

21

**REPERCUSIÓN DEL ESTRÉS
Y ANSIEDAD EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DE LA LICENCIATURA EN ENFERMERÍA**

REPERCUSIÓN DEL ESTRÉS

Y ANSIEDAD EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA LICENCIATURA EN ENFERMERÍA

REPERCUSSION OF STRESS AND ANXIETY ON ACADEMIC PERFORMANCE IN NURSING BACHELOR STUDENTS

Diego Ortega-Ortega¹

E-mail: diegoortegado9@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-0974-8936>

Margarita Gissel Pérez-Hernández¹

E-mail: gisquinn25@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-9513-6668>

Javier Moreno-Tapia¹

E-mail: javier_moreno@uaeh.edu.mx

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4029-5440>

¹ Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. México.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Ortega-Ortega, D., Pérez-Hernández, M. G., & Moreno-Tapia, J. (2023). Repercusión del estrés y ansiedad en el rendimiento académico en estudiantes de la Licenciatura en Enfermería. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 6(S2), 209-216.

RESUMEN

El estrés y la ansiedad son los principales causantes de un bajo rendimiento académico en los estudiantes, debido a la sobrecarga de trabajos escolares, por ello, el objetivo de esta investigación consistió en identificar cómo repercute el estrés y la ansiedad en estudiantes de Enfermería en su estado psicológico, físico y social analizando desde el inicio de esta Licenciatura. Para alcanzar dicho objetivo, se presenta el caso de una estudiante de dicha licenciatura que se encuentra cursando su último semestre. Esta investigación se realiza desde una perspectiva descriptiva interpretativa con un enfoque cualitativo de diseño no experimental, sustentada de una entrevista, de la cual se hizo un análisis de la narración que hizo la estudiante para poder presentarse como una novela en donde se conoce a profundidad cómo se fueron desarrollando factores negativos que influyeron en la vida académica de un estudiante.

Palabras clave:

Estrés, ansiedad, rendimiento académico, sobrecarga académica.

ABSTRACT

Stress and anxiety are the main causes of poor academic performance in students, due to the overload of school work. Therefore, the objective of this research was to identify how stress and anxiety affects students in nursing in their psychological, physical and social state analyzing since the beginning of this degree. To achieve this goal, the case is presented of a student of this degree who is in his last semester. This research is carried out from an interpretative descriptive perspective with a qualitative approach of non-experimental design, supported by an interview, from which an analysis was made of the narration that the student made in order to present herself as a novel in which it is known in depth how negative factors that influenced the academic life of a student were developed.

Keywords:

Stress, anxiety, academic performance, academic overload.

INTRODUCCIÓN

El concepto de rendimiento académico de acuerdo con el Instituto Nacional de Ciencias de la Educación (1976), citado en Grasso (2020), es considerado diferente acorde al ámbito en el que se utiliza. No obstante, es utilizado principalmente para los investigadores del ámbito educacional, como pueden ser los docentes, directivos, pedagogos entre otros.

De acuerdo con el instituto antes mencionado el rendimiento académico dentro de la educación se encuentran involucrados los individuos que están asociados en el campo de la educación que da como resultado un mejor funcionamiento del sistema educativo buscando las fortalezas junto con las áreas de oportunidad.

Retomando a diversos autores el rendimiento académico tiene que ver con la capacidad de trabajo del estudiante, y que es fruto de su esfuerzo (; Montes, 1996; Aranda, 1998, Requena, 1998, como se citó en Grasso, 2020).

Por su parte Grasso (2020), nos menciona que el rendimiento académico es considerado como un resultado alcanzado por los estudiantes con la interacción y manifestación de sus capacidades cognoscitivas que adquieren por medio del proceso enseñanza-aprendizaje, durante su periodo escolar. Acorde con el autor anteriormente mencionado, el rendimiento académico se ve reflejado en los estudiantes acorde a sus distintas capacidades, principalmente en las cognoscitivas, lo que permite que su proceso de enseñanza-aprendizaje se desarrolle de manera eficiente, dándole el rol de orientador al docente para que este vaya guiando los conocimientos de los estudiantes a lo largo de su periodo escolar.

En la formación de las/los alumnas/os de Enfermería (Ferrer, 2002, citado en López & López, 2011) las prácticas clínicas son un componente esencial y están incluidas en el currículum enfermero desde el primer curso, con unos objetivos de aprendizaje progresivos y complementarios a lo largo de los tres cursos, esto permite a los alumnos tener contacto con la realidad asistencial y a su vez poner en práctica los conocimientos teóricos adquiridos.

Según Benner (2014) citado en Mosqueira & Poblete (2020), se deben tener presentes las inteligencias múltiples durante el proceso de desarrollo y promoción del conocimiento de cada uno, esto se visualiza en los saberes prácticos que logran en el estudiante en enfermería a identificar y conocer su aprendizaje.

Con base en lo antes mencionado Mosqueira & Poblete (2020), explica que se debe tener en cuenta que, en la Licenciatura en Enfermería, se tiene una mayor demanda de tareas, actividades dentro del proceso educativo el cual debe ser apropiado y adecuado con el fin que los estudiantes desarrollen distintas competencias en estas áreas, sin embargo también deben de desarrollar

estrategias que logren la evaluación integral de sus competencias. No obstante, la evaluación de competencias tradicionalmente se basa solo en la medición de conocimientos mediante una aplicación de distintos tipos de exámenes, de los cuales no califican los criterios de objetividad, validez y confiabilidad que necesitan los estudiantes.

Hay que tener en cuenta que los planes de estudio actuales son evaluados en virtud de la calidad del conocimiento y capacitaciones técnicas ofrecidas a los estudiantes, dándoles poca atención a la adquisición de valores y comportamientos necesarios para asumir su papel como profesionales. (Shinyashiki, 2006, citado en López & López, 2011).

Los estudiantes de enfermería asisten a práctica clínica y comunitarias durante sus últimos semestres, y de acuerdo con algunos autores el contacto con los pacientes, experimentar con el dolor, aumento en la carga de trabajo y horarios prolongados, son situaciones que propician a la presencia del estrés (Dios et al., 2017; Garay et al., 2018).

Lázarus & Folkman (1986, citado en Dios et al., 2017) definen estrés como *“aquella relación particular entre la persona y el ambiente, que es valorada por parte del individuo, como un esfuerzo excesivo o que va más allá de sus recursos, haciendo peligrar su bienestar”*. (p. 13)

En los factores de riesgo para el desarrollo del estrés laboral de los profesionales de la enfermería, se deben al contenido de los trabajos, grado de responsabilidad, conflicto y ambigüedad de su rol, contactos sociales y el clima de la organización, carga de trabajo, horarios y turnos irregulares, entre el ambiente físico donde realizan su trabajo (Dios et al., 2017).

Martín (2007), citado en López & López (2011), señala que los índices de estrés en las poblaciones universitarias son notables, alcanzando mayores niveles en los primeros cursos de carrera que en los últimos y en los periodos inmediatamente anteriores a los exámenes.

De acuerdo con distintos autores los altos niveles de estrés académico aumentan los índices de enfermedades infecciosas como resfriado común (61.7%), herpes (21.3%) y los estudiantes suelen volverse susceptibles ante la ansiedad (Marty et al., 2005).

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2017), la ansiedad, es definida como *“problemas habituales de la salud mental que afectan la capacidad de trabajo y productividad”* (como se citó en López & López, 2011, p. 249). Derivado de lo anterior nos podemos dar cuenta que la ansiedad cada vez es un problema más común de lo que podríamos pensar y esto afecta dentro del ámbito educativo.

También por parte de Puchol (2003, citado en Pinargote & Caicedo, 2019) puede ser tomado como una respuesta o una anticipación involuntaria ante las distintas

circunstancias de la vida diaria, algunos ejemplos pueden ser una cita de trabajo, la percepción de una situación académica y dentro del ámbito puede verse reflejado en lo siguiente como la presentación de una exposición, un examen difícil, la sobrecarga académica, entre otras, con todo esto puede reflejarse algunos síntomas de un cuadro de ansiedad como taquicardia, preocupación, aceleración de la respiración, temor, rigidez muscular, entre otros. Con lo anterior podemos notar que la ansiedad se puede presentar en distintas situaciones, que por su naturaleza puede generar cierto temor o generar el pensamiento a fallar y que esto puede generar efectos negativos e incluso repercutir en nuestra salud.

Es importante considerar al estrés y ansiedad en el contexto escolar, pues los estudiantes de cualquier nivel educativo no están exentos de presentarlo, en el caso del estrés se ha denominado estrés académico y se presenta cuando hay presencia de estresores, síntomas y el estudiante se ve obligado a emplear estrategias de afrontamiento ante las amenazas que alteran el equilibrio en el estudiante (Barraza, 2007, citado en Clemente, 2021).

Las prácticas clínicas tienen un gran impacto educativo ya que los conocimientos que se adquieren en ellas, permitirán el desarrollo de las habilidades y actitudes propias de cada estudiante que les serán necesarias para la adquisición de competencias que les permita incorporarse como profesionales en el ámbito sanitario (Zapico, 1997, citado en Rodríguez et al., 2007).

También los alumnos toman contacto con su futura profesión y se entrenan en la misma, enfrentándose a situaciones difíciles, que en muchas ocasiones son generadoras de estrés y no siempre se realizan en un entorno favorecedor (Ferrer, 2002, citado en López & López, 2011).

La realización de las prácticas clínicas es esencial para estudiantes de enfermería, puesto que les permite comparar los conocimientos teóricos aprendidos en las aulas con los de la práctica habitual de los centros asistenciales, situación que les produce gran confusión (Ferrer, 2002, citado en López & López, 2011).

Esta condición también se manifiesta durante el proceso de aprendizaje, sobre todo cuando la forma de afrontar los problemas no es adecuada y puede ocasionar otros cambios físicos y psicológicos que repercuten en el rendimiento escolar de los estudiantes (Flores et al., 2016; Gutiérrez & Amador, 2016, citado en Clemente, 2021).

Los universitarios representan una población de alto riesgo a sufrir trastornos de ansiedad debido a las exigencias curriculares que les afecta en todas las esferas y es producto del estrés al que están expuestos (Cardona et al., 2014, citado en Pinargote & Caicedo, 2019).

En cuanto al estrés académico se clasifica según su fuente, para este caso, es el estrés que encuentra su inicio en el ámbito escolar, es entonces la tensión que se vive

al encontrarse en un ciclo de aprendizaje, sin importar el grado o nivel educativo que se está cursando, también incluye en su definición la tensión experimentada en las jornadas de estudio individuales (Dyson & Renk, 2006, citado en Cocunubo, 2021).

MATERIALES Y MÉTODOS

Esta investigación es descriptiva e interpretativa, con enfoque cualitativo de diseño no-experimental, se eligió el método inductivo-analítico ya que, en el proceso de la investigación, de ser necesario se aumentarán nuevos cuestionamientos junto con categorías de análisis (Herrera et al., 2019).

Para esta investigación se utilizó el instrumento de entrevista, en donde se llevó a cabo un primer piloteo con un participante que se encuentra en una problemática similar a la que se plantea en la investigación.

Con base en el objetivo del estudio se aplicó la entrevista y fue planteada como una novela, relatando su vida como estudiante en la Licenciatura en enfermería, pues se tomará como un recurso literario para conocer desde un punto más cercano su vivencia y perspectiva como estudiante de noveno semestre de esta licenciatura. De acuerdo con Negrete & Pacheco (2017), una novela retoma experiencias y emociones del participante convirtiéndolo en el narrador de su propia historia.

La alumna tiene 23 años. Es estudiante de la Licenciatura en Enfermería del décimo semestre y actualmente es pasante de enfermería. La entrevista fue realizada de forma virtual en el horario acordado, realizando su participación de manera voluntaria en el mes de abril del 2023.

Se le planteó el objetivo de la entrevista, se autorizó poder grabarla y hacer público el resultado, se le explicó a la participante que sus datos generales estarían en total anonimato junto la confidencialidad de su participación por lo que para esta novela se utilizara el seudónimo de "Brenda" para la protección de su identidad.

Se realizó una entrevista semiestructurada que abarca sobre el rendimiento académico, efectos psicológicos (ansiedad, estrés, depresión y autoestima), cambios físicos y vida social, dicha entrevista fue grabada en formato M4a, con el fin de analizar la información con más profundidad para crear este relato novelesco. Después de redactar la novela se le mostró a Brenda para poder obtener su punto de vista y agregar, quitar o modificar algún dato o información que considere adecuado.

Durante el proceso de la investigación se buscó principalmente la experiencia de la participante con base en el objetivo del estudio, evitando que la investigación se tornara rigurosa y una vez que se analizará la información, se retomaron las preguntas para debatir los datos cualitativos obtenidos.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Primera parte: El inicio de un gran camino

Brenda nació en Santiago Tulantepec, en el año 2000, es la primer hija de un matrimonio tradicional y tiene dos hermanos, desde pequeña ha vivido en el sur del Estado de Hidalgo, pero en la actualidad reside en el municipio de Pachuca de Soto debido a que estudia en la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo la Licenciatura en Enfermería cursando el último semestre, ella es una alumna regular, ya que no ha reprobado ninguna materia y cuenta con un promedio de 8.94, cuando ingresó a la carrera se le complicó la asignatura de “Bases de enfermería” debido a que sus compañeros contaban con la experiencia de una carrera técnica y ella egreso de un bachillerato general, por lo que no tenía conocimientos previos respecto al tema, considerando que es una asignatura teórico-práctica, y le fue muy difícil adaptarse en ese semestre.

Anexando qué curso también la asignatura de microbiología ya que para ella le fue complicado comparar la diferencia entre hongos, virus y bacterias. Fue hasta tercer semestre donde se volvió a presentar una dificultad con la materia de “Psicología del desarrollo” en donde tienen que conocer los aspectos psicológicos que puedan presentar los pacientes, para ella fue difícil porque considera que cada persona piensa diferente y existen diversos puntos de vista acerca de la vida.

Para Brenda el plan de estudio de la licenciatura está empleado de manera correcta, no obstante ella piensa que algunas asignaturas no tienen coherencia con su formación, pero que tienen buenos puntos en relación con la vida cotidiana, sin embargo no es lo primordial para su campo profesional, por lo que las denomina “materias de relleno”, a ella le gustaría reemplazarlas por otras asignaturas, como por ejemplo, ella considera que es importante aprender a manejar temas económicos y aumentar una asignatura que le de formación para desarrollarse en el ámbito laboral, no solo que sea aplicado en su licenciatura, si no en todas las carreras que ofrece la universidad.

Segunda parte: Aprendizajes del aula aplicados al mundo real

Para Brenda ha sido complicado llevar su proceso de prácticas profesionales y del Servicio Social, pues sus prácticas solo duran 6 meses, y no es suficiente para ella, le gustaría que durará un año al igual que el servicio, pues con medio año no es posible tener mucha experiencia o mayor conocimiento de la vida profesional. En su proceso de prácticas le fue difícil aprender mucho, pues por cuestiones de la pandemia por COVID-19 no les permitían acceder a los hospitales, y esto afectó en su actual pasantía del servicio social, ya que no iba con las experiencias necesarias, pues en este le empiezan a asignar pacientes, considerando que la responsabilidad

es conjunta con la enfermera adscrita y con una pasante, sin embargo, es un cambio brusco de tener esa responsabilidad de atender a una persona.

Durante su semestre para ella se le ha complicado los tiempos que proporcionan los profesores para la entrega de trabajos o proyectos, debido a que son muchas materias por semestre, y todos los días le dejaban tarea de cada una, entonces para ella el entregar sus proyectos era únicamente por su calificación más que obtener un aprendizaje significativo.

En la Licenciatura de Enfermería es obligatorio realizar una tesis, y en la escuela de Brenda le comenzaron a hablar de cómo realizar una tesis desde primer semestre, sin embargo solo vio la asignatura de metodología de la investigación, y para ella hubiera sido más útil que la encaminarán con la realización de su tesis, enfatizar en el tema que ella abordaría y que la apoyarán a empezar con la misma, sin embargo fue a partir del tercer semestre cuando Brenda empezó con la realización de su tesis, lo que se volvió para ella una sobrecarga de trabajo, ya que no solo era realizarla, sino también, entregar tareas y/o proyectos lo que para Brenda fue pesado y tedioso, consideraba que era poco tiempo lo que le otorgaba la licenciatura para terminarla, ella considera que 4 años serían los factibles para su realización, ya que primero se lleva un protocolo de investigación, en donde ella hacía sus respectivas investigaciones y revisaba diferentes bibliografías, sin embargo algunas que elegía caducaron antes de tiempo y tenía que volver a empezar con la búsqueda de más fuentes, haciéndolo más pesado para ella.

Brenda realizaba su servicio social en un horario nocturno, por lo que en el día ella repasaba temas que le sirvieran o que le pedían las enfermeras para poder explicarlo a los pacientes. Ella dejó de asistir a clases durante sus prácticas profesionales y servicio social, esto debido a que adelantó asignaturas en semestres anteriores para que justamente en ese periodo de tiempo pudiera enfocarse únicamente en su pasantía de enfermería y no tener sobrecarga de trabajos.

Tercera parte: Secuelas del camino

Para Brenda los tiempos de evaluaciones eran demasiado estresantes, debido a que por la sobrecarga de trabajo tenía días en los que no dormía, porque debía de estudiar para los exámenes y cumplir con lo solicitado por sus profesores y eso la llevaba a solo entregar por cumplir, más que para aprender, esto provocaba tener momentos en donde junto con sus amigas se soltaba a llorar por la impotencia que la sobrecarga les producía. Cuando ella entrega sus actividades le molestaba que su empeño no fuera reconocido por el docente debido a que ellos solo hojeaban los trabajos entregados sin ser analizados a profundidad, lo que a ella le enoja porque a veces no dormía lo suficiente para entregar sus trabajos y no eran los únicos que tenía que entregar.

Cuando Brenda tenía una sobrecarga de trabajos, ella sufría de un intenso desgaste físico por las jornadas tan pesadas en la escuela, sumando que cuando regresaba a su casa tenía que realizar tareas y/o proyectos y aparte estudiar, ya que algunos maestros no eran conscientes de la carga excesiva que tenían los estudiantes, repitiendo esta situación en una o más asignaturas lo que también provocó en Brenda un gran desgaste emocional siendo el principal síntoma el estrés, haciéndose más presente mientras avanzaban los semestres de la licenciatura, manifestándose en ella con sudoración en las manos y dolor de cabeza constante. Cada vez que ella presentaba estrés por sobrecarga de trabajos solo quería consumir una mayor cantidad de alimentos de los que consume normalmente, lo que poco a poco provocó que subiera de peso, empezando a notar un cambio físico importante en ella.

Durante sus semestres, ella se sentía triste, enojada consigo misma y con impotencia cuando sus trabajos y/o proyectos no salían con la calificación que ella esperaba, por lo que sus pensamientos la llevaron a creer que no era apta para su carrera, creía que estaba decepcionando a sus papás, porque ellos le brindaban el apoyo emocional y los recursos necesarios para conseguir su objetivo, pero cuando la inundaba el sentimiento del fracaso sentía que les fallaba a ellos y a sí misma. Cuando esto ocurre, Brenda prefería no contárselo a nadie, siendo una época muy complicada debido a que pensaba que sus problemas no eran importantes para los demás y creía que ella podría arreglarlos sola. En otras situaciones cuando Brenda tenía problemas con su familia o seres queridos prefería evadir u omitir dichas situaciones para que no se volvieran un distractor en vida académica, para cuando ella estuviera más tranquila logrará resolver dichos conflictos.

Brenda asiste a su servicio social en el turno nocturno, por lo que le deja el sábado para descansar y el día domingo lo ocupa para pasar el tiempo con su familia y seres queridos. Entre semana ella renta un domicilio en Pachuca junto con sus amigas, lo que le permite pasar un tiempo de calidad con ellas, pues Brenda considera que la mitad del tiempo se debe dedicar a sus estudios y el otro cincuenta a pasar tiempo con sus amigos o seres queridos, pues Brenda tiene el pensamiento de que no es bueno dedicar la totalidad de tu tiempo a lo profesional o lo académico, pues no debe dejar de lado el ámbito social, porque eso ocasiona un desbalance en su vida.

La técnica de estudio que más empleaba Brenda cuando algún trabajo se le complicaba mucho era en primer lugar leer y resumir el tema, después escribirlo y de ahí partía a realizar las tareas encomendadas, consideraba que esa técnica le llevaba tiempo pero que era de gran ayuda para su aprendizaje.

Cuando Brenda se sentía nerviosa por algún examen o exposición de algún tema, tendía a sostener o jugar con un lápiz, una hoja o algún objeto que estuviera a su

alcance o bien movía mucho sus pies o manos para evadir los nervios.

Al aproximarse los tiempos de evaluaciones ella se ponía muy nerviosa lo que provocaba en Brenda que le empezaran a salir pequeños granos en sus manos, pecho y cuello que le ocasionaban mucha comezón, a veces estos nervios se presentaban como dolores de cabeza y de estómago, siendo un problema para ella debido a que no la dejaban concentrarse en sus exámenes.

Cuando sus profesores de clase le pedían alguna participación o le preguntaban respecto algún tema, ella se sentía nerviosa por lo que la llevaba a tener bloqueos al momento de expresarse, ya que primero pensaba lo que iba a decir, pero en ocasiones por miedo a equivocarse en la respuesta prefería quedarse callada.

Durante sus prácticas profesionales y su servicio social Brenda ha recibido comentarios negativos referentes a sus conocimientos académicos llevados a la práctica, que ocasionan en ella inseguridades donde no se siente apta, dejando en duda su saber y su actuar referente a lo visto durante su formación académica, lo que la hace pensar que no estudió lo suficiente o no le dedicó el tiempo necesario para los temas que aplica en la práctica clínica.

Las experiencias negativas que Brenda recuerda de su Servicio social fueron los primeros días que ingresó al área de terapia intensiva, ya que la invadieron los nervios por la poca o nula experiencia que tenía dentro de esa área, el primer día fue de adaptación pero los días siguientes se volvieron más complicados ya que poco a poco le fueron asignando más responsabilidades, como tener un paciente a su cargo porque no sabía si lo que estaba haciendo o lo que iba a hacer era lo correcto, ya que tenía que administrarle medicamento cada hora, revisar las soluciones del paciente y que estas no se terminaran, así como de manera constante revisar sus signos vitales, controlar los líquidos que se le ponían al paciente, revisar si orinaba y en qué cantidad lo hacía.

Este momento fue un cambio repentino, pues de estar en un salón de clases conociendo la teoría y práctica académica a tener un paciente complicado a su cargo le provocó demasiados nervios y principalmente estrés, pues se le complicaba la dilución y preparación de los medicamentos, así como manipular y manejar los perfusores que controlan la cantidad de medicamento que se le pasarían en un periodo de tiempo, pues era algo de lo que solo tenía una base teórica y poca experiencia, pero sin preocuparse de tener a cargo una vida humana.

Para Brenda otro factor que le ocasiona estrés fuera del ámbito académico es la cercanía en la que se encuentra del ámbito laboral, ya que para ella todo ha sido diferente a como se lo platicaban al inicio de la licenciatura, encontrándose con otra realidad al ingresar a su servicio en un hospital, pues las enfermeras le cuentan que esta

carrera ya no es fácil en el ámbito laboral ya que le será difícil conseguir un trabajo estable de forma rápida y es complicado que les den un buen salario.

Para muchas personas, al momento de entrar a estudiar una licenciatura consideran que dejan a un lado cosas o actividades que realizaban antes de ingresar. Sin embargo, Brenda no lo veía de esa forma, ella consideraba que al ingresar a la licenciatura se había sumado algo más importante, ya que con el paso del tiempo se empezó a formar un amor por su profesión, enfocándose en su carrera llevándola a ser una prioridad en su vida.

En la actualidad Brenda se encuentra por finalizar una importante etapa de su vida que es el término de su licenciatura, pues en el mes de Abril del 2023, se le fue entregado los resultados de su examen EGEL para su titulación, lo que la puso muy contenta y nostálgica al mismo tiempo, pues los resultados fueron satisfactorios para ella, porque era la última prueba para terminar el proceso de titulación, ella recuerda que el día que presentó el examen se sintió muy nerviosa, por la incertidumbre sobre los resultados del mismo, sin embargo al ver los resultados sintió que todo su esfuerzo y **las secuelas del camino** valieron la pena, sintiéndose realiza en su ámbito académico porque lo que actualmente ya metió sus documentos para laborar en un Hospital, estando a la espera de una respuesta, pues su principal meta es dedicarse a la atención de la salud en el ámbito hospitalario, pero y por momento se dedicará a ser enfermera particular, cuidando pacientes.

Brenda por el momento se siente realizada por los conocimientos adquiridos a lo largo de carrera, pero tiene un sentimiento de superación para aprender mucho más y ser la persona apta para una vida profesional, esto la ha llevado a desarrollar un valor a sí misma como persona, usándolo como una fuente de inspiración para lograr sus objetivos y metas a cumplir llevándola al principio de un gran camino.

CONCLUSIONES

La sobrecarga académica, la poca empatía de los docentes, un plan de estudios que necesita una reestructuración en beneficio a los estudiantes, exceso de responsabilidades dentro de las prácticas clínicas, hacen que el estrés y la ansiedad sean factores que afectan de manera negativa al rendimiento académico de los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería. De acuerdo al análisis de la novela podemos comprobar lo que Ferrer (2002), citado en López & López (2011), nos menciona con respecto a la futura profesión de los estudiantes, dando un paso repentino de la teoría-práctica académica a la implementación dentro del campo profesional donde se enfrentan a situaciones difíciles, que no son vistas a profundidad dentro de su plan de estudios, lo que genera muchos factores negativos del estrés y ansiedad impidiendo tener un

buen rendimiento académico y de igual forma impedir el aprendizaje significativo para su futura vida profesional.

Esta investigación tuvo la intención de estudiar a profundidad la realidad de un estudiante de enfermería, por lo que se logró cumplir con los objetivos del estudio, de acuerdo a lo que menciona Mosqueira & Poblete (2020), pues explica que la Licenciatura en enfermería tiene una gran demanda de tarea, proyectos y evaluaciones que ayudan al estudiante a desarrollar las competencias necesarias para ser llevadas a cabo dentro del campo laboral, no obstante no se cuenta con una organización entre docentes para una correcta distribución de actividades durante el semestre con el fin no sufra de estrés y ansiedad que le provocan insomnio, nervios, cambios negativos físicos, repercusión en su vida social, falta de motivación interpersonal.

Es importante enfatizar en la problemática planteada en esta investigación que el estrés y la ansiedad en el contexto escolar es muy recurrente, esto se debe al exceso de actividades académicas que realizan, así como no está bien implementado el plan de estudios de muchas licenciaturas, ya que deberían de adaptarse a las habilidades y oportunidades de los estudiantes, ser pensada en el bienestar físico y mental de cada uno de ellos, esto con el fin de que baje el nivel de estrés y ansiedad causados por los factores académicos y personales, esto en base a lo que menciona Pinargote & Caicedo (2019), debido a que los universitarios tienen exigencias curriculares que representan a una población en riesgo de sufrir los trastornos antes mencionados y provocar en la mayoría un bajo rendimiento escolar o que no desarrollen las capacidades necesarias para enfrentarse a la vida laboral.

Con base en el análisis de esta investigación podemos determinar que el estrés y la ansiedad se desarrollan con facilidad principalmente en la escuela, debido a que cada plan de estudios de escuelas superiores considera que el principal objetivo es tener alumnos de excelencia, brindándoles gran variedad de conocimientos que permitan al estudiante tener los saberes necesarios para su vida futura, no obstante se debería de considerar como un principal objetivo cuidar el bienestar físico y mental de los estudiantes, buscando estrategias y formas de adaptación dentro de las Licenciaturas para no saturar a los estudiantes de trabajos o proyectos que solo logran en el estudiante asistir a una institución por una calificación, más que por obtener un aprendizaje significativo.

El estrés y la ansiedad son factores que no solo influyen en la vida académica, sino que al no saber enfrentarlas, se seguirán generando a lo largo de la vida, lo que impedirá que el alumno logre desarrollarse profesionalmente sin tener que dejar a un lado estas cuestiones, lo ideal sería que desde cualquier nivel académico se les enseñe a los estudiantes la importancia de conocer qué factores mentales influyen negativamente en su vida, y como poder enfrentarlos o disminuirlos, con apoyo de talleres

referentes al tema y poder otorgar atención personal a los estudiantes que lo requieran, esto de la mano con técnicas de estudio que permitan que los alumnos logren su proceso de enseñanza- aprendizaje sin ningún tropiezo para su vida futura.

Rodríguez, A., Durán, M., Fernández, M., & Quintero, T. (2007). Situaciones de las prácticas clínicas que provocan estrés en los estudiantes de enfermería. *Enfermería Global*, 6(1).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Clemente, Z. (2021). Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería. (Tesis de maestría). Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

Cocunubo, S. (2021). Relación entre estrategias de afrontamiento del estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios. (Tesis de especialización). Universidad Piloto de Colombia.

De Dios, M., Varela, I., Braschi, L., & Sánchez, E. (2017). Estrés en estudiantes de enfermería. *Educación Médica Superior*, 31(3), 110-123.

Grasso, P. (2020). Rendimiento académico: un recorrido conceptual que aproxima a una definición unificada para el ámbito superior. *Revista de Educación*, (20), 89-104.

Herrera, S., Luna, D., & Solano, G. (2019). Psicoterapia breve para pacientes que sufren cáncer de mama. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 10(1), 49-62.

López, F., & López, M. J. (2011). Situaciones generadoras de estrés en los estudiantes de Enfermería en las prácticas clínicas. *Ciencia y enfermería*, 17(2), 47-54.

Marty, M., Lavín M., Figueroa M., Larraín de la Cruz D., & Cruz, C. (2005). Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 43(1), 25-32.

Mosqueira, C., & Poblete, M. (2020). Relación entre el nivel de ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de enfermería. *Enfermería Universitaria*, 17(4), 437-448.

Negrete, T. J., & Pacheco, A. (2017). Relación entre análisis institucional y currículum. Herramientas para pensar la formación de jóvenes restauradores. *Revista Interamericana de Educación de Adultos*, 39(2), 128-142.

Pinargote, I., & Caicedo, L. (2019). La ansiedad y su relación en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Manabí. *Espiraes Revista Multidisciplinaria de Investigación Científica*, 3(28).