

TEST DE ESTRÉS

Carrera: Medicina Humana

Nivel académico: 1er año

Sexo: M () F ()



- A continuación, se presentan un conjunto de preguntas, marque la respuesta que cree conveniente con responsabilidad y atendiendo a las indicaciones específicas. El propósito de este trabajo es recolectar información sobre la influencia del estrés en el rendimiento académico o estresores académicos.
- Si una pregunta le parece ofensiva siéntase con la libertad de no responderla.

1. ¿Para ti que es el estrés?

2. ¿Has sentido fatiga crónica (cansancio permanente)?

- No
- Sí

3. ¿Te has sentido estresado derivado este semestre?

- No
- Sí (¿De la escala del 1 al 10 que grado consideras?)

4. ¿Dentro de la licenciatura qué es lo que más te genera estrés?

5. ¿Cuándo entras en un estado de estrés como lo disminuyes?

6. ¿Qué manifestaciones físicas consideras que presentas ante el estrés?

7. ¿Consideras que el estrés cuando es agudo deba ser tratado?

- No
- Sí ¿Por qué?

8. ¿Has sentido estrés por la manera en que el docente explica la clase?

- No
- Sí ¿Qué síntomas presentas?

9. ¿El estrés que presentas se origina únicamente por la universidad o deriva de cuestiones personales?

10. ¿Consideras que el estrés afecta tu estado académico?

- No
- Sí ¿Cómo?

11. ¿Consideras que el estrés te genera otro tipo de estado emocional?

- No
- Sí ¿Cuál o cuáles?

12. ¿Te has percatado si un compañero presenta estrés por sus gestos y/o acciones?

- No
- Sí ¿Cómo lo identificas?

13.- ¿Consumes algún medicamento para controlar el estrés?

- No
- Sí ¿Cuál?