



**Mi Universidad**

## **Investigación**

*Danessa suquey Vázquez Alvarado*

*Investigación*

*1 parcial*

*Diseño experimental*

*DR. Molina Roman Romeo Antonio*

*Medicina Humana*

*Comitán de Domínguez Chiapas a 8 de septiembre del 2025*

**Título:** Manejó de estrés académico en estudiantes de medicina de 1ro, 3ro y 6to semestre en la universidad del sureste durante los periodos de evaluación de sep-enero 2025-2026.

**objetivo general:** identificar el nivel de estrés durante el periodo de evaluación a los alumnos de 1ro, 3ro y 6to.

objetivos específicos:

- mayor control de estrés en los exámenes.
- identificar el nivel de estrés en los alumnos.
- cómo manejar el nivel de estrés.

**planteamiento del problema:** el estrés de examen en la universidad es una reacción normal ante las exigencias académicas y la presión que siente los alumnos en la semana de examen, teniendo trastornos físicos como psicológicos.

**panorama de la problemática:** los alumnos tienen a sufrir trastornos del sueño, nerviosismo, estrés general, problemas psicológicos como depresión, ansiedad, enojo y de desorientado todo. Teniendo consecuencias negativas en la falta de concentración, el rendimiento académico y puede llevar al aislamiento social y el deseo de cometer un suicidio. El estrés varía entre el 68% y más del 90% en diferentes estudios, siendo la semana de exámenes un factor frecuente y significativa.

**Importancia del estudio:** este estudio nos ayudará para verificar cuánto nivel de estrés les genera a los alumnos de la UDS en la semana de exámenes.

**Hipótesis:**

- 90% de los alumnos desencadena estrés en la semana de exámenes.
- puedes reducir aproximadamente 40% con apoyo psicológico.