



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons
Atribución 4.0 Internacional (BY-NC-ND)

ESTRESORES ACADÉMICOS EN ESTUDIANTES MIGRANTES Y NO MIGRANTES DE LA UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARÍA

ACADEMIC STRESSORS IN MIGRANT AND NON-MIGRANT STUDENTS
OF THE CATHOLIC UNIVERSITY OF SANTA MARÍA

*Tania Chávez Anaya, María Mercedes Cuadros Rivera, Araceli López Maque,
María Fernanda Montoya Zea, Nikolle Requena Esquieros y Yomira Talavera Aliga*
Universidad Católica de Santa María, Arequipa, Perú

Resumen

La presente investigación se llevó a cabo para identificar los principales estresores desencadenantes del estrés académico en los estudiantes migrantes y no migrantes de la Universidad Católica Santa María donde se evaluó de forma voluntaria y anónima, se tomó una muestra de 150 estudiantes (38 varones y 112 mujeres), 75 estudiantes eran migrantes y 75 no migrantes, con una edad promedio de 19 años con una desviación estándar de 2.604. Para ello se utilizó la Escala de Estresores Académicos (ECEA), con un diseño de investigación descriptivo-cuantitativo. De acuerdo a los resultados se encontró que tanto estudiantes migrantes como no migrantes presentaron los mismos niveles de estrés y estos se manifiestan por igual, sin importar el sexo o procedencia a excepción del factor intervenciones en público que se encontró una diferencia significativa en relación a los estudiantes migrantes.

Palabras clave: Estrés académico, migrantes, género, estresores, estudiantes.

Abstract

The present investigation was carried out to identify the main stressors that trigger academic stress in migrant and non-migrant students at Santa María Catholic University. A sample of 150 students (38 men and 112 women) responded voluntarily and anonymously. There were 75 migrant students and 75

non-migrants, with an average age of 19 years (standard deviation of 2.604). The academic stressors scale (ECEA) was used within a descriptive-quantitative research design. The analysis found that both migrant and non-migrant students described the same levels of stress and these manifested themselves equally, regardless of gender or origin, except for the public speaking factor, which found a significant difference indicating migrant students found this activity more stressful.

Key words: Academic stress, migrants, gender, stressors, students.

Introducción

Según algunos estudios, uno de cada cuatro individuos 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 producto del estrés (Caldera, Pulido y Martínez, 2007). Existen asimismo, diversas formas de estrés. El estrés académico, por ejemplo, es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, generado cuando el alumno se ve sometido a una serie de demandas valoradas como estresores, que provocan un desequilibrio emocional que se manifiesta en una serie de síntomas.

La presencia de estrés en los estudiantes universitarios es cada vez mayor debido a la gran cantidad de actividades académicas que tienen que realizar y por las exigencias que establecen los estándares de calidad profesional. Según la encuesta realizada por la *American College Health Association* (2006) a estudiantes universitarios, el mayor obstáculo para el buen desempeño fue el estrés académico.

La universidad, implica para el estudiante una fuente de nuevos retos y conocimientos, y supone la utilización de técnicas,

estrategias y métodos de estudio para optimizar su aprendizaje y desempeño. Sin embargo muchos de los estudiantes no han sido capaces de desarrollar estas herramientas en años anteriores, por ello, al llegar a la universidad no suelen ajustarse adecuadamente a las exigencias académicas, obteniendo como resultado un desempeño insatisfactorio junto con altos niveles de estrés académico.

Desde el modelo transaccional de Lazarus y Folkman (1984) el estrés supone también una valoración negativa de los recursos psicológicos para hacerle frente, debido a que las demandas son percibidas como desbordantes y amenazadoras. En un contexto académico, estas demandas comprenden la obligatoriedad de la asistencia a clases, la sobrecarga de trabajo académico para el estudiante, la dificultad para conciliar la vida académica con la personal, la ausencia de tiempo libre, la exigencia de mantener niveles de atención y concentración durante muchas horas de clases, la personalidad autoritaria del profesor, las interacciones con otros compañeros y la organización de trabajos grupales, la rendición de exámenes, la posibilidad de desaprobación de cursos y retrasarse, o ser retirado de la carrera, etc.

Es decir, que existe una gran variedad de factores estresantes y es difícil de erradicarlos si no se manejan estrategias adecuadas para su control. Muñoz (1999) señala por ejemplo, que el estrés académico no se soluciona simplemente proporcionando al estudiante herramientas o recursos emocionales que le permitan afrontar mejor dicho estrés. Sino que más bien, se requieren enfoques globales que hagan posible la detección y modificación de aquellos aspectos estresantes de las organizaciones educativas y de los sistemas de enseñanza. Por ello, también debe considerarse la malla curricular de estudios, su organización eficiente con respecto al ciclo de estudios y el incremento paulatino de las demandas académicas, los métodos de enseñanza, los horarios, el solapamiento de programas y la escasa participación del estudiantado en la toma de decisiones respecto a estos temas.

En el estudio de Román, Ortiz y Hernández (2008), se identificaron un gran número de causas como son la sobrecarga académica, la realización de exámenes, el exceso de información, intervenciones orales, muy poco tiempo para realizar las tareas y dificultad para entender lo que se explica en clases, el tener que tomar notas, entre otros aspectos. Arribas-Marín (2013) analizó la formulación de un modelo causal de las dimensiones que configuran el estrés académico de los estudiantes de la carrera de Enfermería de una universidad de España, encontrando que los factores más estresantes fueron los trabajos obligatorios, la percepción del profesor, la sobrecarga académica y la percepción global de la asignatura.

García, Pérez, Pérez y Natividad (2012) analizaron las principales fuentes de estrés académico en estudiantes de la Universidad de Valencia en una muestra de 199 estudiantes, de psicología y del Educación y reportaron que un 82% afirma haber experimentado estrés académico en algún momento. Asimismo se muestra que los eventos más estresantes fueron la falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas, la exposición de trabajos en clases y la sobrecarga académica. Por otro lado, Nakeeb, Alcázar, Fernández, Maligno y Molina (2002) refieren que una de las causas del estrés académico es la poca relación que existe y la falta de comunicación entre los miembros de una facultad ya que de ahí depende la organización para realizar los trabajos y estudio.

En nuestro país hay una variedad de investigaciones que muestran la relación entre los hábitos de estudio y estrés académico, estudios que muestran la prevalencia de estrés académico conexas con la falta de apoyo familiar y dificultades económicas, y otros que indagan los niveles de estrés y estrategias de afrontamiento, además de la repercusión del estrés en el desempeño académico. Tenemos a Benavente, Paucar y Llerena (2010), que analizaron el nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín, reportando que el mayor nivel de estrés se da en el primer año, seguido de segundo, tercero y cuarto año; y que las estrategias de afrontamiento más utilizadas fueron la planificación, el afrontamiento activo, la reinterpretación

positiva, la negación, el desentendimiento mental y liberar las emociones.

Por otro lado Bedoya, Perea y Ormeño (2006), analizaron una muestra de 118 alumnos del tercer y cuarto año de la Facultad de Estomatología de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, revelando que el 96,6% de alumnos reconocieron la presencia de estrés académico, siendo los alumnos de tercer año los que presentaron los niveles más altos. Las mujeres presentaron niveles más bajos de estrés en relación con los varones; y las situaciones mayormente generadoras de estrés fueron el tiempo para cumplir con las actividades, la sobrecarga de tareas, los trabajos de cursos y la responsabilidad por cumplir obligaciones académicas. También se encontró que el nivel de estrés académico se relacionó positivamente con todas las situaciones generadoras y manifestaciones físicas y psicológicas.

Por otro lado, si bien las teorías sobre el estrés relievan el papel de los estresores (Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983), y dentro de estas el estrés académico tiene sus propias características (Cabanach, Valle, Rodríguez y Piñeiro, 2008; Bedewy, & Gabriel, 2015); son escasas las investigaciones que han buscado analizar los principales estresores desencadenantes del estrés académico en los estudiantes migrantes. En ese sentido, nuestro objetivo es valorar si los estudiantes universitarios migrantes manifiestan los mismos estresores que los estudiantes no migrantes. Ya que en el primer caso, los estudiantes universitarios migrantes suelen afrontar además del estrés académico, el hecho de

tener que vivir solos, contar con menos soporte socioemocional y tener sentimientos negativos debido al desarraigo de las costumbres de sus lugares de origen, y posiblemente a la discriminación de la que pueden ser víctimas (Martínez, & Díaz, 2007; Tseu, & Mitchell, 2019).

Método

Diseño

Se utilizó un diseño de investigación no experimental transeccional descriptivo (Hernández, Fernández, & Baptista, 2006) dentro de un marco de investigación cuantitativo.

Muestra

Se trabajó con una muestra compuesta por estudiantes de la Universidad Católica Santa María de Arequipa, que está conformada por 75 alumnos migrantes y 75 no migrantes, de los cuales 30 eran varones y 112 eran mujeres, con una edad de entre 16 a 32 años con una edad media de 19 años y una desviación estándar de ± 2.604 . Asimismo, para seleccionar a los grupos se utilizó el muestreo no probabilístico con la técnica de muestreo por cuotas (Hernández et al., 2006).

Instrumento

Se utilizó como instrumento de investigación la *Escala de Estresores Académicos* (ECEA), que fue elaborada y validada por Cabanach et al. (2008), quienes han realizado diversos estudios con este instrumento (Cabanach, Rodríguez, Valle,

Piñeiro, & Millán, 2007; Cabanach, Souto, Freire, & Ferradás, 2014; Cabanach, Souto-Gestal, & Franco, 2016). Esta escala evalúa el estrés académico en contextos universitarios, y considera estresores relacionados con la evaluación del estudiante, la percepción de sobrecarga que soporta el estudiante universitario y otros ligados al proceso de enseñanza-aprendizaje; especialmente las deficiencias metodológicas del profesorado y las dificultades sociales dentro del propio contexto universitario.

Por otro lado, la escala consta de 54 preguntas con cinco alternativas de respuesta tipo Likert de cinco alternativas (1= nunca; 2= alguna vez; 3= bastantes veces; 4= casi siempre; 5= siempre). Además cuenta con ocho factores del estrés académico: el factor 1 se refiere a las deficiencias metodológicas del profesorado, el factor 2 a sobrecarga del estudiante, el factor 3 a las creencias sobre el rendimiento académico, el factor 4 a las intervenciones en público, el factor 5 al clima social negativo, el factor 6 a exámenes, el factor 7 a la carencia de valores de los contenidos y el factor 8 sobre las dificultades de participación.

Con respecto a su validez y confiabilidad, las autoras del presente estudio, realizaron su validación previa en la ciudad de Arequipa, determinando una estructura que corrobora los ocho factores originales mediante análisis factorial exploratorio y una confiabilidad con índices que van de 0.871 a 0.961 para sus dimensiones (Chávez, Cuadros, López, Montoya, Requena, & Talavera, 2019).

Procedimientos

Se aplicó el instrumento a los estudiantes universitarios en las instalaciones de la Universidad Católica de Santa María durante las horas del día y tarde. Se abordó a los estudiantes en las aulas de clases, informándoles el objetivo de la evaluación y algunas consideraciones que se tomaron en cuenta fueron las siguientes: que los estudiantes sean migrantes y al mismo tiempo se pidió la colaboración de la misma cantidad a estudiantes no migrantes. Los estudiantes participaron de forma voluntaria y anónima y los evaluadores leyeron las instrucciones que figuran en la escala y resolvieron dudas de los participantes.

Análisis de datos

Para el procesamiento de los datos se han utilizado estadísticos descriptivos y de frecuencias, además de pruebas paramétricas de correlación (coeficiente de Pearson) y la prueba t de Student para el análisis comparativo, mediante el programa SPSS versión 23.

Resultados

En los datos de la Tabla 1 se puede apreciar los estadísticos descriptivos de los factores de la *Escala de Estresores Académicos* (ECEA). Se aprecia que las medias de los factores van desde 6.32 a 28.69, además la asimetría y la curtosis de los ocho factores de la escala se encuentran dentro del rango inferior a 1.5, lo que supone una distribución que se aproxima a la normalidad de los datos.

Tabla 1. Estadísticos Descriptivos

	DMP	SE	CRA	IP	CSN	E	CVC	DP
Media	28.69	23.24	21.59	11.97	12.21	8.63	8.03	6.32
Mediana	27.00	22.00	20.50	11.00	12.00	8.00	8.00	6.00
Moda	24	20	17	10	12	5	4	5
DE	8.932	7.733	7.572	4.267	4.337	3.318	3.117	2.668
Varianza	79.774	59.794	57.330	18.207	18.809	11.012	9.717	7.118
Asimetría	.729	.564	1.055	.676	.387	.744	.591	.861
Curtosis	.272	.079	1.450	.289	-.688	.150	.075	.384
Rango	47	38	39	20	17	15	13	12
Mínimo	12	10	10	5	6	4	4	3
Máximo	59	48	49	25	23	19	17	15

Nota: DMP= Deficiencias metodológicas del profesorado; SE= Sobrecarga del estudiante; CRA= Creencias sobre el rendimiento académico; IP= Intervenciones en público; CSN= Clima social negativo; E= Exámenes; CVC= Carencia de valor de los contenidos; DP= Dificultades de participación.

Porcentualmente el 26% se ubica en un nivel bajo de estrés, mientras el 52% se ubica en un nivel moderado de estrés, por último, la gran mayoría de las personas de la muestra se encuentran en el nivel alto con 22%. Con referencia a los factores de la escala; el factor Deficiencias metodológicas del profesorado comprende en un nivel bajo a un 25.3% de la muestra, con un nivel moderado a un 52% y un nivel alto con un 22.7%. El factor de Sobrecarga del estudiante congrega al 32% de estudiantes en un nivel bajo, 44.7% en un nivel moderado y 23.3% en un nivel alto. En el factor Creencias sobre el rendimiento académico, se tiene que un 27.3% se ubica en un nivel bajo, 50.7% en moderado y 22% en alto. El factor de

Intervenciones en público se observa que un 27.3% se ubica en un nivel bajo, 55.3% en un nivel moderado y 17.3% en alto. En el factor de Clima social negativo corresponde a un 25.3% de la muestra un nivel bajo, un nivel moderado al 56% y un nivel alto al 18.7% de la muestra. En el factor Exámenes se tiene un porcentaje de 21.3% en el nivel bajo, 54% en el moderado y 24.7% en el alto. El factor de Carencia de valor de los contenidos ubica a un 20% de la muestra en un nivel alto, 54% en un nivel moderado y a 26% en un nivel bajo. Por último, con respecto al factor Dificultades de participación, un 29.3% de la muestra se ubica en el nivel bajo, 48.7% en el nivel moderado y de 22% en el nivel alto (Figura 1).

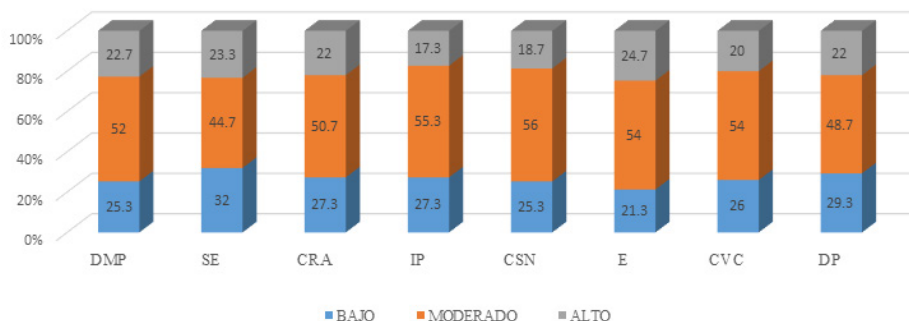


Figura 1. Porcentajes de los ocho factores de estrés académico según su nivel de estrés

Nota: DMP= Deficiencias metodológicas del profesorado; SE= Sobrecarga del estudiante; CRA= Creencias sobre el rendimiento académico; IP= Intervenciones en público; CSN= Clima social negativo; E= Exámenes; CVC= Carencia de valor de los contenidos; DP= Dificultades de participación.

Al hacer las correlaciones entre las dimensiones de la variable estrés académico y la edad, se encontró que los ocho factores de la Escala de Estrés Académico, tienen correlaciones positivas, moderadas y significativas entre sí; y que la edad se relaciona negativa y significativamente con las Creencias sobre el rendimiento académico ($r = -.203$) y con Clima social negativo ($r = -.222$), lo que sugiere que los estudiantes

de mayor edad tienen una percepción más negativa de estas subvariables. Las dimensiones Diferencias metodológicas del profesorado y exámenes, obtuvieron correlaciones nulas; mientras que las dimensiones Sobrecarga del estudiante, Intervenciones en público, Carencia de valor de los contenidos y Dificultades de participación obtuvieron correlaciones negativas y bajas con la edad.

Tabla 2. Comparaciones de estrés académico según el género de los estudiantes

	Sexo	N	Media	DE	t	gl	p																																																																																
Deficiencias metodológicas del profesorado	Varón	38	29.87	11.468	-.944	148	.347																																																																																
	Mujer	112	28.29	7.912				Sobrecarga del estudiante	Varón	38	24.00	8.383	.700	148	.485	Mujer	112	22.98	7.522	Creencias sobre el rendimiento académico	Varón	38	22.32	9.572	.679	148	.498	Mujer	112	21.35	6.795	Intervenciones en público	Varón	38	11.79	4.878	-.295	148	.768	Mujer	112	12.03	4.061	Clima social negativo	Varón	38	12.13	4.691	-.123	148	.902	Mujer	112	12.23	4.232	Exámenes	Varón	38	9.42	4.310	1.704	148	.090	Mujer	112	8.37	2.882	Carencia de valor de los contenidos	Varón	38	8.18	3.021	.359	148	.720	Mujer	112	7.97	3.161	Dificultades de participación	Varón	38	6.61	3.341	.762	148	.447
Sobrecarga del estudiante	Varón	38	24.00	8.383	.700	148	.485																																																																																
	Mujer	112	22.98	7.522				Creencias sobre el rendimiento académico	Varón	38	22.32	9.572	.679	148	.498	Mujer	112	21.35	6.795	Intervenciones en público	Varón	38	11.79	4.878	-.295	148	.768	Mujer	112	12.03	4.061	Clima social negativo	Varón	38	12.13	4.691	-.123	148	.902	Mujer	112	12.23	4.232	Exámenes	Varón	38	9.42	4.310	1.704	148	.090	Mujer	112	8.37	2.882	Carencia de valor de los contenidos	Varón	38	8.18	3.021	.359	148	.720	Mujer	112	7.97	3.161	Dificultades de participación	Varón	38	6.61	3.341	.762	148	.447	Mujer	112	6.22	2.408								
Creencias sobre el rendimiento académico	Varón	38	22.32	9.572	.679	148	.498																																																																																
	Mujer	112	21.35	6.795				Intervenciones en público	Varón	38	11.79	4.878	-.295	148	.768	Mujer	112	12.03	4.061	Clima social negativo	Varón	38	12.13	4.691	-.123	148	.902	Mujer	112	12.23	4.232	Exámenes	Varón	38	9.42	4.310	1.704	148	.090	Mujer	112	8.37	2.882	Carencia de valor de los contenidos	Varón	38	8.18	3.021	.359	148	.720	Mujer	112	7.97	3.161	Dificultades de participación	Varón	38	6.61	3.341	.762	148	.447	Mujer	112	6.22	2.408																				
Intervenciones en público	Varón	38	11.79	4.878	-.295	148	.768																																																																																
	Mujer	112	12.03	4.061				Clima social negativo	Varón	38	12.13	4.691	-.123	148	.902	Mujer	112	12.23	4.232	Exámenes	Varón	38	9.42	4.310	1.704	148	.090	Mujer	112	8.37	2.882	Carencia de valor de los contenidos	Varón	38	8.18	3.021	.359	148	.720	Mujer	112	7.97	3.161	Dificultades de participación	Varón	38	6.61	3.341	.762	148	.447	Mujer	112	6.22	2.408																																
Clima social negativo	Varón	38	12.13	4.691	-.123	148	.902																																																																																
	Mujer	112	12.23	4.232				Exámenes	Varón	38	9.42	4.310	1.704	148	.090	Mujer	112	8.37	2.882	Carencia de valor de los contenidos	Varón	38	8.18	3.021	.359	148	.720	Mujer	112	7.97	3.161	Dificultades de participación	Varón	38	6.61	3.341	.762	148	.447	Mujer	112	6.22	2.408																																												
Exámenes	Varón	38	9.42	4.310	1.704	148	.090																																																																																
	Mujer	112	8.37	2.882				Carencia de valor de los contenidos	Varón	38	8.18	3.021	.359	148	.720	Mujer	112	7.97	3.161	Dificultades de participación	Varón	38	6.61	3.341	.762	148	.447	Mujer	112	6.22	2.408																																																								
Carencia de valor de los contenidos	Varón	38	8.18	3.021	.359	148	.720																																																																																
	Mujer	112	7.97	3.161				Dificultades de participación	Varón	38	6.61	3.341	.762	148	.447	Mujer	112	6.22	2.408																																																																				
Dificultades de participación	Varón	38	6.61	3.341	.762	148	.447																																																																																
	Mujer	112	6.22	2.408																																																																																			

En la Tabla 2 se aprecia las comparaciones entre los factores de la escala de estrés académico en función del género de los estudiantes, donde se observa que las

medias no presentan diferencias significativas, por lo tanto el sexo de los estudiantes no es una variable que se asocia con el estrés académico.

Tabla 3. Comparaciones de estrés académico entre alumnos migrantes y no migrantes

	Procedencia	N	Media	DE	t	gl	p																																																																																
Deficiencias metodológicas del profesorado	Migrante	75	29.03	9.078	.465	148	.643																																																																																
	No migrante	75	28.35	8.831				Sobrecarga del estudiante	Migrante	75	22.63	7.617	-.971	148	.333	No migrante	75	23.85	7.849	Creencias sobre el rendimiento académico	Migrante	75	21.33	7.478	-.419	148	.676	No migrante	75	21.85	7.705	Intervenciones en público	Migrante	75	11.20	3.918	-2.23	148	.027	No migrante	75	12.73	4.485	Clima social negativo	Migrante	75	12.43	4.653	.620	148	.536	No migrante	75	11.99	4.015	Exámenes	Migrante	75	8.47	3.383	-.614	148	.540	No migrante	75	8.80	3.267	Carencia de valor de los contenidos	Migrante	75	7.95	3.365	-.313	148	.754	No migrante	75	8.11	2.869	Dificultades de participación	Migrante	75	6.28	2.518	-.183	148	.855
Sobrecarga del estudiante	Migrante	75	22.63	7.617	-.971	148	.333																																																																																
	No migrante	75	23.85	7.849				Creencias sobre el rendimiento académico	Migrante	75	21.33	7.478	-.419	148	.676	No migrante	75	21.85	7.705	Intervenciones en público	Migrante	75	11.20	3.918	-2.23	148	.027	No migrante	75	12.73	4.485	Clima social negativo	Migrante	75	12.43	4.653	.620	148	.536	No migrante	75	11.99	4.015	Exámenes	Migrante	75	8.47	3.383	-.614	148	.540	No migrante	75	8.80	3.267	Carencia de valor de los contenidos	Migrante	75	7.95	3.365	-.313	148	.754	No migrante	75	8.11	2.869	Dificultades de participación	Migrante	75	6.28	2.518	-.183	148	.855	No migrante	75	6.36	2.827								
Creencias sobre el rendimiento académico	Migrante	75	21.33	7.478	-.419	148	.676																																																																																
	No migrante	75	21.85	7.705				Intervenciones en público	Migrante	75	11.20	3.918	-2.23	148	.027	No migrante	75	12.73	4.485	Clima social negativo	Migrante	75	12.43	4.653	.620	148	.536	No migrante	75	11.99	4.015	Exámenes	Migrante	75	8.47	3.383	-.614	148	.540	No migrante	75	8.80	3.267	Carencia de valor de los contenidos	Migrante	75	7.95	3.365	-.313	148	.754	No migrante	75	8.11	2.869	Dificultades de participación	Migrante	75	6.28	2.518	-.183	148	.855	No migrante	75	6.36	2.827																				
Intervenciones en público	Migrante	75	11.20	3.918	-2.23	148	.027																																																																																
	No migrante	75	12.73	4.485				Clima social negativo	Migrante	75	12.43	4.653	.620	148	.536	No migrante	75	11.99	4.015	Exámenes	Migrante	75	8.47	3.383	-.614	148	.540	No migrante	75	8.80	3.267	Carencia de valor de los contenidos	Migrante	75	7.95	3.365	-.313	148	.754	No migrante	75	8.11	2.869	Dificultades de participación	Migrante	75	6.28	2.518	-.183	148	.855	No migrante	75	6.36	2.827																																
Clima social negativo	Migrante	75	12.43	4.653	.620	148	.536																																																																																
	No migrante	75	11.99	4.015				Exámenes	Migrante	75	8.47	3.383	-.614	148	.540	No migrante	75	8.80	3.267	Carencia de valor de los contenidos	Migrante	75	7.95	3.365	-.313	148	.754	No migrante	75	8.11	2.869	Dificultades de participación	Migrante	75	6.28	2.518	-.183	148	.855	No migrante	75	6.36	2.827																																												
Exámenes	Migrante	75	8.47	3.383	-.614	148	.540																																																																																
	No migrante	75	8.80	3.267				Carencia de valor de los contenidos	Migrante	75	7.95	3.365	-.313	148	.754	No migrante	75	8.11	2.869	Dificultades de participación	Migrante	75	6.28	2.518	-.183	148	.855	No migrante	75	6.36	2.827																																																								
Carencia de valor de los contenidos	Migrante	75	7.95	3.365	-.313	148	.754																																																																																
	No migrante	75	8.11	2.869				Dificultades de participación	Migrante	75	6.28	2.518	-.183	148	.855	No migrante	75	6.36	2.827																																																																				
Dificultades de participación	Migrante	75	6.28	2.518	-.183	148	.855																																																																																
	No migrante	75	6.36	2.827																																																																																			

En la Tabla 3 se tienen las comparaciones de las medias de los factores del estrés académico en función de la procedencia de los estudiantes, es decir, si son migrantes o no migrantes. Como se puede observar, en la mayoría de los factores, no se encontraron diferencias significativas, salvo en el factor Intervenciones en público, donde con un valor p de 0.027, los estudiantes migrantes tienen una media más baja que los no migrantes, lo cual indica que los estudiantes no migrantes presentan mayor estrés académico en sus intervenciones orales en clase, en comparación con los estudiantes migrantes.

Discusión

El estudio de la vivencia del estrés en entornos académicos ha ido cobrando

un progresivo incremento en la última década, debido a aspectos tales como el abandono prematuro de los estudios, la sobrecarga de trabajos académicos y los niveles de exigencia que se traducen en estados de malestar entre los estudiantes (Franco, 2015), así como diversos factores de índole interpersonal y psicosocial (Muñoz, 2004).

En tal sentido, nuestro trabajo se ha dirigido a explorar y valorar cómo se manifiestan las dimensiones del estrés académico en los estudiantes universitarios migrantes y no migrantes de la Universidad Católica de Santa María, ya que estos factores podrían afectar el desempeño académico de uno u otro grupo de estudiantes, con la premisa de que el estrés

académico sería mayor en los estudiante no migrantes, debido a que ellos tendrían menos soporte emocional y social, por encontrarse alejados de sus familias y ubicarse en un entorno distinto al de su lugar de procedencia. Por ello, se evaluó a 150 estudiantes universitarios, mediante la *Escala de Estresores Académicos* (ECEA), que fue validada previamente en nuestra ciudad (Chávez et al., 2019).

En cuanto a nuestros resultados, se tiene en primer lugar, que los niveles de estrés que presentan los estudiantes se ubican en un nivel moderado en la mayoría de los casos (52%), mientras que el 26% se ubica en un nivel bajo y el 22% en un nivel alto. Estos datos son muy similares a los reportados por Oliván, Boira y López-del-Hoyo (2011) y Sabih, Siddiqui y Baber (2013) que también informan niveles de estrés académico percibido en niveles moderados en la mayor cantidad de estudiantes de sus muestras. Por otro lado, los factores que fueron identificados con mayor carga estresora son Deficiencias metodológicas del profesorado, Intervenciones en público, Clima social negativo, Exámenes y Carencia de valor de los contenidos, donde se obtuvo un nivel de estrés moderado con porcentajes de 52%, 55.3%, 56%, 54% y 54% respectivamente.

El factor de Deficiencias metodológicas del profesorado describe como estresantes aquellas situaciones en las que se producen incongruencias entre la enseñanza del profesor y el aprendizaje de los estudiantes (Aragónés, 1985), y que en nuestro estudio se presenta como uno de los causales de tensión, al igual que en

otros estudios (Casuso 2011; Cabanach et al., 2007). Esto demuestra que el propio proceso de enseñanza-aprendizaje es una de las condiciones estresoras más significativas, principalmente referida a las relaciones profesor-alumno y a las variables de tipo didáctico.

El factor Intervenciones en público comprende actividades como exponer trabajos o expresarse ante los demás, y que puede asociarse con incomodidad y nerviosismo si los estudiantes tienen que participar de forma pública en la clase, contestando preguntas, exponiendo opiniones o explicando algo de forma espontánea o por sugerencia del profesor; y que reflejarían la autovalía de los alumnos (Cabanach et al., 2014). Este factor, también resultó elevado en la muestra de estudiantes evaluados, pero sobre todo en los estudiantes no migrantes, contradiciendo nuestra premisa inicial, y que podría explicarse por una carencia de habilidades lingüísticas. Sin embargo, se requiere otros estudios para determinar las causas reales de estas diferencias.

En el factor de Clima social negativo, que en nuestra muestra representa también una carga estresora moderada, se atribuye a la presencia de un ambiente social incómodo, caracterizado por la falta de cordialidad y cooperación, y que más bien, podría alentar la competitividad de una forma poco saludable. Lo anterior también ha sido descrito en otros trabajos de investigación con estudiantes universitarios de las carreras del área de ciencias de la salud (Loureiro, McIntyre, Mota-Cardoso, & Ferreira, 2008; Ratana,

2003; Román, Ortiz, & Hernández, 2008; Souto-Gestal, 2013).

En cuanto al factor Exámenes, diversos estudios han reportado que los estudiantes universitarios experimentan altos niveles de estrés y ansiedad debido a las evaluaciones que tienen que rendir (Dominguez-Lara, Villegas, Cabezas, Aravena, y de la Cruz, 2013; Dominguez-Lara, Bonifacio-Vilela, & Caro-Salazar, 2016), sobre todo cuando no se han preparado lo suficiente o tienden a procrastinar (Arias, & Rivera, 2018). Cabe decir que el estrés ante los exámenes, se considera como un desencadenante de estados de mayor vulnerabilidad emocional con efectos negativos en el desempeño académico (Fisher, 1994). Esto también se asocia al miedo a fracasar en el ámbito académico afectando su autoestima (Gutiérrez, 2000), sus expectativas con respecto al logro académico (Zeidner, & Matthews, 2005) y a un futuro desempeño profesional (Schafer, 1996).

Con respecto a la Carencia de valor de los contenidos de aprendizaje y de estudio, se obtuvieron niveles moderados de estrés, y aunque no se registraron diferencias en cuanto al sexo de los estudiantes o si son migrantes o no, se puede plantear que estos puntajes revelarían confusión en torno a las carreras elegidas, tal vez por unas creencias erróneas derivadas de preconcepciones o estereotipos sociales. También es importante considerar que muchos universitarios no realizan el esfuerzo suficiente por aprender, sobre todo cuando consideran no valoran una materia como relevante para una futura actividad profesional (Huertas, & Agudo, 2003). Estas condiciones suelen

estar presentes además, durante los primeros años de estudio, cuando los alumnos universitarios no tienen plena conciencia de lo que desean o de sus intereses cognitivos (Muñoz, 2003). En ese sentido, las correlaciones efectuadas, indican que la edad se relaciona negativa y significativamente con las Creencias sobre el rendimiento académico y con Clima social negativo, que quiere decir que a mayor edad, se registra menos estrés en estas subvariables.

Como conclusión se puede decir que no existen diferencias en el estrés académico de los estudiantes universitarios evaluados, ni en función del sexo o su lugar de procedencia, salvo en la dimensión de Intervenciones en público, pero a favor de los estudiantes migrantes, por lo que nuestra premisa de investigación no se cumple. Entre las limitaciones que encontramos en nuestro estudio, podemos mencionar que no se obtuvo datos sobre su lugar de procedencia, por lo que no se pudo hacer un análisis más profundo sobre el estrés académico y el lugar de origen, salvo en cuanto a si son migrantes o no. Esto hubiera mostrado datos muy importantes para saber de qué regiones del país proceden los estudiantes con mayor estrés académico. Además, el muestreo no pudo ser probabilístico, debido a que no se contó con los datos precisos de la población de estudiantes migrantes que estudian en la universidad. A pesar de ello, este estudio hace un aporte en el ámbito de la psicología educativa, por ser original al no registrarse estudios similares previos en la ciudad de Arequipa o el Perú.

Referencias

- American College Health Association. (2006). *Estrés Académico y su relación con la ansiedad en estudiantes universitarios*. Recuperado de: <http://www.ehowenpanol.com/estres-academico-relacion-ansiedad-estudiantes-universitarios>.
- Arribas-Marín, J. (2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería. *Revista de Educación*, 360(1), 533-556.
- Aragonés, J. I. (1985). El rol del maestro y del alumno. En Huici, C. (Comp.). *Estructura y procesos de grupo* (pp. 215-239). Madrid: UNED.
- Arias, W. L., & Rivera, R. (2018). Análisis psicométrico de una escala de Procrastinación académica en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Arequipa. *Educationis Momentum*, 4(1), 5-24.
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology*, 2(2), 1-9. doi: 10.1177/2055102915596714
- Bedoya, S. A., Perea, M., & Ormeño, R. (2006). Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología. *Revista Estomatológica Herediana*, 1(16), 15-20.
- Benavente, S., Paucar, G., & Llerena, G. (2010). Nivel de estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Facultad de Enfermería UNSA Arequipa, 2006. *Enfermería Global*, 9(2), 1-18.
- Cabanach, R. G., Rodríguez, S., Valle, A., Piñeiro, I., & Millán, P. G. (2007). Metas académicas y vulnerabilidad al estrés en contextos académicos. *Aula Abierta*, 36, 3-16.
- Cabanach, R. G., Valle, A., Rodríguez, S., & Piñeiro, I. (2008). Variables explicativas del estrés en estudiantes universitarios: Construcción de una escala de medida. Comunicación presentada en el *V Congreso Internacional de Psicología y Educación: Los retos del futuro*. Oviedo, 23-25 de abril de 2008.
- Cabanach, R. G., Souto, A., Freire, C., & Ferradás, M. M. (2014). Relaciones entre autoestima y respuesta de estrés en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 7(1), 43-57. doi: 10.1989/ejep.v7i1.151

- Cabanach, R. G., Souto-Gestal, A., & Franco, V. (2016). Escala de Estresores académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 7(2), 41-50.
- Casuso, M. J. (2011). *Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud*. (Tesis doctoral). Universidad de Málaga, España.
- Caldera, J., Pulido, B., & Martínez, G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 1(7), 77-82.
- Chávez, T., Cuadros, M. M., López, A., Montoya, M. F., Requena, N., & Talavera, Y. (2019). Análisis psicométrico de la Escala de Estresores Académicos (ECEA) en estudiantes de la Universidad Católica de Santa María. *Avances en Psicología*, 21(1), 73-82.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396.
- Dominguez-Lara, S., Bonifacio-Vilela, M., & Caro-Salazar, A. (2016). Prevalencia de ansiedad ante exámenes en una muestra de estudiantes universitarios de Lima metropolitana. *Revista de Psicología (Universidad Católica San Pablo)*, 6(2), 47-56.
- Dominguez-Lara, S., Villegas, G., Cabezas, M., Aravena, S., & de la Cruz, M. (2013). Autoeficacia académica y ansiedad ante los exámenes en estudiantes de psicología de una universidad privada. *Revista de Psicología (Universidad Católica San Pablo)*, 3(3), 13-23.
- Franco, V. (2015). *La medición del estrés en contextos académicos en estudiantes universitarios*. (Tesis doctoral). Universidad da Coruña, España.
- Fisher, S. (1994). *Stress in Academic Life*. Buckingham: Open University Press.
- García, R., Pérez, F., Pérez, J., & Natividad, L. (2011). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(2), 143-154.
- Gutiérrez, M. (2000). *Estrés, ansiedad y eficiencia*. Santa Cruz de Tenerife: Servicio de Publicaciones de la Universidad de La Laguna.

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Huertas, J. A., & Agudo, R. (2003). Concepciones de los estudiantes universitarios sobre la motivación, en C. Monereo & J. I. Pozo (Eds.) *La universidad ante la nueva cultura educativa. Enseñar y aprender para la autonomía*. Barcelona: Síntesis.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). The stress concept in the life sciences. En R. S. Lazarus, S. Folkman (Eds.), *Stress, appraisal and coping* (pp. 1-21). New York: Springer.
- Loureiro, E., McIntyre, T., Mota-Cardoso, R., & Ferreira, M. A. (2008). A relação entre o stress e os estilos de vida nos estudantes de Medicina da Faculdade de Medicina do Porto. *Acta Medica Portuguesa*, 21, 209-214.
- Martínez, E. S., & Díaz, D. A. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*, 2(10), 11-22.
- Muñoz, F. (1999). *El estrés académico. Incidencia del sistema de enseñanza y función moduladora de las variables psicosociales en la salud, bienestar y el rendimiento de los estudiantes universitarios*. (Tesis doctoral). Facultad de Psicología de la Universidad de Sevilla, España.
- Muñoz, F. J. (2003). *Estrés Académico en estudiantes que cursan el primer año del ámbito universitario*. (Tesis inédita de Licenciatura). Universidad Científica del Perú, Lima, Perú.
- Muñoz, F. J. (2004). *El estrés académico: Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial*. Huelva, España: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Huelva.
- Nakeeb, S., Alcázar, L., Fernández, A., Malino, C., & Molina, B. (2002). Competencias académicas, reporte de estrés y salud en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(2), 553-574.
- Oliván, B., Boira, S., & López-del-Hoyo, Y. (2011). Stress and other associated psychological factors in physiotherapy students. *Fisioterapia*, 33, 19-24.
- Ratana, S. (2003). Stress among Medical Students in a Thailand Medical School. *Medical Teacher*, 25(5), 502-506.

- Román, C., Ortiz, F., & Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 46(7), 1-8.
- Sabih, F., Siddiqui, F. R., & Baber, M. N. (2013). Assessment of stress among physiotherapy students at Riphah Centre of Rehabilitation Sciences. *Journal of the Pakistan Medical Association*, 63, 346-349.
- Schafer, W. (1996). *Stress Management for Wellness*. Orlando: Harcourt Brace.
- Souto-Gestal, A. (2014). *Regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia*. (Tesis doctoral). Universidad da Coruña, A Coruña, España.
- Tseu, A., & Mitchell, C. (2019). Acculturation and wellbeing. *Revista de Psicología (Universidad Católica San Pablo)*, 9(2), 71-87.
- Zeidner, M., & Matthews, G. (2005). Evaluation Anxiety. En A. Elliot & C. S. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation*. New York: The Guilford Press.

Recibido: 10 de octubre del 2018

Aceptado: 20 de mayo de 2019