivo para la investigación.

INSTRUCCIONES:

A continuación Ud. encontrará una serie de cuestiones acerca de las situaciones que pueden estresar en las prácticas clínicas.

Lea cada frase y asígnele una puntuación de 0 a 2 (1: Nunca; 2: A veces; 3: siempre) dependiendo de las preocupaciones de cada uno. No hay respuestas buenas ni malas. No emplees demasiado tiempo en cada frase y contesta señalando la respuesta que mejor describa tu preocupación.

1. Datos Generales

FECHA: ____/____/____

1. EDAD _____

2. CICLO _____

3. TURNO _____

4. GENERO

1. MASCULINO

2. FEMENINO

3. ¿TIENES OTROS ESTUDIOS ACADÉMICOS RELACIONADOS CON LA SALUD?

1. SI

2.NO

4. ¿HAS TRABAJADO ALGUNA VEZ?

1. SI

2.NO

1. ¿EN QUÉ CATEGORÍA?

Enunciados:

PRINCIPALES ESTRESORES EN EL AREA CLINICO		0	1	2
		NUNCA	AVECES	SIEMPRE
1	Ha Ud. le preocupa hacer mal los procedimientos y perjudicar al paciente.			
2	Ud. A sentido que no puedes responder a las expectativas del paciente			
3	Piensa Ud. que puede ocasionarle daño físico y psicológico al paciente.			
4	Le preocupa a Ud. que el paciente te trate mal.			
5	Ha Ud. le preocupa la personalidad y carácter de los profesionales de la salud.			
6	Ha Ud. le preocupa contagiarte de alguna enfermedad durante tus prácticas clínicas.			
7	Tiene Ud. miedo de confundirte de medicación y provocar algún daño al paciente.			

8	Tiene Ud. miedo de pincharte con una aguja y contraer alguna enfermedad.			
PRINCIPALES ESTRESORES EN EL AREA PERSONAL				
9	Tiene Ud. Algún tipo de conflictos con sus compañeros de clase.			
10	Se ha sentido preocupada(o) por algún factor (dinero, horarios, lugar de práctica) que puede afectar tus prácticas clínicas.			
11	Ha sentido Ud. preocupación, ansiedad por el inicio de tus prácticas clínicas.			
12	Tiene Ud. miedo de iniciar tus prácticas clínicas porque no conoces el ambiente hospitalario.			
13	Ha Ud. Le preocupa que los profesores te pregunten y no sepas que responder.			
14	Siente Ud. Que es una persona competente.			
PRINCIPALES ESTRESORES EN EL AREA ACADÉMICO				
15	Ha Ud. Le produce estrés la sobrecarga de tareas, trabajos universitarios.			
16	Ud. Dedicar bastante tiempo a sus estudios			
17	Planifica Ud. sus horarios de estudio.			
18	Entiende Ud. los temas que se tratan en clase.			

19	Ha Ud. Le preocupa que las exigencias académicas se han más altas con el inicio de las prácticas clínicas.			
20	Ha Ud. Le preocupa los Criterio de los docentes al asignarte a los pacientes.			
21	Ha Ud. Le preocupa que el docente le pueda dar órdenes contradictorias a la teoría que se explicó en clase.			
22	Ha Ud. Le preocupa que el docente te deje solo en la práctica.			
PRINCIPALES ESTRESORES EN EL AREA SOCIAL				
23	La relación de Ud. con el docente es buena			
24	Ha Ud. Le brinda su docente la confianza para consultar cosas que no sabes			
25	Su relación con los compañeros es de confianza.			
26	Existe entre tus compañeros y Ud. una buena relación			
27	Ud. Se comunica con más de la mitad de tus compañeros del área clínica.			