



CONGRESO INTERNACIONAL VIRTUAL SOBRE LAS TECNOLOGÍAS DEL APRENDIZAJE Y DEL CONOCIMIENTO

DIAGNÓSTICO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

IX  **CIVTAC**



PONENTE: MSc. Wilson Zambrano y MSc. Mónica Tomalá

Hola!



**Mi nombre es Mónica Tomalá,
soy de Ecuador.**

- Maestría en Literatura Infantil y Juvenil .
- Universidad Estatal Península de Santa Elena.

Mis redes sociales son:

 motocha1958@yahoo.es

El **estrés** es un padecimiento común debido a las situaciones a las que se ven expuestas las personas en los diferentes contextos: laboral, educativo o familiar (Ozamiz et al, 2020, pág. 2).



GENERAL

Determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la Carrera de Educación Inicial de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

ESPECÍFICOS

1

Explicar los principales
Enfoques teóricos del
estrés académico

2

Diagnosticar el nivel de
estrés académico en
estudiantes de primer
y tercer semestre

3

Identificar las
técnicas para el manejo
del estrés que utilizan
los estudiantes

Teorías del Estrés

**Teoría Basada en
el Estímulo**

**Teoría Basada en
la Interacción**

Martínez (2015) el estudiante debe buscar un equilibrio entre las obligaciones tanto laborales como personales y la tranquilidad mental, para así lograr realizar las funciones diarias de una manera óptima.

1**MÉTODO**

Deductivo

PARADIGMA

Positivista

ENFOQUE

Cuantitativo

TIPO

Descriptivo-Exploratorio

DISEÑO

No experimental

2**POBLACIÓN**

Estudiantes de la
Carrera de
Educación inicial

MUESTRA

30 estudiantes
de la Carrera
de Educación
Inicial

3**TÉCNICA**

Encuesta

HERRAMIENTA

Cuestionario
con su
respectiva
escala de Likert

4**ANÁLISIS**

SPSS

Medidas de
tendencia
central

Hola!



**Mi nombre es Wilson Zambrano,
soy de Ecuador.**

- Magíster en Orientación y Educación Familiar.
- Universidad Estatal Península de Santa Elena.

Mis redes sociales son:
@psicología_y_salud

Tabla-1

Nivel de Estrés

Características	Débil		Intermedio		Alto		Total	
		%		%		%		%
Tercer semestre		28,6		57,1		14,3		100
Séptimo semestre		25		43,8		31,2		100

Nota. Resultado de encuesta aplicada a estudiantes, elaboración propia (2021).

Cedeño Meza et al. (2020) “fomentar los hábitos de estudios permite desarrollar habilidades como la planificación, organización, distribución del tiempo, promoviendo en los universitarios el aprendizaje de técnicas para sintetizar y extractar temas de estudios lo que conlleva a la obtención de resultados académicos favorables” (p. 276-301).

Tabla 2
Manejo de Estrés

Características	Débil		Intermedio		Alto		Total	
		%		%		%		%
Tercer semestre		14,3		78,6		7,1		100
Séptimo semestre		18,8		56,2		25		100

Nota. Resultado de encuesta aplicada a estudiantes, elaboración propia (2021).

Las divergencias entre ambos son muy notables, Barraza (2008) evidencia que, ante la presencia de estresores, el estudiante muestra desequilibrio sistémico y este forzado a investigar estrategias con las que pueda defender y tomar el control sobre el estrés.

Tabla 3

Organización y Realización de Tareas

Características	Débil		Intermedio		Alto		Total	
		%		%		%		%
Tercer semestre		14,3		64,4		21,4		100
Séptimo semestre		18,8		56,2		25		100

Nota. Resultado de encuesta aplicada a estudiantes, elaboración propia (2021).

Pérez-Villalobos et al. (2011) manifiestan que “realizar un plan de acción para el estudio es en sí mismo una completa estrategia de aprendizaje que aborda tanto la disposición al aprendizaje, como la elaboración de objetivos y metas junto a la gestión de los tiempos y recursos necesarios” (págs. 441-449).

Un porcentaje elevado de estudiantes entre tercer y séptimo semestre presentan un nivel elevado de estrés.

El 33.1% de estudiantes aplican estrategias que aportan a la reducción del estrés.

El 46,4 % de estudiantes no organizan ni planifican su tiempo para realizar sus tareas académicas;

Promover el
uso de la
planificación
en las
actividades
académicas

Crear
ambientes
dinámicos e
interactivos
durante las
clases

Práctica de
actividades
deportivas al
término de
la jornada
educativa

Gracias!

Alguna Pregunta?

Nos puedes contactar a través de:

@psicología_y_salud



wzambrano@upse.edu.ec



motocha1958@yahoo.es

- Barraza-Macías, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: Un diseño de diferencia de grupos. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 26(2), 270–289.
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M., & Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saude Publica*, 36(4), 1–10. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocolote, J. J., & Meza-Zamora, M. E. C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios Investigación y Ciencia - 2020. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75–83. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>
- Valdivieso-León, L., Lucas Mangas, S., Tous-Pallarés, J., & Espinoza-Díaz, I. M. (2020). Estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario: educación infantil-primaria. *Educación XX1*, 23(2), 165–186. <https://doi.org/10.5944/educxx1.25651>