



*Aseorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.
José María Pino Suárez 400-2 esq a Lerdo de Tejada, Toluca, Estado de México. 7223898475*

RFC: AT1120618V12

Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<http://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticaayvalores.com/>

Año: IX Número: 2. Artículo no.:30 Período: 1ro de enero al 30 de abril del 2022.

TITULO: Estrés académico y educación híbrida en estudiantes universitarios en tiempos de la nueva normalidad educativa.

AUTORA:

1. Dra. Verónica Guadalupe Jiménez Barraza.

RESUMEN: El objetivo de la investigación fue develar y describir el estrés académico y la educación híbrida en estudiantes universitarios de enfermería en tiempos de la nueva normalidad. Para el análisis del estudio, se utilizaron referencias teóricas sobre el estrés académico y su relación con el COVID-19, utilizando el abordaje metodológico cualitativo. Después de realizar la recolección de los datos, el análisis de la información con los participantes durante la entrevista y a través del análisis de contenido, surgieron los significados de 4 categorías teóricas: Categoría 1: Modelo híbrido de aprendizaje. Categoría 2: Estrés, distanciamiento social y regreso seguro a la universidad. Categoría 3: Estrés y aprendizaje en línea, y Categoría 4: Regreso presencial a la universidad y al hospital.

PALABRAS CLAVES: estrés académico, educación híbrida y nueva normalidad.

TITLE: Academic stress and hybrid education in university students in times of the new educational normality.

AUTHOR:

1. PhD. Verónica Guadalupe Jiménez Barraza.

ABSTRACT: The objective of the research was to reveal and describe academic stress and hybrid education in university nursing students in times of the new normal. For the analysis of the study, theoretical references on academic stress and its relationship with COVID-19 were used, using the qualitative methodological approach. After collecting the data, analyzing the information with the participants during the interview and through content analysis, the meanings of 4 theoretical categories emerged: Category 1: Hybrid learning model. Category 2: Stress, social distancing, and safe return to college. Category 3: Stress and online learning, and Category 4: Face-to-face return to university and hospital.

KEY WORDS: academic stress, hybrid education and a new normal.

INTRODUCCIÓN.

El 18 de octubre de 2021 se reanudaron las clases presenciales bajo un plan de acción integral en cada escuela, facultad y extensión académica de la Universidad, que contempla las medidas de seguridad y lineamientos a seguir para el cuidado de la salud de toda la comunidad universitaria bajo un modelo híbrido de aprendizaje, luego de la suspensión de clases presenciales que duro 20 meses debido al confinamiento educativo por la pandemia por COVID-19.

Para un regreso seguro a las actividades académicas presenciales, la unidad académica de enfermería puso en práctica una serie de disposiciones que implementó el comité de salud interno como la instalación de filtros sanitarios al ingreso al campus universitario, el uso permanente y correcto del cubrebocas, la dotación de material y equipo como gel alcoholado, termómetros digitales, jabón, la desinfección permanente de espacios y mobiliario, y la señalética para la definición de rutas de entrada y salida.

El estrés académico es el malestar que el estudiante presenta debido a factores físicos, emocionales, ya sean de carácter interrelacional, intrarrelacional o ambientales que pueden ejercer una presión significativa en la competencia individual para afrontar el contexto escolar en el rendimiento

académico, habilidad metacognitiva para resolver problemas, presentación de exámenes, relación con los compañeros y educadores, búsqueda de reconocimiento e identidad, habilidad para relacionar el componente teórico con la realidad específica abordada (Martínez & Gómez, 2007).

Barraza (2020), citado por González (2020), comenta que las medidas de distanciamiento social, el confinamiento, el miedo al contagio y la suspensión de actividades sociales, laborales y recreativas, han generado niveles altos de estrés en la población mexicana; explica que este síndrome es un mecanismo adaptativo de los seres humanos, constituido por tres momentos: percepción, reacción y acción como respuesta:

- a) El inicio de este proceso se da cuando el ser humano percibe las situaciones que representan un riesgo, una amenaza o un peligro para su integridad personal.
- b) Ante esta situación potencialmente peligrosa, se presentan en el ser humano una serie de reacciones que sirven como alarma del inminente peligro que se cierne sobre él.
- c) Una vez identificada la situación potencialmente generadora de peligro y estando el cuerpo preparado para actuar, sobreviene la acción para conservar su integridad personal.

Las variables asociadas al síndrome se han identificado, bien desde planteamientos teóricos, o bien desde estudios empíricos, y podrían categorizarse en términos de su naturaleza en:

- a) Variables del contexto académico.
- b) Variables del contexto ambiental y/o social.
- c) Variables intrapersonales (Caballero, Hederich & Palacio, 2010).

Los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería son de tiempo completo, debido al diseño curricular por competencias profesionales integradas. Podemos afirmar, que el diseño es de turnos mixtos en el sentido de que los estudiantes que cursan sus unidades de aprendizaje en el turno matutino, estos asisten por las tardes a sus prácticas de experiencia clínica y comunitaria del área de enfermería; según corresponda de acuerdo a su grado escolar y viceversa, los estudiantes que cursan sus unidades

de aprendizaje en el turno vespertino, realizan sus prácticas clínicas y comunitarias durante el turno matutino (Garay, Santos, Félix, Beltrán y Jiménez, 2018).

DESARROLLO.

Las variables asociadas al estrés académico son muy diversas, y en el ámbito académico, se han estudiado los factores que pueden restringir o facilitar el desempeño académico del estudiante. Diferencian entre las variables consideradas “obstáculos” (factores del contexto académico que dificultan el desempeño del estudiante), y los llamados “facilitadores” (factores del contexto académico que posibilitan el buen funcionamiento y ayudan a mitigar los obstáculos). Entre las primeras, se destacan las dificultades en el servicio de reprografía, el realizar o dejar demasiadas tareas, los horarios de clase muy cargados y muchos créditos por programa. Entre los facilitadores anotan el adecuado servicio de biblioteca, el compañerismo, el apoyo social de la familia y los amigos, así como recibir becas de estudio (Salanova & Llorens, 2008).

La pandemia del COVID-19 añade un grado más de complejidad a la educación superior en América Latina y el Caribe, que viene de enfrentar retos no resueltos, como son el crecimiento sin calidad, inequidades en el acceso y en los logros, y la pérdida progresiva de financiamiento público. Ante este escenario, se recomienda anticiparse a una suspensión de larga duración, centrando los esfuerzos en asegurar la continuidad formativa y garantizar la equidad, generar mecanismos de gobierno, monitoreo y apoyo eficientes; diseñar medidas pedagógicas para evaluar formativamente y generar mecanismos de apoyo al aprendizaje de los estudiantes en desventaja; documentar los cambios pedagógicos introducidos y sus impactos; aprender de los errores y escalar la digitalización, la hibridación y el aprendizaje ubicuo; así como promover la reflexión interna sobre la renovación del modelo de enseñanza y aprendizaje (IESALC, 2020).

Las restricciones causadas por intervenciones no farmacéuticas como el distanciamiento social también han impactado la educación en todos los niveles, y continuarán haciéndolo durante al menos varios meses, ya que los estudiantes y los maestros no pueden reunirse físicamente en las escuelas y universidades. Estas limitaciones en la capacidad de reunirse durante una pandemia, prolongada probablemente, limitarán las oportunidades para que los estudiantes aprendan durante el período de distanciamiento social; es bien sabido, que el tiempo dedicado al aprendizaje, o tiempo de aprendizaje, es uno de los predictores más confiables de la oportunidad de aprender (Reimers & Schleicher, 2020).

La situación epidemiológica actual ha acelerado y anticipado muchos cambios que se reflejan en los recursos adaptativos y de afrontamiento generados y puestos en marcha no solo para mantener la actividad docente, sino para garantizar su calidad, y por supuesto, para mantener viva una de las tareas sociales conferidas a la universidad.

En ese sentido, la experimentación de nuevas formas de hacer docencia propuesta desde hace tiempo dejó de ser un planteamiento y se transformó en una necesidad que acompaña a los novedosos modelos de desarrollo social que coadyuvan a atender las indicaciones de confinamiento social para evitar mayores daños a las personas y al propio ambiente al pasar de la educación presencial a modalidades mediadas por el uso de las TIC (Madueña, 2021).

La pandemia de COVID-19 sorprendió a todo el sistema educativo mexicano, en particular a las instituciones de educación superior, las cuales no contaban con un programa de capacitación en formación y actualización docente en competencias digitales. El personal docente se adaptó en tiempo record a la formación profesional en línea y los estudiantes a recibir clases y asesorías desde la conexión de internet en casa.

Las universidades están obligadas a implementar políticas públicas para pasar del aprendizaje basado en modelos educativos presenciales a modelos educativos innovadores como el blended-learning o

e-learning con un curriculum semi-flexible o flexible, centrado en el aprendizaje y el desarrollo de competencias (Garay, 2021).

Material y Método.

El presente trabajo de investigación es un estudio de abordaje cualitativo, el cual consiste en la descripción detallada de situaciones, eventos, personas, interacciones y comportamientos que son observables; incorpora lo que los participantes dicen, sus experiencias, actitudes, creencias, pensamientos y reflexiones tal y como son sentidos y expresados por ellos, y no como el investigador lo describe (Hernández, Fernández & Baptista, 2016).

Para contactar a los entrevistados, se utilizó el muestreo teórico en virtud de su disposición para suministrar información exhaustiva. Se seleccionaron a diez estudiantes entre las edades de 20 a 24 años, de cuarto grado del turno matutino de la Licenciatura en Enfermería. Se adoptaron, de manera integrativa y sistémica, las especificaciones de Strauss y Corbin (2002) para codificar, clasificar y categorizar toda la data generada por el estudio, específicamente las estrategias de codificación abierta (ubicación de conceptos y categorías similares en cuanto a propiedades y dimensiones), codificación axial (estructuración y relación entre categorías) y la codificación selectiva (integración de categorías en función de un concepto nuclear ordenador).

Resultados.

En este apartado se presentan los resultados obtenidos en las entrevistas realizadas con el principio de saturación teórica relacionados con el tema en estudio, a través de la entrevista individual a profundidad y la observación participante, con el diálogo establecido entre la investigadora y los estudiantes universitarios.

Después de realizar la recolección de los datos, el análisis de la información con los participantes durante la entrevista y a través del análisis de contenido, surgieron los significados de cuatro categorías teóricas:

Categoría 1. Modelo híbrido de aprendizaje.

Categoría 2. Estrés, distanciamiento social y regreso seguro a la universidad.

Categoría 3. Estrés y aprendizaje en línea.

Categoría 4. Regreso presencial a la universidad y al hospital.

Categoría 1: Modelo híbrido de aprendizaje.

“[...] En este tiempo, lo mejor es combinar las clases en línea con las clases presenciales, para el logro de los objetivos el programa” Est-M-01.

“[...] Es tiempo también de combinar las practicas clínicas en el hospital, así como las clases en línea” Est-F-01.

“[...] Considero que debemos transitar aún más a lo presencial, ya que un solo día a la semana no es suficiente y menos en una carrera practica como esta” Est-M-02.

“[...] Esta muy bien la estrategia que se implementó de dividir a los grupos en un 50% para poder regresar a la universidad con medidas de sana distancia y seguir conectados los otros días desde casa” Est-F-02.

“[...] Combinar las acciones de la plataforma Moodle con el reforzamiento en aula es una buena estrategia de la universidad para mejorar nuestro proceso de aprendizaje” Est-M-03.

La pandemia, al imponer una distancia física en los sistemas educativos, y especialmente en los niveles de educación superior, impulsó nuevos procesos educativos al promover un traslado desde la educación presencial tradicional hacia nuevas formas de educación mediadas por internet, y con ello, a una educación híbrida al ampliar la diversidad de formas digitales de acceso a la educación. Tal proceso se produjo gracias a la generalización de aplicaciones que permiten una educación virtual sincrónica a través de internet, que aumentan opciones en la educación a distancia, y por ende, las multimodalidades en la educación digital, sentando las bases de un nuevo modelo educativo

de carácter híbrido como formato derivado de las tendencias en curso a una sociedad digital y de la diferenciación de modalidades digitales (Rama, 2020).

Categoría 2. Estrés, distanciamiento social y regreso seguro a la universidad.

“[...] Lo que más me estresa del regreso a la universidad es que no se cumple la sana distancia al interior del aula y mucho menos en el transporte público” Est-M-01.

“[...] Siento mucho agotamiento y cansancio de trabajar solo en línea, el regresar a la universidad a las actividades presenciales fue lo mejor” Est-F-01.

“[...] Prefiero seguir con el trabajo en línea, me estresa el hecho de regresar a la universidad, no debemos confiarnos, además ya se han presentado brotes de COVID-19 en algunos grupos” Est-F-02.

“[...] Estuvo bien eso de regresar a clases; sin embargo, es algo que también me estresa sobre todo cumplir con la sana distancia, ya que no todos estamos comprometidos con las medidas de seguridad” Est-M-04.

“[...] Me estresa mucho que mis compañeros no usen de manera correcta el cubre bocas, aunque estoy de acuerdo con seguir con las actividades presenciales y seguir también con las actividades en línea” Est-F-05.

Hay cierto nivel de ansiedad que es normal, que tiene que ver con cierta adaptación a responder a la incertidumbre. Es normal sentirnos un poco divididos, que una parte de nosotros se sienta contenta por regresar a las clases presenciales, ver a los compañeros y salir de casa; así como pensar en los dilemas de la vida en esta nueva normalidad. “Frente a la incertidumbre, es importante buscar la información necesaria de aquello que nos preocupa. En este caso, sobre la sana distancia, el número de personas que estarán en un salón, sobre qué pasa sí (pensando en distintos escenarios). Después de vivir una pandemia, es una herramienta de adaptación pensar en escenarios, ya que es una forma de estar preparados para enfrentar distintas circunstancias que se presenten” (Sáenz, 2021).

Categoría 3. Estrés y aprendizaje en línea.

“[...] Me siento muy agotado con el trabajo en la plataforma, principalmente porque me estresa que muy seguido se me va el internet” Est-M-01.

“[...] La maestra casi nunca pone su cámara durante las sesiones y yo tampoco, por lo que ya se volvió esto como algo impersonal y estresante, se podría decir que me conecto solo para registrar mi asistencia” Est-F-01.

“[...] Cuando supe que volveríamos a la escuela, me dio mucho gusto porque extrañaba a la escuela y a mis compañeros, pero lo negativo es que solo es un día y los trabajos en plataforma aumentaron eso definitivamente me estreso” Est-M-03.

“[...] Pienso que ya no deberían de dejar tantos trabajos en línea, hemos estado muy saturados y sobre todo muy estresados con tantos exámenes” Est-F-05.

“[...] La enseñanza en línea ya se volvió muy rutinaria y el único día que estamos asistiendo a la escuela algunos maestros solo quieren estar aplicando examen y no se aprovecha para repasar los contenidos que revisamos en casa y que tenemos algunas dudas o preguntas” Est-M-04.

Los docentes, dadas las circunstancias actuales, deben adaptarse a un cambio en la enseñanza, que indudablemente, necesita habilidades diferentes a las requeridas en la enseñanza presencial. Muchos de los profesores, además, tuvieron dificultades en su proceso de adaptación; por ello, una de las repercusiones características de este grupo fue la sobrecarga académica por la inexperiencia en el manejo de las clases virtuales que algunos docentes presentaron. Asimismo, el estrés causado por el proceso de adaptación a la nueva metodología de enseñanza fue otra repercusión latente en estos estudiantes (Villamonte, 2020).

Categoría 4. Regreso presencial a la universidad y al hospital.

“[...] También deberíamos de ir, aunque sea un día a prácticas al hospital, así como lo estamos haciendo con la asistencia a la universidad” Est-M-01.

“[...] Nos falta mucho practicar todo lo que hemos aprendido en el laboratorio, en la universidad, a los hospitales, ya deberían de implementar el regreso seguro” Est-F-01.

“[...] Las prácticas en el laboratorio están bien, prefiero seguir en la universidad y no deseo ir al hospital, ya que se está hablando en todos los medios de comunicación de una cuarta ola de contagios por COVID-19” Est-M-04.

“[...] Como estudiantes de enfermería deberíamos de asistir de manera normal tanto a clases presenciales como a prácticas, ya que no estamos aprendiendo igual que antes” Est-F-02.

“[...] La pandemia llegó para quedarse, ya deberíamos estar en prácticas en todos los hospitales y aprender a cuidarnos y vivir con esto al fin que somos estudiantes de enfermería y tenemos que seguir cuidándonos” Est-F-05.

El regreso a clases presenciales trae varios retos para las Instituciones de Educación Superior, entre estos, proteger la salud de sus estudiantes, mantener la calidad educativa y que los propios jóvenes, que se dieron de baja en algún periodo, vuelvan a estudiar.

La prioridad será balancear la salud con la educación y que los jóvenes continúen con su preparación universitaria, pero para ello se deberá primero recabar datos y conocer de manera minuciosa las afectaciones causadas por la pandemia en el sector educativo (Pompa, 2021).

CONCLUSIONES.

El regreso seguro a las actividades académicas presenciales en las Instituciones de Educación Superior en México requiere de un gran proceso de adaptación de parte de los estudiantes universitarios. En particular, de las carreras de ciencias de la salud como lo es la profesión de enfermería.

Es importante que los estudiantes de pregrado se integren a la modalidad de trabajo híbrido, en donde puedan mezclar las estrategias de aprendizaje y las estrategias de enseñanza de sus facilitadores, así como su desplazamiento de los escenarios de simulación clínica o comunitaria de los laboratorios

escolares a los escenarios de enseñanza reales como lo son los hospitales, centros de salud y los espacios comunitarios.

El estrés académico es una barrera psicológica, que comúnmente se acompaña con síntomas de ansiedad pero que el estudiante de pregrado tiene que afrontar para desarrollar su máximo potencial en el desarrollo del aprendizaje de sus competencias profesionales integradas.

Así mismo, deberá de adquirir herramientas para afrontar o potenciar sus mecanismos de afrontamiento para poder vencer el estrés que le genera la invasión del espacio personal y la violación de la sana distancia por prácticas de promoción de la salud y de autocuidado de sus pares. También es importante que desarrolle la competencia de trabajo colaborativo como estrategia de aprendizaje bajo el modelo de enseñanza híbrida.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.

- 1.- Barraza, A. (2020). El estrés de pandemia (COVID 19) en la población mexicana. Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica S.C, México. Disponible en <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Coronavirus.pdf>
- 2.- Caballero Domínguez, Carmen Cecilia; Hederich, Christian; Palacio Sañudo, Jorge Enrique. (2010). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. Revista Latinoamericana de Psicología; 42(1):131-146. Fundación Universitaria Konrad Lorenz Bogotá, Colombia. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?i80515880012d=>.
- 3.- Garay Núñez, JR, Santos Quintero, MI, Félix Amézquita, MA, Beltrán Montenegro, MC & Jiménez Barraza, VG. (2018). Estrés académico en estudiantes universitarios de enfermería. Paraninfo Digital, 2018; XII(28)e166. Recuperado de: <http://www.index-f.com/para/n28/e166.php>.
- 4.- Garay Núñez, JR. (2021). Representaciones sociales de las competencias docentes en entornos virtuales de aprendizaje en tiempos de pandemia. Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores. Año: VIII, Número: 2. Recuperado de:

<https://www.dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/2551/2589>

5.- González Velázquez, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por COVID-19. ESPACIO I+D, INNOVACIÓN MÁS DESARROLLO, 9(25).

Recuperado de: <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249>.

6.- Hernández S, R. Fernández C, C. & Baptista L, P. (2014). Metodología de la investigación. (6a. ed). México D.F. Editorial. McGraw-Hill.

7.- Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe. (2020). Informe del IESALC analiza los impactos del #covid19 y ofrece recomendaciones a gobiernos e instituciones de educación superior. Recuperado de

<http://www.iesalc.unesco.org/2020/04/14/iesalc-insta-a-los-estados-a-asegurar-el-derecho-a-la-educacion-superior-en-igualdad-de-oportunidades-ante-el-covid-19/>

8.- Madueña Molina, Jesús (2021). Plan de desarrollo institucional con visión de futuro 2025.

Universidad Autónoma de Sinaloa. Recuperado de: http://sau.uas.edu.mx/pdf/PDI_con_vision_de_futuro_2025.pdf

9.- Martínez Díaz, E, y Díaz Gómez, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar.

Educación y educadores, 10 (2), 11-22- Recuperado de: file:///C:/Users/Veronica/Downloads/art%C3%ADculo_redalyc_83410203.pdf.

10.- Rama, C. (2020). La nueva educación híbrida. En Cuadernos de Universidades. – No. 11.

Ciudad de México: Unión de Universidades de América Latina y el Caribe. ISBN de la colección: 978-607-8066-35-3. Recuperado de:

https://www.udual.org/principal/wp-content/uploads/2021/03/educacion_hibrida_isbn_interactivo.pdf.

11.- Reimers, Fernando y Schleicher, Andreas (2020). *Un marco para guiar una respuesta educativa a la pandemia 2020 del Covid-19*, documento, difundido por Enseña Perú.

Recuperadode: https://globaled.gse.harvard.edu/files/geii/files/un_marco_para_guiar_una_respu_esta_educativa_a_la_pandemia_del_2020_del_covid-19_.pdf

12.- Pompa Padilla, A. (2021). Proteger la salud de alumnos, prioridad en regreso presencial a clases. Asociación nacional de universidades e instituciones de educación superior. Recuperado de: http://www.anuies.mx/noticias_ies/proteger-la-salud-de-alumnos-prioridad-en-regreso-presencial-a-clases.

13.- Salanova, M. y Llorens, S. (2008). Estado actual y retos futuros en el estudio del burnout. Papeles del 146 Caballero, Hederich y Palacio. Revista Latinoamericana de Psicología; 29(1):59-67. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77829108>.

14.- Sáenz, P. (2021). Ante regreso a clases, 'normal' que alumnado sienta ansiedad: académica. La mirada de la academia. Opinión, análisis e investigación. Universidad Iberoamericana. Recuperado de: <https://ibero.mx/prensa/ante-regreso-clases-normal-que-alumnado-sienta-ansiedad-academica>

15.- Strauss, A., & Corbin, J. (2002). Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada. Antioquia. Universidad de Antioquia

16.- Villamonte, R. (2020). Los retos de la enseñanza virtual. Recuperado de <http://www.unmsm.edu.pe/noticias/ver/los-retos-de-la-ensenanza-virtual>.

DATOS DEL AUTOR.

1. Verónica Guadalupe Jiménez Barraza. Doctora en Educación por la Universidad del Pacífico Norte. Docente de la Facultad de Enfermería Culiacán de la Universidad Autónoma de Sinaloa. México. Correo electrónico: profe.veronica@hotmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3856-2466>.

ECIBIDO: 8 de septiembre del 2021.

APROBADO: 10 de diciembre del 2021.