



*Asesorías 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. 7223898476*

RFC: ATI120618V12

**Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.**

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

**Año: XI      Número: 3      Artículo no.:76      Período: 1 de mayo al 31 de agosto del 2024**

**TÍTULO:** Estrés asociado a las prácticas clínicas en estudiantes de la Licenciatura en Enfermería.

**AUTORES:**

1. Dra. Jannet Delfina Salgado Guadarrama.
2. Dra. María Eugenia Álvarez Orozco.
3. Dra. Vicenta Gómez Martínez.
4. Lic. Nizarindani Nájera Reyes.
5. Lic. José Javier Aviles Dominguez.
6. Lic. Diego Hernández Baltazar.

**RESUMEN:** La investigación tiene como objetivo determinar si el estrés está asociado con las prácticas clínicas en estudiantes de la licenciatura en enfermería. El estudio se realizó en la “Facultad de Enfermería y Obstetricia” UAEMéx, ciudad de Toluca, Estado de México, tomando en cuenta los turnos matutino y vespertino con un total de 1373 alumnos, de los cuales solo se tomó una muestra aleatoria de 112 alumnos, obteniendo solo respuestas de 97 personas. La investigación es cuantitativa, descriptiva y se aplicó el instrumento de “test de estrés”. Se obtuvo que 37 alumnos presentan un nivel de estrés medio y 60 alumnos presentan un nivel de estrés alto con diferentes manifestaciones físicas. Como resultado, se plantean diferentes sugerencias.

**PALABRAS CLAVES:** estrés psicológico, educación de enfermería, estudiantes.

**TITLE:** Stress associated with clinical practices in the Bachelor of Nursing students.

**AUTHORS:**

1. PhD. Jannet Delfina Salgado Guadarrama.
2. PhD. María Eugenia Álvarez Orozco.
3. PhD. Vicenta Gómez Martínez.
4. Bach. Nizarindani Nájera Reyes.
5. Bach. José Javier Aviles Dominguez.
6. Bach. Diego Hernández Baltazar.

**ABSTRACT:** The objective of the research is to determine if stress is associated with clinical practices in nursing degree students. The study was carried out at the “Faculty of Nursing and Obstetrics” UAEMéx, city of Toluca, State of Mexico, taking into account the morning and afternoon shifts with a total of 1373 students, of which only a random sample of 112 students was taken, getting only responses from 97 people. The research is quantitative, descriptive and the “stress test” instrument was applied. It was found that 37 students present a medium level of stress, and 60 students present a high level of stress with different physical manifestations. As a result, different suggestions are put forward.

**KEY WORDS:** psychological stress, nursing education, students.

**INTRODUCCIÓN.**

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2010) define el estrés como el “conjunto de reacciones fisiológicas que preparan el organismo para la acción”. A nivel mundial, el estrés se considera una de las causas de mayor depresión en la población, y este se ve intensificado por los estilos de vida que llevan las personas; una rutina diaria con exceso de trabajo, en la cual se presenta presión, angustia, y cansancio; es sin duda una causa infalible del estrés, siendo un problema de salud que se ha ido incrementando en la población (Martín, 2007, p. 87-99).

Según García-Moran y Gil-Lacruz, “la respuesta del estrés produce que el organismo ponga en marcha un conjunto de procesos fisiológicos y psicológicos, que lo preparan para actuar en consecuencia y responder a dicha demanda” (2016, p. 254).

“El término estrés se ha convertido en un vocablo habitual de nuestra sociedad actual y constituye una de las experiencias vitales más comunes y conocidas” (Fernández, 2005, p. 19). En el ámbito académico, se desarrolla de una forma profesional teórico-práctico, en el cual le permita brindar cuidados de calidad, pero en la realidad, muchas veces esta se encuentra afectada, siendo que el estudiante se ve vulnerable a diversas situaciones que se presentan en las actividades académicas y la vida cotidiana.

La práctica clínica como un proceso de aprender a cuidar, que se desarrolla a lo largo de los cuatro años de la carrera, “en las prácticas clínicas, los estudiantes están expuestos con frecuencia a factores estresores, ya que el entorno sanitario proporciona muchos estímulos generadores de estrés, debido al contacto con las enfermedades, el dolor, el sufrimiento, la muerte, la necesidad de establecer contacto con diferentes profesionales de la salud, con los usuarios, así como el hecho del nuevo rol que van a desempeñar” (Fernández, 2005, p. 19).

Según Benner, mediante la experiencia adquirida en la práctica, el enfermero aprende a focalizarse y ver lo relevante de cada situación individual y a realizar las acciones que correspondan (Escobar-Castellanos y Jara-Concha, 2019, p. 220).

Las principales fuentes de estrés de los estudiantes de enfermería fueron descritas por Zryewskyj y Davis, quienes comprobaron que el área académica y clínica producía el 78,4% de los acontecimientos académicos estresantes (Zryewskyj y Davis, 1987, p.24).

En este sentido, el campo clínico sigue siendo medular para la preparación profesional de los alumnos.

“En los escenarios clínicos, los estudiantes de enfermería se enfrentan a experiencias de vida intensas, relacionadas con la enfermedad, el dolor, el sufrimiento y la muerte; asimismo, tienen que responder a

las exigencias del contexto institucional, como mayor número de pacientes y carencia de recursos humanos y materiales; todo ello impacta su personalidad por vivencias positivas o negativas, por lo que es frecuente que algunos alumnos enfrenten crisis, particularmente en los primeros semestres” (Zumano, 2005, p.10).

La práctica clínica es un componente vital del currículo de enfermería; sin embargo, tiene lugar en un contexto social complejo; por ello, uno de los actores principales es el docente clínico, quien tiene como función principal orientar y guiar la actividad mental constructiva de los alumnos, a quienes proporcionará una ayuda pedagógica ajustada a sus competencias, que propicien la comprensión y actuación autónoma de los alumnos (Díaz, 2002, p.11).

Durante la práctica clínica, los estudiantes de enfermería con frecuencia se sienten vulnerables en el entorno clínico, debido a que habitualmente cuando llegan a la práctica tienen miedo o angustia al realizar los cuidados a las personas que están hospitalizadas, lo que se advierte como incertidumbre ante sus conocimientos de los cuidados o técnicas y procedimientos en enfermería.

Además del estrés generado por el tránsito en la vida universitaria, los estudiantes de enfermería se encuentran expuestos al estrés que generan las prácticas clínicas y comunitarias en la que se deben enfrentar a exigencias prácticas y teóricas, y a situaciones como la enfermedad, el dolor, el sufrimiento y la muerte. “Los profesionales de enfermería en el campo laboral reportan los índices más altos de estrés; además, varios estudios revelan, que los estudiantes de enfermería experimentan mayor estrés, ansiedad y trastornos del sueño que otros estudiantes universitarios” (García, Labajos y Fernández, 2014, p.13).

El estrés vivido por estudiantes universitarios trae consecuencias físicas, frecuentes e incómodas, y dentro de ellas se encuentran el aumento de la frecuencia cardíaca y la tensión arterial, dificultad para concentrarse, así como dolores de espalda y problemas gastrointestinales (García, Labajos, y Fernández, 2014, p13).

Para Barraza, el estrés académico es un proceso sistémico, adaptativo y principalmente psicológico, que “se presenta de manera descriptiva en tres momentos: primero, el estudiante se ve sometido a situaciones académicas, una serie de demandas que bajo estimación de éste, son consideradas como estresores; segundo, esos estresores provocan un desequilibrio sistémico que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio), y tercero, ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar estrategias de afrontamiento para rehabilitar el equilibrio sistémico” (Barraza, 2009, p.5).

En la Universidad Autónoma del Estado de México, “Facultad de Enfermería y Obstetricia” de la ciudad de Toluca, las prácticas hospitalarias que realizan los estudiantes de esta carrera son con base al programa de educación y conocimientos que brinda la facultad.

Las prácticas hospitalarias son una herramienta para la aplicación de conocimientos impartidos en el aula de clases por parte de los estudiantes; estas prácticas desencadenan un factor de estrés en los alumnos, ya que la teoría como la práctica, siempre tienen que ir en relación, pero no siempre es así, el docente tiene que llevar e impartir el conocimiento teórico de acuerdo a la práctica hospitalaria para que el alumno se vaya formando, y al momento de asistir a la práctica clínica, sea capaz de brindar esos conocimientos de calidad; el estrés que el académico presenta ante las prácticas, es por falta de conocimientos como de práctica, ya que sin la práctica se desarrolla el estrés que puede llegar a generar factores de riesgo en su salud.

En las prácticas clínicas, la mayoría de los/las alumnos/as creen que el estrés va a estar presente en el transcurso de estas, y entre sus temores principales están el considerar que no están preparados, que pueden cometer fallos con los pacientes y el miedo a contagiarse de alguna enfermedad.

## **DESARROLLO.**

### **Material y método.**

El objetivo fue determinar si el estrés está asociado con las prácticas clínicas en estudiantes de la licenciatura en enfermería. El estudio se realizó en la “Facultad de Enfermería y Obstetricia” UAEMéx,

ciudad de Toluca, Estado de México, tomando en cuenta los turnos matutino y vespertino, con un total de 1373 alumnos, de los cuales solo se tomó una muestra aleatoria de 112 alumnos, obteniéndose solo respuestas de 97 personas.

La pregunta que guio la investigación fue *¿Cuál es el estrés asociado a las prácticas clínicas en los estudiantes de la licenciatura en enfermería?*

El presente trabajo se sustentó en la línea de investigación Enfermería y cuidado de la salud, de tipo cuantitativa, descriptiva, ya que describe cómo se distribuye una enfermedad o evento en cierta población, en un lugar y durante un período de tiempo determinado.

Se aplicó el instrumento de “test de estrés” (Erika Villaverde Coz, 2013). En esta investigación, se adaptó a la plataforma “Google Forms”, dando prioridad a la salud y cuidado de los estudiantes por tiempos de pandemia (SARS-COV2). Este instrumento cuenta 31 ítems, que evalúa la gravedad de los síntomas fisiológicos, psicológicas, conductuales, sociales y motivacionales. En cada uno de los ítems, el alumno tiene que elegir una opción entre un conjunto de 5 alternativas ordenadas de menor a mayor gravedad. En cuanto a la calificación, cada ítem se valoró de las siguientes dos formas: la primera de “no manifestó”, los que presentaron tener nada y poco estrés; en la segunda forma fue “sí manifestó”, dando un resultado de nivel medio y elevado de estrés.

## **Resultados.**

Tabla 1. Genero, encuestados de la Facultad de Enfermería.

<b>Género</b>	<b>Encuestados</b>	<b>Porcentaje</b>
Masculino	14	14.5%
Femenino	83	85.5%
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100%</b>

Fuente: Instrumento aplicado Test de estrés.

La tabla 1 muestra que el porcentaje máximo de los encuestados fueron de género femenino con un 85.5%, y de género masculino fue un 14.5%, observando que predomina el género masculino que el femenino.

Tabla 2. Nivel de estrés.

<b>Nivel de estrés</b>	<b>Total</b>
Estrés Bajo	0
Estrés Medio	37
Estrés Alto	60
<b>TOTAL</b>	<b>97</b>

Fuente: Instrumento aplicado Test de estrés.

En la tabla 2, con base al “test de estrés” (Villaverde Coz, 2013), se obtuvo que del nivel de estrés que presentan los alumnos, 37 alumnos presentan un nivel de estrés medio y 60 alumnos presentan un nivel de estrés alto, los cuales presentan diferentes manifestaciones físicas.

Tabla 3. Reacción ante el estrés con respuestas físicas y mentales.

Señale con qué frecuencia tienes las siguientes reacciones físicas, cuando estabas preocupado o nervioso (Reacciones Físicas).	Nunca	Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).	10	87
Fatiga crónica (cansancio permanente).	7	90
Dolores de cabeza o migrañas.	8	89
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	11	86
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	30	67
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	6	91

Nota: Los alumnos pueden presentar más de una reacción.

Fuente: Instrumento aplicado Test de estrés.

La tabla 3 representa, si presenta o no reacciones físicas asociadas al estrés en el alumno, y los resultados obtenidos más relevantes fueron la somnolencia o mayor necesidad de dormir con un total

de 91 respuestas, la fatiga crónica con 90 respuestas, los dolores de cabeza con 89 respuestas, y finalmente, los trastornos de sueño con 87 respuestas.

Tabla 4. Prácticas clínicas con mayor tendencia al desarrollo de estrés.

De las prácticas clínicas que cursaste o estas por cursar, cuál consideras que tiene más impacto en el desarrollo de estrés.		
	No. Alumnos	Porcentaje
Clínica de enfermería básica	40	41.2
Clínica de enfermería en salud reproductiva	19	19.6
Clínica de enfermería en cuidados intensivos	38	39.2
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100</b>

Fuente: Instrumento aplicado Test de estrés.

La tabla 4 muestra que la práctica clínica tiende a desarrollar estrés. En la práctica clínica de enfermería básica, esta puede deberse a ser la primera práctica para realizarse, ya que la mayoría de los alumnos nunca habían tenido contacto con algún hospital previo a presentar su primera práctica clínica.

La práctica clínica en los cuidados intensivos es una clínica de alta complejidad, donde se manejan aparatos electro médicos de alta tecnología y precisión, lo que ocasiona mayor presión, y por ende, mayor estrés.

Tabla 5. Presencia de inquietudes que pueden desencadenar el estrés.

Señale con qué frecuencia te inquietan las siguientes situaciones:	No manifiesta inquietud	Manifiesta inquietud
La competencia con los compañeros del grupo.	28	69
Sobrecarga de tarea y trabajos escolares.	1	96
La personalidad y el carácter del profesor.	7	90



Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).	0	97
El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.).	3	94
No entender los temas que abordan en la clase.	7	90
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.).	8	89
Tiempo limitado para hacer el trabajo.	7	90

Fuente: Instrumento aplicado Test de estrés.

En la tabla 5 se muestran las situaciones que el alumno presenta a lo largo de su trayectoria académica, que le causan o no inquietud; por ejemplo, la sobrecarga de tareas, realización de ensayos, no comprender del todo los temas abordados en el aula, etc., el cual se considera un factor para que el alumno desarrolle estrés.

Las inquietudes que sobresalieron fueron: la evaluación de los profesores con 97 respuestas, la sobrecarga de trabajos con 96 respuestas, los tipos de trabajos que solicitan los profesores con 94 respuestas, tiempo limitado que tienen los alumnos con 90 respuestas, e ineficiencia en conocimientos de los temas abordados en clase con 90 respuestas.

## **CONCLUSIONES.**

De acuerdo con los resultados, los alumnos demostraron padecer estrés en nivel alto (60 alumnos) y medio (37 alumnos), afirmando el objetivo, ya que ninguno de los alumnos presentó la ausencia de estrés durante la práctica clínica, Eso se debe a que cada nivel de atención de salud aumenta su grado de dificultad, dando a los alumnos mayor responsabilidad como una aportación de extenso conocimiento, demostrando la asociación del estrés con la complejidad de cada nivel de atención de salud, en relación a sus especialidades que posee cada nivel. Los síntomas físicos de mayor prevalencia fueron: los trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas), la fatiga crónica (cansancio permanente) y los dolores de cabeza o migrañas.

Finalmente, se identificó las prácticas clínicas, que desencadenan un nivel de estrés alto, las cuales son: “la práctica clínica de enfermería básica”, eso a causa del primer contacto con el ambiente clínico, ya que la mayoría no han vivido experiencias de emergencia y cuidados en la salud; “la práctica clínica en cuidados intensivos” y “la práctica clínica en salud reproductiva”; eso se debe al grado de complejidad, el conocimiento adquirido, la relación teoría-práctica, y la habilidad de desenvolverse dentro de la especialidad.

Se plantearon un grupo de sugerencias, que se listan en: Planificar las actividades, Conversación con los profesores sobre sus clases (tareas, exámenes, etc.), Dedicar tiempos a pasatiempos para reducir estrés, Mejorar ciclos de sueño, Mejorar la alimentación, y Hacer alguna actividad física.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**

1. Barraza Macías, A. (2009). Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*, 12(22),272-283. [fecha de consulta 22 de enero de 2024]. ISSN: 0124-0137. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497552354002>
2. Castillo Ávila, Irma Yolanda; Barrios Cantillo, Arleth, & Alvis Estrada, Luis R. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 20(2).
3. Díaz, F. (2002). *Estrategias para un aprendizaje significativo*. Mc. Graw Hill.
4. Fernández, M. E. (2005). Nivel de estrés de los estudiantes de enfermería. Un estudio comparativo con otras titulaciones. *Dialnet*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7950134>
5. Escobar-Castellanos, Blanca, & Jara-Concha, Patricia (2019). Filosofía de Patricia Benner, aplicación en la formación de enfermería: propuestas de estrategias de aprendizaje. *Educación*, 28(54), 182-202. <https://dx.doi.org/10.18800/educacion.201901.009>
6. García, R., Labajos, M., & Fernández, L. (2014). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, *Enfermería docente*. P13.

7. García, J.; Labajos, M.; Fernández, F. (2014). Características personales de los estudiantes de enfermería que les hacen vulnerables al estrés. *Enfermería Docente*.
8. García-Moran, M. D. C., & Gil-Lacruz, M. (2016). El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud. *Persona*, (19),11-30. [fecha de Consulta 19 de enero de 2024]. ISSN: 1560-6139. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147149810001>
9. Martín Monzón, I. M. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes De Psicología*, 25(1), 87-99. <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117>
10. OMS. (2010). Angelopolis. Obtenido de Enfermería Quirúrgica: <https://escueladeenfermeriangelopolis.edu.mx/blog/enfermeria-quirurgica-elvinculo-entre-pacientes-y-medicos/>
11. Villaverde Coz, E. V. (2013). Test del estrés. México.
12. Zumano, S. (2005). Percepción de una población de estudiantes de licenciatura en enfermería sobre las características del docente clínico. *UNAM p.12*
13. Zryewskij T., & Davis, L. (1987). Fuentes de estrés en estudiantes de tercer año de bachillerato en enfermería. *PubMed*, 5-24.

## DATOS DE LOS AUTORES.

1. **Jannet Delfina Salgado Guadarrama.** Doctora en Alta Dirección y docente de tiempo completo de la Universidad Autónoma del Estado de México. Correo electrónico: [jannetsalga@gmail.com](mailto:jannetsalga@gmail.com)
2. **María Eugenia Álvarez Orozco.** Doctora en Educación Permanente y Máster en Educación. Profesora de Tiempo Completo de la Facultad de Enfermería Obstetricia, Universidad Autónoma del Estado de México. E-mail: [maru.orozco@hotmail.com](mailto:maru.orozco@hotmail.com)
3. **Vicenta Gómez Martínez.** Doctora en Ciencias de la Educación. Profesora de Tiempo Completo de la Facultad de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Autónoma. México. E-mail: [vgm2259@hotmail.com](mailto:vgm2259@hotmail.com)

4. **Nizarindani Nájera Reyes.** Licenciada en Enfermería de la Facultad de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Autónoma del Estado de México. Correo electrónico: [nizanajera1.15@gmail.com](mailto:nizanajera1.15@gmail.com)
5. **José Javier Avilés Domínguez.** Licenciada en Enfermería de la Facultad de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Autónoma del Estado de México. Correo electrónico: [avil\\_es@live.com.mx](mailto:avil_es@live.com.mx)
6. **Diego Hernández Baltazar.** Licenciada en Enfermería de la Facultad de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Autónoma del Estado de México. Correo electrónico: [diegoh135@gmail.com](mailto:diegoh135@gmail.com)

**RECIBIDO:** 22 de enero del 2024.

**APROBADO:** 18 de febrero del 2024.