



Prevalencia de depresión relacionado con el estrés académico en los estudiantes de nivelación

Prevalence of depression related to academic stress in leveling students

Prevalência de depressão relacionada ao estresse acadêmico em estudantes de nivelamento

Carlos Zea Barahona ^I
carlos.zea@unesum.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-0628-6674>

Isabel Zea Vélez ^{II}
isabel.zea@unesum.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-7544-4587>

Juan Coronel Moreira ^{III}
juan.coronel@unesum.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-0387-362X>

Correspondencia: sandra.mendoza@unesum.edu.ec

Ciencias de la Educación
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 23 de julio de 2022 * **Aceptado:** 12 de agosto de 2022 * **Publicado:** 09 de septiembre de 2022

- I. Magíster Docencia Universitaria e Investigación Educativa, Economista, Docente Titular Principal Tiempo Completo. Decano de Facultad de Ciencias Económicas de la Universidad Estatal del Sur de Manabí, Carrera Gestión Empresarial y Administración de Empresas, Ecuador.
- II. Ingeniera en Administración de Empresas Turísticas, Docente Contrato de la Unidad de Admisión y Nivelación del PII 2021 y PI 2022 de la Universidad Estatal del Sur de Manabí en la carrera de: turismo. y en formación del Máster Universitario en Gestión del Patrimonio Cultural y Natural (Plan 2021), Ecuador.
- III. Médico Cirujano, Maestrante del programa de Gestión de Servicios de Atención Primaria de Salud de la Universidad Internacional Iberoamericana de México, Docente Contrato de la Unidad de Admisión y Nivelación del PII 2021 y PI 2022 de la Universidad Estatal del Sur de Manabí en las carreras de: Biología y Anatomía, Ecuador.

Resumen

El presente artículo científico muestra como objetivo identificar el porqué de los estudiantes de nivelación y admisión de la UNESUM afrontan situaciones de depresión por estrés académico, de manera que hoy en día los problemas de salud mental han ido prevaleciendo ya que la depresión se da por exigencias psicológicas, sociales, académicos y hasta un elevado estrés por la falta de recursos económicos en la familia. La depresión es un problema que actualmente existe de manera codependiente donde también aparece los problemas de ansiedad, actuando a tiempo podemos evitar que exista un suicidio por parte del estudiante, tenemos que interesarnos al saber si el estudiante se encuentra bien y está enfocado al interés en la enseñanza que recibe por parte del docente. Se toma en cuenta tres métodos de estudio, la cuantitativa por medio de la encuesta donde solo 27 docentes de la unidad de nivelación y admisión respondieron, la observación, esta fue realizada en clases virtuales y la de investigación, cuando sabemos que alguien está pasando por una situación difícil debemos investigar cómo podemos ayudar al estudiante y no dejar pasar algo que puede complicarse. Los resultados evidencian que debemos motivar al estudiante con frases, charlas, consejos, antes de empezar la clase y preguntar si está pasando por algún momento delicado. Cabe recalcar que es muy significativo identificar a estudiantes de mayor riesgo, para así iniciar mediaciones en salud de manera oportuna.

Palabras Clave: depresión; estrés académico; salud mental.

Abstract

The objective of this scientific article is to identify why UNESUM leveling and admission students face situations of depression due to academic stress, so that today mental health problems have been prevailing since depression is due to demands. psychological, social, academic and even high stress due to the lack of economic resources in the family. Depression is a problem that currently exists in a codependent way where anxiety problems also appear, acting in time we can prevent a suicide by the student, we have to be interested in knowing if the student is well and is focused on interest in the instruction received from the teacher. Three study methods are taken into account, the quantitative one through the survey where only 27 teachers from the leveling and admission unit responded, the observation, this was carried out in virtual classes and the research method, when we know that someone is going through a difficult situation we must investigate how we can help the student and not let something get complicated. The results show that we must motivate the

student with phrases, talks, advice, before starting the class and ask if they are going through a delicate moment. It should be emphasized that it is very significant to identify students at higher risk, in order to initiate health mediations in a timely manner.

Keywords: depression; academic stress; mental health.

Resumo

O objetivo deste artigo científico é identificar por que os alunos de nivelamento e admissão da UNESUM enfrentam situações de depressão devido ao estresse acadêmico, de modo que hoje os problemas de saúde mental têm prevalecido, pois a depressão é devido a demandas psicológicas, sociais, acadêmicas e até mesmo alto estresse devido à falta de recursos econômicos da família. A depressão é um problema que atualmente existe de forma codependente onde também aparecem problemas de ansiedade, agindo a tempo podemos prevenir um suicídio por parte do aluno, temos que ter interesse em saber se o aluno está bem e está focado no interesse pela instrução recebida do professor. São levados em consideração três métodos de estudo, o quantitativo através da pesquisa onde responderam apenas 27 professores da unidade de nivelamento e admissão, a observação, esta foi realizada em aulas virtuais e o método de pesquisa, quando sabemos que alguém está passando por um situação difícil devemos investigar como podemos ajudar o aluno e não deixar que algo se complique. Os resultados mostram que devemos motivar o aluno com frases, conversas, conselhos, antes de iniciar a aula e perguntar se ele está passando por um momento delicado. Ressalta-se que é muito significativo identificar os alunos de maior risco, a fim de iniciar as mediações em saúde em tempo hábil.

Palavras-chave: depressão; estresse acadêmico; saúde mental.

Introducción

La época universitaria constituye un periodo de la vida donde la mayoría de los estudiantes son adolescentes o adultos jóvenes, lo que implica que son una población donde se consolidan los proyectos de vida, se adquiere la mayoría de edad, se asumen nuevas responsabilidades sociales y aumentan las presiones psicosociales, lo que puede redundar en una mayor vulnerabilidad frente a trastornos psicosociales como el síndrome ansioso. Todos los individuos experimentan ansiedad en alguna etapa de su vida; esta se caracteriza por una sensación de aprensión difusa, desagradable,

que se manifiesta por la incapacidad de estar sentado o de pie durante un tiempo, y a menudo se acompaña de síntomas vegetativos como cefalea, diaforesis, taquicardia, opresión torácica, malestar epigástrico e inquietud. En una condición clínica normal, es una señal de alerta que advierte de un peligro inminente y permite al individuo tomar medidas para afrontar dicha amenaza (Kaplan, Sandock y Sadock, 2009).

La frecuencia de trastornos mentales en general, y la ansiedad en particular, es mayor en poblaciones con factores de riesgo sociales, clínicos y ambientales, los cuales presentan una frecuencia diferente según la población estudiada, aspecto que resalta la necesidad de desarrollar investigaciones en poblaciones específicas. Concretamente, los estudiantes universitarios presentan con mayor frecuencia este tipo de riesgos, y constituyen uno de los grupos de mayor interés para el estudio de la ansiedad, debido a sus exigencias psicológicas, sociales y académicas, asociadas a los altos niveles de estrés que, en conjunto, conllevan a problemas de salud mental como trastornos depresivos, ansiedad, suicidio, abuso de alcohol y drogas, entre otros (Bohórquez, 2007).

Actualmente, el estado de depresión que padece el estudiante por ciertos factores conlleva a la capacidad y motivación que hace falta para promover un buen aprendizaje. Existe, momentos que el estrés produce ansiedad e impresiones de desprotección, y esto lleva a resultados muy lamentables como enfermedades afines del estrés académico, se va afectando el desenvolvimiento en los espacios académicos y no académicos. El efecto negativo de la presión académica, entre los estudiantes podemos notar sus cambios de conducta y abuso de sustancias, situación laboral, preocupación, desintegración familiar. Varios desertan sus estudios por la falta de apoyo emocional de parte de su familia, se sienten incapaces de enfrentar el estrés académico y hasta laboral, porque debemos tener presente que el estudiante realiza trabajos de medio tiempo para solventar sus gastos diarios y tanta presión lleva a recurrir métodos como el suicidio.

La depresión y la ansiedad anteriormente se entendían como padecimientos exclusivamente psicológicos; ahora, se les relaciona con las manifestaciones o expresiones corporales, como síntomas del sistema anímico, o tal vez, ya no como enfermedades sino crisis. “La irrealidad de la persona deprimida se manifiesta claramente en el grado en que ha perdido contacto con su cuerpo” (Lowen, 2010: 19)

El estudiante atraviesa por factores emocionales, estos a consecuencia de su salud mental y física, relaciones interpersonales, porque llevan a que el estudiante no se adapte a la forma de pensar de

otros individuos y le cuesta vivenciar a una forma diferente de cada persona. El sentimiento de culpa en adolescentes hoy en día prevalece de una manera negativa porque este se va apoderando del adolescente, creando un cuerpo negativo, haciendo sentir tan poderoso donde verdaderamente llega a creer que es él quien maneja a su antojo el sentimiento familiar.

Por otro lado, se debe mencionar el tema de la pandemia COVID 19, ya que desde tiempos atrás esto ha sido un problema, la pandemia solo demostró agravar mucho más, donde ha afectado la salud mental desde niños, adolescentes y adultos por varios elementos negativos que llevan a la angustia o tensión de no poder concentrarse en los estudios, no poder compartir con su círculo social, no saber que pasará en un futuro, muchas cosas negativas tienen a ponerse a pensar el ser humano y es que vivimos en una era donde lo digital está a flor de piel, la nueva generación creció rodeada de estas nuevas tecnologías, donde sino se saben usar de manera positiva causa un caos de forma ineficiente. La tecnología, así como nos ofrece momentos de diversión y ayuda a nivel social, familiar, económica, también ha hecho que no compartamos muy bien al estar rodeados de nuestras familias cercanas, que no disfrutemos de manera presencial, no valorar el tiempo y los espacios físicos con tu pareja o familia, y, sobre todo, que estemos en un imparable consumo de contenidos. El estrés académico existe y debe ser atendido con anticipación, debemos tener cuidado y empatía con las personas, no sabemos que puede estar pasando en ese momento en su salud mental y emociones, la ansiedad y estrés académico se pueden prevenir si estamos dispuestos a tratar con empatía a nuestros estudiantes y a la comunidad en general.

Material y Métodos

Para el estudio realizado participaron 27 docentes, de la unidad de admisión y nivelación. los cuales respondieron de manera satisfactoria a la encuesta realizada para la realización de la presente investigación se solicitó la ayuda de la comisión científica, la participación de nuestro capacitador Dr. Bernal Ángel, con sus enseñanzas nos expuso semana a semana las metodologías a aplicar. Los datos de los docentes fueron recopilados de manera anónima y la participación en el estudio fue voluntaria.

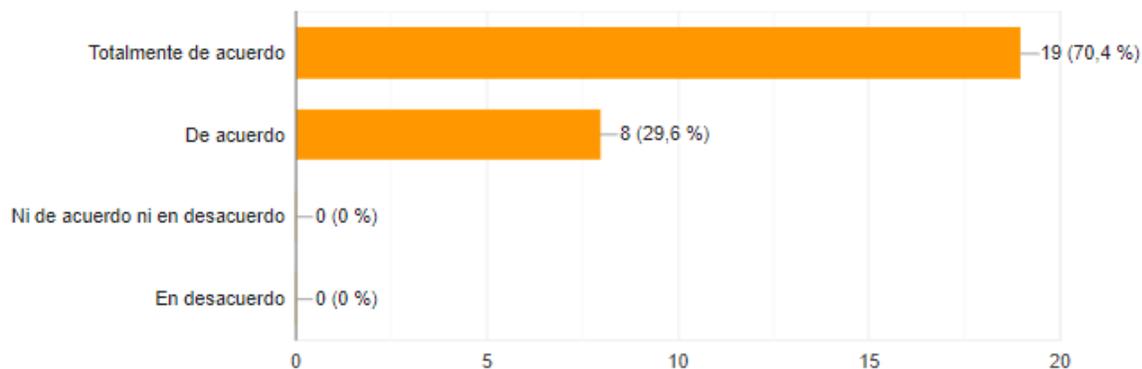
Los datos se obtuvieron a partir de una fuente primaria, mediante la creación de una encuesta virtual, con preguntas acerca de charla motivacional a los estudiantes, padecimiento de alguna enfermedad psicológica, problemas familiares en casa, rechazo de otros por tener una capacidad de entendimiento superior a la de ciertos estudiantes que no la tienen, motivos secundarios, por la

presión y cantidad de muchas tareas que deben entregar hasta cierto plazo. Se creó con la herramienta formularios de Google y luego se envió a los docentes para obtener respuestas. Para el análisis de los datos se tomó en consideración la misma herramienta de formularios, Se acudió a los docentes para el método de investigación del presente estudio, logrando obtener que metodología de enseñanzas aplica a sus estudiantes, el método de observación se realizó en un espacio real, con la aplicación de la plataforma meet, en el momento que una estudiante no resistió más y presentó una crisis emocional delante del docente y sus compañeros. Se realizó un estudio de las variables cualitativas para determinar los principales influyentes en la aparición de estrés y depresión académicos.

Resultados

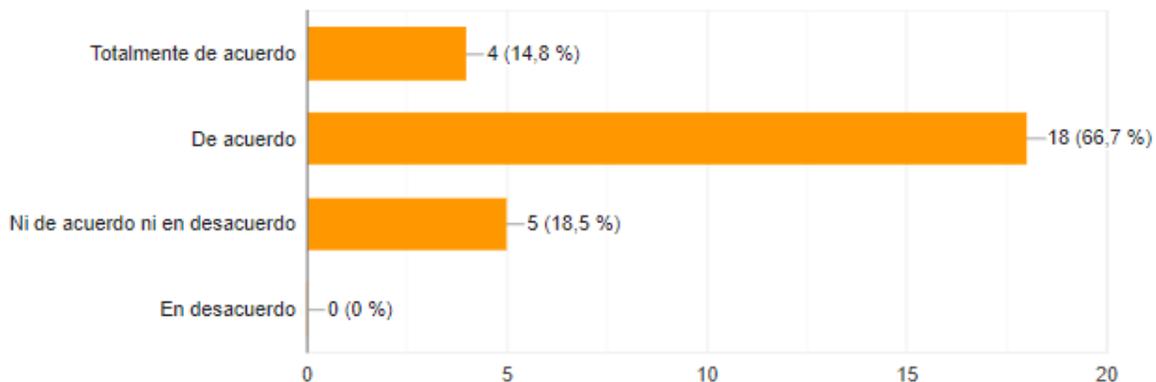
1. Considera usted, que debemos interesarnos en una charla motivacional hacia los estudiantes antes de impartir la clase:

27 respuestas



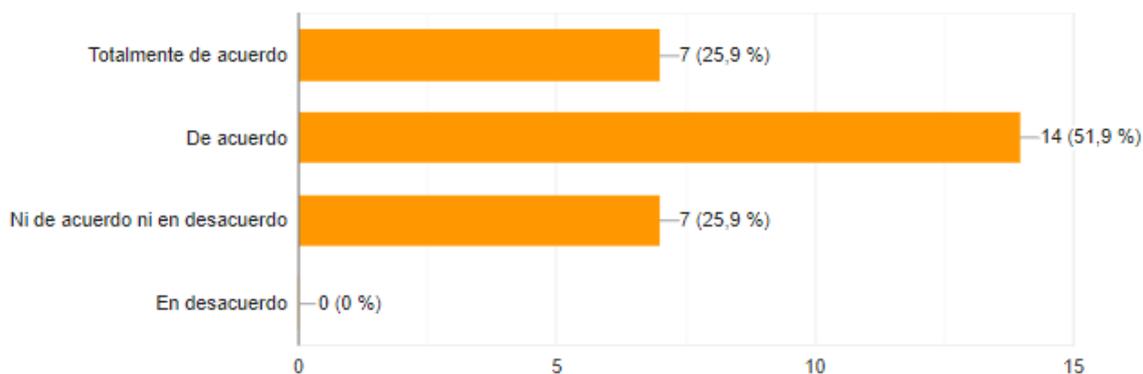
2. Cree usted, que en algún momento se ha interesado en preguntar a sus estudiantes si padecen de alguna enfermedad psicológica

27 respuestas



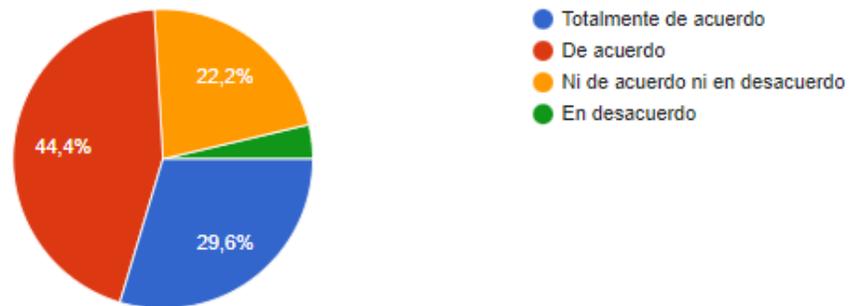
3. Considera usted, que los problemas de depresión del estudiante se dan por problemas familiares en casa

27 respuestas



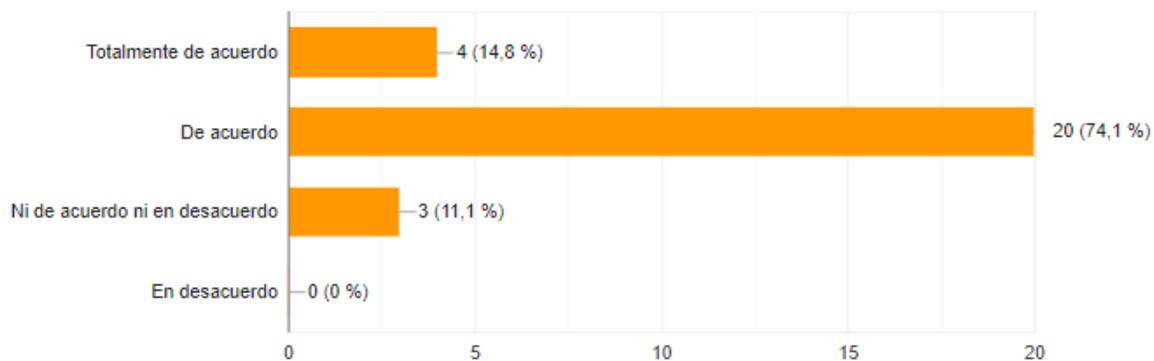
4. Considera usted, que el rechazo de otros por tener una capacidad de entendimiento superior a la de ciertos estudiantes que no la tienen lleve a una depresión del mismo

27 respuestas



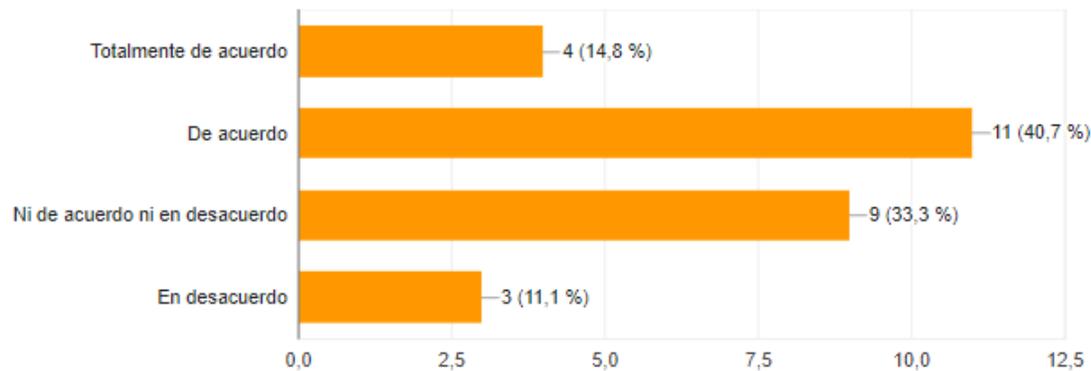
5. Cree usted, que actualmente son frecuentes los trastornos de depresión en los estudiantes universitarios

27 respuestas



6. Cree usted, qué la depresión en los estudiantes existe con frecuencia por la presión y cantidad de muchas tareas que deben entregar hasta cierto plazo

27 respuestas



Discusión

En el presente artículo tratamos de indagar acerca del estado de salud mental de los estudiantes de nivelación de la UNESUM, con el fin de buscar ciertas dificultades que pueda llegar afectar a los estudiantes en su ámbito universitario. Se estima que aproximadamente en el 2015 unos 322 millones de personas vivían con depresión, representando cerca del 4,4% de la población mundial y en el 2019 se estimó un incremento por la llegada de la pandemia del covid-19 que tuvo su origen en Wuhan, China.

“En China los síntomas depresivos en la población juvenil representan cerca del 22.6%, que es mayor a lo reportado en otras investigaciones, en escuelas con un (17.2%). Durante la pandemia de COVID-19, la reducción de las actividades al aire libre y de la interacción social puede haberse asociado con un aumento de los síntomas depresivos en los niños y adolescentes. También se encontró que el 18.9% de los estudiantes tenían síntomas de ansiedad, una prevalencia mayor que en otras encuestas.” (Nicolini, 2020)

“Durante el confinamiento por estado de excepción en el año 2020 en el Ecuador, se registraron 97 suicidios en adolescentes de entre 10 a 19 años de edad. Se estimó el número más alto en varones de 15 a 19 años, siendo la edad más frecuente a los 19.” (Guarnizo C.2020)

Con estos datos mencionados, analizaremos punto a punto nuestros resultados de la encuesta, en la cual participaron 27 docentes de la unidad de nivelación y admisión de la UNESUM encontrando que aproximadamente el 70,4% y el 29,6% de los encuestados están en acuerdo, de que se debe concernir al estudiante acerca de charlas motivaciones.

En el segundo ítem acerca de si los docentes se han interesado en preguntar a los estudiantes si padecen algún trastorno psicológico, podemos analizar que del 100% de los encuestados, el 18,5% de los docentes no han preguntado a los estudiantes, proporcionando que quizás la prevalencia de depresión en estos cursos, no pueda ser observada.

En nuestra tercera pregunta indagamos acerca de la posible causa de la depresión del estudiante en el ámbito familiar, donde el 81,5% de los docentes están de acuerdo que el problema más radica en el ambiente del estudiante, y solo el 18,5% respondió no estar de acuerdo ni desacuerdo con la pregunta, con lo que se puede indagar que esta muestra quizás tome otro ámbito del estudiante como su causa de la depresión.

En nuestra tercera interrogante: acerca del rechazo de otros estudiantes por tener una capacidad de entendimiento superior a la de otros que no la tienen, pueda llevar una depresión del mismo; en la cual ceca del 74% afirma estar de acuerdo con la pregunta, cerca del 22.2 % de los docentes no están de acuerdo y en desacuerdo, y el 3,8% está en desacuerdo.

En nuestro cuarto punto preguntamos si los trastornos depresivos son frecuentes, en la cual cerca del 88,9% esta de acuerdo, y cerca del 11,1% se considera en un punto intermedio, y esto de cierta manera es preocupante ya que como analizamos en estudios anteriores la mayor tasa de incidencia de depresión se da en la adolescencia, según datos de la Organización Panamericana de la Salud en el 2015 solo en el país se presentó cerca de 721 971 casos de depresión, representando el 4,6% de la población. (OPS,2017)

Y finalmente en nuestro último ítem que estipula acerca de la depresión por carga de tareas a los estudiantes, el 55,5% de los encuestados refieren estar de acuerdo a lo señalado, el 33,3% señala no estar en acuerdo ni desacuerdo, y el 11,1% refiere no estar de acuerdo, según estudio de la universidad de Antioquia, en el año 2020, la segunda causa de deserción se debió a la sobrecarga académica representando cerca del 29,8% haciendo visible que en aquella muestra de estudiantes podía desencadenar un factor depresivo. (Durango,2021)

Entonces como podemos determinar nuestros resultados obtenidos en el estudio, hace evidente una problemática común en la vida del estudiante universitario y personal docente, que aquello nos permitirá orientar las estrategias que las instituciones de educación superior de nuestro país podrían seguir, a su vez de proponer nuevas alternativas para el manejo de estos problemas y permitir ser la base para adelantar procesos investigativos en fin de determinar la problemática de la institución.

Conclusiones

De acuerdo a los resultados obtenidos en esta investigación, se puede determinar que más del 75% de los docentes encuestados de la unidad de admisión y nivelación UNESUM, considera que la depresión es un factor psicológico que debe ser intervenido en los estudiantes de Nivelación, ya que este es el primer inicio que indica el sostén para posteriores niveles de carrera en la vida del estudiante, ya que de aquí dependerá su rendimiento académico, y futuro desarrollo psicológico, incluyendo el ámbito social, económico, familiar, individual, entre otros.

Según estudios mencionados, podemos concluir que existe una asociación entre el rendimiento académico de los estudiantes y con la variable depresión. Como resolución se podría mantener charlas, o programas educativos, para los estudiantes que tienen cierta dificultad académica, y así evitar ciertos puntos como la ansiedad por notas, o equipararse con otros estudiantes que puedan afectar su estado psicológico.

Actualmente son frecuentes los trastornos de depresión en los estudiantes universitarios a partir de la realización de una encuesta validada por los docentes, esto nos da la necesidad de desarrollar estrategias educativas, identificar estudiantes de mayor riesgo e iniciar intervenciones en salud de manera oportuna. La depresión no solo se presenta por casos de emociones, se pudo identificar que varios estudiantes por la presión y cantidad de muchas tareas que deben entregar hasta cierto plazo presentan estrés académico, esto lleva al estudiante a estresarse y no cumplir con aquello.

Esta investigación constituye para la unidad de admisión y nivelación UNESUM, una primera aproximación sobre el estado de la salud mental de los estudiantes, y así en futuros estudios se desarrolle a más niveles académicos, contemplando un análisis mucho más amplio a nivel universitario, además de profundizar causas académicas, a fin de evitar ciertos desenlaces letales como las conductas suicidas.

Referencias

1. Durango Henao, Y. (2021). Estrés, depresión y ansiedad: prevención de síntomas que conducen a la deserción.
2. García, E. A., Castillo-Jimenez, D. A., Cepeda, I., Pacheco, J. L., & López, R. P. (2019). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: relación con rendimiento académico. *Interdisciplinary Journal of Epidemiology and Public Health*, 2(1).

3. Guarnizo Chávez, A. J., & Romero Heredia, N. A. (2021). Estadística epidemiológica del suicidio adolescente durante confinamiento por pandemia de Covid-19 en Ecuador. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 21(4), 819-825
4. Nicolini, H. (2020). Depresión y ansiedad en los tiempos de la pandemia de COVID-19. *Cirugía y cirujanos*, 88(5), 542-547.
5. Organización Panamericana de la Salud. (2017). Depresión y otros trastornos mentales comunes. Estimaciones sanitarias mundiales. Pan American Health Organization/World Health Organization.
6. Reyes, Ángela, & Rivera-Ocampo, Stefanía , & Cardona-Arias, Jaiberth A., & Gómez-Martínez, Jessica , & Pérez-Restrepo, Diana (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 11 (1),79-89. [fecha de Consulta 11 de agosto de 2022]. ISSN: 1794-9998. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67943296005>
7. Serrano Barquín, Carolina & Ruggero, Camilo & Rojas García, Adelaida (2013). Depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 15 (1), 47-60. [fecha de Consulta 11 de agosto de 2022]. ISSN: 0187-7690. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80225697004>
8. Trunce Morales, S. T., Villarroel Quinchalef, G. D. P., Arntz Vera, J. A., Muñoz Muñoz, S. I., & Werner Contreras, K. M. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en educación médica*, 9(36), 8-16.