



Mi Universidad

PROYECTO

LUIS ANTONIO DEL SOLAR RUIZ

JOSE SANCHEZ SALAZAR

PROYECTO

PRIMER PARCIAL

DISEÑO EXPERIMENTAL

DR. CRISTOBAL EDUARDO PORRAS RAMOS

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

CUARTO SEMESTRE

SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS A 13 DE MARZO DEL 2023

JUSTIFICACION:

Durante el curso académico el estudiante se enfrenta a un entorno desconocido donde se enfrenta a nuevos retos, como: confusiones en cuanto a la elección vocacional, desinformaciones sobre la vida universitaria, sentimientos de inadecuación e inseguridad y descenso de autoestima.

La importancia de abordar este tema, en base al gran incremento de estrés que se ha generado en los últimos años, debido a diversos factores especialmente en lo académico.

Con la finalidad de poder dar a conocer de manera clara y concreta el proceso de dicho síndrome (estrés), ya que si este no se trata de manera oportuna puede llegar a afectar físicamente en el cuerpo humano en ciertas patologías, o volviéndose un trastorno.

El objetivo de dicho proyecto es identificar de qué manera se manifiesta y como poder manejarlo o en dado caso de que sea agudo o crónico como buscar orientación.

Por tanto, la presente revisión proporcionará información significativa sobre las líneas de desarrollo investigativo para la conceptualización del estrés académico, sus definiciones y manifestaciones.

El propósito de este estudio es explorar el Estrés Académico (mediante sus tres componentes, a saber; Estresores, Síntomas y Métodos de afrontamiento de Afrontamiento) de los estudiantes.

INTRODUCCIÓN:

Se considera que al estrés es un fenómeno adaptativo de las personas, la manera en que cada estudiante transite su paso por la etapa universitaria estará regulada por su adaptación a los factores estresores. Cuando éste perciba que no cuenta con los recursos necesarios para afrontar o neutralizar la situación estresante surgirá el estrés académico.

Uno de cada cuatro individuos en el mundo sufre de algún problema grave de estrés y en las ciudades, se estima que el 50 % de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo" (Caldera, Pulido y Martínez, 2007, p. 78). Como factor epidemiológico, se considera un aspecto de gravedad, ya que el estrés es un importante generador de diversas patologías.

Por su parte, el estrés está presente en todos los medios y ambientes, incluido el educativo, en donde se centra el objetivo de esta discusión; de ahí la importancia de informar tanto a padres como a docentes el saber identificar el problema, es decir, el estrés que éstos experimentan en el ámbito académico, para poder llevar a cabo una afrontación adecuada.

Maldonado, Hidalgo y Otero (2000, citado en Román, Ortiz y Hernández, 2008) plantean que un nivel elevado de estrés académico altera el sistema de respuestas del individuo a nivel cognitivo, motor y fisiológico.

La alteración en estos tres niveles de respuestas influye de forma negativa en el rendimiento académico, en algunos casos disminuye la calificación de los alumnos en los exámenes y, en otros casos, los alumnos no llegan a presentarse al examen o abandonan el aula antes de dar comienzo el examen.

Asimismo, los especialistas en comportamiento escolar han señalado que es necesario diseñar programas para reducir los efectos adversos que puede tener el estrés sobre el desempeño académico en general, y atender oportunamente a los estudiantes en riesgo. Lo anterior, debido a que las consecuencias de altos niveles de estrés "van desde los estados depresivos, ansiedad, irritabilidad, descenso de la autoestima, insomnio, hasta asma, hipertensión, úlceras, etcétera" (Caldera, Pulido y Martínez, 2007, p. 78), afectando de modo perjudicial tanto la salud, como el rendimiento académico de los alumnos.

"Los escasos trabajos sobre el tema han demostrado la existencia de índices notables de estrés en las poblaciones universitarias, alcanzando mayores cuotas en los primeros cursos de carrera y en los periodos inmediatamente anteriores a los exámenes" (Muñoz, 1999 citado en Martín, 2007, p.89).

OBJETIVOS:

1. Determinar la afectación del estrés al joven estudiante de medicina humana de primer año-segundo semestre de la universidad UDS campus San Cristóbal De Las Casas, Chiapas.
2. Obtener datos numéricos en base a genero la cantidad de estudiantes de medicina humana de primer año-segundo semestre de la universidad UDS campus San Cristóbal De Las Casas cuantos presentan estrés.
3. Desarrollar información orientativa para brindar conocimiento del tema y realizar promoción de la salud mental.

DISEÑO METODOLOGICO

- Descriptivo
- Cuantitativo
- Cualitativo

HIPOTESIS:

ESTRÉS Y AFRONTAMIENTO DEL ESTUDIANTE DE MEDICINA HUMANA.

¿Cómo afecta el estrés al universitario de medicina humana y de qué manera lo afronta?

El estrés que, de cierta forma afecta a los estudiantes en su desempeño académico (por diversos motivos como; una inadecuada ingesta nutricional, cansancio y agotamiento mental, problemas psicológicos), se muestra que, entre más carga de trabajos, tareas, exposiciones posean, de sus respectivas materias de aprendizaje, y un ajustado tiempo de realización mental de estas (sin mencionar las relaciones afectivas y sentimentales, el hogar y estrés laboral), mayor será la carga negativa en la salud mental (estrés) en su desempeño académico, por consiguiente, habrá desestabilidad e incumplimiento de responsabilidades en las diferentes materias de aprendizaje respectivas a la licenciatura en medicina humana.

MARCO TEORICO

LA PRESENCIA DE ESTRÉS EN EL ESTUDIANTE DE LA LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

REALIZADO POR: JOSE SANCHEZ SALAZAR – LUIS ANTONIO DEL SOLAR RUIZ

1. JUSTIFICACIÓN
2. INTRODUCCIÓN
3. OBJETIVOS
4. HIPOTESIS
5. ESTRÉS
6. ANTECEDENTES DEL ESTRÉS
7. ESTUDANTE DE MEDICINA

“El futuro de la profesión médica depende en gran medida, de quienes aprenden medicina hoy en las aulas” (Santa-María, 2013). Aunque parezca irónico, los estudiantes de Medicina y médicos profesionales presentan una mayor incidencia en trastornos mentales que la población en general.

5. ESTRÉS:

En general, existen dos tipos de estrés: agudo y crónico. El agudo es la respuesta inmediata y normal del organismo a una situación de peligro. Esta respuesta se inicia con la activación de circuitos neuronales que están alrededor de la amígdala, la parte más primitiva de nuestro cerebro.

Al mismo tiempo, el cerebro libera una serie de neuropéptidos, que alertan al resto del cuerpo de una posible agresión (ver ¿Cómo ves? No. 26)

6. ANTECEDENTES DEL ESTRE.

El concepto de estrés fue introducido por primera vez en el ámbito de la salud por Hans Selye (1926). En la actualidad, es uno de los términos más utilizados. Partió de un concepto físico haciendo referencia a una fuerza o peso que cuerpo. Selye (1956), no hace referencia al estímulo, peso o fuerza; Sino a la respuesta del organismo ante el estrés. Utiliza el termino estrés para describir la suma de cambios inespecíficos del organismo en respuesta a un estímulo o situación estimulante. El término se ha utilizado con múltiples significados y ha servido tanto para designar una respuesta del organismo, como para señalar los efectos producidos ante repetidas exposiciones a situaciones estresantes. ESTRÉS:

En Psicología y Fisiología, se emplea con el sentido de sobrecarga impuesta en el individuo creado por un estado de tensión originado por múltiples causas. (Exceso de responsabilidad familiar o laboral, agotamiento muscular y situación de peligro físico.)

6. ESTUDIANTE DE MEDICINA.

Medicina es una carrera integral gracias a la cual se aprende todo lo relacionado con el ser humano y su constitución biológica, sus enfermedades y las maneras más propias para la conservación de la salud. Estudiando esta profesión se obtiene un saber global del funcionamiento de todos los órganos y de los sistemas que forman el cuerpo.

BIBLIOGRAFÍA:

Berrío García, N., & Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65–82.

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006

(S/f). Unam.mx. Recuperado el 15 de marzo de 2023, de

<https://www.comoves.unam.mx/assets/revista/151/estres-que-pasa-si-es-excesivo.pdf>

(S/f). Buap.mx. Recuperado el 15 de marzo de 2023, de

<https://repositorioinstitucional.buap.mx/bitstream/handle/20.500.12371/11807/20210126140649-7284-T.pdf?sequence=1>