

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS Y FINANCIERAS
CARRERA DE ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS



FACTORES DE ESTRES EN UNIVERSITARIOS
DE LA CARRERA DE ADMINISTRACIÓN
DE EMPRESAS

PRESENTADO POR: CLAUDIA PARRA MAMANI

ARTÍCULO CIENTÍFICO
PARA LA OBTENCIÓN DEL GRADO ACADÉMICO DE
LICENCIATURA EN ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

LA PAZ – BOLIVIA
2018

Factores de estrés en Universitarios de la Carrera de Administración de Empresas

Parra Mamani Claudia

Universidad Mayor de San Andrés
Facultad de Ciencias Económicas y Financieras
Carrera de Administración de Empresas
cparramamani@gmail.com

RESUMEN

El presente trabajo tuvo como objetivo fundamental diagnosticar los factores de estrés en los estudiantes que se encuentran en 5to y 9no semestre de la Carrera de Administración de Empresas de la Universidad Mayor de San Andrés en la gestión I/2017, donde se realizó un estudio, descriptivo y transversal, en el cual se utilizó una encuesta como herramienta para recabar información, la muestra estuvo conformada por 217 estudiantes, 106 de 5to semestre y 110 de 9no semestre el cual fue seleccionado a través de una muestra aleatoria.

El resultado obtenido de población objetivo se encontró en un nivel alto de estrés para ambos semestres, para los 5to semestre con el (37%) y los de 9no semestre (39%). Son identificados como estresores más comunes entre los estudiantes de 5to y 9no semestre en promedio: la sobrecarga de tareas y trabajos en un promedio de (57%), evaluación de docentes (54,5%), y el tiempo limitado para hacer la tarea (42%), el tipo de trabajo que te piden los docentes (41,5%) y las manifestaciones a causa del estrés que presentan son: mayor necesidad de dormir (48,5%), fatiga (39%) e inquietud (31,5%).

Se concluye que el nivel de estrés presentado por los estudiantes de 5to y 9no semestre es alto, por diversos factores que pasan en el proceso de su vida universitaria, lo cual lo convierte en una problemática visible en el contexto estudiado y se interpreta como un factor de riesgo para la salud.

Palabras clave: Estrés, estudiantes de Administración de Empresas.

SUMMARY

The main objective of this study was to diagnose the stressors in the 5th and 9th semester of the Business Administration Career of the Universidad Mayor de San Andrés in the I / 2017 management, where a study was carried out, descriptive and cross-sectional study, in which a survey was used as a tool to gather information. The sample consisted of 217 students, 106 from the 5th semester and 110 from the 9th semester, who were selected through a random sample.

The result obtained from the target population was found in a high stress level for both semesters, for the 5th semester with (37%) and the 9th semester (39%). They are identified

as the most common stressors among students in the 5th and 9th semester, on average: overload of tasks and jobs in an average of (57%), teacher evaluation (54.5%), and limited time to do homework (42%), the type of work teachers ask for (41.5%) and the manifestations due to the stress they present are: increased need for sleep (48.5%), fatigue (39%) and restlessness 31.5%).

It is concluded that the level of stress presented by the students of the 5th and 9th semester is high, due to several factors that pass in the process of their university life, which makes it a visible problem in the studied context and is interpreted as a factor of risk to health.

Key words: Stress, students of Business Administration.

INTRODUCCION

El término estrés se ha convertido hoy en día, en un vocablo de habitual uso en nuestra sociedad actual. Se trata de un término complejo, extremadamente vigente e interesante, utilizado históricamente para denominar realidades muy diversas.

Según Barraza Macías (2012), los estresores en el ámbito universitario son todos aquellos factores o estímulos del ambiente organizacional educativo, que presionan, fuerzan o sobrecargan de algún modo al estudiante. Es decir, el estudiante se enfrenta a algunas fuentes de estrés como: los exámenes y evaluaciones, el rendimiento académico, las relaciones sociales, la sobrecarga de trabajo, metodología docente o la falta de control sobre el propio entorno educativo.

Lo que ocurre con frecuencia en el caso del estudiante, es el hecho de tener que afrontar nuevas situaciones para las cuales no está suficientemente preparado. Esta falta de preparación también marca el nivel de estrés en las diferentes situaciones, que conlleva al estudiante a vivir con altos niveles de estrés. Lo que nos lleva a plantearnos la necesidad de estudiar los factores estresantes y como se manifiestan en los estudiantes. Por lo tanto el objetivo del presente estudio nos lleva a indagar sobre los factores que resultan fuente de estrés en el ámbito educativo en los estudiantes de la carrera de Administración de Empresas de la Universidad Mayor de San Andrés.

En estudios realizados por (Diaz, 2013) y (Arrieta K. Diaz, 2013) coinciden que la mayoría de los estudiantes se estresan por la sobrecarga de tareas y trabajos, la falta de tiempo para realizar los trabajos, las evaluaciones por parte de los docentes, el excesivo número de horas dedicadas a clases, que limitan el tiempo de estudio y existe un cumulo de actividades pendientes.

En tal sentido, es importante lograr que los docentes reflexionen sobre el tema del estrés, ya que algunos licenciados piensan que es una buena estrategia de aprendizaje hacer que los estudiantes trabajen bajo presión, cuando en realidad la mayoría de las personas saben, que demasiados estímulos estresores pueden intervenir seriamente en el funcionamiento efectivo de las habilidades cognitivas, físicas y emocionales de un individuo. En consecuencia, se puede decir que en la medida que una persona trabaje con tranquilidad, sin apuro y que administre el tiempo adecuado para cada actividad, concentrándose

eficazmente en sus actividades y explotando su potencial a su ritmo de aprendizaje y de vida, logrará conseguir mejores resultados y una buena salud. Es importante que en la Carrera de Administración de Empresas se realice una buena planificación de horarios flexibles y programación de exámenes de esta manera el estudiante no pueda tener altos niveles de estrés.

METODOLOGIA

Diseño de investigación

La presente trabajo es una investigación de tipo descriptivo y transversal, debido a que se dirige a describir las causas que provocan estrés y además cuales son las manifestaciones que provoca el estrés en estudiantes de 5to y 9no semestre de la gestión I/2017.

Población y muestra

Para esta investigación el tamaño de la población es de 413 estudiantes, con un error del 5% y 95% de nivel de confianza, la probabilidad de éxito y fracaso de un 0,5. (5to semestre 213 y 9no semestre 220 estudiantes), para la cual se realizó de la siguiente manera:

E= 0.05	$n = \frac{Z^2 * p * q}{Z^2 * p * q + (N-1) * E^2}$	
Z=1.960 - 95%		
P= 0.5		
Q=0.5		
	$n = \frac{(95\%)^2 * 0,05 * 0,05}{(95\%)^2 * 0,05 * 0,05 + (413-1) * (0,5\%)^2} = 216 \text{ encuestas}$	

Criterios de inclusión:

- Ser estudiante matriculado de 5to y 9no semestre de la Carrera de Administración de Empresas de la Universidad Mayor de San Andrés.
- La voluntariedad y predisposición para participar en la investigación.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes de otras carreras.
- No estar interesados en participar en la investigación.
- Aquellos que llenen de manera incorrecta o incompleta la prueba.

Descripción de la técnica empleada

Para la recolección de la información se utilizó como técnica una encuesta. Se realizó una prueba piloto a 10 personas tanto de 5to y 9no semestre para un adecuado entendimiento de la misma. Se solicitó su llenado de manera individual.

En su estructura se configuraron 26 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem filtro que en términos dicotómicos (si - no) permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el cuestionario.

- Un ítem que en escala de Likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5, donde uno es poco y cinco mucho) que permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.
- Ocho ítems que en escala de Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia de los factores que provocan estrés.
- Quince ítems que en escala de Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar las manifestaciones a causa del estrés.

Recolección de datos

La aplicación de esta encuesta tuvo el procedimiento de recolección de datos solicitando la colaboración voluntaria de todos los estudiantes de 5to y 9no semestre informando la aplicación que es de forma voluntaria. Para el análisis de los datos se utilizó el programa Excel, así mismo se manejó los resultados en base de cuadros y barras, propios de la estadística descriptiva.

RESULTADOS

TABLA 1: EDAD

SEMESTRE				
EDAD	5to		9no	
	18 21 años	22 años a mas	18 21 años	22 años a mas
	Nº	56	50	1
TOTAL	106		110	
TOTAL %	53%	47%	1%	99%

Respecto a la edad de los encuestados el grupo etario que predominó de la Carrera de Administración del 5to semestre fue de 18 a 21 años con el 53% (56 estudiantes), y los de 22 años a más con el 47% (50 estudiantes), en cambio con los estudiantes de 9no semestre fue de 22 años a más con el 99% (109 estudiantes), seguido de 18 - 21 años con 1% (1 estudiantes) (**Tabla 1**)

TABLA 2: GENERO

SEMESTRE	FEMENINO	MASCULINO
5 to	60%	40%
9 no	60%	40%

En relación al género bajo el muestreo aleatorio, se tomó en cuenta al 60% de las mujeres porque se pudo observar mayor participación de mujeres que del género masculino el cual se tomó el 40% con relación a los dos semestres. (**Tabla 2**)

TABLA 3: ESTADO CIVIL

SEMESTRE						
SEMESTRE	5to			9no		
ESTADO CIVIL	SOLTERO/A	CASADO/A	OTRO	SOLTERO/A	CASADO/A	OTRO
TOTAL	99	7	0	101	7	2
TOTAL F-M	106			110		
% F-M	93%	7%	0%	92%	6%	2%

Con relación al estado civil los estudiantes de 5to semestre el 93% (99 estudiantes) son solteros/as y solo el 7% se encuentra casados/as. (7 estudiantes), y para los estudiantes de 9no semestre el 92% (101 estudiantes) son solteros/as, el 6% se encuentra casados/as. (7 estudiantes) y el 2% tienen otro estado civil (2 estudiantes) (**Tabla 3**)

TABLA 4:
MOMENTOS DE PREOCUPACION Y NERVIOSISMO

SEMESTRE	5to		9no	
	SI	NO	SI	NO
N° PERSONAS	104	2	107	3
% MUJERES	58%	0%	57%	0%
% HOMBRES	40%	2%	41%	3%
TOTAL	98%	2%	97%	3%

De los 106 estudiantes encuestados de 5to semestre el 98% (104 estudiantes) afirman haber tenido momentos de preocupación o nerviosismo y por el contrario el 2% (2 estudiantes) niega haber presentado situaciones de estrés por lo que no se tomaron en cuenta ya que el estudiante que contestaba no haber presentado situaciones de estrés se daba por terminada la encuesta en ese momento, y para los 110 estudiantes de 9no semestre encuestados el 97% (107 estudiantes) afirman haber tenido momentos de preocupación o nerviosismo y el 3% (3 estudiantes) negaron haber presentado situaciones de estrés al igual que los estudiantes de 5to semestre no se los tomo en cuenta (**Tabla 4**).

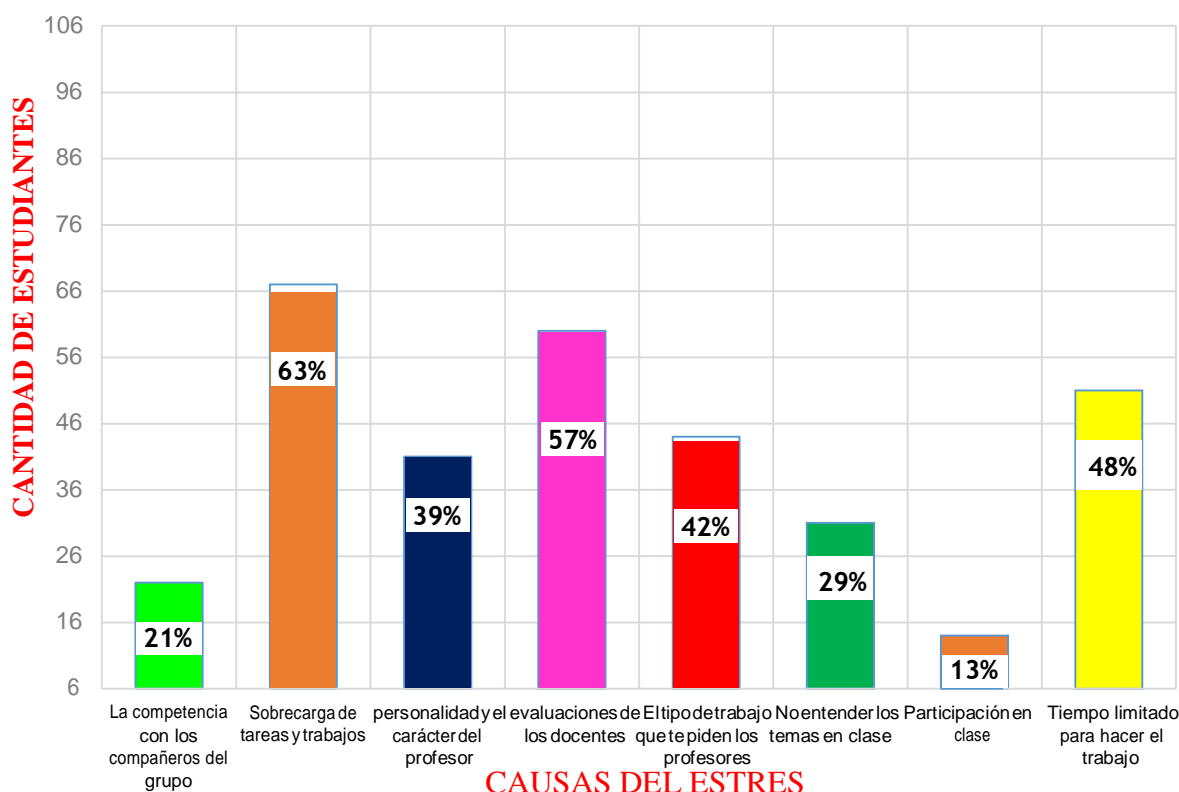
TABLA 5:
EL NIVEL DE PREOCUPACIÓN O NERVIOSISMO

SEMESTRE	5to		9no	
NIVELES	ESTUDIANTES	PORCENTAJE	ESTUDIANTES	PORCENTAJE
Muy alto	15	14%	20	18%
Alto	39	37%	43	39%
medio	38	36%	37	32%
bajo	10	9%	9	8%
Muy bajo	4	4%	5	3%
TOTAL	106	100%	110	100%

Aplicando el Baremo: Muy Bajo, Bajo, Medio, Alto y Muy Alto se encontró que de los 106 estudiantes encuestados de 5to semestre el 37% (39 estudiantes) se ubicaron en un nivel alto, el 36% (38 estudiantes) se encuentra en un nivel medio de estrés, es decir que el 73% (77 estudiantes) se autoperciben con estrés alto y medio, y los estudiantes de 9no semestre, el 39% (43 estudiantes) se ubicaron en los niveles alto y el 32% (35 estudiantes) se encuentran en un nivel medio, por tanto el 71 % (78 estudiantes) se autoperciben con estrés alto y medio (**Tabla 5**).

FIGURA 1:

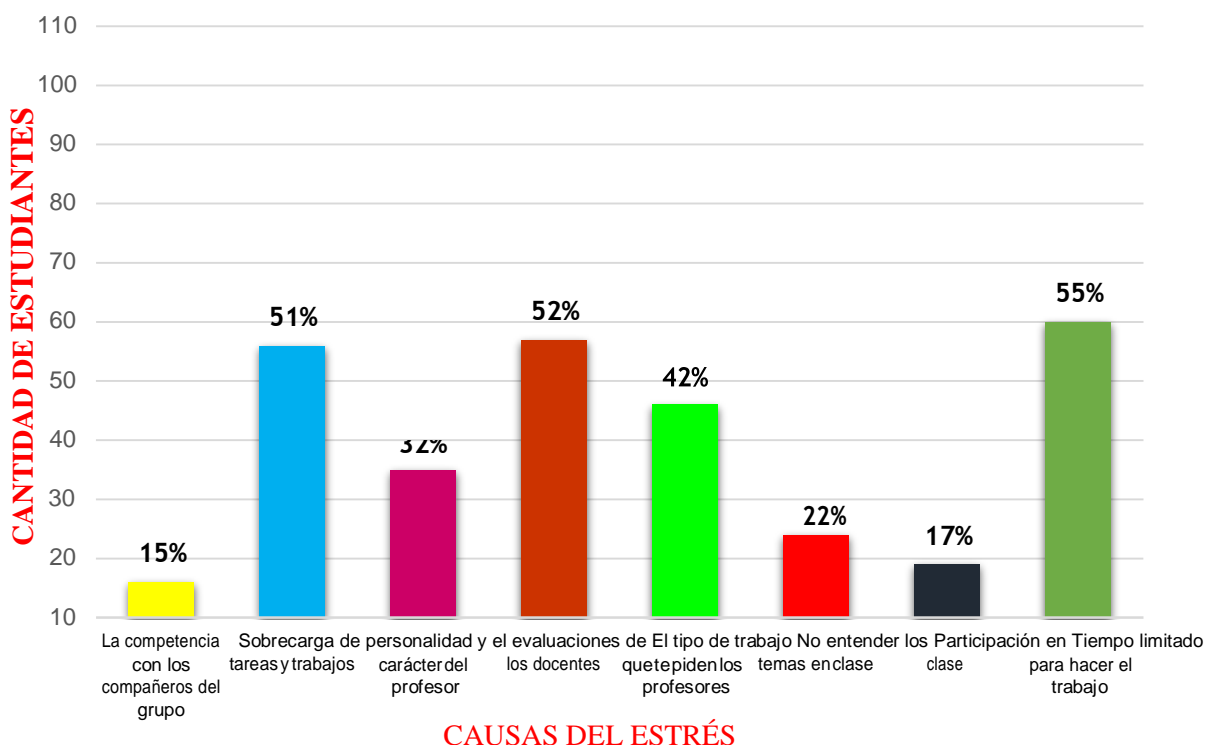
FACTORES DE ESTRÉS 5TO SEMESTRE



Causas de estrés de los 106 estudiantes encuestados de 5to semestre: Con respecto a los temas que causan mayor grado de estrés en los estudiantes cabe resaltar que siempre y casi siempre respondieron el 63% (67 estudiantes) que existe sobrecarga de tareas, trabajos prácticos, 57% (60 estudiantes) las evaluaciones de los docentes (exámenes, trabajos de investigación, etc.), 48% (51 estudiantes) es tiempo limitado para hacer el trabajo, 42% (44 estudiantes) son el tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales), 39% (41 estudiantes) la personalidad y el carácter del profesor, 29% (31 estudiantes) no entender los temas que se abordan en la clase, el 21% (22 estudiantes) la competencia con compañeros del grupo, y el 13% (14 estudiantes) participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.). (**Figura 1**)

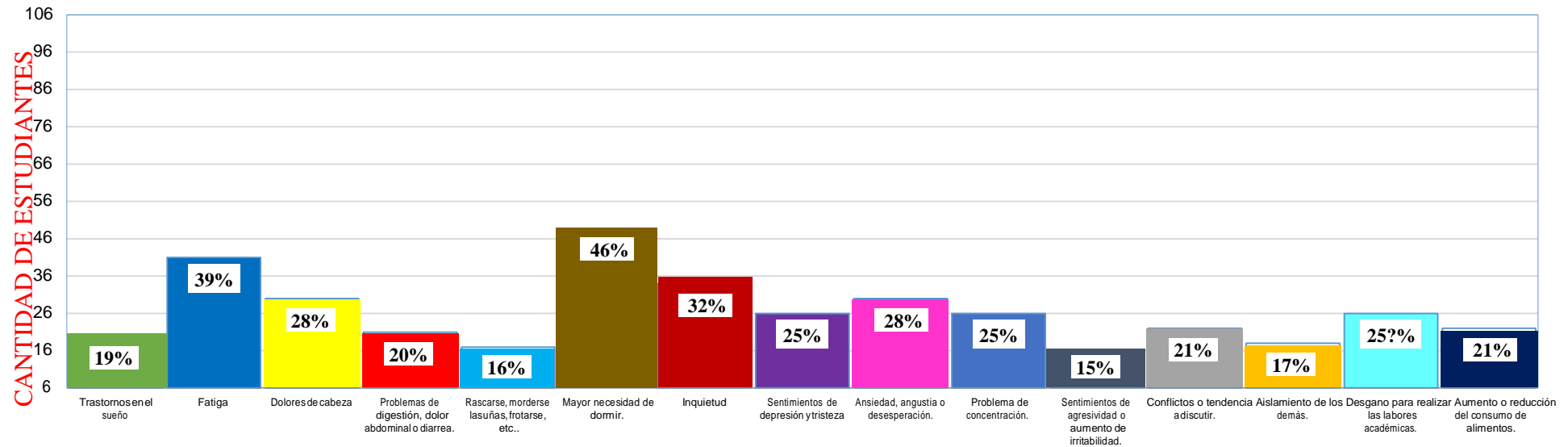
FIGURA 2:

FACTORES DE ESTRÉS 9NO SEMESTRE



Causas de estrés de los 110 estudiantes encuestados de 9no semestre: Con respecto a los temas que causan mayor grado de estrés en los estudiantes que siempre y casi siempre respondieron; el 55% (60 estudiantes) el tiempo limitado para hacer el trabajo, 52% (57 estudiantes) las evaluaciones de los docentes (exámenes, trabajos de investigación, etc.), 51% (56 estudiantes) sobrecarga de tareas y trabajos prácticos, 42% (46 estudiantes) el tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales), 32% (35 estudiantes) la personalidad y el carácter del profesor, 22% (24 estudiantes) no entender los temas que se abordan en la clase, 17% (19 estudiantes) participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.), y 15% (16 estudiantes) la competencia con compañeros del grupo. **(Figura 2)**

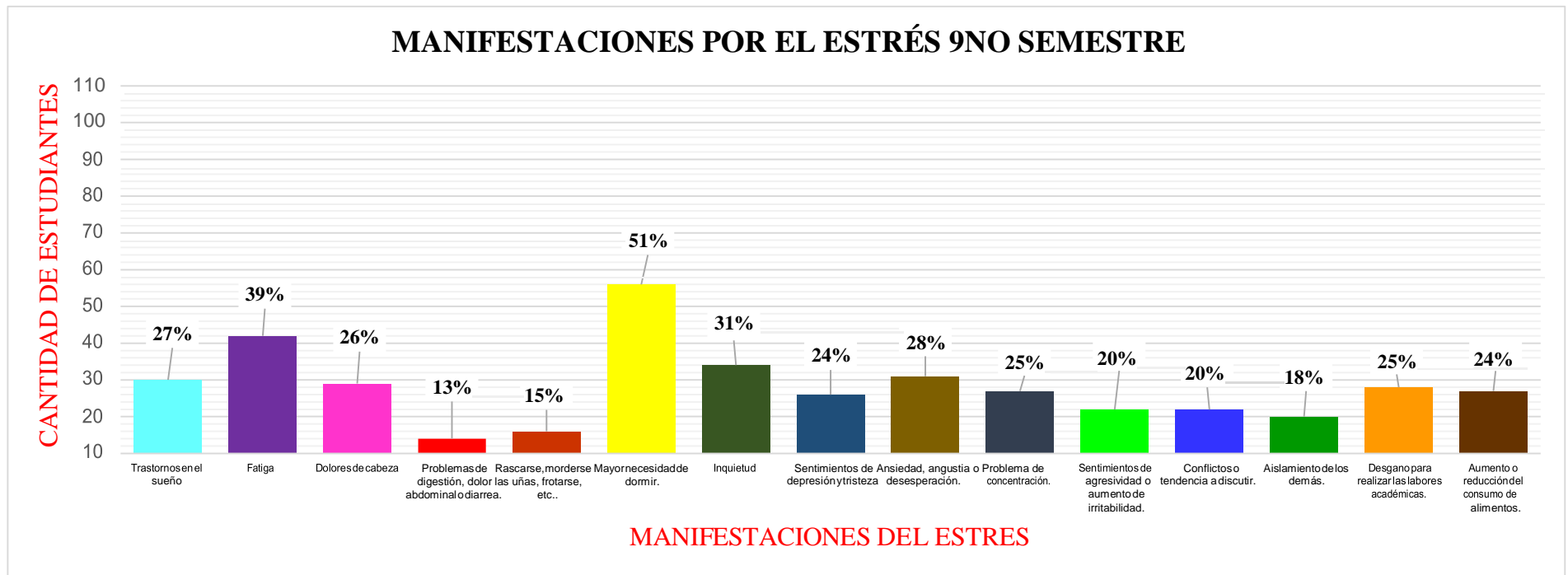
FIGURA 3:
MANIFESTACIONES POR EL ESTRÉS 5TO SEMESTRE



MANIFESTACIONES DEL ESTRÉS

Con relación a las manifestaciones que presentan con mayor participación de los 106 estudiantes de 5to semestre por causa del estrés siempre y casi siempre son: el 46% (49 estudiantes) la mayor necesidad de dormir, 39% (41 estudiantes) fatiga cansancio permanente, 32% (34 estudiantes) inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo), 28% (30 estudiantes) dolores de cabeza o migrañas, 28% (30 estudiantes) ansiedad, 25% (26 estudiantes) sentimientos de depresión y tristeza (decaído), 25% (26 estudiantes) problema de concentración, 25% (26 estudiantes) desgano para realizar las labores académicas, 21% (22 estudiantes) conflictos o tendencia a polemizar o discutir. 21% (22 estudiantes) aumento o reducción del consumo de alimentos, 20% (21 estudiantes) problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea, 19% (20 estudiantes) trastornos en el sueño (insomnios o pesadillas), 17% (18 estudiantes) aislamiento de los demás, 16% (17 estudiantes) rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc., 15% (16 estudiantes) sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad. **(Figura 3)**

FIGURA 4:



Con relación a las manifestaciones que presentan con la mayor participación por parte de los 110 estudiantes de 9no semestre por causa del estrés siempre y casi siempre son: el 51% (56 estudiantes) la mayor necesidad de dormir, 39% (42 estudiantes) fatiga cansancio permanente, 31% (34 estudiantes) inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo), 28% (31 estudiantes) ansiedad, angustia o desesperación, 27% (30 estudiantes) trastornos en el sueño (insomnios o pesadillas), 26% (29 estudiantes) dolores de cabeza o migrañas, 25% (27 estudiantes) problema de concentración, 25% (27 estudiantes) desgano para realizar las labores académicas, 24% (26 estudiantes) aumento o reducción del consumo de alimentos, 24% (26 estudiantes) sentimientos de depresión y tristeza (decaído), 20% (estudiantes) conflictos o tendencia a polemizar o discutir, 20% (estudiantes) sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad, 18% (20 estudiantes) aislamiento de los demás, 15% (16 estudiantes) rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc. y el 3% (14 estudiantes) problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea. **(Figura 4).**

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

DISCUSIÓN

Benjamín (1999) menciona que cada etapa de la carrera profesional el individuo está sometido a tensiones.

Por tanto mediante a la aplicación del instrumento de la encuesta, cuadros y figuras se puede analizar los resultados encontrados y mencionar que el nivel de estrés general de los estudiantes de 5to y 9no semestre de la Carrera de Administración de Empresas es de un nivel alto, en los estudiantes de 5to semestre el nivel de estrés se presenta en un (37%) de intensidad que abarca un nivel alto, en comparación con un (38%) de los estudiantes de 9no semestre (**ver Tabla 5**), este resultado coincide (Marisleydi, 2012-2013), expuesto que la existencia de un estrés alto en estudiantes de primer y tercer año en el país de Cuba, que ellos presentan un nivel de estrés alto siendo este mayor en las mujeres, como también en el estudio que realizo (Arrieta K. Diaz, 2013) en un programa de Odontología y Medicina, obtuvo resultados similares a los del presente estudio, al reportar que los estudiantes de las facultades de medicina con un (80%), química farmacéutica y Odontología con un (45,4%) presentan un alto nivel de estrés académico.

Por ello a partir de esta investigación, se establecen diferencias y similitudes entre los estudiantes de 5to y 9no semestre, de aquellos factores que causan el estrés como ser: para los estudiantes de 5to semestre en la mayor proporción: la sobrecarga de tareas y trabajos prácticos, las evaluaciones de los docentes (exámenes, trabajos de investigación, etc.), tiempo limitado para hacer el trabajo, el tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales), y para los estudiantes de 9no semestre: el tiempo limitado para hacer el trabajos, las evaluaciones de los docentes (exámenes, trabajos de investigación, etc.), el tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales), (**ver figura 1 y 2**), así con relación a otra investigación que realiza, (Marisleydi, 2012-2013) entre los principales estresores identificados por los estudiantes universitarios cubanos encontramos en orden de predomino: la sobrecarga de tareas extra clases y trabajos independientes, las evaluaciones de los profesores (preguntas de control, seminarios, clases prácticas, trabajo de control, exámenes, etc.), el tipo de trabajos que piden los profesores (búsquedas bibliográficas, monografías, proyectos, tareas investigativas, etc.), y el tiempo limitado para realizar el trabajo que piden los profesores, con relación a otras investigaciones hechas en México por (Mendoza Leticia, 2010), los temas con mayor grado de estrés son: la sobrecarga de tareas, trabajos universitarios, evaluación por parte de los profesores, el tiempo limitado para hacer los trabajos y competitividad con los compañeros, y son similares a los encontrados por (Barraza, 2012), (trabajo académico y exámenes). Estamos de acuerdo con (Evans, 07-2014), quienes encontraron que entre los principales estresores destacan: los exámenes y la de enfrentarse al estudio debido a sobrecarga académica.

El estrés como se mencionó anteriormente impacta a diferentes niveles en la salud de los estudiantes; uno de las manifestaciones más frecuentes a causa del estrés presentan en los estudiantes de 5to y 9no semestre: la mayor necesidad de dormir, fatiga cansancio

permanente, Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo), dolores de cabeza o migrañas, ansiedad, angustia o desesperación (**ver figura 3 y 4**) al igual que la investigación hecha por (Marisleydi, 2012-2013) son: la inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo) y los problemas de concentración, los dolores de cabeza y migrañas, la somnolencia o mayor necesidad de dormir, el desgano para realizar las labores escolares.

CONCLUSIONES

- Los estudiantes investigados presentan estrés en el ámbito académico, predominando el nivel alto según el baremo mencionado anteriormente para definir el nivel de estrés, con (37%) ara estudiantes de 5to semestre y un (39%) para 9no semestre.
- La sobrecarga académica, las evaluaciones y el tiempo limitado para hacer el trabajo son condiciones que disparan los niveles de estrés en los estudiantes de 5to semestre.
- El tiempo limitado para hacer el trabajo, las evaluaciones y el tipo de trabajo que te piden los docentes, son causas que disparan los niveles de estrés en los estudiantes de 9no semestre.
- El ingresar, mantenerse y lograr egresar de la institución universitaria es una experiencia estresante en los estudiantes, particularmente en los períodos cercanos a los procesos de evaluación y cumplimiento de los compromisos académicos en tiempos limitados.
- Las principales manifestaciones presentadas por los estudiantes de 5to y 9no semestre coinciden en mayor necesidad de dormir, fatiga (cansancio permanente), Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).
- Se comprobó la presencia de estrés académico en los estudiantes universitarios investigados con predominio de estrés alto, lo cual lo convierte en una problemática visible en el contexto estudiado y se interpreta como un factor de riesgo para la salud mental de la población meta. Esta problemática tiene mayor incidencia en las estudiantes mujeres.

RECONOCIMIENTO

A mis padres por todo lo que han hecho para que yo esté aquí en este momento y además permitirme ser quien soy. Este es el resultado de tantos años de dedicación, para ustedes dos, gracias por existir y estar a mi lado siempre.

AGRADECIMIENTO

- ✓ A Dios, todopoderoso por su presencia, sus infinitas bendiciones, por haberme dado la vida y conocimiento.
- ✓ A la Carrera de Administración de Empresas, por su apoyo en la realización de esta meta trazada.
- ✓ A los licenciados por su entrega y generosidad al compartir su conocimiento y amplia experiencia.
- ✓ A mis compañer@s por haberme colaborado en mi investigación.

- ✓ A mi familia por su gran amor, paciencia, comprensión y constante ánimo para seguir adelante y finalmente lograr este sueño.

BIBLIOGRAFÍA

Arrieta K. Diaz Gonzales F. (2013) Sintomas de depresion ansiedad y estres en estudiantes de odontologia: prevalencia y factores relaionados, Cartagena , 2013.

Barroza, A. & Silerio, J. (2007) El estrés académico en alumnos de Educación Media Superior: un estudio comparativo.

Barraza Macías A (2012) Propiedades Psicometricas del inventario Sisco del estres academico Revista Electrónica Psicología Científica. - Mexico pàg- 248-1.

Diaz Martin Yanet (2013) Estres academico en adolescentes de nivel de ense;anza preuniversitaria [Publicación periódica]. - : Revista buena salud, 2013.

Evans W. Nelly, B (2014) Pre-registration diploma student nurse stress and coping measures [Conferencia] // nurse education today.

Mendoza Leticia Cabrera Orteaga Eva Maria (2010) Factores de estres En Universitarios de 3ro y 5to semestre. - Mexico.