

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO
UTILIZADOS POR LOS ESTUDIANTES DE MEDICINA DEL VI AL X
SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD DEL NORTE



Presentado por:

Julio Cárdenas. 200107416

Luis Martínez. 200128350

María Martínez. 200128351

Francesco Previte. 200128348

Pierangela Previte. 200128349

Trabajo de Investigación presentado en el curso: Proyecto de grado II

Universidad del Norte
División de ciencia de la Salud
Programa de medicina
Departamento de salud Pública

Barranquilla, junio, 2021

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO
UTILIZADOS POR LOS ESTUDIANTES DE MEDICINA DEL VI AL X
SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD DEL NORTE



Presentado por:

Julio Cárdenas. 200107416

Luis Martínez. 200128350

María Martínez. 200128351

Francesco Previte. 200128348

Pierangela Previte. 200128349

Trabajo de Investigación presentado en el curso: Proyecto de grado II

Asesores:

Dra. Martha Peñuela (Directora), MD, MScCHDC, Dpto. Salud Pública

Dra. Laura Páez Brochero. (Co-directora), MD Psiquiatra, Dpto. Medicina

Universidad del Norte
División de ciencia de la Salud
Programa de medicina
Departamento de salud Pública

Barranquilla-Colombia, junio, 2021

Aceptación del estudio.



Firmas

Asesor(a) metodológico(a).

Asesor(a) de contenido.

Investigador(a).

Jurado(a).

Investigador(a).

Jurado(a).

Investigador(a).

Jurado(a).

Investigador(a).

Investigador(a).

Barranquilla-Colombia, mayo de 2021.

Agradecimientos.

Primeramente, quisiéramos agradecer a Dios por permitir que conformáramos este grupo de investigación, y que juntos hayamos recorrido este camino, así como agradecer a la Santísima Virgen María, por interceder siempre por nosotros para poder desarrollar y culminar este proyecto.

Ciertamente realizar un estudio académico es un reto para todo estudiante, especialmente cuando nuestra experiencia en el campo es limitada, por tal razón el estudio constante de la información necesaria para llevar a cabo este proyecto y la perseverancia de cada investigador fue de vital importancia para el avance del mismo, de igual manera todas las orientaciones recibidas por nuestras asesoras las doctoras Martha Peñuela y Laura Páez, dándonos sus recomendaciones y consejos fueron una gran ayuda por la cual el equipo investigador se encuentra eternamente agradecido.

Un punto a resaltar acerca de esta investigación es que nuestra condición como estudiantes nos hace encontrarnos en la misma situación que nuestra población de estudio y aunque desde la imparcialidad el estudio se realizó de la forma más metódica posible y evitando todo tipo de sesgos, siempre fue una responsabilidad muy grande para cada miembro del grupo, donde cada uno vive una situación personal con sus propios eventos estresantes, por lo que abiertamente se realiza un agradecimiento a los familiares, amistades y docentes que apoyaron a los estudiantes que estuvieron a cargo de este proyecto.

Tabla de contenido

Lista de tablas.	7
Lista de anexos.	8
Glosario de términos.	9
Resumen.	11
1. Introducción.	12
2. Objetivos.	16
2.1. Objetivo general.	16
2.2. Objetivos específicos.	16
3. Propósito.	17
4. Marco teórico.	17
4.1. El estrés: Evolución histórica conceptual.	17
A) Fases Del Estrés. Fase De Alarma.	19
4.2. 18	
A) Fase De Resistencia.	19
B) Fase De Agotamiento.	19
4.3. El Estrés Académico.	19
4.4. Componentes del Estrés Académico.	20
A) Estrategias De Afrontamiento.	20
B) Estresores Académicos.	20
C) síntomas.	22
4.5. Estrategias De Afrontamiento Del Estrés.	22
D) Otras Clasificaciones: Estrategias De Afrontamiento Del Estrés	23
4.6. Diagnóstico De Estrés Académico.	23
4.7. Diagnóstico De Estrategias De Afrontamiento.	24
5. Aspectos metodológicos.	25
5.1. Tipo de estudio.	25
5.2. Población de estudio.	25
5.3. Variables.	27
5.4. Recopilación de datos.	29
5.5. Aspectos éticos.	33
5.6. Procesamiento de datos.	33
5.7. Presentación de datos.	34
5.8 Análisis.	34
6. Resultados.	35
6.1. Características Sociodemográficas y Académicas de la Población.	35
6.2. Características clínicas sugestivas de estrés en la población.	37

6.3. Susceptibilidad al estrés y Percepción de Estresores del Contexto	38
6.4. Académico.	39
6.5. Análisis bivariado: relación de resultados.	39
6.4.1 Relación entre la Susceptibilidad al Estrés y las variables sociodemográficas y académicas.	39
6.4.2. Relación entre Percepción de Estresores del Contexto Académico y las variables sociodemográficas y académicas.	40
6.4.3. Relación entre la Susceptibilidad al Estrés y las variables clínicas.	40
6.4.4. Relación entre Percepción de Estresores del Contexto Académico y las variables clínicas.	42
6.4.5. Estrategias de afrontamiento más utilizadas por los estudiantes de medicina.	42
6.4.6. Estrategias de afrontamiento al estrés, susceptibilidad al estrés, percepción de los estresores del contexto académico y variables sociodemográficas.	44
6.4.7. Estrategias de afrontamiento al estrés según susceptibilidad al estrés.	44
6.4.8. Estrategias de afrontamiento al estrés según percepción de estresores del contexto académico.	44
6.4.9. Estrategias de afrontamiento al estrés según variables sociodemográficas y académicas.	46
6.4.10. Estrategias de afrontamiento basadas en el problema según variables sociodemográficas y académicas.	46
6.4.11. Estrategias de afrontamiento basadas en la emoción según variables sociodemográficas y académicas.	49
6.6. Análisis de resultados de experiencias auto-reportadas en grupos focales.	51
6.5.1. Generadores de Estrés.	51
6.5.2. Estrategias de afrontamiento.	51
6.5.3. Selección de la estrategia de afrontamiento.	52
6.5.4. Motivo de uso de la estrategia.	53
6.5.5. Estrategia alternativa.	53
7. Discusión.	53
7.1. Discusión de resultados de las encuestas realizadas a estudiantes de medicina.	53
7.2. Discusión de experiencias reportadas en grupos focales.	56
7.3. Análisis y discusión mixta de resultados del estudio.	58
7.4. Limitaciones y fortalezas.	60
8. Conclusiones.	61
9. BIBLIOGRAFÍA.	63
10. ANEXOS	69

Lista de tablas.

Tabla 1. Estresores Académicos según Barraza (2003) y Polo Hernandez y Poza (1996).	
Tabla 2. Fórmula de cálculo de muestra.	26
Tabla 3. Cálculo de estudiantes de medicina equivalentes por semestre del VI al X de la Universidad del Norte para el primer semestre del 2020.	27
Tabla 4. Rangos de categorizaciones de los resultados del inventario Brief COPE.	30
Tabla 5. Rangos de categorizaciones adaptados de los resultados del cuestionario Brief COPE.	31
Tabla 6. Macrovariables y subescalas de estrategias de afrontamiento.	31
Tabla 7. Características sociodemográficas y académicas de la población de estudiantes de VI-X semestres de medicina, Universidad del Norte, Barranquilla, 2020.	35
Tabla 8. Distribución de la población de estudiantes de medicina de VI-X semestre según síntomas clínicos y percepción de cambio en el estrés académico durante la pandemia, Universidad del Norte, 2020.	37
Tabla 9. Susceptibilidad al estrés, Percepción de Estresores del Contexto Académico.	38
Tabla 10. Susceptibilidad al Estrés y percepción de estresores del contexto académico en relación con variables sociodemográficas y académicas, Universidad del Norte, 2020.	39
Tabla 11. Susceptibilidad al Estrés y percepción de los estresores en el contexto académico en relación con variables clínicas, Universidad del Norte, 2020.	40
Tabla 12. Estrategias de afrontamiento centradas en el problema en estudiantes del sexto al décimo semestres de la carrera de medicina, Universidad del Norte, Barranquilla, 2020.	42
Tabla 13. Estrategias de afrontamiento centradas en la emoción en estudiantes del sexto al décimo semestres de la carrera de medicina, Universidad del Norte, Barranquilla, 2020.	43
Tabla 14. Estrategias de afrontamiento según media de susceptibilidad al estrés y percepción de los estresores del contexto académico.	45
Tabla 15. Estrategias de afrontamiento basadas en el problema en relación con caracterización sociodemográfica y universitaria en estudiantes del sexto al décimo semestre de la carrera de medicina, Universidad del Norte, Barranquilla, 2020.	47
Tabla 16. Estrategias de afrontamiento basadas en la emoción en relación con caracterización sociodemográfica y universitaria en estudiantes del sexto al décimo semestre de la carrera de medicina, Universidad del Norte, Barranquilla, 2020.	49
Tabla 17. Uso de estrategias de afrontamiento al estrés académico y experiencias de selección de estrategias en estudiantes del sexto al décimo semestres de la carrera de medicina, Universidad del Norte, Barranquilla, 2020.	58

Lista de anexos.

ANEXO A. TABLA DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	69
ANEXO B. CUESTIONARIO PARA RECOPIACIÓN DE DATOS GENERALES Y CLÍNICOS DEL OBSERVADO.	75
ANEXO C. INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO INVEA.	76
ANEXO D. ESCALA COPE 28	81
ANEXO E. PREGUNTAS DE LA ENTREVISTA DIRIGIDA AL GRUPO	FOCAL. 83
ANEXO F. CONSENTIMIENTO INFORMADO:	84
ANEXO G. MARCO CONCEPTUAL	88

Glosario de términos.

Absentismo académico: Acción consciente y premeditada de ausentarse del medio físico de la clase universitaria, el aula, condicionada por una serie de factores, y que conduce a la búsqueda de alternativas en el uso del tiempo

Afrontamiento: esfuerzos, mediante conducta manifiesta o interna, para hacer frente a las demandas internas y ambientales, y los conflictos entre ellas, que exceden los recursos de la persona.

Biopsicosocial: enfoque que atiende la salud de las personas a partir de la integración de los factores biológicos, psicológicos y sociales.

Cognitivo: Pertenciente o relativo al conocimiento.

Desmotivación: Falta o pérdida de motivación.

Estrategia: Serie de acciones muy meditadas, encaminadas hacia un fin determinado.

Estrés Académico: Proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores (*input*); cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); y cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (*output*) para restaurar el equilibrio sistémico.

Frustración: Imposibilidad de satisfacer una necesidad o un deseo. Sentimiento de tristeza, decepción y desilusión que esta imposibilidad provoca.

Hobby: Actividad u ocupación que se realiza meramente por placer durante el tiempo libre.

Medicina: Ciencia que estudia las enfermedades que afectan al ser humano, los modos de prevenirlas y las formas de tratamiento para curarlas.

Miedo: Sensación de angustia provocada por la presencia de un peligro real o imaginario.

Ocio: Tiempo libre o descanso de las ocupaciones habituales.

Problema: Cuestión discutible que hay que resolver o a la que se busca una explicación.

Resiliencia: En psicología, capacidad que tiene una persona para superar circunstancias traumáticas o eventos adversos.

Resolución: Solución o respuesta que se da a un problema, una dificultad o una duda.

Salud: estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades

Suicidio: es el acto por el que una persona se provoca la muerte de forma intencional.

Resumen.

Objetivo: El estrés académico en Latinoamérica y en el mundo está presentando indicadores alarmantes que se relacionan con desenlaces como la depresión y otras alteraciones. Por tanto este estudio busca describir las estrategias de afrontamiento del estrés académico utilizadas por estudiantes VI a X semestres de medicina de la Universidad del Norte durante el segundo semestre de 2020 y relatar sus experiencias en el proceso de selección de las mismas.

Metodología: Se realizó una encuesta a 237 estudiantes de medicina que se encuentran en el ciclo clínico de la carrera de medicina estratificados por semestre, donde se evaluaron datos sociodemográficos, académicos y clínicos, y se aplicó el inventario INVEA y las escalas de COPE para la evaluación de la susceptibilidad al estrés, la percepción del estrés en el contexto académico y el uso de las estrategias de afrontamiento. Así mismo, se realizaron grupos focales para ampliar la información obtenida, en busca de identificar las estrategias reportadas por los estudiantes, los motivos de la selección de las mismas y los principales generadores de estrés, además de realizar un contraste de la información.

Resultados: En los reportes de las encuestas realizadas se encontró que el 58% de los participantes fueron de género femenino, el 67% practica alguna religión, el 60,5% son de alto nivel socioeconómico (estratos 4,5,6) y el 39,5% pertenecen a un bajo nivel socioeconómico (estratos 1,2,3), el 78% nacieron en Barranquilla, solo el 2% son extranjeros, el 37% maneja alguna beca, el 32% ha perdido un semestre y el 71% no realiza actividades extracurriculares, así mismo los síntomas asociados a estrés con mayor prevalencia fueron cefalea (91%), desconcentración (94%), desgano (92%) y ansiedad (84%), el 64% afirmaron tener mayor estrés académico que antes de la pandemia por COVID-19, la susceptibilidad al estrés y percepción del estrés en contexto académico es significativamente mayor en estudiantes del sexo femenino, que hayan perdido un semestre o que afirman padecer cefalea, desconcentración, insomnio, bloque mental, desgano, problemas digestivos, problemas de memoria aislamiento, fatiga crónica, ansiedad o depresión; las estrategias más utilizadas fueron la aceptación, el afrontamiento activo y la planificación, pertenecientes a las estrategias basadas en el problema y cuyo alto uso demuestra niveles de susceptibilidad al estrés y percepción del estrés dentro del contexto académico más bajos comparado con bajo e intermedio uso de la misma. Los datos de las experiencias reportadas en los grupos focales permiten identificar los generadores de estrés académico, las estrategias de afrontamiento asociadas y las razones de selección de dichas estrategias, además los datos reportados por las encuestas y los grupos focales se correlacionan entre sí.

Conclusiones: La selección de las estrategias de afrontamiento específicas se relacionan con menores niveles de susceptibilidad y percepción del estrés académico a su vez que se relacionan con las vivencias reportadas por los estudiantes de tal forma que los resultados pueden ser utilizados para realizar intervenciones en la población en búsqueda de una disminución de los niveles de estrés académico, todo dentro del contexto de la situación mundial actual dada por la pandemia del virus por COVID-19.

Palabras clave: Estrés, estrés académico, estrategias de afrontamiento, estudiantes de medicina, COVID-19.

1. Introducción.

El estrés académico en las escuelas de medicina tiene su origen en diferentes fuentes que van desde las grandes cargas de trabajo demandas por la carrera, hasta la adaptación a los cambios propios de la vida universitaria. El estrés académico puede llegar a obstaculizar el desarrollo de su proyecto de vida del sujeto; de ahí la necesidad de conocer las estrategias de afrontamiento para su intervención con el fin de disminuir su impacto negativo en el individuo (1).

Barraza Macías describe al estrés académico como “ese desequilibrio sistémico que obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico”. (2)

Díaz Y. en su investigación describe la visión que tienen Lazarus y Folkman sobre estrategias de afrontamiento: *“Los modos de afrontamiento al estrés serían las diferentes respuestas conductuales, cognitivas y emocionales empleadas para manejar y tolerar el mismo, permitiendo reducir la tensión y restablecer el equilibrio.”*(3)

Se han publicado diversos estudios sobre estrés académico en estudiantes de medicina. Uno de ellos, fue realizado en México, por Pozos-Radillo y colaboradores, quienes investigaron las consecuencias que los niveles elevados de estrés pueden ocasionar en la salud de los estudiantes universitarios, tales como cefalea, indigestión, y somnolencia; síntomas psicológicos (4).

En Buenos Aires, Argentina, se determinó que en los estudiantes con niveles elevados de estrés se presentaron consecuencias negativas para la salud. (5)

En Colombia, un estudio de la Universidad Pontificia Bolivariana, conducido por Mazo Zea y colaboradores, reportó niveles más altos de estrés en las escuelas de Ciencias de la Salud y Educación(6), lo que podría condicionar la calidad de atención que brindarán en el futuro. (7)

En la ciudad de Barranquilla, la situación es muy parecida, los estudiantes de Medicina se caracterizan por una constante y creciente exigencia académica. Adicionalmente, el estudiante universitario tiene características que repercuten sobre su estado mental cómo son las situaciones demográficas, estrato económico, situaciones familiares, características emocionales entre otros, que favorecen o potencian el desarrollo de estrés (2). Lo anterior nos lleva a la formulación de la siguiente pregunta de investigación: **¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes de medicina del VI al X semestre frente al estrés académico?**

En el mundo, el estrés en estudiantes universitarios va en ascenso. (5) Los cambios producidos por el estrés, cuando permanecen por tiempo prolongado conducen a un desgaste y deterioro corporal (8).

Lorenzo JI (5) menciona en su investigación que, según el modelo transaccional de Lazarus y Folkman, se experimentará disconfort dependiendo de la situación estresora; si se cree que las demandas a las cuales está sometido son superiores a su mecanismo de afrontamiento, en ese caso la situación se percibe como

amenazante presentando aumento de los niveles de estrés. García Ros y Pozos-Radillo (4) determinan que la exposición a proyectos, tiempos reducidos de entrega, sobrecarga académica, exámenes, quices, tareas, intervenciones son las principales fuentes de estrés académico.

Sobre la frecuencia del estrés académico, se han publicado múltiples estudios a nivel internacional. Balasnoa García y cols. cita un estudio realizado en África que ubica la prevalencia de estrés académico en un 64.5%, sobre todo en estudiantes de medicina, mientras que en España un estudio pequeño, con 40 estudiantes determinó que la prevalencia del estrés académico está presente en el 72% de los estudiantes. Por su parte, en Estados Unidos de Norte América se realizó un estudio en varias universidades encontrándose que la prevalencia del estrés académico fue de 64.5% y su impacto se presentó a nivel fisiológico, emocional, comportamental y cognitivo. (9). Asimismo, una encuesta realizada por la *American College Health Association* a universitarios, demostró que el mayor obstáculo para un buen rendimiento profesional fue el estrés académico, lo que evidencia sus repercusiones en el ámbito laboral futuro (10).

Balasnoa García y cols. citan una investigación en Latinoamérica, donde se encontró una prevalencia de estrés académico moderado en 90%, de la población estudiada, de la cual el 58% correspondía al sexo femenino. Se destaca en el estudio que en países como México, Perú, Chile, Venezuela y Colombia, se reportó una prevalencia mayor del 67% y aún más elevada en Ecuador con un 83%. El mismo estudio señala que en las poblaciones del área de Ciencias de la Salud la prevalencia de estrés académico es hasta un 36,3%. (9).

Los resultados de un estudio realizado en estudiantes de una universidad en Perú para determinar la relación entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento de los estudiantes, mostraron que el género femenino tiene mayores niveles de estrés y sintomatología asociada al mismo, y que un porcentaje elevado de los estudiantes presenta estrés severo (29.91%). (11)

En el ámbito de Colombia, un estudio realizado en varias universidades que tuvo como objetivo determinar los niveles de estrés, depresión y ansiedad se encontró que los estudiantes de medicina presentaban niveles altos de manifestaciones depresivas (56.2%), ansiosas (48.3%), así como de estrés (64%). (12)

El boletín de salud mental del Ministerio de Salud colombiano, expedido en el año 2017, si bien no nos habla explícitamente del estrés académico, si nos menciona trastornos como la depresión y la ansiedad que, en la gran mayoría de los casos, se encuentran fuertemente relacionadas con situaciones estresantes. En niños de 7 a 11 años cuyos acudientes respondieron solo el 1,6% dieron respuestas negativas al estrés y en adolescentes y personas mayores solo el 8% dio una respuesta negativa. Llama la atención que posterior al mejoramiento de la vigilancia de estos problemas, la tasa de intento de suicidio con mayor variación fue en jóvenes de 15 a 19 años, cuya tasa aumentó de 15 casos por cada 100.000 habitantes a 114,4 casos en tan solo 1 año. La depresión y la ansiedad también presentan sus tasas más elevadas en los jóvenes de 15 a 19 años, con 32,7% para el caso de la depresión y un reporte de aproximadamente 8000 jóvenes para el caso de la ansiedad. Considerando que parte de esta franja de edad entra a estudios superiores es posible que conlleven un mayor riesgo de

sufrir estrés académico, por lo que resulta importante investigar este problema en el ámbito universitario (13).

Con respecto a las estrategias del afrontamiento del estrés académico utilizadas por los estudiantes, un estudio realizado en la Academia Preuniversitaria de Lima Metropolitana (14) reveló que las estrategias más utilizadas fueron las centradas en el problema (76.37%), seguida del afrontamiento activo (centrado en la emoción 55.46%) y el 30% utiliza la distracción como herramienta que se basa en la evitación del problema.

Rojas, Chang y Delgado analizaron los niveles de estrés y las estrategias de afrontamiento en universitarios de facultades de medicina, derecho y psicología de una universidad privada de Lima mediante el Inventario SISCO del Estrés Académico y un cuestionario de afrontamiento del estrés. Los resultados del estudio señalan que el 92,4% presentó preocupación o nerviosismo como síntomas del estrés y que los estudiantes de Medicina presentaron mayores niveles en comparación con los de Psicología y Derecho, mientras que las técnicas de afrontamiento se basaron en la solución del problema, reevaluación positiva y búsqueda de apoyo social. (10). Otro estudio en Tucumán, Argentina, realizado con adolescentes de nivel socioeconómico bajo se encontró que las estrategias de afrontamiento más empleadas fueron: preocuparse, buscar diversiones relajantes, fijarse en lo positivo, buscar pertenencia y distracción física. (15)

En Colombia, un estudio de la Universidad Pontificia Bolivariana, conducido por Mazo Zea y cols. señala que no se observaron diferencias significativas en las estrategias de afrontamiento al estrés académico (habilidad asertiva; elogios a sí mismo; distracciones evasivas; religiosidad) utilizadas por alumnos de primer año de las carreras universitarias en comparación con los que se encontraban por finalizarlas (6)

En cuanto a la trascendencia del problema, se ha determinado que el estrés es uno de los principales factores de deterioro de la salud psicológica en el mundo, ya que el 25% de la población mundial padece algún trastorno relacionado con este (16). Varios estudios estiman que los niveles más altos de estrés se presentan entre estudiantes de la carrera de medicina al compararlos con otras carreras (17). Asimismo el estrés académico repercute en la salud de estos individuos tal y como se evidencia en estudios realizados en el continente americano, discutidos a continuación.

En Norteamérica, una encuesta realizada por la *American College Health Association* a universitarios, demostró que el mayor obstáculo para un buen rendimiento profesional fue el estrés académico (10).

Una investigación realizada en Paraguay comprueba la relación directa existente entre el estrés académico y la ideación suicida, esto se refleja en que los estudiantes tengan una autopercepción de decepción y depresión, al no poder cumplir con las expectativas deseadas a pesar del esfuerzo realizado. (18). Los eventos adversos de la vida y los climas de tensión universitaria y psicológica pueden agravar la respuesta al estrés llevando a reacciones como el comportamiento suicida (19).

Es sabido, según investigaciones hechas en Colombia, que altos niveles de estrés son perjudiciales para la salud de los estudiantes universitarios, acarreando consecuencias negativas para su salud, tales como la presencia de síntomas vagales (taquicardia, taquipnea, hiperglucemia, redistribución del flujo sanguíneo, diaforesis, hipertensión) los cuales al persistir en el tiempo generan agotamiento físico, mental y emocional. Se ha demostrado que dichos niveles de estrés son mayores en el primer y en el último año de la carrera universitaria independientemente de cuál sea esta, y sin importar la edad del estudiante, afectando mayormente al sexo femenino. (5)

Adicionalmente, el estrés académico genera estados psicológicos inadecuados para el desempeño académico. Un artículo realizado en la Universidad de Antioquia, la gran mayoría de los estudiantes universitarios, independientemente de la carrera que estudien son sometidos a niveles elevados de estrés por diversas causas, situación que conlleva en muchos casos a desmotivación, ansiedad, frustración y disminución de la autoestima, debido a la falta de tiempo disponible para cumplir con la gran carga académica y obligaciones a las que son sometidos. Entre las principales causas identificadas del problema están la ansiedad por lograr el éxito y los inadecuados hábitos de estudio. (10)

En cuanto a las técnicas empleadas para superar situaciones estresantes, en un estudio se determinó que existen estrategias adaptativas, como la resolución de un determinado problema, sin embargo, cuando el factor estresor es de gran magnitud, la evitación cognitiva del mismo es muy utilizada. (5)

De acuerdo a lo anterior debe tenerse presente que el bienestar biopsicosocial de los estudiantes de medicina es una preocupación de salud pública, ya que está correlacionado con la calidad de la atención médica que brindarán en el futuro (7)

Así mismo, el Proyecto de ley 112 del 2011 de la República de Colombia, en su Artículo 6 destaca los principios en los cuales se fundamenta el Sistema de Educación Superior: 1) El bienestar como garantía de desarrollo individual y consolidación del bien social (20)

Por su parte, la Fundación Universidad del Norte en Barranquilla, en el marco de la ley 30 de 1992, en su artículo 117, instaura “la creación de servicios de bienestar universitario, que buscan el desarrollo óptimo, físico, psicológico y social de los estudiantes universitarios, a través de la implementación de programas de asesoría psicológicas, programas de promoción de la salud y talleres de crecimiento psicosocial”. Centro de Recursos para el Éxito Estudiantil (CREE) que busca llevar a cabo un acompañamiento del estudiante en el ámbito académico para el desarrollo de sus habilidades y mejoras de su rendimiento (21)

A su vez, el DECRETO 1280 DE 2018, expedido por el Ministerio de Educación afirma que “Se debe evaluar si la institución ha determinado y aplicado normas claras de bienestar dirigidas a la promoción de un ambiente institucional favorable para el crecimiento individual y comunitario, así como a la permanencia estudiantil y profesoral”. (22)

En Latinoamérica (9), incluida Colombia (6), se han realizado y publicado investigaciones que han logrado identificar sobre todo los factores estresores, así

como ciertas técnicas de afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios, sin embargo, no se ha ahondado mucho en este último aspecto. Además, en Barranquilla son escasos los estudios orientados a tal fin, por lo que es de interés investigar este problema.

2. Objetivos.

2.1. Objetivo general.

Describir las estrategias de afrontamiento del estrés académico utilizadas por estudiantes VI a X semestres de medicina de la Universidad del Norte durante el segundo semestre de 2020 y relatar sus experiencias en el proceso de selección de las mismas.

2.2. Objetivos específicos.

Estudio cuantitativo:

- ❖ Caracterizar a la población de estudio por factores sociodemográficos (sexo, estrato económico, condición de becario, Estatus del estudiante, práctica de alguna religión), académicos (semestre que cursa, semestre reprobado durante la carrera, actividad extracurricular), presencia de síntomas de estrés académico
- ❖ Determinar la susceptibilidad al estrés, percepción de los estresores del contexto académico en los estudiantes de medicina del VI a X semestre según las variables sociodemográficas y clínicas.
- ❖ Identificar las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los estudiantes del VI al X semestre.
- ❖ Relacionar las estrategias de afrontamiento preferidas con la media de susceptibilidad al estrés, contexto académico, el sexo, la condición de becario, práctica de alguna religión y el estrato socioeconómico en estudiantes de medicina del VI al X semestre.

Estudio cualitativo

- ❖ Relatar las vivencias auto-reportadas por los estudiantes del VI al X semestre de la carrera de medicina para la selección de estrategias de afrontamiento utilizadas frente al estrés académico.
- ❖ Describir los generadores de estrés en los estudiantes del VI al X semestre basado en las vivencias auto-reportadas de los mismos.

3. Propósito.

El presente proyecto de grado al caracterizar, describir y estimar las estrategias de afrontamiento del estrés en el ámbito académico de estudiantes del programa de Medicina de la Universidad del Norte entre el VI y X semestre, pretende realizar aportes que serán de utilidad para la preparación y sensibilización del personal docente, así como del personal de los servicios universitarios enfocados en el bienestar de la población estudiantil, incluyendo otras áreas que hacen vida en las universidades en general. También, los hallazgos obtenidos en esta investigación, contribuirán a la toma de decisiones por parte de las oficinas encargadas del Bienestar Universitario en la Institución y en otras universidades para que puedan brindar opciones pertinentes a la población en riesgo de otros semestres de medicina y de otras carreras, a través de la creación, promoción y divulgación de programas orientados al acompañamiento estudiantil y reforzamiento de las estrategias para el manejo del estrés, en el ámbito académico.

Finalmente, si conocemos el tipo de relación que existe entre las variables estrategias de afrontamiento y estrés, se podrá, a futuro, optimizar los recursos destinados a incrementar la calidad de vida de los egresados. Esto debido a que el desarrollo de futuras intervenciones sobre una variable (en este caso: estrategia de afrontamiento), a partir de los resultados de este estudio, repercutirá en la otra variable (estrés académico).

4. Marco teórico.

4.1. El estrés: Evolución histórica conceptual.

La existencia del estrés data del surgimiento mismo de la humanidad. En el hombre primitivo se presentaba en dos alternativas, luchar o huir, cualquiera de las dos le permitía liberar la energía para responder al peligro. (23)

El término estrés es un concepto de actualidad muy complejo e interesante, desde el punto de vista de la etimología del término, su origen es anglosajón. “*Stress*” significa tensión, presión, coacción. Así mismo equivale al término en inglés “*strain*”, el cual refiere tirantez o tensión. Así tenemos que en el tiempo las distintas definiciones se han clasificado en función de la conceptualización del estrés como estímulo, respuesta, percepción o transacción. En general, el estrés ha sido conceptualizado de tres maneras:

1.- Como un conjunto de estímulos. Cannon, Holmes y Rahe (10) refieren que existen ciertas condiciones ambientales que producen sentimientos de tensión y/o se perciben como amenazantes o peligrosas. Así pues, el estrés lo definen como una característica del ambiente (estímulo), sin considerar que cada persona se estresa de modo distinto, y que esto dependerá de cómo el individuo percibe la situación, cuáles son las estrategias y cómo es su comportamiento ante el estrés. Son teorías que se argumentan tanto de los estímulos de origen interno como estímulos de origen externo que llega alterar al organismo.

2.- Como una respuesta. Este enfoque se centra en cómo reaccionan las personas ante los estresores, (23) Esta respuesta se entiende como un estado de tensión que tiene dos componentes: el psicológico (conducta, pensamientos y emociones emitidos por el sujeto) y el fisiológico (elevación del aurosal o activación corporal). Por otro lado, refiere que la respuesta de estrés sostenida en el tiempo se compone de tres momentos, dando lugar al Síndrome General de Adaptación (SGA).

3.- Como un proceso que incorpora tanto los estresores como las respuestas a los mismos y además añade la interacción entre la persona y el ambiente Lazarus y Folkman, (24). Esta transacción supone una influencia recíproca entre la persona y el medio. El determinante crítico del estrés es cómo la persona percibe y responde a diferentes acontecimientos. (23)

El estrés es por lo tanto uno de los problemas de salud más generalizado en la sociedad actual. Es un fenómeno multivariable que resulta de la relación entre la persona y los eventos de su medio, los mismos que son evaluados como desmesurados o amenazantes para sus recursos y que ponen en riesgo su bienestar. Por lo que la Organización Mundial de la Salud (OMS) lo define como:

“Las reacciones fisiológicas que en su conjunto preparan al organismo para la acción” del cual podemos inferir que ante una situación de estrés el cuerpo se prepara para realizar una acción que puede manifestarse de manera positiva o negativa según la tolerancia o el manejo que el individuo le dé (25)

Los mecanismos fisiológicos desencadenados por los eventos estresores, originan una sobreactivación (cognitiva, fisiológica y motora) como respuesta adaptativa al estrés eficaz hasta un cierto límite para afrontar la situación estresante , pero una vez superada esa frontera la conducta se desorganiza y pierde su eficacia transformándose en estrés desadaptativo.(25)

Por lo cual no sólo las respuestas fisiológicas del organismo, sino también los numerosos acontecimientos vitales, las características de nuestro ambiente social y determinados valores personales (evaluación, autoconcepto, atribución, afrontamiento entre otros) que, en distinta medida, actúan en nosotros como estresores o como amortiguadores de los efectos negativos del estrés sobre nuestra salud y bienestar.

Para Yasin y Dzulkifli (26), Khodarahimi et al (27) el estrés es un estado del individuo que se origina por la interacción con un medio ambiente el cual percibe como amenazante para su salud y que se ve influenciado por una compleja interacción entre factores biológico, comportamental, y lo cognitivo del individuo.

4.2. Fases Del Estrés.

Selye elaboró un modelo de estrés múltiple, que incluía tanto las características de la respuesta fisiológica del organismo ante las demandas estresantes, como las consecuencias perjudiciales a nivel orgánico que puede producir la exposición a un estrés excesivo o prolongado (28). Este autor presentó el concepto de activación fisiológica ante el estrés, “Síndrome General de Adaptación”, con el que extendió la noción de homeostasis de Cannon, para incluir respuestas

mediadas por el eje hipotálamo-hipofisario-adrenal y otras respuestas hormonales, comprendiendo tres fases consecutivas (29). De acuerdo con Selye describió tres fases de adaptación al estrés:

A.-Fase de alarma o período de choque

B.-Fase de resistencia

C -Fase de agotamiento

A) Fase De Alarma:

Aparece cuando al organismo se le presenta un estímulo estresor de forma repentina. En esta fase hay activación del eje hipofisopararrenal donde se pueden presentar síntomas como: taquicardia, disminución de la presión sanguínea, pérdida del tono muscular, puede estar muy irritable, tener dificultad para concentrarse y para conciliar el sueño entre otras. Si este hecho es superado se terminará el síndrome general de adaptación de lo contrario si esto no resulta así el individuo tendrá que pasar a la próxima fase. (25) (30).

B) Fase De Resistencia:

El organismo intenta superar, adaptarse, hacer uso de la resiliencia, afrontando la presencia de los factores que percibe como una amenaza o del agente nocivo y se producen las siguientes reacciones: Los niveles de corticoesteroides se normalizan. Tiene lugar una desaparición de la sintomatología. (25)

C) Fase De Agotamiento:

Si la situación estresante continúa, no logrando la adaptación, aparece la fase de agotamiento, esto ocurre cuando la agresión se repite con frecuencia o es de larga duración, y cuando los recursos de la persona para conseguir un nivel de adaptación no son suficientes. Si este hecho se mantiene podría traer graves consecuencias. (25)

La principal crítica a Selye fue que se centró exclusivamente en las respuestas fisiológicas, sin tomar en cuenta que los efectos de los estresores están mediados también por factores psicológicos.

4.3. El Estrés Académico.

García-Ros, Pérez-Blasco, Natividad & Pérez- González; Pozos-Radillo, et al. plantean que, en el ámbito académico, se pueden presentar distintas circunstancias generadoras de tensión y estrés: exámenes, sobrecarga de tareas y falta de tiempo para resolverlas, exposiciones en público entre otras. (26)

Barraza (9) define el estrés académico como “un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico”, que se presenta:

- a) Cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores (input), es decir, está centrada en los estresores.
- b) Cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio). La conceptualización enfocada en los síntomas.
- c) Cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico, es decir la conceptualización enfocada partir del modelo transaccional.

4.4. Componentes del Estrés Académico.

Barraza (2007) asevera que para que exista el estrés académico debe existir 3 componentes:

- a.- Estrategias de Afrontamiento
- b.- Estresores
- c.- Síntomas

De acuerdo a los anteriores, se va a encontrar las siguientes

A) Estrategias De Afrontamiento:

Folkman y Lazarus (31). Refieren que las estrategias de afrontamiento son todos los esfuerzos del pensamiento y de la conducta que permiten manejar las demandas sean estas externas o internas, y que se presentan en la persona, estas demandas podrían ser indirectas como por ejemplo los factores familiares, sociales o directas como los conflictos que se presentan en las personas, los objetivos que se ha planeado entre otros.

Así mismo, Watson (32) se refiere a las estrategias de afrontamiento como las acciones específicas de índole psicológica o comportamental que desarrolla el individuo con el objetivo de superar, tolerar o resistir un evento estresante.

B) Estresores Académicos:

Según Selye (5) un estresor es todo agente o situación que afecta la homeostasis del individuo originando la necesidad cambios en el organismo. De la misma forma señala que estas situaciones pueden tener componentes psicológicos, cognitivos, emocionales y físicos.

Con base en estos estudios, se han definido los estresores que se pueden considerar propios del estrés académico, para cada uno de los casos (Véase cuadro 1).

Tabla 1. Estresores Académicos según Barraza (2003) y Polo Hernández y Poza (1996).

Barraza (2003)	Polo, Hernández y Poza (1996)
<ul style="list-style-type: none"> ● Competitividad grupal. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Realización de un examen
<ul style="list-style-type: none"> ● Sobrecargas de tareas. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Exposición de trabajos en clase
<ul style="list-style-type: none"> ● Exceso de responsabilidad. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Intervención en el aula (responder a una pregunta del docente, hacer preguntas)
<ul style="list-style-type: none"> ● Interrupciones de trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Subir al despacho del profesor en horas de tutoría
<ul style="list-style-type: none"> ● Ambiente físico desagradable. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Sobrecarga académica (excesivo número de créditos, trabajos obligatorios, entre otros.)
<ul style="list-style-type: none"> ● Falta de incentivos. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Masificación de las aulas.
<ul style="list-style-type: none"> ● Tiempo limitado para hacer el trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas
<ul style="list-style-type: none"> ● Problemas o conflictos con los asesores. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Competitividad entre compañeros.
<ul style="list-style-type: none"> ● Problemas o conflictos con tus compañeros. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Realización de trabajos obligatorios para aprobar las asignaturas (búsqueda de material necesario, redacción, entre otros.)
<ul style="list-style-type: none"> ● Las evaluaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> ● La tarea de estudio.
<ul style="list-style-type: none"> ● Tipo de trabajo que se pide. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Trabajar en grupo.
<p>Basado en: Barraza Macías A. Academic stress in master's students and its modulatory variables a between-groups design. Vol. 26. 2008. (33)</p>	

En el caso del estrés académico, Barraza (34), Polo, Hernández y Poza (35) proponen un conjunto de estresores que podrían ser un primer paso para identificar a aquellos que propiamente pertenecen al estrés académico.

En relación a los estresores académicos según diferentes autores concuerdan que los principales factores estresores académicos son los que a continuación se mencionan (5) (10) (14):

1. Tiempo insuficiente para el cumplimiento de actividades académicas.
2. Sobrecarga académica, de estudio, de tareas o de trabajo escolares.
3. Presentar una evaluación.
4. Exposición de trabajos en clase.
5. Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura.
6. Exceso de responsabilidad por cumplir las obligaciones.
7. El tipo de trabajo que solicitan los profesores.
8. Intervención en el aula.
9. Mantener buen rendimiento o promedio académico.
10. La evaluación de los profesores.

c) Síntomas:

Lorenzo (5), Barraza (36), Rossi (37), Berrio (38) refieren que los síntomas derivados de la situación estresante; se clasifica en: reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.

- Síntomas físicos: incluyen reacciones del cuerpo como el cansancio, insomnio, problemas gástricos, dolor de espalda, dolor de cabeza y temblores, disminución o pérdida de peso, entre otros.
- Síntomas psicológicos: se relacionan con las funciones emocionales o cognitivas como: nerviosismo, tristeza, inquietud, rabia excesiva, poca confianza en uno mismo, poca motivación, dificultad para poder concentrarse entre otros.
- Síntomas comportamentales: se asocian al aislamiento, conflictos, desgano, dificultad para realizar las tareas que se le asigna, aumento o disminución en la ingesta de alimentos, se puede ver comportamiento de abuso de alcohol o droga, poco interés sobre su persona y asimismo hacia los demás, ideaciones suicidas.

4.5. Estrategias De Afrontamiento Del Estrés.

Duhachek y Oakley citados por Lorenzo (5) y Sandín et al. (39) Señalan algunas estrategias de afrontamiento:

4.5.1.-Afrontamiento orientado a la resolución de problemas, se tiende a modificar el estresor, en ella se requiere que la persona realice esfuerzos a fin de atenuar o modificar aspectos percibidos como estresantes. Las estrategias orientadas para tal fin son las siguientes: Enfocarse en la resolución del problema; Luchar y Lograr

el éxito; Búsqueda de amistad íntima; Buscar pertenencia; Concentrarse en lo positivo; Buscar Hobbies; Actividades Físicas (40)

4.5.2.-Afrontamiento centrado en la emoción, basado en estrategias que intentan mantener el equilibrio a través del uso de herramientas orientadas a la búsqueda de apoyo social y a la disminución de la tensión por medio de la regulación de las emociones. Algunas de las estrategias de afrontamiento centrado en la emoción se mencionan a continuación: Buscar apoyo social; Buscar apoyo profesional; Acción social; Buscar apoyo espiritual (40)

4.5.3.-Afrontamiento de tipo evitativo, conjunto de estrategias conductuales, emocionales o cognitivas, que se caracterizan por respuestas de huida, resignación o aceptación frente a la situación problemática. Se proponen las siguientes estrategias para tal fin: Preocuparse; Hacerse ilusiones; Falta de afrontamiento; Ignorar el problema; Autoinculparse; Reducción de la tensión; Reservarlo para sí.(40)

4.5.4.-Otras clasificaciones: Estrategias de afrontamiento Del Estrés.

D) Otras Clasificaciones: Estrategias De Afrontamiento Del Estrés

Krohne HW (41) clasifica las estrategias de afrontamiento al estrés en 2 categorías; Las **estrategias de afrontamiento activo** son todas aquellas respuestas elaboradas para modificar la naturaleza del estresor o la forma en la que pensamos en él, con el fin de remover la circunstancia estresante (42); mientras que las **estrategias de evitación** serán las actividades que buscan olvidar o disminuir la atención sobre un factor estresante.

De acuerdo a Holahan CJ, Moos R (43) las estrategias de afrontamiento activo son la mejor estrategia para abordar los factores estresantes mientras que considera que la estrategia de evitación son factores psicológicos de riesgo para respuestas adversas en situaciones estresantes.

Debido a lo anteriormente expuesto, se propone que las **Estrategias de afrontamiento activo** incluyen: Recopilación de la información; Apoyo Social; Priorizar tareas (planeación); Religión; Apoyo familiar; Distracción activa; Resolución de problemas; Biorretroalimentación. Mientras que se sugiere como **Estrategia de Afrontamiento Pasivo** la Distracción por otros (44)

Podemos concluir que, la estrategia de afrontamiento que es idónea en esta investigación, ya que proporciona una medida de afrontamiento (Enfocada en la resolución del problema, centrada en la emoción, tipo evitativo) va a permitir que se evalúe las variadas respuestas relevantes para un afrontamiento efectivo o ineficaz, al mismo tiempo cumplen con los ítems en su versión reducida del cuestionario Brief Cope, a utilizar en la investigación.

4.6. Diagnóstico De Estrés Académico.

A través de los años se han ido desarrollando diferentes instrumentos para evaluar o medir el nivel de estrés de los individuos entre los que se destacan (5):

a.-El Inventario de estrés académico IEA creado por Polo, Hernández y Pozo (4) para medir el estrés académico a través de un cuestionario que presenta once situaciones valoradas como estresantes por los estudiantes en el ámbito académico con un puntaje que va de 1 a 5 puntos, donde la puntuación 1 indica la ausencia de estrés mientras que el 5 equivale a un nivel alto de estrés. Las situaciones estresantes son: los exámenes, la participación en clase, la exposición de trabajos, la sobrecarga académica, acudir a tutorías, la masificación del aula, los trabajos obligatorios, la falta de tiempo, las tareas de estudio, los trabajos en grupo y la competitividad entre compañeros. La confiabilidad del inventario se presenta posee con una consistencia interna de 0.9 en Alfa de Cronbach.

b.-Por otro lado, se encuentra el Inventario de estrés académico INVEA diseñado por Mazo, Gutiérrez y Londoño (45) para la evaluar el estrés académico de los alumnos de pregrado pertenecientes a la Universidad Pontificia Bolivariana de Medellín. El Inventario consta de 50 ítems y presenta dos dimensiones: la susceptibilidad al estrés y el contexto académico. La susceptibilidad al estrés evalúa el riesgo a presentar manifestaciones de ansiedad, ya sea de tipo cognitivas, como emocionales o conductuales. La confiabilidad del Inventario se basa en un coeficiente Alfa de Cronbach de 0.81.

c.- EL Inventario SISCO de estrés académico construido desde una perspectiva sistémico- cognoscitivista (46). Permite la medición de los factores del estrés académico basándose en varios elementos como las situaciones valoradas como estresantes en el ámbito académico, el nivel de síntomas físicos, psicológicos, comportamentales del individuo con estrés, y evalúa el nivel de afrontamiento en estudiantes universitarios en cuanto a la habilidad asertiva, la búsqueda de información, la elaboración de un plan, la religiosidad, los elogios a sí mismo y la ventilación de confidencias.

4.7. Diagnóstico De Estrategias De Afrontamiento:

Para medir las estrategias de afrontamiento existen distintas herramientas (5):

a.- En primer lugar, la Escala de modos de afrontamientos de Folkman y Lazarus (31) cuyo mecanismo de aplicación es solicitar a la persona evaluada que piense en una situación que le generó estrés e identifique lo que sintió y que pensó e hizo para afrontarlo. Es un listado integrado por 67 ítems con 8 subescalas que evalúan las estrategias de afrontamiento a través de una escala de tipo Likert comprendido desde 0 a 3 puntos, según la medida en que las distintas estrategias son utilizadas (47).

b.- La adaptación argentina del Inventario de Respuestas de Afrontamiento CRI-A de Moos (48), evalúa el tipo de estrategias de afrontamiento utilizadas por adultos frente a distintas situaciones estresantes. El inventario posee 48 ítems para valorar las siguientes estrategias de afrontamiento: Análisis lógico, revalorización positiva, búsqueda de orientación y apoyo, resolución de problemas, evitación cognitiva, búsqueda de gratificaciones alternativas, y descarga emocional. La Validación interna del Inventario CRI-A posee un coeficiente de Alpha de Cronbach de 0.85.

c-. Escala de Afrontamiento del Estrés Académico A- CEA (49), está fundamentada en la teoría transaccional del estrés de Lazarus y Folkman. La cual es utilizada para la medicación de los siguientes factores: reevaluación positiva, búsqueda de apoyo y planificación.

5. Aspectos metodológicos.

5.1. Tipo de estudio.

El enfoque o paradigma utilizado fue el Método Mixto con diseño secuencial explicativo, basado en el modelo de Creswell y Plano Clark (50), cuyo componente principal es el cuantitativo, mediante el cual se buscó objetivar el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento, a través del empleo de escalas (51). Con el componente cualitativo se tuvo como objetivo profundizar en el proceso de selección de estrategias preferidas de la población de estudio, mediante grupos focales que relataron sus experiencias a la hora de seleccionar dichas estrategias.

Se llevó a cabo un estudio observacional descriptivo de corte transversal, porque además de su bajo costo y su rapidez en la ejecución, permite caracterizar a la población de estudio por factores sociodemográficos y académicos y también identificar las estrategias de afrontamiento preferidas según el nivel de estrés académico, sexo y otras variables de interés, estableciendo asociación estadística entre dichas variables, sin pretender demostrar causalidad.

5.2. Población de estudio.

5.2.1 Marco Muestral.

Población Diana: Estudiantes de Ciencias de la Salud matriculados en universidades de la Región Caribe.

Población Accesible: Estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud pertenecientes a la Universidad del Norte.

Población Elegible:

5.2.2 Criterios De Inclusión.

- Estudiantes Activos de la Universidad del Norte del programa de medicina que cursaron en los semestres VI a X, durante la realización de la toma de la muestra.
- Estudiantes que deseaban formar parte de la muestra.
- Estudiantes con disponibilidad para colaborar en las actividades para recoger datos.

5.2.3 Criterios De Exclusión.

- Los participantes del estudio no completaron los datos contenidos en las encuestas.

- Poseer un diagnóstico de trastorno mental mayor.
- Estudiantes extranjeros y/o de Transferencia Externa que no poseían un dominio del lenguaje capaz de entender las preguntas y actividades a realizar.

Se decidió usar esa población debido a que ya existen datos previos de estrés académico en estudiantes del 1ero al 5to de Medicina (periodo de formación básica) de la Universidad del Norte, si bien no se abordó en profundidad la temática de las estrategias de afrontamiento, principal objetivo de este proyecto. Otra razón fue el interés en conocer el problema durante el periodo de formación profesional de los estudiantes, donde predomina el escenario clínico de aprendizaje. Así mismo se excluyó el Internado rotatorio debido a la falta de tiempo y disponibilidad de los estudiantes para el diligenciamiento de la encuesta y participación en los grupos focales.

5.2.4 Tamaño Muestral.

La muestra se calculó utilizando el programa Epiinfo versión 7.2.3.1 a partir de un universo de 524 estudiantes matriculados en VI a X semestre en el segundo semestre de 2019, con un 95% de confianza (α 0,05) y un poder de 80%, estimando una prevalencia de estrés académico 81,1% según estudio de referencia de estrés académico en estudiantes de medicina de I a V semestre y otros artículos citados (1) (52) (53) (54) y una precisión de $\pm 4\%$, para un número de 524 estudiantes, lo cual dio un total de 216 estudiantes a encuestar, sin embargo se adicionó un 10% por necesidad de descartar formularios incompletos, para un total de 238 estudiantes encuestados.

Cálculo De Muestra.

Fórmula utilizada por el algoritmo del programa Epiinfo versión 7.2.3.1, para el cálculo de muestra con tamaño de población conocida.

Tabla 2. Fórmula de cálculo de muestra.

$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_a^2 \times p \times q}$
Reemplazamos: $n = \frac{524 \times 1,95^2 \times 0,811 \times 0,189}{0,04^2 \times (524 - 1) + 1,95^2 \times 0,811 \times 0,189} = 216$
10% Adicional: Muestra = $216 \times 1,1 = 237,6 = 238$ <i>estudiantes a encuestar</i>
Fuente: Realización propia a través del cálculo de muestra con tamaño de población conocida.

Para los grupos focales inicialmente se planteó un 20% de la población encuestada, sin embargo, a la convocatoria asistió una menor cantidad de personas, que fueron distribuidas por conveniencia para asegurar la representatividad de todos los semestres de la carrera incluidos en el estudio, proporcionalmente, para un total de 12 estudiantes.

Procedimiento De Muestreo:

Para el estudio cuantitativo se utilizó un muestreo probabilístico aleatorio estratificado por semestre académico, que ofrece la mejor oportunidad de crear una muestra representativa de la población, donde todos los elementos incluidos en el universo tienen idéntica probabilidad de ser seleccionados. Para el marco muestral se tomó el listado de estudiantes de los semestres pertenecientes a los criterios de inclusión del estudio.

Estratificación

Tabla 3. Cálculo de estudiantes de medicina equivalentes por semestre del VI al X de la Universidad del Norte para el primer semestre del 2020.

Semestre	Estudiantes matriculados	Fórmula (%)	Resultado (%)	Fórmula (# Est)	# Estudiantes
Sexto	108	$(100 \times 108)/524$	21	$238 \times 0,21$	50
Séptimo	117	$(100 \times 117)/524$	22	$238 \times 0,22$	53
Octavo	92	$(100 \times 92)/524$	17	$238 \times 0,17$	40
Noveno	108	$(100 \times 108)/524$	21	$238 \times 0,21$	50
Décimo	99	$(100 \times 99)/524$	19	$238 \times 0,19$	45
Total	524	$(100 \times 524)/524$	100	$238 \times 1,00$	238

Fuente: Realización propia.

En la tabla anterior (véase tabla 3) se muestran los pasos para realizar la estratificación según semestres de la muestra a estudiar, primero realizamos una fórmula para hallar los porcentajes equivalentes al semestre en el total de la población y con dicho porcentaje hallamos el número de estudiantes a encuestar por semestre.

5.3. Variables.

En la realización de este trabajo para describir las estrategias de afrontamiento del estrés académico utilizadas por estudiantes VI a X semestres de medicina de la Universidad del Norte durante el segundo semestre de 2020 y relatar sus experiencias en el proceso de selección de las mismas, se han definido las siguientes variables para resolución de la pregunta planteada en esta investigación.

La investigación engloba las siguientes variables:

- ❖ Variable Dependiente: tipo de estrategia de afrontamiento utilizada.
- ❖ Variables Independientes (nivel de Estrés académico, sexo, estrato económico, semestre que cursa, semestre que ha reprobado durante la carrera, actividad extracurricular, generadores de estrés, condición de becario, estatus del estudiante, práctica de alguna religión, síntomas de estrés)

Estrategias de afrontamiento: (véase anexo A y D)

- Afrontamiento activo
- Planificación
- Apoyo emocional
- Apoyo social
- Religión
- Reevaluación positiva
- Aceptación
- Negación
- Humor
- Auto-distracción
- Autoinculpación
- Desconexión
- Desahogo
- Uso de sustancia

Generadores de estrés académico (véase anexo N°A)

- Sobrecarga de tareas
- Tiempo limitado para hacer el trabajo
- Apoyo financiero
- Exceso de responsabilidades
- Problemas o conflictos con los compañeros
- Calificaciones
- Insuficiente habilidad en la práctica médica
- Dificultad para comprender el contenido temático.

Nivel de estrés Académico (véase anexo C)

- Valor resultado del cuestionario de INVEA, para:
 - Susceptibilidad al estrés.
 - Percepción del estrés en contexto académico.

Factores sociodemográficos: (véase anexo A y B)

- Sexo
- Estrato socioeconómico
- Estado civil
- Lugar de residencia
- Practicante de una Religión
- Estatus del estudiante (residente o no residente) (nacionalidad) Factores Académicos: (véase anexo A y B)
- Semestre Cursado.

- Semestres que ha reprobado durante su carrera.
- Condición de becario.
- Actividad extracurricular en la Universidad.

Síntomas de estrés académico: (véase anexo A y B)

- Físicos: Reacciones Corporales
- Psicológicos: relacionados con las funciones cognitivas o emocionales
- Comportamentales: involucran la conducta.

5.4. Recopilación de datos.

Una vez se obtuvo el aval del Comité de Ética, se contactó a la Coordinación de Pregrado de Medicina, así como a los coordinadores de las principales asignaturas de cada semestre a estudiar, para obtener así los listados de los estudiantes y tener un canal fluido de comunicación con ellos, con el apoyo de los voceros o representantes estudiantiles de cada semestre, de manera que se lograra aumentar la participación.

Se realizaron 2 actividades de recopilación de información, una para la parte cuantitativa y otra para la parte cualitativa del estudio.

La primera consistió en el diligenciamiento de encuestas virtuales mediante cuestionario Google, durante el periodo de Octubre de 2020 a Diciembre de 2020 para poder abarcar a toda la población a estudiar.

En la segunda parte del estudio se realizaron de 2 grupos focales con participación de 6 y 7 estudiantes de distintos semestres, respectivamente, se estimó una duración de 1 hora para dicha actividad.

Lo anteriormente planteado estuvo sujeto a la coyuntura actual de la pandemia por el SARS-COV-2 por lo cual nos apoyamos mucho en los medios virtuales para llevar a cabo las sesiones de recopilación de información.

Instrumentos.

El instrumento utilizado para la recolección de los factores sociodemográficos, factores académicos y síntomas del estrés académico fue diseñado por los integrantes de este proyecto de grado (Anexo B)

El instrumento utilizado para la evaluación del estrés académico en estudiantes de pregrado fue el cuestionario INVEA (Inventario de Estrés Académico), diseñado por investigadores de la Universidad Pontificia Bolivariana de Medellín. Este instrumento consta de 50 ítems, y está compuesto por dos subescalas, la primera evalúa susceptibilidad al estrés y la segunda, contexto académico. Se añadió un ítem adicional, introducido por los investigadores de este estudio, que indagaba sobre la percepción de cambio en el nivel de estrés durante la pandemia COVID-19 en la que se realiza el estudio.

El cuestionario INVEA comprende dos secciones de preguntas. Las primeras 25 evalúan la **susceptibilidad al estrés**, entendida como la propensión particular al desarrollo o expresión de manifestaciones de ansiedad (cognitivas, emocionales y conductuales), que definen el umbral de respuesta de cada persona ante estímulos estresores. Es una condición particular, que define la tendencia a desarrollar respuestas de estrés en cada individuo. Las preguntas 26 a 50, evalúan la percepción de estresores ambientales en el contexto académico (nivel de exigencia, relación con profesores, labores y deberes académicos, ambiente físico, condiciones de la Universidad). Los niveles de confiabilidad del INVEA son altos al estar por encima de 0,8. Tanto la prueba global como las subescalas que la componen tienen altos niveles de confiabilidad (55). Cada ítem de este cuestionario se valora con escala tipo Likert de 5 puntos , (1-5) totalmente en desacuerdo, desacuerdo, no está de acuerdo ni en desacuerdo, de acuerdo, totalmente de acuerdo, teniendo un puntaje mínimo de 25 puntos y un puntaje máximo de 125 puntos, los cuales están sujetos a interpretación gracias a la comparación de resultados de los grupos poblacionales. (Véase anexo C)

El inventario Brief COPE es una herramienta utilizada para evaluar las diferentes estrategias para responder al estrés. Este inventario es una adaptación del Inventario COPE desarrollado por Carver (1997) para su uso en investigaciones relacionadas con ciencias de la salud el cual consta de 14 subescalas de 2 ítems cada una, que miden aspectos de afrontamiento centrado en el problema, así como afrontamiento centrado en la emoción, mientras que sólo tres de ellas miden otras estrategias de afrontamiento como la desconexión emocional. Al final cada ítem se valora bajo una escala de likert de 4 puntos (0 -3), que van desde cero (0) “nunca hago eso” hasta 3 “siempre lo hago” . (Véase Anexo D) (52)

Para la interpretación del Inventario Brief COPE se sumó las puntuaciones de los ítems para cada subescala y el resultado se dividió entre el número de ítem de la respectiva subescala. A estos promedios se les dio una interpretación basándose en una categorización de 5 renglones para inventario Brief COPE los cuales fueron simplificados en 3 renglones por los investigadores de este estudio para determinar el “bajo uso de la estrategia”, ”Mediano uso de la estrategia y “Alto uso de la estrategia “ por el estudiante. Dicho cuadro se estableció debido a que el inventario Brief COPE no presenta una distribución de baremos por lo que se establecieron rangos de medición de los distintos niveles de estilos de afrontamiento.(Véase Anexo D). (31)

Tabla 4. Rangos de categorizaciones de los resultados del inventario Brief COPE.

RANGO	CATEGORÍA
0-0.60	Muy bajo uso de la estrategia
0.61-1.20	Bajo uso de la estrategia
1.21-1.80	Mediano uso de la estrategia

1.81-2.40	Alto uso de la estrategia
2.41-3.00	Muy alto uso de la estrategia
Rangos de uso de las estrategias de afrontamiento adaptado de Joemelis F, Aiskel R. Estilos de afrontamiento en adolescentes con cáncer (56).	

Tabla 5. Rangos de categorizaciones adaptados de los resultados del cuestionario Brief COPE.

RANGO	USO DE ESTRATEGIA DE AFRONTAMIENTO
0-1.20	Bajo uso de la estrategia
1.21-1.80	Mediano uso de la estrategia
1.81-3.00	Alto uso de la estrategia
Fuente: Autores del estudio	

Las estrategias de afrontamiento que evalúa el Inventario Brief COPE fueron agrupadas basándose en dos macrovariables o estilos de afrontamiento propuestos por Lazarus y Folkman los cuales eran estrategias de afrontamiento centrado en la emoción y estrategias de afrontamiento centrado en el problema las cuales se obtuvieron mediante la sumatoria de los puntajes obtenidos de cada subescala o estrategia agrupada en ellas . El puntaje final del uso de la estrategia fue interpretado basándose en la escala propuesta por los investigadores de este estudio. (Véase tabla 6).

Tabla 6 . Macrovariables y subescalas de estrategias de afrontamiento.

Estrategias de Afrontamiento	Afrontamiento centrado en el problema	Afrontamiento Activo
		Planificación
		Aceptación
		Reevaluación positiva
		Apoyo social
		Autoinculpación
		Auto Distracción
		Apoyo emocional

	Afrontamiento centrado en la emoción	Humor
		Religión
		Desahogo
		Desconexión
		Negación
		Uso de sustancias
Fuente: Autores del estudio		

“El Brief COPE consta de las siguientes subescalas:

1. Afrontamiento activo: Iniciar acciones directas, incrementar los propios esfuerzos eliminar o reducir al estresor.
2. Planificación: Pensar acerca de cómo afrontar el estresor. Planificar estrategias de acción, los pasos a dar y la dirección de los esfuerzos a realizar.
3. Apoyo instrumental: Procurar ayuda, consejo, información a personas que son competentes acerca de lo que debe hacer.
4. Uso de apoyo emocional: Conseguir apoyo emocional de simpatía y de comprensión.
5. Auto-distracción: Concentrarse en otros proyectos, intentando distraerse con otras actividades, para tratar de no concentrarse en el estresor.
6. Desahogo: Aumento de la conciencia del propio malestar emocional, acompañado de una tendencia a expresar o descargar esos sentimientos.
7. Desconexión conductual: Reducir los esfuerzos para tratar con el estresor, incluso renunciando al esfuerzo para lograr las metas con las cuales se interfiere al estresor.
8. Reevaluación positiva: Buscar el lado positivo y favorable del problema e intentar mejorar o crecer a partir de la situación.
9. Negación: Negar la realidad del suceso estresante.
10. Aceptación: Aceptar el hecho de lo que está ocurriendo, de que es real.
11. Religión: La tendencia a volver hacia la religión en momentos de estrés, aumentar la participación en actividades religiosas.
12. Uso de sustancias (alcohol, medicamentos): Significa tomar alcohol u otras sustancias con el fin sentirse bien o para ayudarse a soportar al estresor.
13. Humor: Hacer bromas sobre el estresor o reírse de las situaciones estresantes, haciendo burlas de la misma.

14. Auto-inculpación: Criticarse y culpabilizarse por lo sucedido.”

El instrumento para registrar la información de la actividad de grupos focales fue la grabación de dicha actividad de manera virtual, mediante Google Meet por la circunstancia de aislamiento social obligatorio por la pandemia por SARS-COV-2.

5.5. Aspectos éticos.

El presente estudio se considera una investigación de riesgo mínimo, según el artículo 11 de la Resolución No. 8430 de 1993 emitida por el Ministerio de Salud de Colombia, dado que no se realizaron actividades que afectaran la integridad de los participantes.

La confidencialidad de la información fue garantizada evitando revelar los datos de los participantes. La información fue almacenada en los computadores personales de cada uno de los investigadores, restringiendo el acceso a terceros, para uso exclusivo relacionado con los objetivos del estudio. Los datos serán guardados hasta Diciembre del año 2025, posterior a lo cual serán eliminados todos los archivos, borrándolos de nuestras bases de datos y computadores.

Si bien el diligenciamiento de las encuestas fue anónimo, abrimos la posibilidad de que los participantes del estudio anoten sus correos electrónicos, para que, si así lo deseaban, pudieran consultar los resultados obtenidos en sus respectivas encuestas.

5.6. Procesamiento de datos:

Los datos recogidos mediante el formulario en línea de Google fueron procesados automáticamente por el sistema creándose una hoja de cálculo en Excel que fue posteriormente importada en el programa IBM SPSS Statistics (versión 26.0) .La variable de interés susceptibilidad al estrés y contexto académico se manejó mediante el resultado de cada estudiante en los cuestionarios y las medias de variable. Las variables sociodemográficas, nivel de estrés académico, estrategias de afrontamiento fueron presentadas y analizadas de manera independiente a excepción de las variables, nivel de estrés académico y estrategia de afrontamiento que se presentan de manera individual así como en relación una con la otra. La codificación de las variables para creación de la base de datos sigue un orden numérico y los resultados de la investigación se presentan en tablas estadísticas.

5.7. Presentación de datos:

La presentación de los resultados del estudio se hizo en forma descriptiva mediante la construcción de tablas de frecuencia simples y tablas de doble entrada según los objetivos específicos.

5.8 Análisis:

El análisis de los objetivos del estudio se realizó de la siguiente manera:

El análisis de los datos acerca de las variables: **sociodemográficas, académicos y síntomas de estrés académico** se realizó por medio de distribución de frecuencia absoluta y relativas (porcentajes) y se dispuso de medidas resúmenes para datos cuantitativos y nos permite caracterizar a nuestra población de estudio.

Para **determinar el nivel de estrés en los estudiantes de medicina del VI a X semestre**, mediante el cuestionario de INVEA, se calculó la media de susceptibilidad académica y percepción del estrés en el contexto académico, las cuales hacen referencia a forma en cómo percibe el estrés, la forma como percibe el ambiente académico y al grado de estrés del individuo, respectivamente.

Así mismo se realizó comparación de medias de susceptibilidad al estrés (SE) y la percepción de estresores del contexto académico (PECA) agrupadas por variables sociodemográficas, académicas, síntomas de estrés académico y el uso de estrategias de afrontamiento. Posteriormente se realizaron pruebas de asimetría para examinar la normalidad de los datos y con base en ello se aplicaron las pruebas de hipótesis pertinentes tales como la prueba t de Student para la comparación de medias de variables dicotómicas y análisis de ANOVA para la comparación de medias de variables politómicas, con el fin de establecer la significación estadística ($p < 0,05$).

Para determinar las estrategias de afrontamiento más utilizadas se establece una media con los datos obtenidos del cuestionario de COPE-28, para cada estrategia de afrontamiento que nos permite establecer cuales son las estrategias de afrontamiento de alto, moderado y bajo uso.

Se determinó la **relación entre el uso de las estrategias de afrontamiento con el nivel de estrés académico, el sexo, la condición de becario, práctica de alguna religión y el estrato socioeconómico en estudiantes de medicina del XI al X semestre**, por medio de a prueba de significancia estadística utilizada para evaluar la relación entre la variable medida de afrontamiento (variable dependiente) y las variables independientes fue la prueba de chi-cuadrado (χ^2), y con los grados de libertad necesarios de acuerdo al número de filas y columnas, evaluando su significancia estadística a un nivel de confianza del 95% con un valor de $p < 0,05$)

Adicionalmente, se describen las vivencias o experiencias auto reportadas por los estudiantes del VI al X semestre de la carrera de medicina para la selección de las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico.

La **descripción de las vivencias auto reportadas por los estudiantes para la descripción de los generadores de estrés** se realizó a través de métodos cualitativos a través del **análisis narrativo temático**, realizando una transcripción de las vivencias (garantizando la protección de las identidades de los participantes) y analizando estas transcripciones a través de la categorización de la información, identificando la secuencia de eventos, el lenguaje y las respuestas de los estudiantes acerca de sus experiencias, obteniendo las ideas principales de los grupos focales y realizando una serie de conclusiones en base a ello.

Para describir los **generadores de estrés que más se presentan** se realiza un análisis por medio de los grupos focales realizados, donde teniendo en cuenta las vivencias o experiencias auto-reportadas podemos establecer unos generadores de estrés en común para la población estudiantil.

Para el análisis en conjunto de las encuestas y los grupos focales se utilizaron la matriz de contrastación, para comparar la información hallada por ambos métodos y relacionar la información generalizada con la información profundizada.

6. Resultados.

6.1. Características Sociodemográficas y Académicas de la Población:

De los 237 participantes del estudio, 138 son del sexo femenino representando un 58,2%. 161 encuestados practican alguna religión como método para afrontar el estrés, siendo el 67,9%. La mayoría pertenecen a estrato socioeconómico alto conformando el 57,8% del total de la población. 185 de 237 residen en el municipio de Barranquilla. La mayor parte de los encuestados se encontraba cursando el octavo semestre del programa de Medicina, siendo un 23.2%. 231 de 237 participantes tienen nacionalidad colombiana. 67,5% de los participantes no ha reprobado semestre alguno, mientras que el 32,5% afirma haber perdido al menos un semestre. 170 de 237 que forman parte del grupo estudiado no realiza actividades extracurriculares, sin embargo, un 14.8% del total realiza actividades deportivas.

Tabla 7. Características sociodemográficas y académicas de la población de estudiantes de VI-X semestres de medicina, Universidad del Norte, Barranquilla, 2020.

Variables		n (%)	
Sociodemográficas	Sexo	Hombre	99 (41,8)
		Mujer	138 (58,2)
	Religión	Sí	161 (67,9)
		No	76 (32,1)
	Estrato	Estrato 1	21 (8,9)
		Estrato 2	37 (15,6)
		Estrato 3	42 (17,7)
		Estrato 4	66(27,8)
		Estrato 5	32(13,5)
		Estrato 6	39 (16,5)
	Municipio	Aracataca	1 (0,4)
		Arjona	1(0,4)
		Baranoa	1 (0,4)
		Barranquilla	185(78,1)
		Cartagena	4 (1,7)
		La playa	1 (0,4)
		Malambo	1 (0,4)
Montería		1 (0,4)	
Pivijay		1 (0,4)	
Puerto Colombia		9 (3,8)	
Riohacha	1 (0,4)		

		Sabanalarga	1 (0,4)	
		Santa Marta	1 (0,4)	
		Sincelejo	3 (1,3)	
		Soledad	20 (8,4)	
		Turbaco	1 (0,4)	
		Valledupar	4 (1,7)	
		Villa Santos	1 (0,4)	
		Nacionalidad	Colombiano	231 (97,5)
	Extranjero	6 (2,5)		
Académicas	Becario	Si	88 (37,1)	
		No	149 (62,9)	
	Semestre	10° semestre.	43 (18,1)	
		9° semestre.	38 (16,0)	
		8° semestre.	55 (23,2)	
		7° semestre.	45 (19,0)	
		6° semestre.	54 (22,8)	
		Sin respuesta	2 (0,8)	
	Semestre perdido	Sí	77(32,5)	
		No	160(67,5)	
	Actividad extracurricular	Actividades académicas.	19(8,0)	
		Actividades culturales.	13(5,5)	
		Actividades deportivas.	35(14,8)	
		No realiza actividades extracurriculares.	170(71,7)	
	n=número de estudiantes			
	Fuente: datos recopilados por los investigadores			

La mayor parte de la población estudiada no es becada siendo un 62,9%. No se incluyó la variable edad en la caracterización de la población dado a que todos pertenecen al ciclo vital juventud (14-26 años) asignado por el Ministerio de Salud de Colombia. (Tabla 7)

6.2. Características clínicas sugestivas de estrés en la población.

La Tabla 8 muestra que los síntomas asociados al estrés que predominaron en la población estudiada fueron la desconcentración en un 94,5%, seguido del desgano para realizar las actividades en un 92,4%, el dolor de cabeza en un 91,6% y la ansiedad (84%);, solo el 1,3% de la población encuestada afirmó no padecer ningún síntoma relacionado al estrés.

Tabla 8. Distribución de la población de estudiantes de medicina de VI-X semestre según síntomas clínicos y percepción de cambio en el estrés académico durante la pandemia, Universidad del Norte, 2020.

Variables		n (%)	
Síntomas Clínicos de Estrés	Dolor de Cabeza	Afirma	217(91,6)
		Niega	20(8,4)
	Desconcentración	Afirma	224(94,5)
		Niega	13(5,5)
	Ausentismo de clases	Afirma	154(65,0)
		Niega	83(35,0)
	Insomnio	Afirma	147(62,0)
		Niega	90(38,0)
	Bloqueo Mental	Afirma	184(77,6)
		Niega	53(22,4)
	Desgano para realizar las labores académicas	Afirma	219(92,4)
		Niega	18(7,6)
	Problemas digestivos	Afirma	131(55,3)
		Niega	106(44,7)
	Problemas de memoria	Afirma	139(58,6)
		Niega	98(41,4)
	Aislamiento	Afirma	114(48,1)
		Niega	123(51,9)
	Fatiga Crónico	Afirma	131(55,3)
		Niega	106(44,7)
	Ansiedad	Afirma	199(84,0)
		Niega	38(16,0)
	Sudoración excesiva	Afirma	62(26,2)
		Niega	175(73,8)
	Depresión	Afirma	107(45,1)
		Niega	130(54,9)
	Ninguno	Afirma	3(1,3)
		Niega	234(98,7)
Percepción de estrés	Estrés Académico en pandemia	Mayor que antes de la cuarentena.	151(63,7)
		Igual que antes de la cuarentena.	47(19,8)
		Menor que antes de la cuarentena.	39(16,5)
Fuente: datos recopilados por los investigadores			

Finalmente 151 de 237 participantes consideran que están sometidos a un mayor estrés académico desde el inicio del confinamiento por la pandemia de Covid 19.

6.3. Susceptibilidad al estrés y Percepción de Estresores del Contexto Académico.

La susceptibilidad del estrés se determinó por medio del cálculo de la media correspondiente a la sumatoria total de todos los ítem que constituyen el componente susceptibilidad académica. La media poblacional fue de 70.94 con una desviación estadística de 14,68 . La distribución de la población fue cercana a la normal con un coeficiente de asimetría de 0,248 , una curtosis de 0.05 y una $P > 0.05$ calculada por prueba de Kolmogorov-smirnov. (Véase Tabla 9)

Tabla 9. Susceptibilidad al estrés, Percepción de Estresores del Contexto Académico.

Estadísticos	Susceptibilidad al estrés	Percepción del estrés académico (contexto académico)
Media	70,94	65,03
Desviación estándar	14,68	13,216
Coefficiente de simetría	0,248	-0,075
Curtosis	0,05	0,054
Valor de P (Kolmogorov-smirnov)	0.200	0.200

Fuente: datos recopilados por los investigadores

Del mismo modo se analizó la percepción de los estresores en el contexto académico a partir de las medias del componente “contexto académico” del inventario INVEA. La media poblacional para contexto académico fue de 65,03 con una desviación estadística de 13,216. La distribución de la población fue cerca a la normal con un coeficiente de asimetría cercano a cero de -0,075 ,una curtosis de 0,054 y una $P > 0.05$ calculada por prueba de Kolmogorov-smirnov. (Véase Tabla 9).

6.4. Análisis bivariado: relación de resultados.

El análisis bivariado se determinó entre las características sociodemográficas, académicas y clínicas con los correspondientes medias obtenidas en las variables de susceptibilidad al estrés, contexto académico o percepción de estresores académico y las estrategias de afrontamiento al estrés establecidas a partir de los puntajes en las escalas de INVEA y *Brief COPE* respectivamente.

6.4.1 Relación entre la Susceptibilidad al Estrés y las variables sociodemográficas y académicas.

La media de susceptibilidad al estrés fue significativamente mayor en el sexo femenino (73,91) que en el masculino (66,8), al igual que el haber perdido un semestre (77,48) que en los que no perdieron semestres (67,79) (ANOVA: $p < 0,05$). Por el contrario, no hubo diferencias en más de 2 unidades de la media de

susceptibilidad al estrés, ni se encontraron asociaciones estadísticamente significativas entre las categorías de las variables estrato socioeconómico, religión, lugar de residencia, nacionalidad o condición de becario ($p > 0,05$).

Tabla 10. Susceptibilidad al Estrés y percepción de estresores del contexto académico en relación con variables sociodemográficas y académicas, Universidad del Norte, 2020.

Variables	Categorías	n(%)	SE		PECA	
		n=237	Media (X)	P Value	Media (X)	P Value
Sociodemográficas						
Sexo	Hombre	99(41,8)	66,80	<0,001	63,22	0,075
	Mujer	138(58,2)	73,91		66,32	
Religión	Sí	161(67,9)	71,17	0,723	64,73	0,614
	No	76(32,1)	70,45		65,66	
Estrato	Alto	137(57,8)	71,00	0,942	64,51	0,484
	Bajo	100(42,2)	70,86		65,73	
Municipio	Barranquilla	185(78,1)	70,81	0,789	64,82	0,647
	No-Barranquilla	52 (21,9)	71,42		65,77	
Semestre	10° semestre.	43(18,1)	66,65	0,185	64,26	0,180
	9° semestre.	38(16,0)	73,76		65,71	
	8° semestre.	55(23,2)	72,75		68,49	
	7° semestre.	45(19,0)	69,00		61,47	
	6° semestre.	54(22,8)	71,85		64,44	
	Sin respuesta	2(0,8)	79,00		69,00	
Nacionalidad	Nacional	231(97,5)	71,05	0,489	65,11	0,529
	Extranjero	6(2,5)	66,83		61,67	
Semestre perdido	Sí	77(32,5)	77,48	<0,001	70,01	<0,001
	No	160(67,5)	67,79		62,63	
Actividad extracurricular	Actividades académicas.	19(8,0)	70,68	0,299	64,84	0,477
	Actividades culturales.	13(5,5)	66,38		67,54	
	Actividades deportivas.	35(14,8)	67,80		62,00	
	No realiza actividades	170(71,7)	71,96		65,48	

	extracurriculares.					
Becado	Sí	88(37,1)	70,89	0,965	66,57	0,168
	No	149(62,9)	70,97		64,11	
Descripción: SE: Susceptibilidad al estrés; PECA: Percepción de estresores académico o contexto académico; Media/X: promedio, p= valor de significancia P						
Fuente: datos recopilados por los investigadores						

6.4.2. Relación entre Percepción de Estresores del Contexto Académico y las variables sociodemográficas y académicas.

La media de percepción de estresores en el contexto académico fue significativamente mayor en los estudiantes que habían perdido un semestre (70,01) que en los que no habían perdido un semestre (62,63), (ANOVA: $p < 0,05$). Por otro lado, la percepción de estresores en el contexto académico no presentó diferencias de promedio de más de 4 unidades, ni asociación estadísticamente significativa entre las categorías de las variables sexo, religión, estrato, municipio, semestre, nacionalidad, actividad extracurricular o condición de becario ($p > 0,05$).

6.4.3. Relación entre la Susceptibilidad al Estrés y las variables clínicas.

En relación a la media de susceptibilidad al estrés fue mayor en las estudiantes que afirmaban presentar dolor de cabeza (71,86), desconcentración (71,91), insomnio (74,50), bloqueo mental (73,77), desgano para realizar las actividades académicas (72,16), problemas de memoria (73,90), aislamiento (76,19), fatiga crónica (73,82), ansiedad (73,21), problemas digestivos (73,16), depresión (78,71), que en quienes no presentaban ninguno de estos síntomas (véase tabla 11) ANOVA: ($p < 0,05$). Por otro lado, no hubo diferencias en más de 4 unidades de la media de susceptibilidad al estrés, ni se encontraron asociaciones estadísticamente significativas entre los estudiantes que afirmaban ausentismo de clases, sudoración excesiva y estrés académico en la pandemia con los que negaban estos síntomas ($P > 0,05$).

Tabla 11. Susceptibilidad al Estrés y percepción de los estresores en el contexto académico en relación con variables clínicas, Universidad del Norte, 2020.

Variables	Categorías	n=237	SE		PECA	
		n(%)	Media (X)	-P Value	Media (X)	P Value
Dolor de Cabeza	Afirma	217(91,6)	71,86	<0,001	65,52	0,060
	Niega	20(8,4)	61,00		59,70	
Desconcentración	Afirma	224(94,5)	71,91	<0,001	65,63	0,003
	Niega	13(5,5)	54,23		54,54	

Ausentismo de clases	Afirma	154(65,0)	71,80	0,221	65,79	0,224
	Niega	83(35,0)	69,35		63,60	
Insomnio	Afirma	147(62,0)	74,50	<0,001	67,86	<0,001
	Niega	90(38,0)	65,13		60,40	
Bloqueo Mental	Afirma	184(77,6)	73,77	<0,001	67,45	<0,001
	Niega	53(22,4)	61,11		56,62	
Desgano para realizar las labores académicas	Afirma	219(92,4)	72,16	<0,001	66,02	<0,001
	Niega	18(7,6)	56,06		52,94	
Problemas digestivos	Afirma	131(55,3)	73,16	0,009	66,38	0,079
	Niega	106(44,7)	68,20		63,35	
Problemas de memoria	Afirma	139(58,6)	73,90	<0,001	68,38	<0,001
	Niega	98(41,4)	66,74		60,27	
Aislamiento	Afirma	114(48,1)	76,19	<0,001	70,39	<0,001
	Niega	123(51,9)	66,07		60,05	
Fatiga Crónica	Afirma	131(55,3)	73,82	0,001	68,15	<0,001
	Niega	106(44,7)	67,38		61,17	
Ansiedad	Afirma	199(84,0)	73,21	<0,001	66,55	<0,001
	Niega	38(16,0)	59,08		57,05	
Sudoración excesiva	Afirma	62(26,2)	73,23	0,154	65,65	0,668
	Niega	175(73,8)	70,13		64,81	
Depresión	Afirma	107(45,1)	78,71	<0,001	70,77	<0,001
	Niega	130(54,9)	64,55		60,30	
Ninguno	Afirma	3(1,3)	59,00	0,157	60,00	0,509
	Niega	234(98,7)	71,09		65,09	
Estrés Académico en pandemia	Mayor que antes de la cuarentena.	151(63,7)	72,54	0,071	66,72	0,031
	Igual que antes de la cuarentena.	47(19,8)	68,94		62,23	
	Menor que antes de la cuarentena.	39(16,5)	67,15		61,82	

Descripción: SE: Susceptibilidad al estrés; PECA: Percepción de estresores académico o contexto académico; Media/X: promedio, p= valor de significancia P

Fuente: datos recopilados por los investigadores

6.4.4. Relación entre Percepción de Estresores del Contexto Académico y las variables clínicas.

En relación a la media de percepción del estresor del contexto académico, esta fue mayor en los estudiantes que afirmaban presentar desconcentración (65,63), insomnio (67,86), bloqueo mental (67,45), desgano para realizar las labores académicas (66,02), problema de memoria (68,38), aislamiento (70,39), fatiga crónica (68,15), ansiedad (66,55), depresión (70,77), estrés académico en pandemia (66,72) que en quienes negaban alguno de estos síntomas (véase tabla 11) ANOVA ($p < 0.05$). En cambio no hubo diferencias en más de 6 unidades de la media de percepción de estresores del contexto académico, ni significancias estadísticas entre quienes afirmaban dolor de cabeza, ausentismo de clase, problemas digestivos y sudoración excesiva con los que negaban estos síntomas ($p > 0.05$).

6.4.5. Estrategias de afrontamiento más utilizadas por los estudiantes de medicina.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento centrada en el problema se obtuvo una media de 1.85 la cual corresponde con un alto uso de estas estrategias de afrontamiento según la escala de medición establecida para esta investigación (Véase tabla 12). Estos resultados determinan que los estudiantes de medicina del sexto al décimo semestres emplean estrategias basadas en la resolución de problemas.

Entre los indicadores que evalúan los estilos de afrontamiento centrado en el problema, se encuentra la aceptación, categorizada como "Alto uso de la estrategia" lo cual indica que el estudiante acepta la presencia la situación estresante. Mientras que el afrontamiento activo y la planificación categorizados también como "Alto uso de la estrategia" indican que los estudiantes determinan los pasos a seguir e inician acciones directas sobre una situación estresora.

Por otro lado la reevaluación positiva y el apoyo social presentan un uso medio en los estudiante de medicina estudiados, lo cual indica que la búsqueda del lado positivo de una situación estresora y la búsqueda de apoyo en otras personas son de uso moderado.

Tabla 12. Estrategias de afrontamiento centradas en el problema en estudiantes del sexto al décimo semestres de la carrera de medicina, Universidad del Norte, Barranquilla, 2020.

Estrategias de Afrontamiento basada en el problema	Media	Desviación	Uso de estrategia
Aceptación	2,068	0,6588	Alto uso de estrategia
Afrontamiento activo	2,055	0,6486	Alto uso de estrategia
Planificación	1,966	0,70178	Alto uso de

		3	estrategia
Reevaluación positiva	1,728	0,8187	Mediano uso de estrategia
Apoyo social	1,458	0,7133	Mediano uso de estrategia
Fuente: datos recopilados por los investigadores			

Las estrategias de afrontamiento centrada en la emoción obtuvieron una media de 1.14 por lo cual corresponde con un bajo uso de estas estrategias de afrontamiento según la escala de medición establecida para esta investigación (Véase Tabla 6). Estos resultados determinan que los estudiantes de medicina del sexto al décimo semestres, emplean en baja frecuencia estrategias tendiente al control del estado emocional ante situaciones estresante.

Entre las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción, se encuentra la autoinculpación que se presenta con “Alto uso de la estrategia” lo cual indica que el estudiante se culpa o se critican por las situaciones estresantes sucedidas. Por otro lado la desconexión, negación y uso de sustancia presentan un uso bajo en los estudiantes de medicina.

Tabla 13. Estrategias de afrontamiento centradas en la emoción en estudiantes del sexto al décimo semestres de la carrera de medicina, Universidad del Norte, Barranquilla, 2020.

Estrategias de Afrontamiento basada en la emoción	Media	Desviación	Uso de estrategia
Autoinculpación	1,821	0,8676	Alto uso de estrategia
Auto Distracción	1,789	0,7334	Mediano uso de estrategia
Apoyo emocional	1,508	0,8524	Mediano uso de estrategia
Humor	1,496	0,6765	Mediano uso de estrategia
Religión	1,249	1,0442	Mediano uso de estrategia
Desahogo	1,249	0,7738	Mediano uso de estrategia
Desconexión	0,492	0,5561	Bajo uso de la estrategia
Negación	0,361	0,5305	Bajo uso de la estrategia
Uso de sustancias	0,335	0,6953	Bajo uso de la estrategia
Fuente: datos recopilados por los investigadores.			

6.4.6. Estrategias de afrontamiento al estrés, susceptibilidad al estrés, percepción de los estresores del contexto académico y variables sociodemográficas.

Las estrategias de afrontamiento para su análisis bivariado con las variables de susceptibilidad al estrés, percepción de los estresores del contexto académico y variables sociodemográficas fueron determinados su usos a partir de los puntajes obtenido a través del Inventario Brief Cope.

6.4.7. Estrategias de afrontamiento al estrés según susceptibilidad al estrés.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento ,el uso alto de las estrategias afrontamiento activo (68,65), planificación (67,75),apoyo emocional (66,89), reevaluación positiva (68,32) y aceptación (68,67) se relaciona significativamente con menores medias de susceptibilidad al estrés, ANOVA:($P < 0.05$) en relación con el bajo e intermedio uso de las mismas estrategias (véase tabla 14). Por otro lado el uso alto de las estrategias negación (94,75) y autoinculpación (75,48), se asocian a mayores valores de susceptibilidad al estrés académico en relación con el uso bajo e intermedio de las mismas (véase tabla 14). Las estrategias religión, humor, auto-distracción, desahogo y uso de sustancias psicoactivas a pesar de tener medias de susceptibilidad al estrés diferentes en relación a su bajo, intermedio y alto uso no presentaron una asociación estadísticamente significativa, ANOVA:($P > 0.05$).

El uso intermedio de las estrategias desconexión (65,73) y apoyo social (67,84) se relaciona, significativamente con menores medias de susceptibilidad al estrés, ANOVA:($P < 0.05$) en relación con el bajo y alto uso de las mismas.

6.4.8. Estrategias de afrontamiento al estrés según percepción de estresores del contexto académico.

El alto uso de la estrategia de afrontamiento activo (63,40), planificación (62,95),apoyo social (63,20), reevaluación positiva (62,62) y aceptación(63,50) se relacionan significativamente con menor percepción de los estresores del contexto académico, en relación con el uso intermedio y bajo de las mismas estrategias (véase tabla 14), ANOVA:($P < 0,05$). Con respecto al alto uso de la estrategia de inculpación (67,77) y desahogo (68,24) se presenta mayor percepción de estresores del contexto académico, en relación con el bajo e intermedio uso de estas estrategias ANOVA:($P < 0,05$).

El uso intermedio de las estrategias apoyo social (63,18) y desahogo (60,62) se relaciona, significativamente con menores medias de percepción de estresores del contexto académico, ANOVA:($P < 0.05$) en relación con el bajo y alto uso de las mismas (véase tabla 14).

Aún existiendo diferencias entre las medias de percepción de los estresores del contexto académico con relación al alto, intermedio y bajo uso de las estrategias apoyo emocional, religión, negación, humor, auto-distracción, desconexión y uso de sustancias estas no presentan una relación significativa ($P > 0,05$).

Tabla 14. Estrategias de afrontamiento según media de susceptibilidad al estrés y percepción de los estresores del contexto académico.

Estrategias de afrontamiento						
Variables	Intervalos	n (%)	SE	SE (P)	PECA	PECA (P)
Afrontamiento activo	Alto uso	174(73,4)	68,65	<0,001	63,40	0,002
	Uso intermedio	34(14,3)	72,21		67,18	
	Bajo uso	29(12,2)	83,21		72,24	
Planificación	Alto uso	146(61,6)	67,75	<0,001	62,95	0,002
	Uso intermedio	57(24,1)	73,67		66,54	
	Bajo uso	34(14,3)	80,09		71,41	
Apoyo emocional	Alto uso	104(43,9)	66,89	0,001	62,71	0,053
	Uso intermedio	38(16)	74,26		66,08	
	Bajo uso	95(40,1)	74,04		67,14	
Apoyo social	Alto uso	85(35,9)	68,80	0,006	63,20	0,037
	Uso intermedio	55(23,2)	67,84		63,18	
	Bajo uso	97(40,9)	74,58		67,67	
Religión	Alto uso	83(35)	69,05	0,259	63,98	0,648
	Uso intermedio	23(9,7)	74,13		66,26	
	Bajo uso	131(55,3)	71,58		65,47	
Reevaluación positiva	Alto uso	120(50,6)	68,32	<0,001	62,62	0,003
	Uso intermedio	45(19)	68,96		64,78	
	Bajo uso	72(30,4)	76,56		69,19	
Aceptación	Alto uso	159(67,1)	68,67	0,001	63,50	0,022
	Uso intermedio	54(22,8)	73,72		67,06	
	Bajo uso	24(10,1)	79,75		70,54	
Negación	Alto uso	4(1,7)	94,75	0,001	75,25	0,212
	Uso intermedio	13(5,5)	77,77		67,77	
	Bajo uso	220(92,8)	70,10		64,68	
Humor	Alto uso	89(37,6)	70,21	0,267	64,54	0,494
	Uso intermedio	63(26,6)	69,25		63,92	
	Bajo uso	85(35,9)	72,95		66,35	
Auto-distracción	Alto uso	126(53,2)	69,42	0,203	63,77	0,234
	Uso intermedio	52(21,9)	71,85		65,52	
	Bajo uso	59(24,9)	73,39		67,27	
Autoinculpación	Alto uso	128(54)	75,48	<0,001	67,77	<0,001

	Uso intermedio	41(17,3)	71,41		65,44	
	Bajo uso	68(28,7)	62,12		59,62	
Desconexión	Alto uso	8(3,4)	85,88	0,007	73,88	0,149
	Uso intermedio	11(4,6)	65,73		63,55	
	Bajo uso	218(92)	70,66		64,78	
Desahogo	Alto uso	54(22,8)	73,41	0,270	68,24	0,014
	Uso intermedio	47(19,8)	68,72		60,62	
	Bajo uso	136(57,4)	70,73		65,27	
Uso de sustancia	Alto uso	17(7,2)	72,18	0,720	69,24	0,173
	Uso intermedio	0(0)	N/A		N/A	
	Bajo uso	220(92,8)	70,85		64,70	
Descripción: SE: Susceptibilidad al estrés; PECA: Percepción de estresores académico o contexto académico; Media/X: promedio, p= valor de significancia P						
Fuente: datos recopilados por los investigadores						

6.4.9. Estrategias de afrontamiento al estrés según variables sociodemográficas y académicas.

En relación al análisis de las estrategias de afrontamiento al estrés de acuerdo a variables sociodemográficas y académicas se determinaron dos macrovariables para las estrategias de afrontamiento; las estrategias de afrontamiento basadas en la emoción y las estrategias de afrontamiento basadas en el problema; estas dos macrovariables fueron establecidas a partir de los estudios de Lazarus y Folkam (31) y Carver (57).

6.4.10. Estrategias de afrontamiento basadas en el problema según variables sociodemográficas y académicas.

El alto y mediano uso de las estrategias de afrontamiento basadas en el problema fueron significativamente mayor en los estudiantes con nivel socioeconómico alto (60,5% y 60,9% respectivamente) que en los estudiantes con nivel socioeconómico bajo (39,5% y 39,1% respectivamente). El bajo uso de este tipo de estrategias es mayor en participantes de estrato socioeconómico bajo (65,4%) en relación a los de estrato alto (34,6%). Prueba de chi cuadrado: $p < 0,05$). Por otro lado, aunque hubo diferencias entre el uso de las estrategias de afrontamiento basadas en el problema con relación a las demás categorías de las variables sociodemográficas, estas no presentaron una asociación estadísticamente significativa ($p > 0,05$). (Véase tabla 15).

Tabla 15. Estrategias de afrontamiento basadas en el problema en relación con caracterización sociodemográfica y universitaria en estudiantes del sexto al décimo semestre de la carrera de medicina, Universidad del Norte, Barranquilla, 2020.

		Estrategias de afrontamiento Basadas en el problema			
		Alto uso n(%)	Mediano n(%)	Bajo uso n(%)	P-Value
Sexo	Hombre	59(47,6)	33(37,9)	7(26,9)	0,100
	Mujer	65(52,4)	54(62,1)	19(73,1)	
	Total	124(100)	87(100)	26(100)	
Estrato socioeconómico	Bajo nivel socioeconómico	49(39,5)	34(39,1)	17(65,4)	0,040
	Alto nivel socioeconómico	75(60,5)	53(60,9)	9(34,6)	
	Total	124(100)	87(100)	26(100)	
Municipio	Barranquilla	102(82,3)	65(74,7)	18(69,2)	0,220
	No-Barranquilla	22(17,7)	22(25,3)	8(30,8)	
	Total	124(100)	87(100)	26(100)	
Religión	No	37(29,8)	31(35,6)	8(30,8)	0,667
	Sí	87(70,2)	56(64,4)	18(69,2)	
	Total	124(100)	87(100)	26(100)	
Semestre	Décimo semestre.	28(22,6)	13(14,9)	2(7,7)	0,845
	Noveno semestre.	17(13,7)	16(18,4)	5(19,2)	
	Octavo semestre.	26(21)	21(24,1)	8(30,8)	
	Séptimo semestre.	23(18,5)	17(19,5)	5(19,2)	
	Sexto semestre.	29(23,4)	19(21,8)	6(23,1)	
	No reporta	1(0,8)	1(1,1)	0(0)	
	Total	124(100)	87(100)	26(100)	
Nacionalidad	Extranjero	5(4)	1(1,1)	0(0)	0,289
	Nacional	119(96)	86(98,9)	26(100)	
	Total	124(100)	87(100)	26(100)	
Semestre	No	87(70,2)	56(64,4)	17(65,4)	0,656

perdido	Sí	37(29,8)	31(35,6)	9(34,6)	
	Total	124(100)	87(100)	26(100)	
Actividad extracurricular	Actividades académicas.	12(9,7)	4(4,6)	3(11,5)	0,181
	Actividades culturales.	10(8,1)	2(2,3)	1(3,8)	
	Actividades deportivas.	20(16,1)	14(16,1)	1(3,8)	
	No realiza actividades extracurriculares.	82(66,1)	67(77)	21(80,8)	
	Total	124(100)	87(100)	26(100)	
Becado	No	65,3	55	13	0,338
	Sí	34,7	32	13	
	Total	100	87	26	
Estrés académico en pandemia	Mayor que antes de la cuarentena.	75(60,5)	59(67,8)	17(65,4)	0,723
	Igual que antes de la cuarentena.	25(20,2)	16(18,4)	6(23,1)	
	Menor que antes de la cuarentena.	24(19,4)	12(13,8)	3(11,5)	
	Total	124(100)	87(100)	26(100)	
Fuente: Encuestas realizadas a estudiantes de medicina					

6.4.11. Estrategias de afrontamiento basadas en la emoción según variables sociodemográficas y académicas.

A pesar de las diferencias entre el uso de las estrategias de afrontamiento basadas en la emoción en relación con la caracterización sociodemográfica y académica no hubo relaciones estadísticamente significativas entre ninguna de las categorías de las variables sexo, estrato socioeconómico, municipio, religión, semestre, nacionalidad, semestre perdido, actividad extracurricular, becado y estrés en la pandemia, Prueba de chi cuadrado: $p > 0,05$. (Véase tabla 16).

Tabla 16. Estrategias de afrontamiento basadas en la emoción en relación con caracterización sociodemográfica y universitaria en estudiantes del sexto al décimo semestre de la carrera de medicina, Universidad del Norte, Barranquilla, 2020.

		Uso de estrategias de afrontamiento Basada en la emoción			
		Alto uso n(%)	Mediano n(%)	Bajo uso n(%)	P-Value
Sexo	Hombre	8(66,7)	39(47,6)	52(36,4)	0,052
	Mujer	4(33,3)	43(52,4)	91(63,6)	
	Total	12(100)	82(100)	143(100)	
Estrato socioeconómico	Bajo nivel socioeconómico	5(41,7)	26(31,7)	69(48,3)	0,054
	Alto nivel socioeconómico	7(58,3)	56(68,3)	74(51,7)	
	Total	12(100)	82(100)	143(100)	
Municipio	Barranquilla	9(75)	68(82,9)	108(75,5)	0,420
	No-Barranquilla	3(25)	14(17,1)	35(24,5)	
	Total	12(100)	82(100)	143(100)	
Religión	No	3(25)	22(26,8)	51(35,7)	0,340
	Sí	9(75)	60(73,2)	92(64,3)	
	Total	12(100)	82(100)	143(100)	
Semestre	Décimo semestre.	2(16,7)	16(19,5)	25(17,5)	0,991
	Noveno semestre.	1(8,3)	15(18,3)	22(15,4)	
	Octavo semestre.	3(25)	17(20,7)	35(24,5)	
	Séptimo semestre.	2(16,7)	14(17,1)	29(20,3)	
	Sexto semestre.	4(33,3)	19(23,2)	31(21,7)	
	No reporta	0(0)	1(1,2)	1(0,7)	
	Total	12(100)	82(100)	143(100)	
Nacionalidad	Extranjero	0(0)	3(3,7)	3(2,1)	0,656
	Nacional	12(100)	79(96,3)	140(97,9)	
	Total	12(100)	82(100)	143(100)	

Semestre perdido	No	7(58,3)	56(68,3)	97(67,8)	0,783
	Sí	5(41,7)	26(31,7)	46(32,2)	
	Total	12(100)	82(100)	143(100)	
Actividad extracurricular	Actividades académicas.	2(16,7)	6(7,3)	11(7,7)	0,736
	Actividades culturales.	1(8,3)	5(6,1)	7(4,9)	
	Actividades deportivas.	3(25)	13(15,9)	19(13,3)	
	No realiza actividades extracurriculares.	6(50)	58(70,7)	106(74,1)	
	Total	12(100)	82(100)	143(100)	
Becado	No	58,3	57	85	0,305
	Sí	41,7	25	58	
	Total	100	82	143	
Estrés académico en pandemia	Mayor que antes de la cuarentena.	9(75)	51(62,2)	91(63,6)	0,883
	Igual que antes de la cuarentena.	2(16,7)	18(22)	27(18,9)	
	Menor que antes de la cuarentena.	1(8,3)	13(15,9)	25(17,5)	
	Total	12(100)	82(100)	143(100)	
Fuente: Encuestas realizadas a estudiantes de medicina					

6.5. Análisis de resultados de experiencias auto-reportadas en grupos focales.

De un total de 12 estudiantes de entre 6to a 10mo semestre de la carrera de medicina de la Universidad del Norte (mínimo 2 estudiantes por semestre) fueron entrevistados en 2 grupos focales. Los participantes expresaron de manera libre sus experiencia e ideas durante la realización de las entrevistas grupales.

6.5.1. Generadores de Estrés:

Entre los factores generadores de estrés académico reportados por los estudiantes se encontraban la alta carga académica de trabajos, la falta de organización en los cronogramas académicos y la incertidumbre sobre la modalidad virtual con respecto a su repercusión en su formación profesional.

“Con respecto al estrés en el actual semestre, la situación de tener todas las magistrales juntas al inicio también generó bastante estrés entre nuestros compañeros, más que todo porque, la queja era sobre, como administrar el tiempo con una jornada tan larga, tantas horas de clase a la semana y uno no sabía en qué tiempo iba a hacer las demás cosas que hace una persona, porque bueno pues, si uno no tiene espacio de recreación eso también contribuye a que se vaya deteriorando la salud mental, no todo puede ser tiempo académico y los parciales también me pareció que generaron muchísimo estrés, sobretodo los primeros parciales y se notan bastante en las redes sociales, eran mensajes bastante desalentadores, lo mismo cuando había mucha incertidumbre en si íbamos a volver o no a la modalidad presencial”

6.5.2. Estrategias de Afrontamiento:

Los participantes reportan el uso de 3 estrategias de afrontamiento principales para el manejo de su estrés académico , estas estrategias se basaban en actividades de distracción audiovisual, físicas o extracurriculares y de socialización.

A. Actividad audiovisual.

Los estudiantes refirieron el uso de actividades como jugar videojuegos, escuchar música, ver vídeos, series y películas como estrategias para evitar la situación estresante; sin embargo, también reportan que los medios audiovisuales pueden ser un factor que los acerque a estos generadores de estrés.

“iniciando por una aplicación que anteriormente no la utilizaba y la empecé a utilizar debido a la pandemia, tiktok y si me ha ayudado bastante, en estos momentos de estrés veo videos como por 10min y ya me cambia la cara y puedo continuar, sin embargo, otra estrategia que hago constantemente es apagar el teléfono en los momentos de estudio porque eso me genera mucha ansiedad que me manden mensajes mientras estoy estudiando, entonces tengo que apagarlo y me alejo de él para poder concentrarme”.

“me doy 30 minutos para ver un anime o un fragmento de una película o un “md” ehhh... compara descansar la mente en otra cosa que no tenga nada que ver con medicina, porque las redes sociales, el problema de las redes sociales, es que las tengo tan saturadas de cosas de medicina que es casi lo mismo o sea, solamente que sería como entrar a cualquier red social, sería ver cosas de medicina y me recordaría que debería estar estudiando entonces eso me llevaría a estresarme porque estoy en las redes sociales y no estudiando, entonces intentó evitar cualquier cosa que me recuerde que debería estar estudiando, entonces intento posiblemente ver un anime o jugar un videojuego pero solamente por 30 minutos y después seguir estudiando, sería como las estrategias que decidiría utilizar”.

B. Actividad Física (extracurriculares).

El uso de ejercicio como estrategia de afrontamiento al estrés fue poco mencionado entre los estudiantes ,sin embargo el beneficio del uso de esta estrategia era conocida por los participantes. Un estudiante explicó las razones de su uso:

“hago ejercicio porque bueno se supone que tiene un explicación fisiológica, por ejemplo, la liberación de GABA porque eh ayuda sobre la ansiedad o sea yo he estado indagando al respecto sobre todas esas cosas y el efecto que tiene en el cuerpo en sí mismo”

C. Actividad de socialización.

En relación con las actividades de socialización los participantes refieren la consejería con amigos y familiares como medidas para disminuir el nivel estrés que presentan ante situaciones académicas. Un participante refiere:

“los amigos y la familia son una gran ayuda, yo siempre me desahogo con ellos y ellos me hacen sentir mejor, esa compañía y ese apoyo que te dan”

6.5.3. Selección de la estrategia de afrontamiento:

Con relación al proceso en el que el estudiante decide cuál estrategia utilizar ante una situación estresante, los participantes refieren que la facilidad de la aplicación de la estrategia, la asesoría psicológica y la exploración de nuevas estrategias basándose en experiencias previas son los procesos que les permiten decidir que estrategia tomar para el manejo de una situación que les genere estrés.

“Fuí al psicólogo y me remitieron a un psiquiatra, y empezamos a hablar sobre métodos de, o sea, para disminuir el estrés, y llegamos al que me ha servido, y pues, gracias a eso no he tenido ningún otro problema, ni en los parciales, si tengo estrés todavía, pero es un estrés que puedo manejar”

“Yo he ido explorando qué me puede ayudar a distraerme y probando entre diferentes cosas como fue la música, que no se me dio, de ahí me di cuenta que me gustaba la pintura y se me daba así que decidí que ese fuera mi plus de algo adicional que puedo aprender mientras estoy estudiando medicina”

6.5.4. Motivo de uso de la estrategia.

Un gran número de participantes no tiene una estrategia única para afrontar el estrés, la mayoría cuenta con una serie de opciones que utilizar de acuerdo al contexto, generalmente, nos hemos percatado que son estrategias guiadas por asesorías psicológicas previas, otras veces el implemento de una determinada estrategia viene dado por la factibilidad para hacerla, así mismo, no es infrecuente oír que son seleccionadas porque son saludables o porque son un hobby que les permite abstraerse del mundo de la medicina y las ciencias de la salud en general.

“Por ejemplo, voy a colocar un ejemplo particular, tu puedes proponerte ir a un gimnasio que queda por ejemplo a 1, 2 km ese es un punto, primero tendrías que pensar que tendrías que salir de tu casa y trasladarme hasta allá y segundo que te tocará pagar para tener acceso a ese gimnasio entonces, ese sería un punto a

evaluar si tú vas a hacer esa inversión, por así decirlo o si en cambio puedes o salir a trotar una cantidad de tiempo considerable todos los días según alguna guía y entonces tu tendrías la opción de salir a correr en un campo y hacer ejercicio en tu casa y creo que ese es uno de los retos que colocó actualmente la pandemia en la que nos encontramos”.

“Bueno, como les había comentado yo hacía varias cosas, ahora durante la pandemia los que ha cambiado fue la actividad física, que sí me ha servido bastante, también que como estamos en casa y yo vivo con mis primas y con mi hermana entonces con ellas me ponía a ver películas o a hacer postres, entonces esa también era una forma de distracción y bueno yo también hacía parte del grupo de estudiante 5 que jugaba among us depues de los parciales”

6.5.5. Estrategia alternativa.

Dentro del variado arsenal de herramientas para afrontar el estrés académico, vemos que en ocasiones es necesario utilizar otro tipo de estrategias, puesto que las de “primera línea” han fallado. Nuevamente, la elección depende del contexto en que se encuentre el estudiante en cuestión.

“Si, yo creo que también es importante ver si, de pronto, la estrategia no me está funcionando pues lo más lógico es como cambiarlo y pienso que eso es una actitud muy intuitiva de uno como persona también, de pronto, si siente también que bueno, si de pronto, me puedo cansar también de hacer algo que supuestamente me gusta; o sea es normal pues como decíamos uno es una persona y como tal un ser complejo, de pronto aunque me guste la música, no sé, algo me puede pasar y hoy ya no la quiero. Si, variar la actividad también es importante.”

7. Discusión.

7.1. Discusión de resultados de las encuestas realizadas a estudiantes de medicina.

Este estudio se dirigió a explorar las estrategias de afrontamiento del estrés académico utilizadas por estudiantes de medicina del VI al X semestres de la Universidad del Norte. Los autores del estudio buscaban conocer si había una relación significativa entre la susceptibilidad al estrés, percepción de los estresores del contexto académico y ciertos factores sociodemográficos y clínicos con respecto a la utilización de estrategias de afrontamiento al estrés.

Los estudiantes de medicina de VI al x semestre presentaron principalmente desconcentración, desgano, dolor de cabeza y ansiedad como síntomas relacionados al estrés. Estos síntomas se relacionaban con mayor susceptibilidad al estrés académico en este grupo de estudiante, en el cual el sexo femenino presentaba valores alto de susceptibilidad al estrés en contraste con el sexo masculino. Estos resultados se asemejan a los reportados en otros estudios llevados a cabo en Medellín, Colombia por Lemos et al. (12), en estudiantes de medicina donde a través de estudios de regresión logística se consideró el sexo femenino como factor de riesgo para el estrés (OR 2.64, I.C. 95% 1.29–5.39).Las

razones de estas diferencias podrían deberse a lo expuesto por García (38), en donde establece que las mujeres le dan mayor prioridad a sus actividades académicas teniendo a centrarse en los problemas y prestar mayor atención a sus sentimientos en cambio que los hombres tienen mayor capacidad de regular sus estados emocionales.

En este estudio se halla una mayor percepción del estresor del contexto académico y la presencia de síntomas como insomnio, problema de memoria, aislamiento, fatiga crónica y depresión; los cuales se presentan en un ambiente académico bajo un tiempo de pandemia en el que la población se encuentra bajo medidas de aislamiento social; del mismo modo la variable estrés académica en pandemia se relacionó con mayor percepción del estresor del contexto académico. Por otra parte, la percepción de estresores en el contexto académico fue significativamente mayor en los estudiantes que habían perdido un semestre; estos hallazgos se correlacionan con un estudio realizado en la Universidad San Sebastián, Chile, en el cual se encontró que haber perdido el año académico 2015 se asoció a mayores niveles de estrés en los estudiantes encuestados (58).

Las estrategias de afrontamiento son herramientas utilizadas por los estudiantes para afrontar situaciones que les generan estrés, por consiguiente, en el presente estudio las estrategias más utilizadas por los estudiantes fueron las basadas en el problema, dentro de las cuales la más comúnmente utilizada por los estudiantes, fue la aceptación, seguida del afrontamiento activo, planificación, reevaluación positiva y el apoyo social; con respecto a las estrategias basadas en la emoción, la más utilizada fue la autoinculpación; las estrategias de afrontamiento desconexión, negación y uso de sustancias fueron las menos utilizadas por los estudiantes de medicina. Estos hallazgos se corresponden con los resultados reportados en otros estudios por George et al. (59), Okoro (60), Zvauya et al. (61), donde la aceptación y el afrontamiento activo fueron las estrategias más utilizadas por los estudiantes. Estos resultados determinan que los estudiantes de medicina emplean estrategias basadas en la resolución de problemas con mayor frecuencia que las estrategias tendientes al control del estado emocional en situaciones generadoras de estrés, coincidiendo con lo expuesto por Lazarus y Folkman (31). Del mismo modo se reporta un alto uso de la auto-inculpación como una estrategia desadaptativa en este grupo de estudiantes (57).

El estatus socioeconómico es un factor que podría modificar la forma como los individuos responden a las situaciones estresantes; los resultados de nuestro estudio reflejan que los estudiantes con nivel socioeconómico alto presentan mayor uso de las estrategias de afrontamiento centradas en el problema que los estudiantes de bajo nivel socioeconómico. Este resultado se correlaciona con los hallados por Lever (62) debiéndose posiblemente estos hallazgos a las diferencias en oportunidades sociales y educacionales en los estudiantes; Por otro lado los estudiantes de nivel socioeconómico bajo presentan mayor uso de las estrategias basadas en la emoción, pero sin una diferencia significativa con el grupo de alto nivel socioeconómico, lo cual contrasta con los estudios reportados por Brantley et al. (63) en donde las estrategias basadas en la emoción fueron mayormente usadas por los individuos de nivel socioeconómico bajo.

En cuanto al sexo no se encontró una diferencia significativa con respecto al uso de las estrategias de afrontamiento basado en el problema y la emoción, sin embargo la tendencia de los datos reportados expresan que el 66.7% de los hombres hacen alto uso de la estrategia basada en la emoción, en contraste con el 52.4% de las mujeres que hacen alto uso de la estrategia basada en el problema. La razón de esta ausencia de diferencias en el uso de las estrategias entre los grupos puede deberse a la distribución asimétrica del sexo de los estudiantes y la distribución de las estrategias de afrontamiento en las 2 macrovariables basadas en la emoción y basada en el problema. Esto puede evidenciarse en los estudios de Rasheed et al. (64) donde las estrategias adaptativas o basadas en el problema fueron más usadas en los estudiantes de sexo femenino (3.9) que los de sexo masculino (2.2) con una $P < 0.05$.

En relación al uso de las estrategias de afrontamiento basada en el problema y basada en la emoción no se halló una diferencia significativa en cuanto a la condición de becario. Esta ausencia de diferencias puede ser explicada por la distribución de las estrategias de afrontamiento entre los 2 grupos de macrovariables y factores socioculturales que pueden influir en el comportamiento del estudiante; Al contrastar estos resultados con los estudios de Esperanza & Bulusan (65), en donde se analizan las estrategias de afrontamiento por separado y no en forma de macrovariables se halló que los estudiantes becados presentan un moderado uso de las estrategias de religión, planificación, reevaluación positiva, apoyo social, afrontamiento activo, soporte emocional, aceptación y planificación. Las estrategias menos utilizadas fueron el uso de sustancias psicoactivas.

Este estudio no halló una diferencia significativa entre las estrategias de afrontamiento basada en el problema y basada en la emoción en relación con la práctica de alguna religión; estos hallazgos se asemejan a los reportados en los estudios de Rodríguez (66) realizados en creyentes y no creyentes. Este resultado podría explicarse por lo expuesto en los estudios de Vinaccia et al., (67) en donde se afirmaba que las creencias religiosas tenían un papel importante en la escogencia de las estrategias de afrontamiento al estrés en los individuos de mayor edad o de bajo nivel socioeconómico; situación que podría ser diferente a la presentada en este estudio y el de Rodríguez (66), en donde la población de estudio es más joven.

En relación a las estrategias de afrontamiento en función a la susceptibilidad al estrés y el contexto académico se encontró una mayor susceptibilidad a presentar síntomas de estrés y percepción de estresores en el ambiente educativo por parte de los estudiantes que tenían un alto uso de las estrategias de afrontamiento de negación, autoinculpación y desconexión, en contraste con los que tenían un uso bajo de estas estrategias; Por otro lado los estudiantes que tenían un alto uso de las estrategias de afrontamiento activo, planificación, apoyo emocional, reevaluación positiva y aceptación tuvieron menor susceptibilidad y percepción de estresores. Solo el uso del humor y auto distracción no mostraron diferencias significativas en relación a la susceptibilidad al estrés y contexto académico.

Estos resultados contrastan con los reportados por Noreña Pérez (68) en estudiantes universitarios de Antioquia donde la media de susceptibilidad al estrés se encontraron en un nivel medio de riesgo de presentar síntomas de estrés. Con respecto a las estrategias, reevaluación positiva, búsqueda de apoyo profesional

y búsqueda de apoyo social.

7.2. Discusión de experiencias reportadas en grupos focales.

Los participantes de estos grupos focales cuentan con la característica común de ser estudiantes del programa de medicina de la Universidad del Norte, hay que tomar en consideración que la coyuntura actual en materia sanitaria, dada por la Pandemia del COVID-19 ha repercutido en la percepción del estrés académico, pero también es cierto que ha contribuido a desarrollar nuevas y cada vez más diversas estrategias de afrontamiento.

A lo largo de este tiempo de pandemia, las formas de interacción social han cambiado, esto es mencionado por algunos participantes quienes notan que la forma de expresión del disconfort de sus compañeros, respecto a situaciones que les generan estrés en el ámbito académico, se da en las redes sociales. Este incremento de niveles de estrés viene dado por el aumento de la carga académica, la consideración de una deficiente organización de los cronogramas académicos y tener que lidiar con la incertidumbre de la modalidad semipresencial para recibir clases. Algunos se sienten más cómodos en la modalidad virtual, ya que no debe lidiar con el estrés agregado de estar frente a frente a un especialista o delante de pacientes. Así mismo, es comentado el malestar de la subjetividad en cuanto a la calificación de este tipo de actividades, algo que también ocurre entre los que manifiestan preferir las clases presenciales.

El hecho de que la mayoría de los encuestados pertenecen a zonas aledañas al Departamento Atlántico, donde se hallan las sedes de la Universidad del Norte, ha permitido que estos estudiantes regresen a sus lugares de procedencia, hecho que no siempre ha sido recibido de la mejor manera, ya que muchos se había acostumbrado a vivir sin sus familiares y tienen una separación marcada entre el estudio y el tiempo de calidad familiar, esto se ha visto modificado y se ha manifestado por el ausentismo escolar, debido a la carencia de espacios para el estudio y favorecido también por la flexibilización de las políticas de asistencia a clases.

En cuanto a la modalidad de rotaciones virtuales ha causado malestar el hecho que se tomen esos espacios como una extensión de la metodología de clases magistrales, cuando la preferencia va más orientada a la discusión de casos clínicos y abordaje de los mismos. Los estudiantes que apenas inician sus prácticas clínicas han acusado esto, ya que al retomar las rotaciones presenciales, han sufrido quejas por parte de los docentes por no manejar algunas habilidades prácticas propias del semestre que cursan. Muchos manifiestan su temor al futuro estudiantil y laboral, ya que afirman tener falencias prácticas básicas que aseguran son vitales para el ejercicio profesional, es allí donde entra la denominada “auto comparación” con compañeros que tienen, a su entender, menos dificultades, esto quizás ha sido el tópico de mayor preocupación entre los participantes y lo que ha generado mayores niveles de estrés y ansiedad.

Lo anterior ha propiciado la búsqueda activa de ayuda para desarrollar nuevas técnicas de afrontamiento al estrés, varios han manifestado haber acudido a servicios de orientación psicológica para mejorar en este ámbito, lo cual puede deberse a que es una población de estudiantes de ciencias de la salud, por lo que conocen de este tipo de ayudas y herramientas, así mismo, la Universidad del Norte, mediante las oficinas de Bienestar Universitario han hecho una gran difusión mediática sobre este tipo de apoyos.

Hemos podido evidenciar dos grandes categorías de estrategias de afrontamiento al estrés, primeramente, las ligadas a la actividad física, puesto que algunos suelen practicar deportes, coreografías de baile, o pausas activas cuando se sienten estresados, el motivo del implemento de estas se basa en que son saludables. El otro gran grupo de estrategias para afrontar el estrés corresponde a las de recreación audiovisual, como ver videos en plataformas virtuales, jugar videojuegos, escuchar música, sin embargo estas estrategias tienden a ser más sedentarias. Muchos optan también por compartir sus experiencias y sentimientos con compañeros y familiares, y así buscar apoyo y consejo en personas que quizás están pasando o han pasado por situaciones similares, este tipo de estrategias las hemos denominado "de socialización". Solo un participante comenta haber consumido sustancias psicoactivas para aplacar el estrés.

Estos hallazgos son congruentes con los reportados por AAN et al. (69) y Bland et al. (70), en cuanto a que los estudiantes intentan compartir sus problemas con personas cercanas a ellos, el hacer ejercicio y participar en actividades relacionadas al uso de redes sociales con el objetivo de disminuir sus niveles de estrés. Esto podría explicarse debido a que al compartir con personas cercanas sus problemas, les permitiría afrontar la situación estresantes considerando diferentes perspectivas del problema, del mismo modo esto se ve facilitado por la accesibilidad que tienen los estudiantes a las redes sociales y el tiempo que comparten con sus compañeros. Por lo anterior, podría establecerse que estos estudiantes aplican estrategias basadas en el afrontamiento del problema.

En cuanto a la selección de estas estrategias, los estudiantes afirman que se debe primeramente a una asesoría psicológica de orientación a las mismas, pero también a la factibilidad de realizarlas, puesto que la mayoría maneja un arsenal de estrategias muy variada y efectivas de acuerdo al contexto, lo que nos hace entender que no siempre se repiten las mismas estrategias de afrontamiento ante distintos escenarios. La selección es bastante intuitiva, pero también basada en experiencias previas y resultados conocidos, que esperan ser repetidos. Por otro lado, algunos simplemente consideran que las estrategias son saludables y les aportan bienestar físico y emocional o simplemente les sirve como hobby para desconectar un poco de la realidad, así como de la cotidianidad centrada en el estudio de la medicina.

Estos relatos se correlacionan con los expuestos por Lazarus y Folkmann (31) al definir las estrategias de afrontamiento como todo esfuerzo conductual o cognitivo cambiante que depende de la situación estresante la cual, en el contexto académico, también un carácter adaptativo. Lo anterior indica que el uso de las estrategias de afrontamiento es un proceso que depende de la situación y del objetivo que aspira el estudiante a tener con ellas.

En caso de fallar estas estrategias, el amplio repertorio que poseen les permite seleccionar la más idónea para el contexto actual, pero sabiendo que no siempre serán efectivas, por lo que es común re-acudir a la ayuda psicológica en búsqueda de nuevas formas de afrontar determinadas situaciones que les generan disconformidad y por ende, estrés en el ámbito académico.

7.3. Análisis y discusión mixta de resultados del estudio.

Al contrastar los hallazgos cuantitativos con los cualitativos del estudio se puede observar que existe una relación entre el uso de las estrategias de afrontamiento basadas en el problema y una menor susceptibilidad a presentar síntomas de estrés, entre estas estrategias describen los estudiantes que la planificación, la búsqueda de apoyo social en forma de orientación psicológica y la búsqueda del lado bueno a las situaciones estresantes son los medios por los cuales manejan una situación estresante en el ámbito académico. Del mismo las estrategias basadas en la emoción como el apoyo emocional y la auto distracción por medio métodos audiovisuales, estuvieron presentes en los hallazgos de ambos enfoques. Estas preferencias en estrategias de afrontamiento pueden ser explicadas por comportamientos intuitivos y exploratorios que los estudiantes tienen al seleccionar una estrategia de afrontamiento basándose en experiencias previas de su uso y la factibilidad de hacerlas.

Del mismo modo el proceso de selección de la estrategia de afrontamiento no excluye el uso posterior de una estrategia previamente descartada ante una situación estresante diferente; por lo que implica que el estudiante puede usar varias estrategias al tiempo o disponer de unas en un momento determinado y usar otras ante una situación diferente en el ámbito académico.

Es necesario resaltar el aumento de síntomas de estrés reportados por los estudiantes en el contexto de la pandemia de COVID-19 y el uso de estrategias de afrontamiento de la autoinculpación pudieran llevar al agotamiento de la capacidad de adaptación al estrés y al desencadenamiento posterior de síntomas de estrés. Consideramos que es necesario más estudios que permitan establecer una relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento al estrés.

Tabla 17. Uso de estrategias de afrontamiento al estrés académico y experiencias de selección de estrategias en estudiantes del sexto al décimo semestres de la carrera de medicina, Universidad del Norte, Barranquilla, 2020.

Estrategias de Afrontamiento	Media de uso de la estrategia (Inventario Cope)	Hallazgos Cualitativos	Meta inferencias
-------------------------------------	--	-------------------------------	-------------------------

<p>Estrategias de afrontamiento basada en el problema (1.85)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Aceptación (2,068) ● Afrontamiento Activo (2,055) ● Planificación (1,666) ● Apoyo social (1,488) 	<p style="text-align: center;"><u>Estrategia de afrontamiento</u></p> <p>“Organizarme y optimizar mi tiempo, para cumplir con mis deberes académicos”</p> <p>“Hablar con la familia, amigos y compañeros siempre es de gran ayuda para desahogarme.”</p> <p style="text-align: center;"><u>Selección de estrategia de afrontamiento</u></p> <p>“Fui al psicólogo y me remitieron a un psiquiatra, y empezamos a hablar sobre métodos de, o sea, para disminuir el estrés, y llegamos al que me ha servido”.</p> <p>“Yo he ido explorando qué me puede ayudar a distraerme y probando entre diferentes cosas”</p> <p style="text-align: center;"><u>Motivo del uso de la estrategia</u></p> <p>“yo aplico esa estrategia pues porque vendría a ser como las más saludable, hay otras cosas que se podrían hacer, pero de pronto, no son tan buenas para la salud”</p> <p>“No son estrategias rígidas por así decirlo,</p>	<p>Los hallazgos cualitativos corroboran que el uso de las estrategias de afrontamiento planificación, apoyo social, apoyo emocional son mayormente usadas por los estudiantes ante una situación estresante por su factibilidad en la aplicación y su beneficio en la salud.</p>
---	---	---	---

<p>Estrategias de afrontamiento basada en la emoción (1.14)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Autoinculpación (1,821) ● Auto distracción (1,789) ● Apoyo emocional (1,508) 	<p>pueden ir adaptándose. “La escojo porque es algo que me tranquiliza” <u>Estrategia alternativa</u> “yo creo que también es importante ver si, de pronto, la estrategia no me está funcionando pues lo más lógico es como cambiarlo, variar la actividad también es importante”</p>	
<p>Fuente: Encuestas realizadas a estudiantes de medicina</p>			

7.4. Limitaciones y fortalezas.

El diseño del estudio permitió describir de forma transversal las variables susceptibilidad al estrés, contexto académico, estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de la carrera de medicina y compararlas con otras variables de característica sociodemográfica y clínica por medio del uso de escalas validadas.

El estudio presenta varias limitaciones, primero el tipo de diseño de corte transversal representó una limitación al no permitir inferir relaciones de causalidad entre estas variables del estudio, segundo el contexto temporal de la pandemia de covid-19 podría haber sobreestimado la susceptibilidad al estrés académico en los estudiantes, del mismo modo que las preferencias a la hora de elegir estrategias de afrontamiento.

Por otro lado, el estudio se realizó en un solo centro universitario por lo que podría verse limitado a la hora de generalizar los resultados. La realización de cuestionarios por medios virtuales tuvo un efecto negativo en la participación voluntaria de los estudiantes, limitando la población a 237 estudiantes.

Finalmente, debemos de acotar que, el desarrollo de los grupos focales durante el contexto de la pandemia actual por SARS-COV-2 pudo haber sido una limitante en la participación al mismo.

8. Conclusiones.

Actualmente, el estrés académico es uno de los principales problemas que afectan a los estudiantes universitarios, llevándolos a tener grandes repercusiones en su diario vivir, no solo a nivel académico, sino también a nivel personal y emocional, lo que se constituye en mayores dificultades en todo lo que el estudiante se proponga, así mismo los métodos con los que el estudiante afronta estas adversidades son de vital importancia para entender este tipo de situaciones sociales.

Específicamente, nuestra población estuvo conformada por una muestra 237 estudiantes semestre de medicina en ciclo clínico caracterizados por diferentes factores sociodemográficos, académicos y clínicos, y evaluados por escalas de susceptibilidad, percepción del estrés en contexto académico y uso de estrategias de afrontamiento, donde las estudiantes de género femenino o que han reprobado un semestre presentan una susceptibilidad al estrés o percepción de estresores dentro del contexto académico mayor, al igual que aquellos que afirman presentar dolores de cabeza, desconcentración, insomnio, bloqueos mentales, desgano, problemas de memoria, aislamiento, fatiga crónica, ansiedad, problemas digestivos y depresión. Así mismo más de la mitad afirman que su estrés académico es mayor después del inicio de la pandemia por COVID-19.

Las estrategias de afrontamiento más utilizadas fueron la aceptación, el afrontamiento activo y la planificación, las cuales hacen parte de las estrategias de afrontamiento basadas en el problema y que son preferidas por estudiantes con alto nivel socioeconómico, aquellos quienes tenían alto uso de estas estrategias se relacionaban con menor susceptibilidad al estrés y menor percepción de estresores dentro del contexto académico.

Así mismo los generados de estrés identificados por las experiencias reportadas por los estudiantes fueron la elevada carga académica, poca organización horaria académicas e incertidumbre acerca de la modalidad virtual implementada por la pandemia por COVID-19 y como repercute en su formación profesional, para afrontarlo se mencionan principalmente actividades audiovisuales, actividad física y actividades de socialización. La exploración acerca de la selección de dichas estrategias se asocia la asesoría psicológica y la exploración de nuevas estrategias en base a sus experiencias previas.

La mayoría de los estudiantes no tienen una estrategia única para afrontar el estrés académico, sino que cuentan con un repertorio que deciden utilizar dependiendo del contexto en el cual se desenvuelven y de la efectividad de dichas estrategias u otras alternativas.

Contrastando los hallazgos del estudio, hay una relación entre las estrategias de afrontamiento basadas en el problema y niveles bajos de susceptibilidad al estrés y percepción de los estresores del contexto académico, lo que se evidencia por menor presencia de síntomas asociados al estrés, así mismo la elección de dichas estrategias no es estricta, sino que se aplican como un amplio y dinámico

abanico de herramientas a utilizar dependiendo de la situación y que su fallo no les imposibilita usarlas nuevamente en el futuro, sino que les permite tener experiencias para evaluar su uso y la factibilidad frente a situaciones específicas.

9. BIBLIOGRAFÍA.

1. De La Rosa-Rojas G, Chang-Grozo S, Delgado-Flores L, Oliveros-Lijap L, Murillo-Pérez D, Ortiz-Lozada R, et al. Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas. *Gac Med Mex.* 2015;151(4):443–9.
2. Barraza Macías. Universidad Pedagógica de Durango. Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. No. 4 septiembre de 2005 15
3. Díaz Y. Estrés académico y afrontamiento en los estudiantes de medicina. ISSN 1025-0255. 2010. 70700 1-17.
4. Pozos-radillo BE, Preciado-serrano MDL, Rosa A. Academic stress and physical, psychological and behavioural factors in Mexican public university students *Ansiedad y.* 2015;(January).
5. Lorenzo JI. Trabajo de Integración Final de Psicología Estrés Académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios Lorenzo, Jessica Ileana L. U.: 1051744 Carrera: Licenciatura en Psicología Tutor: Murata, Cecilia Andrea Firma tutor: Fecha de. 2017.
6. Mazo, R, Londoño, K. & Gutiérrez, Y, F. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Informes Psicológicos*, 2013, 13, 121-134.
7. Article O, Abdulghani hm. stress and depression among medical students: a cross
8. McEwen, B.Sapolsky, R. El estrés y su salud. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, 2006, 91, 1-2p
9. Balasnoa García José Jorge, Guerra Villarreal Karen Julieth B, Asesores B, Tania Acosta Vergara D. (2017) Tendencias de la relación estrés académico y depresión en estudiantes de medicina de Colombia durante el período 2.003-2.017.
10. Rosales Fernández, J G. Estrés Académico y Hábitos de Estudio en Universitarios de la Carrera de Psicología de un Centro de Formación Superior Privada de Lima Sur. [Master Thesis]. Lima, Perú: Universidad Autónoma de Perú. 2016.123p.
11. Ticona Benavente SB, Paucar Quispe G, Llerena Callata G. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería: UNSA Arequipa. 2006. *Enfermería Glob.* 2010;(19):1–18.
12. Lemos M, Henao-Pérez M, López-Medina D. Estrés y Salud Mental en Estudiantes de Medicina: Relación con Afrontamiento y Actividades Extracurriculares *Stress and Mental Health in Medical Students: Relation with Coping and Extracurricular Activities* Introducción. *iMedPub Journals.* 2018;24(2:3):1–8.

13. Ministerio de Salud y Protección Social, MinSalud. “Boletín de salud mental Salud mental en niños, niñas y adolescentes”. Bogotá, diciembre 2017, actualizado en octubre 2018
14. Chávez A, Mery A, Ortega I, Gianina QE. Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de una academia preuniversitaria de lima metropolitana, enero 2016 Tesis para optar el título de Licenciatura en Enfermería. 2016.
15. Figueroa, María Inés, Contini, Norma, Betina Lacunza, Ana, Levín, Mariel, Estévez Suedan, Alejandro, *Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán (Argentina)*. Anales de Psicología [Internet]. 2005;21(1):66-72. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16721108>
16. Arturo Domínguez Castillo R, Julieta Guerrero Walker José Gabriel Domínguez Castillo G, Julieta Guerrero Walker G, Gabriel Domínguez Castillo J. Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios Influence of Stress on the Academic Performance of a Group of College Students [Internet]. Vol. 4, Educación y ciencia. Available from: <http://www.educacionyciencia.org>
17. Glauser W. Why do students quit medical school far less often in Canada than in other countries? CMAJ. 2019;191(6):E174–5
18. Titular I, Sánchez-Villena A. “Relationship between academic stress and suicide ideation in college students.” Asunción (Paraguay). 2018;15(1):27–38.
19. Eskin M, Kujan O, Voracek M, Shaheen A, Carta MG, Sun JM, et al. Cross-national comparisons of attitudes towards suicide and suicidal persons in university students from 12 countries. Scand J Psychol. 2016;57(6):554–63.
20. De Ley P. Proyecto de Ley por la cual se organiza el Sistema Nacional de Educación Superior y se regula la prestación del servicio público de la educación superior “Por la cual se organiza el sistema de educación superior y se regula la prestación del servicio público de la educación superior”. El Congreso de Colombia. 2011.
21. Ley 30 de 1992 [Internet]. Universidad del Norte 2016 [Citado el 10 marzo 2020]. Disponible en: <https://www.uninorte.edu.co/documents/10162/0/Resoluci%C3%B3n+Rectoral+N%C2%B0+30+-Por+la+cual+se+adopta+el+Estatuto+de+Bienestar+Institucional+de+la+Universidad+del+Norte.pdf>
22. Decreto 1280 de 2018 [Internet]. Mineducación. 2018 [citado 18 febrero 2020]. Disponible en: <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=87642>

23. Fernández, M, E. De León, U. Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional, Tesis Doctoral. León: Dr. Dionisio Manga Rodríguez. 2009. 474p.
24. Rafael García-Ros, Francisco Pérez-González, Josefa Pérez-Blasco, Luis A. Natividad. Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad Revista Latinoamericana de Psicología 2015, Volumen 44, pp. 143-154.
25. Postgrado La Facultad D DE, Paola Trujillo Molina Nelly Esther Gonzalez Julio A, Nivel de estrés académico en estudiantes de postgrado de la facultad de educación en la Universidad Cooperativa de Colombia, Sede Bogotá. 2019.
26. Yasin AS, Dzulkifli MA. Differences in depression, anxiety and stress between low-and high-achieving students. 2011;6(1):169–78.
27. Khodarahimi S, Hashim IHM, Mohd-zaharim N. Perceived Stress, Positive-Negative Emotions, Personal Values and Perceived Social Support in Malaysian Undergraduate Students. 2012;2(1):1–8.
28. Acosta-José M. El estrés: ¿amigo o enemigo? Valencia: Bérnia, 2002
29. Pérez Sandi C y Calés J. Ma. Estrés: consecuencias psicológicas, fisiológicas y clínicas. Sanz y Torres. Madrid, 2000
30. Sierra JC, Ortega V. Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar Ihab Zubeidat.
31. Lazarus, R. & Folkman S. Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Ediciones Martínez Roca (1986)
32. Watson et. al (Watson MJ, Logan HL, Tomar SL. The influence of active coping and perceived stress on health disparities in a multi-ethnic low-income sample. BMC Public Health. 2008; 8:41.)
33. Barraza Macías A. Academic stress in master's students and its modulatory variables: a between-groups design. Vol. 26. 2008.
34. Barraza Macías, A. (2003). *El estrés académico en los alumnos de postgrado de la Universidad Pedagógica de Durango*. Guadalajara: Memoria electrónica del VII Congreso Nacional de Investigación Educativa.
35. Polo, Antonia; Hernández, José Manuel y Pozo, Carmen. (1996). Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. En: *Revista Ansiedad y Estrés, Vol. 2, No.2/3*, pp.159-172.
36. Barraza Macías, A. Universidad Nacional Autónoma de México Facultad de Estudios Superiores Iztacala Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico Available from: www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin 110

- 37.** Rossi, R. Los consejos del psicólogo para superar el estrés. Ed. De Vecchi, S.A.U. Barcelona. 2001.
- 38.** Berrío García N, Mazo Zea R. Estrés Académico. Revista Psicología Universidad Antioquia. Diciembre de 2.011; 3(2):65-82. p.78
- 39.** Sandín, B., Valiente, R.M., y Chorot, P. (2008). Instrumentos para la evaluación del estrés psicosocial: Material de apoyo. En B. Sandín (Ed.), El estrés psicosocial: conceptos y consecuencias clínicas. Madrid: Klinik (pp. 267-346). (ISBN: 978-84-95884-17- 6)
- 40.** Solís Manrique C, Miranda AV. 33 Revista de Psiquiatría Y Salud Mental. Hermilio Valdizan. Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes. 2006.
- 41.** Krohne HW. Vigilance and cognitive avoidance as concepts in coping research. In: Krohne HW, editor. Attention and avoidance: Strategies in coping with aversiveness. Seattle (WA): Hogrefe & Huber Publishers; 1993. p. 19-50
- 42.** Krohne CS. You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief COPE. Int J Behav Med. 1997;4(1):92–100.
- 43.** Holahan CJ, Moos R H. Risk, resistance, and psychological distress: A longitudinal analysis with adults and children. J Abnorm Psychol. 1987;96(1):3–13) las estrategias de afrontamiento activo.
- 44.** Strategies C. Coping / Problem Solving 50 Coping strategies.2007;(1):491-6.
- 45.** Zea RM. Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios 7 Levels of academic stress in university students Níveis de estresse acadêmico em estudantes universitários. 2013;13(70):121–34.
- 46.** Rizo HM, Indicadores F, Educativo S, Panorama N, Inventario EL, Del S, et al. Instrumentos de investigación el inventario sisco del estrés académico 89. 2007;(7):89–93.
- 47.** Fernández-Abascal EG. Estudio sobre la escala de estilos y estrategias de afrontamiento (E3A) Estudio sobre la Escala de Estilos y Estrategias de Afrontamiento. 2000;(January).
- 48.** María I, Claudia M, Validación AY, Inventario DEL, Moos ADE, Adultos CP. Inventario de respuestas de afrontamiento de moos (CRI-A) para adultos adaptation and validation of the moos coping. 2008.
- 49.** Ramón G, Afrontamiento EDE, Estrés DEL, Cabanach RG, Valle A, Rodríguez S, et al. (A-CEA). 2010.
- 50.** Creswell, J.W. , & Plano Clark, V.L. Designing and conducting mixed methods research, 3rd ed. Thousand Oaks , CA: Sage, (2007)

- 51.** Morán C, Landero R, González MCT. COPE-28: Un análisis psicométrico de la versión en Español del brief COPE. *Univ Psychol.* 2010;9(2):543–52.
- 52.** Castillo I. et al, (2017) "Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia" <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=145256681002>
- 53.** Morán C, Landero R, González MCT. COPE-28: Un análisis psicométrico de la versión en Español del brief COPE. *Univ Psychol.* 2010;9(2):543–52.
- 54.** Vergara M, Adraus J, Guzmán J. Sierra J, Acosta T. (2018) "Prevalencia del estrés académico en estudiantes de Medicina de primero a quinto semestre de la Universidad del Norte a lo largo del 2018" Biblioteca Karl C. Parrish Colección de Tesis (139823)
- 55.** Universitaria Konrad Lorenz Colombia Estévez Campos F, María R, Delgado O, Jiménez P. *Revista Latinoamericana de Psicología. Rev Latinoam Psicol [Internet].* 2012;44(2):39–53. Available from: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80524058003>
- 56.** Joemelis F, Aiskel R. ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES CON CÁNCER. *Rev Venez Oncol [Internet].* 2015;23(V):pp: 199-208. Available from: http://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S0798-05822011000300010&script=sci_arttext&tlng=pt
- 57.** Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, K. J. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- 58.** Díaz Narváez V, Parra-Sandoval J. M, Rodríguez-Álvarez D, Rodríguez-Hopp M. P. Relación entre estrés estudiantil y reprobación. *Revista Salud Uninorte.* Noviembre de 2017; 34 (1): 47-57.
- 59.** George, L. S., Balasubramanian, A., Paul, N., & K, L. (2016). a Study on Perceived Stress and Coping Mechanisms Among Students of a Medical School in South India. *Journal of Evidence Based Medicine and Healthcare*, 3(38), 1889–1895. <https://doi.org/10.18410/jebmh/2016/420>
- 60.** Okoro, E. Assessment of Stress Related Issues & Coping Mechanisms among College Students. ProQuest Dissertations and Theses, http://man-fe.hosted.exlibrisgroup.com/openurl/44MAN/44MAN_services_page?genre=dissertations+%26+theses&atitle=&author=Okoro%2C+Emeka&volume=&issue=
- 61.** Zvauya, R., Oyebode, F., Day, E. J., Thomas, C. P., & Jones, L. A. (2017). A comparison of stress levels, coping styles and psychological morbidity between graduate-entry and traditional undergraduate medical

students during the first 2 years at a UK medical school. *BMC Research Notes*, 10(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s13104-017-2395-1>

62. Lever, J. Poverty, stressful life events, and coping strategies. *Spanish Journal of Psychology*, 11(1), 228–249. <https://doi.org/10.1017/S1138741600004273>

63. Brantley, P. J., O’Hea, E. L., Jones, G., & Mehan, D. J. (2002). The influence of income level and ethnicity on coping strategies. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 24(1), 39–45. <https://doi.org/10.1023/A:1014001208005>

64. Rasheed, Z., Shariq, A., Alsalhi, A., Almesned, S., Alhussain, S., Alshammari, A., Almatrudi, M., Alshammari, S., Alkhuzayyim, S., Alkhamiss, A., Alharbi, M. H., & Abdulmonem, W. Al. (2020). Inverse correlation between stress and adaptive coping in medical students. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 8(E), 623–629. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2020.5115>

65. Esperanza, E. T., & Bulusan, F. (2020). Stressors and coping mechanisms of college scholarship grantees: A quantitative case study of an island higher education institution. *Universal Journal of Educational Research*, 8(5), 2156–2163. <https://doi.org/10.13189/ujer.2020.080555>

66. Rodriguez, M. (2017). Afrontamiento de problemas en personas creyentes y no creyentes.

67. Vinaccia, S., Quiceno, J. M., & Remor, E. (2012). Resiliencia, percepción de enfermedad, creencias y afrontamiento espiritual-religioso en relación con la calidad de vida relacionada con la salud en enfermos crónicos colombianos. *Anales de Psicología*, 28(2), 366–377. <https://doi.org/10.6018/analesps.28.2.148821>

68. Noreña Pérez, H. (2017). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de primer, segundo y tercer semestre de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Antioquia, 2017

69. AAN, R., AR, S., AJ, K., R, C., & MI, Z. (2009). Stress and Coping Strategies among Management and Science University Students: A Qualitative Study. *IJUM Medical Journal Malaysia*, 8(2), 10–16. <https://doi.org/10.31436/imjm.v8i2.751>

70. Bland, H. W., Melton, B. F., Patrick Gonzalez, S., Graf, H., Melton, B., & Gonzalez, S. (2010). A Qualitative Study of Stressors, Stress Symptoms, and Coping Mechanisms Among College Students Using Nominal Group Process Recommended Citation A Qualitative Study of Stressors, Stress Symptoms, and Coping Mechanisms Among College Students Using Nominal Group Process. *Source Journal of the Georgia Public Health Association*, 5(1), 24.

10. ANEXOS

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO UTILIZADOS POR LOS ESTUDIANTES DE MEDICINA DEL VI AL X SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD DEL NORTE

ANEXO A. TABLA DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

La investigación engloba la operacionalización de las variables que se encuentran en el siguiente Cuadro:

Macro-variable	Variables específicas	Definición operativa	Naturaleza	Nivel de Medición	Crit. de Clasificación
Estrategia de afrontamiento	Afrontamiento activo	Estrategia de afrontamiento (EDA) en la que confronta situaciones estresoras.	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso
	Planificación	EDA por la cual se organizan actividades o procesos para abordar una situación estresante.	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso
	Apoyo emocional	EDA en la cual se busca ayuda emocional en las personas que le rodean.	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso
	Apoyo social	EDA en la que el estudiante busca ayuda de familiares y amigos para recibir apoyo en su situación	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso
	Religión	EDA en la que el estudiante busca apoyo en sus creencias religiosas.	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso
	Reevaluación positiva	Basada en la interpretación de la situación estresante y la búsqueda de	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso

Estrategia de afrontamiento		factores positivos en esta.			
	Aceptación	El individuo reconoce su propio malestar emocional y lo expresa abiertamente.	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso
	Negación	EDA en la que el individuo niega la presencia del agente estresor.	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso
	Humor	EDA en la que individuo busca oculta su situación a través de situaciones cómicas o desestresantes.	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso
	Auto-distracción	EDA en la que el estudiante se concentra en otras actividades, intentando distraerse, para no pensar en el estresor.	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso
	Autoinculpación	EDA en la que el estudiante se culpa de su situación y no busca otros métodos para mejorarla	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso
	Desconexión	Basada en disminuir los esfuerzos para modificar el agente estresor.	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso
	Desahogo	EDA en la que el individuo busca apoyo afectivo y de	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso

		comprensión en otras personas.			
	Uso de sustancia	EDA caracterizada por el uso de sustancias como alcohol con el objetivo de resistir los efectos del agente estresor..	Cuantitativa/Cualitativa	Continua/Nominal	0-3/alto, intermedio y bajo uso
Generadores de Estrés académico	Sobrecarga de tareas	Exposición de trabajos en clase	Cualitativa	Cita de experiencias reportadas	Variable
	Tiempo limitado para hacer el trabajo	Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	Cualitativa	Cita de experiencias reportadas	Variable
	Apoyo financiero	Abarca todas las situaciones en las que el estudiante necesita apoyo o carece de los recursos necesarios para seguir estudiando.	Cualitativa	Cita de experiencias reportadas	Variable
	Exceso de responsabilidades	Intervención en el aula (responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas, participar en coloquios, etc.)	Cualitativa	Cita de experiencias reportadas	Variable
	Problemas o conflictos con los compañeros	Realización de trabajos obligatorios para aprobar las asignaturas (búsqueda del material necesario, redactar el trabajo etc.)	Cualitativa	Cita de experiencias reportadas	Variable
	Calificaciones	Perspectivas del estudiante sobre su rendimiento	Cualitativa	Cita de experiencias	Variable

		académicos en las diferentes asignaturas hasta el momento de la realización de la encuesta..		reportadas	
	Insuficiente habilidad en la práctica médica	Falta de herramienta para afrontar las prácticas médicas en el ambiente clínico.	Cualitativa	Cita de experiencias reportadas	Variable
	Dificultad para comprender el contenido temático.	Limitaciones para la asimilación del contenido de las asignaturas.	Cualitativa	Cita de experiencias reportadas	Variable
Suceptibilidad al Estrés (SE)	Grado de susceptibilidad para padecer niveles elevados de estrés	Variable para definir la susceptibilidad a sufrir estrés del estudiante y en función a su respuesta en escala de medición al estrés	Cuantitativa	Continua	25-125
Percepción del estrés en el contexto académico (PECA)	Forma en como percibe el estrés académico el estudiante	Variable para definir la gravedad de la situación de estrés académico percibida por el estudiante y en función a su respuesta en escala de medición del estrés.	Cuantitativa	Continua	25-125
Factores	Sexo	Características físicas, biológicas, anatómicas y fisiológicas de los seres humanos que los definen como mujeres u hombres.	Cualitativa	Nominal	masculino /femenino

sociodemográficos	Edad	Tiempo en años que ha vivido una persona u otro ser vivo contando desde su nacimiento hasta el momento de realización de la encuesta.	Cuantitativa continua	Razón	15,16,17
	Practicante de una Religión	Asumen algún mensaje o contenido religioso e intentan ponerlo en práctica siguiendo prácticas, ritos o celebraciones.	Cualitativa	Nominal	Sí / No
	Estrato socioeconómico	Clasificación de los inmuebles residenciales de acuerdo con el distinto poder adquisitivo y nivel social.	Cualitativa	Ordinal	1,2,3,4,5,6
	Estado civil	Condición de una persona en función de su nacionalidad, filiación o matrimonio y su situación legal respecto debidamente registradas en el registro civil.	Cualitativa	Nominal	Casado, Soltero, unión libre
	Lugar de residencia	Lugar en la que la persona reside habitualmente en el momento de realización de la encuesta.	Cualitativa	Nominal	Municipio.
	Estatus del estudiante (residente o no residente)	Estatus de legal en un país.	Cualitativa	Nominal	Nacional, extranjero.

	(nacionalidad)				
Factores académicos	Semestre Cursado	Semestre en el que se encuentra el estudiante	Cualitativa	Ordinal	6,7,8,9,10
	Semestres que ha reprobado durante su carrera.	Semestres que el estudiante reprobado hasta el momento de realización de la encuesta.	Cuantitativa discreta	Razón	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10 semestre
	Actividad extracurricular en la Universidad	Actividades deportivas	Cualitativa	Nominal	Sí / No
		Actividades Culturales	Cualitativa	Nominal	Sí / No
	Condición de becario	Persona que disfruta de una beca de estudio	Cualitativa	Nominal	Sí / No
Síntomas del estrés académico	Físicos: Reacciones Corporales	Dolores de cabeza, insomnio, problemas digestivos, fatiga crónica, sudoración excesiva, entre otros.	Cualitativa	Nominal	Sí / No
	Psicológicos: relacionados con las funciones cognitivas o emocionales	Desconcentración, bloqueo mental, problemas de memoria, ansiedad, depresión, etc.	Cualitativa	Nominal	Sí / No
	Comportamentales: involucran la conducta	Ausentismo de las clases, desgano para realizar las labores académicas, aislamiento, entre otros.	Cualitativa	Nominal	Sí / No

**ANEXO B. CUESTIONARIO PARA RECOPIACIÓN DE DATOS
GENERALES Y CLÍNICOS DEL OBSERVADO.**

A continuación encontrará una serie de preguntas referidas a usted. Intente contestar

en forma ágil, tome su tiempo. Su sinceridad es muy importante.

1. **Sexo** Femenino_____Masculino _____
2. **Edad** _____
3. **Practica alguna religión** Si_____ No _____
4. **Estrato socioeconómico** 1____2____3____4____5____6 _____
5. **Estado civil** Casado_____Soltero_____Unión libre _____
6. **Municipio (Lugar de Residencia)** _____
7. **Estatus del Estudiante:** Nacional_____Extranjero _____
8. **Semestre cursando** 6to____7mo____8vo____9no____10mo _____
9. **¿Ha reprobado algún semestre?** Si____No____**En caso de ser afirmativo indique cual(es) y cuantas veces lo ha reprobado.**

10. **¿Realiza alguna actividad extracurricular dentro de la Universidad?** Si____No____**En caso de ser afirmativo indique cual.** _____
11. **¿Usted es beneficiario de algún tipo de Beca?** Si____No____**En caso de ser afirmativo indique cual.** _____
12. **Marque con una X si alguna vez ha presentado los siguientes síntomas durante su periodo como estudiante dentro del contexto de estrés académico.**

Dolor de cabeza		Desconcentración		Ausentismo de las clases	
Insomnio		Bloqueo mental		Desgano para realizar las labores académicas	
Problemas digestivos		Problemas de memoria		Aislamiento	
Fatiga crónica		Ansiedad			

Sudoración excesiva		Depresión			
---------------------	--	-----------	--	--	--

ANEXO C. INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO INVEA.

A continuación encontrará una serie de frases referidas al estrés académico. Usted debe contestar en qué medida cada frase lo identifica, encerrando en un círculo el número correspondiente según la opción planteada. Intente contestar en forma ágil sin detenerse a pensar mucho cada respuesta. Su sinceridad es muy importante.

SUSCEPTIBILIDAD AL ESTRÉS

Marque 1 si la respuesta es no, totalmente en desacuerdo.

Marque 2 si la respuesta es en desacuerdo.

Marque 3 si no está de acuerdo ni en desacuerdo.

Marque 4 si está de acuerdo

Marque 5 si la respuesta es si, totalmente de acuerdo

Enunciado	1 Totalmente en desacuerdo.	2 Desacuerdo.	3 No está de acuerdo ni en desacuerdo.	4 De acuerdo	5 Totalmente de acuerdo.
1. Superó fácilmente mis problemas personales					
2. Paso todo el día pensando en mi estudio					
3. Tengo en cuenta la opinión de otros para solucionar mis problemas					
4. Reconozco y acepto mis propias habilidades y capacidades					
5. Las situaciones de evaluación académica me ponen nervioso					
6. Creo que tengo las habilidades y capacidades suficientes para tener un					

buen rendimiento académico 7. Me aburro fácilmente estudiando					
8. Interactúo fácilmente con otras personas					
9. A menudo abarco más cosas de las que puedo hacer					
10. Usualmente saco tiempo para la recreación los fines de semana					
11. Se me dificulta estudiar con otros					
12. Estudio porque tengo que prepararme y no porque goce haciéndolo					
13. Cuando tengo una evaluación generalmente pienso que me va a ir mal					
14. Me considero una persona nerviosa					
15. Frecuentemente tengo problemas para rendir en el estudio					
16. Siento que estudio bajo presión					
17. Me molesto mucho cuando las cosas no salen como yo quiero.					
18. A menudo no estoy seguro de como fijar mi posición en un tema controvertido					
19. La mayoría de mis compañeros(as) tienen más capacidades que yo para el estudio					
20. Se me dificulta tomar una vía alterna cuando tengo un obstáculo					

21. Creo que si a uno le va mal en el estudio, es un fracasado					
22. Cuando repruebo una nota, me preocupo mucho por ello					
23. Soy hábil para resolver los problemas académicos de mi carrera					
24. Me siento satisfecho con mi desempeño académico					
25. No puedo controlar mis nervios en un examen					
Puntaje total Susceptibilidad al Estrés.					
<p>INVEA CONTEXTO ACADÉMICO</p> <p>Marque 1 si la respuesta es no, totalmente en desacuerdo.</p> <p>Marque 2 si la respuesta es en desacuerdo.</p> <p>Marque 3 si no está de acuerdo ni en desacuerdo.</p> <p>Marque 4 si está de acuerdo</p> <p>Marque 5 si la respuesta es si, totalmente de acuerdo</p>					
Enunciados	1 Totalmente en desacuerdo.	2 Desacuerdo.	3 No está de acuerdo ni en desacuerdo.	4 De acuerdo	5 Totalmente de acuerdo.
26. Los niveles de exigencia de mi Universidad son muy altos					
27. Me siento plenamente satisfecho con mi elección de carrera					
28. Las condiciones físicas de mi Universidad son adecuadas para el estudio					
29. El ambiente social de mi facultad es agradable					
30. El nivel académico de los					

profesores de la universidad es adecuado					
31.Los profesores exageran al poner trabajos y ejercicios para la casa					
32.Mi rendimiento académico es proporcional al esfuerzo que hago en el estudio.					
33.Mis logros académicos no concuerdan con lo que he debido aprender en la universidad					
34.Siento que en mi carrera puedo poner en práctica todas mis capacidades y habilidades.					
35.Veo claras mis posibilidades de desempeño laboral al concluir la carrera					
36.Las exigencias de mi carrera superan mis capacidades intelectuales					
37.El nivel de capacidad mental que se exige mi carrera es demasiado alto					
38.Siento que tengo que dedicar más tiempo al estudio del que debería					
39.Creo que la mayoría de mis compañeros tienen más habilidades que yo para el estudio					
40.Tengo una carga académica tan alta que regularmente no la puedo acabar en un día ordinario.					
41. Los requerimientos académicos de mi carrera afectan mi vida personal					
42.Siento que mis					

compañeros(as) no valoran plenamente mis intervenciones y mi desempeño					
43.Creo que mis profesores me consideran un(a) estudiante poco aventajado(a)					
44. Tengo que sacrificar cosas de mi vida personal que son importantes para mí por dedicarme al estudio.					
45.Si pudiera me cambiaría de carrera.					
46.Los exámenes en la Universidad son muy difíciles.					
47.Siento que el ambiente de la universidad es estresante					
48.No tengo claros los alcances y posibilidades laborales de mi carrera.					
49.Es incómodo participar en clase porque puedo hacer el ridículo ante los demás					
50. Creo que los profesores no valoran el esfuerzo de los estudiantes.					
PUNTAJE TOTAL CONTEXTO ACADÉMICO					
Item adicional.	Mayor	Igual	Menor		
51.Su percepción del nivel de estrés académico durante la pandemia de COVID-19 ha sido :					

Interpretación del Inventario INVEA

Los participantes pueden obtener un puntaje entre 25 y 125 al sumar los resultados de Susceptibilidad al estrés y Contexto Académico, lo que en relación con diferentes variables del estudio permiten hallar medias comparables entre sí.

ANEXO D. ESCALA COPE 28

INSTRUCCIONES. Las frases que aparecen a continuación describen formas de pensar, sentir o comportarse, que la gente suele utilizar para enfrentarse a los problemas personales o situaciones difíciles que en la vida causan tensión o estrés. Las formas de enfrentarse a los problemas, como las que aquí se describen, no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras.

Marque con una "X" en los recuadros 0, 1, 2 ó 3, es decir, el número que mejor refleje su propia forma de enfrentarse al problema. Gracias.

Enunciado	0 Nunca hago esto	1 A veces hago esto	2 La mayoría del tiempo hago esto	3 Siempre hago esto
1. Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer				
2. Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.				
3. Acepto la realidad de lo que ha sucedido.				
4. Recorro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.				
5. Me digo a mí mismo "esto no es real".				
6. Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.				
7. Hago bromas sobre ello.				
8. Me critico a mí mismo.				
9. Consigo apoyo emocional de otros.				
10. Tomo medidas para intentar que la situación mejore.				
11. Renuncio a intentar ocuparme de ello.				
12. Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.				

13. Me niego a creer que haya sucedido.				
14. Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.				
15. Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.				
16. Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.				
17. Consigo el consuelo y la comprensión de alguien. Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.				
18. Busco algo bueno en lo que está sucediendo. Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				
19. Me río de la situación. Me río de la situación.				
20. Rezo o medito.				
21. Aprendo a vivir con ello.				
22. Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.				
23. Expreso mis sentimientos negativos.				
24. Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.				
25. Renuncio al intento de hacer frente al problema.				
26. Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.				
27. Me echo la culpa de lo que ha sucedido.				
28. Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.				

Interpretación del Inventario COPE.

Estrategia.	Ítem.	Puntaje	Ítem	Puntaje	Total
Afrontamiento Activo.	2		10		
Planificación.	6		26		
Apoyo Emocional.	9		17		
Apoyo Social.	1		28		
Religión.	16		20		
Reevaluación Positiva.	14		18		
Aceptación.	3		21		
Negación.	5		13		
Humor.	7		19		
Autodistracción	4		22		
Autoinculpación.	8		27		
Desconexión.	11		25		
Desahogo	12		23		
Uso de sustancias.	15		24		

ANEXO E. PREGUNTAS DE LA ENTREVISTA DIRIGIDA AL GRUPO FOCAL.

Imagine una experiencia reciente significativa que le produjo estrés por razones académicas. A continuación escuche atentamente las preguntas y responda con la mayor honestidad posible .

1. ¿Cómo percibes el estrés académico en tus compañeros de clase?
2. En caso de sentirte estresado, ¿qué haces para relajarte?. Explique ¿cómo llega a decidirse por una estrategia en particular?.
3. ¿Por qué utilizas mayormente esa(s) estrategia(s) de afrontamiento?.
4. ¿Qué haces cuando la (s) estrategia (s) escogida no tiene el resultado esperado? Comente su experiencia al respecto.
5. Si pudieras cambiar algo que te genera estrés académico, ¿que sería?.
¿Por qué?

6. ¿Cuáles estrategias de afrontamiento ha adoptado para superar las situaciones de estrés académico durante la pandemia de covid-19?.¿Por qué ?
7. ¿Cómo se ha sentido con el manejo de la carga académica en modalidad virtual durante la pandemia de Covid-19 ?

ANEXO F. CONSENTIMIENTO INFORMADO:

Debido a las circunstancias actuales que vivimos a nivel nacional e internacional, puede habilitarse la posibilidad de realizar el diligenciamiento del consentimiento informado de manera oral, por vía telefónica, para ello se deberá grabar la llamada realizada, en caso de aceptar el individuo podrá ser incluido en nuestro estudio, en caso contrario no participará.



Fecha: 10 de junio de 2020

Título del estudio:

Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico utilizados por los estudiantes de medicina del VI al X semestre de la Universidad del Norte.

Investigadores:

Julio Cárdenas. 200107416

Luis Martínez. 200128350

María Martínez. 200128351

Francesco Previte. 200128348.

Pierangela Previte. 200128349

Coinvestigadores:

Dra. Martha Peñuela (Directora), MD, MScCHDC, Dpto. Salud Pública

Dra. Laura Páez Brochero. (Co-directora), MD Psiquiatra, Dpto.

Medicina Entidad (es) donde se desarrolla la investigación o patrocinador.

Universidad del Norte, Departamento de Economía. Km. 5 Vía Puerto Colombia. Atlántico/Colombia.

Naturaleza y Objetivo del estudio.

El ámbito Universitario se ha caracterizado por un nivel de exigencia alto, lo que genera niveles de estrés académico, que van desde las grandes cargas de trabajo hasta la adaptación a los cambios de la vida universitaria, pasando por alteraciones significativas del entorno familiar y social, que pueden conllevar a una mayor vulnerabilidad de los estudiantes universitarios a sufrir estrés

académico. Al mismo tiempo se ha visto la necesidad de intervenir y conocer estrategias de afrontamiento para disminuir el impacto negativo del estrés académico en el individuo que dificulta el desarrollo de su proyecto de vida. (1). “Ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico”. (2)

En Colombia un estudio de la Universidad Pontificia Bolivariana, conducido por Mazo Zea y cols, determinó que las escuelas de Ciencias de la Salud y Educación reportaron un nivel de estrés académico más alto (6)

En Barranquilla, la situación es muy parecida, los estudios de Medicina se caracterizan por una constante y creciente exigencia académica. Adicionalmente, el estudiante universitario tiene características sociodemográficas que repercuten sobre su estado mental (2).

De acuerdo a lo anterior debe tenerse presente que el bienestar biopsicosocial de los estudiantes de medicina es una preocupación de salud pública, ya que está correlacionado con la calidad de la atención médica que brindarán futuro (8).

OBJETIVO GENERAL.

Describir las estrategias de afrontamiento del estrés académico utilizadas por estudiantes VI a X semestres de medicina de la Universidad del Norte durante el segundo semestre de 2020 y relatar sus experiencias en el proceso de selección de las mismas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

Caracterizar la población de estudio según factores sociodemográficos, académicos y por sintomatología de estrés académico; así identificaremos los generadores de estrés más prevalentes, esto no ayudará a determinar los niveles de estrés de la población en estudio y correlacionar con el tipo de estrategia de afrontamiento que escogen y así describir las vivencias auto reportadas por los mismo estudiantes.

Estimado señor(a):

Queremos invitarlo a participar en el estudio Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico utilizados por los estudiantes de medicina del VI al X semestre de la Universidad del Norte, cuyo objetivo es: Describir las estrategias de afrontamiento del estrés académico y relatar sus experiencias en el proceso de selección y la utilización de las mismas en estudiantes VI a X semestres de medicina de la Universidad del Norte.

Para su participación, necesitamos su autorización:

Propósito del Experimento

Describir y estimar estrategias de afrontamiento del estrés académico de estudiantes de Medicina de la Universidad del Norte.

Preparación y sensibilización del personal docente, y de servicios universitarios enfocados en el bienestar de la población estudiantil.

Brindar opciones pertinentes a la población en riesgo de otros semestres y carreras, a través de la creación de programas orientados al acompañamiento estudiantil y reforzamiento de las estrategias para el manejo del estrés académico.

Optimizar los recursos destinados a esta problemática.

Procedimiento:

Riesgos asociados a su participación en el estudio

El presente estudio se considera una investigación de riesgo mínimo, según el artículo 11 de la Resolución No. 8430 de 1993 emitida por el Ministerio de Salud de Colombia, dado que no se realizarán actividades que afecten la integridad de los participantes. Sin embargo, algunas preguntas que hacen parte de las encuestas a realizar son sensibles.

La confidencialidad de la información será garantizada evitando revelar los datos de los participantes en las diferentes actividades de recopilación de la información, preservando así el derecho a la privacidad de cada uno de ellos. La información será utilizada única y exclusivamente para los objetivos del estudio.

Beneficios de su participación en el estudio

No habrá beneficio directo por participar en el estudio, pero su contribución ayudará a lograr los propósitos del mismo:

1. Describir y estimar estrategias de afrontamiento del estrés académico de estudiantes de Medicina de la Universidad del Norte.
2. Preparación y sensibilización del personal docente, y de servicios universitarios enfocados en el bienestar de la población estudiantil.
3. Brindar opciones pertinentes a la población en riesgo de otros semestres y carreras, a través de la creación de programas orientados al acompañamiento estudiantil y reforzamiento de las estrategias para el manejo del estrés académico.
4. Optimizar los recursos destinados a esta problemática.

Voluntariedad

Su participación es voluntaria. Si usted decide no participar o retirarse del estudio en cualquier momento, aún cuando haya iniciado su participación del estudio puede hacerlo sin que esto ocasione una sanción o castigo para usted.

Confidencialidad

La confidencialidad de la información será garantizada evitando revelar los datos de los participantes en las diferentes actividades de recopilación de la información, preservando así el derecho a la privacidad de cada uno de ellos. La información será utilizada única y exclusivamente para los objetivos del estudio.

Compartir los resultados

Los resultados de la investigación se compartirán en tiempos adecuados en publicaciones, revistas, conferencias, pero la información personal permanecerá confidencial.

Conflicto de interés del investigador:

El equipo investigador no tiene conflicto de interés con los participantes ni con los patrocinadores del estudio.

Contacto:

Si tiene dudas puede comunicarse con los investigadores:

Julio Cárdenas. 200107416

Luis Martínez. 200128350

María Martínez. 200128351

Francesco Previte. 200128348.

Pierangela Previte. 200128349

Estudiantes pertenecientes al Departamento de Medicina, **Dirección:** Universidad del Norte. Kilómetro 5 Vía Puerto Colombia.

Correos electrónicos y Teléfonos: Cardenascj@uninorte.edu.co, 3013592178; Luisfm@uninorte.edu.co, 3188273960; mmariad@uninorte.edu.co, 3013840457; Fprevite@uninorte.edu.co, 3152089681; Pprevite@uninorte.edu.co, 3054699617.

Dra. Martha Peñuela (Directora), MD, MScCHDC, Dpto. Salud Pública.
mpenuela@uninorte.edu.co

Dra. Laura Páez Brochero. (Co-directora), MD Psiquiatra, Dpto. Medicina.
laurampaezb@gmail.com

Datos del comité de ética en investigación que avala el proyecto:

Daniela Diaz Agudelo – Presidente Comité de ética en investigación en el área de la salud Universidad del Norte. Kilómetro 5 Vía Puerto Colombia. Bloque F primer piso. Tel 3509509 ext. 3493.

Correo del Comité de Ética en Investigación:

comite_eticauninorte@uninorte.edu.co

Página web del Comité: www.uninorte.edu.co/divisiones/salud/comite_etica

He entendido la información que se expone en este consentimiento y me han respondido las dudas e inquietudes surgidas.

Autorización

Estoy de acuerdo o acepto participar en el presente estudio.

Para constancia, firmo a los _____ días del mes _____ de del año 202_.

Declaración del investigador

Yo certifico que le he explicado a esta persona la naturaleza y el objetivo de la investigación, y que esta persona entiende en qué consiste su participación, los posibles riesgos y beneficios implicados.

Todas las preguntas que esta persona ha hecho le han sido contestadas en forma adecuada. Así mismo, he leído y explicado adecuadamente las partes del consentimiento informado. Hago constar con mi firma.

Nombre de los investigadores. Julio Cárdenas. 200107416
Luis Martínez. 200128350
María Martínez. 200128351
Francesco Previte. 200128348.
Pierangela Previte. 200128349

ANEXO G. MARCO CONCEPTUAL

