

Niveles de estrés cotidiano presente en un grupo de estudiantes de cuarto y quinto año de una institución educativa municipal de San Juan de Pasto

Sebastián David Carvajal Rosero
David Alejandro Santacruz Carvajal
Estudiantes de Ingeniería de Sistemas
Universidad Mariana

Lizeth Camila Díaz Oliva
Diana Sofia Enríquez Guevara
Génesis Vivalda Villota Cárdenas
Estudiantes de Psicología
Universidad Mariana

Erika Alexandra Vásquez Arteaga
Javier Mauricio Suárez Hernández
Profesores de Psicología
Universidad Mariana

Álvaro Alexander Martínez Navarro
Profesor de Ingeniería de Sistemas
Universidad Mariana

Introducción

En la actualidad, numerosos estudios demuestran que los niños, en cierta etapa de su vida, poseen un nivel de estrés que, depende de la enseñanza o de lo estrictos que sean los diferentes maestros. La preocupación por mejorar la enseñanza a corta edad, obligando a reflexionar y tomar medidas para que cada uno de ellos se sienta capaz y adquiera un buen conocimiento, termina generando una situación que les envuelve en algo tensionante. Por desgracia, las investigaciones que existen al respecto son muy pocas y están difundidas y puestas en práctica por los docentes.

Con este problema de estrés, creciente en edades tempranas, surge desde hace una década el término de 'estrés cotidiano', que describe a los afectados, por este frustrante trastorno mental y contrariedad que viven los niños, niñas y adolescentes (NNA) y, acarrea la interacción cotidiana con el medio escolar; ellos son: de alta frecuencia, baja intensidad y alta predictibilidad (Trianes et al, 2010). La identificación del estrés cotidiano se ha considerado un indicador predictor de la psicopatología en la infancia y la adolescencia. En el contexto educativo colombiano, son muchos los conflictos y las amenazas que los estudiantes deben enfrentar en la cotidianidad al interior de las aulas; esto causa un continuo malestar, debido a factores físicos y emocionales, ya sean de carácter interrelacional o ambiental que generan una presión significativa en la competencia individual para afrontar el contexto escolar, social, familiar y personal.

Con base en lo expresado, este trabajo muestra el nivel de estrés que presentan los niños de cuarto y quinto de primaria de una institución educativa municipal de San Juan de Pasto. El trabajo inicia con una definición del estrés cotidiano en la escuela; luego se muestra los resultados de la identificación del mismo en el colegio colaborador, proceso llevado a cabo a través de la aplicación del instrumento Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI); finalmente, se redacta algunas conclusiones del trabajo hecho.

Estrés cotidiano en la escuela

El estrés cotidiano puede definirse como las demandas frustrantes e irritantes que produce la interacción diaria con el entorno (Kanner et al., 1981); se trata de sucesos, problemas, preocupaciones y contrariedades de alta frecuencia, baja intensidad y alta predictibilidad, que pueden alterar el bienestar emocional y físico del individuo. Estos sucesos son denominados ‘estímulos estresantes’ o, ‘estresores’. El estrés es una reacción física o psíquica del cuerpo ante las exigencias del entorno, a un estresor o situación estresante.

En la población escolar, los estresores de naturaleza cotidiana son agrupados principalmente en tres ámbitos: salud, escuela y familia (Trianes et al., 2012; 2014). Precisamente, en el ámbito escolar se contempla estresores como: altas exigencias académicas, problemas en la interacción con el profesorado, bajas calificaciones escolares y exceso de actividades extraescolares. Asimismo, se incluye estresores relativos a las dificultades en las relaciones con iguales, como falta de aceptación social, conflictos y situaciones de burla.

Según Witkin (2000), el estresor más importante en los niños es la escuela, ya que no solo se trata de obtener calificaciones satisfactorias, sino también, de superar la competitividad entre los compañeros, desarrollar los exámenes, sentir miedo a fracasar y/o ser rechazado y, decepcionar a los padres. En el ámbito académico se ha identificado como estresante para un niño, las siguientes situaciones: ser cambiado de centro escolar, exceso de demandas escolares, realizar exámenes, llevar a casa malas notas, tener conflictos o discusiones con los profesores, cambiar de profesor, preocupaciones relacionadas con el futuro académico, llegar tarde al colegio, la repetición de grado, entre otras (Lau, 2002; Oros y Vogel, 2005; Trianes et al., 2014).

Nivel de estrés cotidiano infantil presente en los estudiantes de cuarto y quinto grado del colegio Heraldo Romero Sánchez

En la ciudad de San Juan de Pasto, departamento de Nariño, se llevó a cabo una investigación en el colegio Heraldo Romero Sánchez, para identificar el nivel de estrés cotidiano infantil que poseen los estudiantes de los grados cuarto y quinto de primaria. El proceso se realizó gracias a la participación de las estudiantes del programa de Psicología de la Universidad Mariana, quienes se encargaron de hacer una visita presencial al colegio, donde se dio la oportunidad de conocer algunos directivos y a la psicóloga encargada, quien fue la guía y acompañante del proceso. En el encuentro se expuso los puntos principales del proyecto y se firmó el consentimiento informado, para trabajar con este contexto en específico; se conoció las instalaciones del colegio y las estrategias de enseñanza-aprendizaje que han adoptado ante la problemática del COVID-19: refieren una modalidad de trabajo semipresencial con alternancia en la asistencia de los grados, según los días de la semana. Adicional a ello, se tuvo contacto constante con los encargados de los grados que participaron en la investigación y, en función de fortalecer la interacción, se construyó un cronograma para enviar material informativo y didáctico de forma virtual, que permita a los niños familiarizarse con las investigadoras.

En cuanto a la aplicación de pruebas, el instrumento que se utilizó fue el IECI, para el cual se tuvo en cuenta el manual de instrucciones en el proceso de aplicación; adición a ello, se recibió explicaciones claras del manejo del instrumento por parte de expertos y profesionales en el tema. La prueba fue sistematizada por los colaboradores de la Facultad de Ingeniería que hacen parte del proyecto, misma que fue entregada como enlace directo tanto a las investigadoras como a la población evaluada, para su aplicación; esta versión ya contenía el consentimiento informado como primer filtro, en busca de aclarar la voluntariedad y las cuestiones importantes de la aplicación.



Resultados y análisis

En la Tabla 1 se muestra los resultados arrojados del estudio en los ámbitos de salud, escolaridad y familia.

Tabla 1

Puntuación T salud, T escolar y T familia

Valores estadísticos	Descriptivos					
	T_salud		T_escolar		T_familia	
	Estadístico	Desv. Error	Estadístico	Desv. Error	Estadístico	Desv. Error
Media	45,095	1,3052	49,7857	1,48923	52,381	1,56284
95 % de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	42,459	46,7781		49,2247	
	Límite superior	47,731	52,7933		55,5372	
Media recortada al 5 %	44,378		49,4947		51,9974	
Mediana	42		48		51	
Varianza	71,552		93,148		102,583	
Des. Desviación	8,4588		9,65133		10,12833	
Mínimo	35		35		37	
Máximo	70		74		75	
Rango	35		39		38	
Rango intercuartil	7		13		13,5	
Asimetría	1,145	0,365	0,466	0,365	0,52	0,365
Curtosis	1,269	0,717	-0,31	0,717	-0,393	0,717

Teniendo en cuenta las puntuaciones T que contempla el instrumento, se puede decir que, en la dimensión salud se da un nivel bajo de estrés, ya que sí se considera la media estadística de 45, correspondería decir que este puntaje indica que no hay problemas significativos respecto de situaciones de enfermedad, padecimientos y visitas médicas en los sujetos que participaron del pretest. Esta inferencia se hace debido a que el instrumento determina que los puntajes que estén por debajo de 55 indicarían que no hay un nivel de estrés que pueda ser considerado como un problema para los sujetos (Trianes et al., 2012).

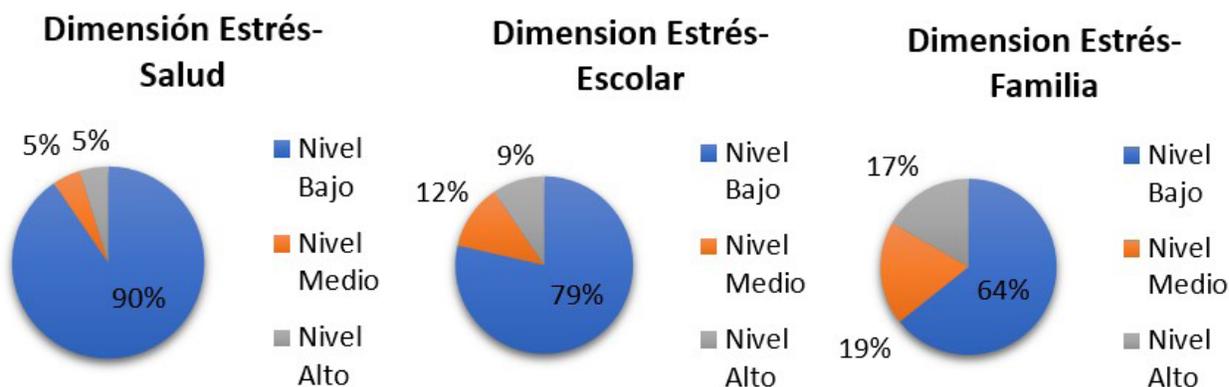
Atendiendo las puntuaciones T que contempla el instrumento, se puede decir que en la dimensión escolar hay un nivel bajo de estrés ya que, si se considera la media estadística de 49, correspondería decir que este puntaje indica que no hay problemas significativos en función de relaciones interpersonales, atención y actividades extraescolares en los sujetos que participaron del pretest, considerando la misma inferencia que en el párrafo inmediatamente anterior, según los lineamientos de Trianes et al. (2012).

Observando las puntuaciones T que contempla el instrumento, se puede decir que en la dimensión familia se aprecia un nivel bajo de estrés ya que, si se toma la media estadística de 52, aproximadamente, correspondería a decir que este puntaje indica que no hay problemas significativos con respecto al núcleo de desarrollo, dificultades económicas, responsabilidad de los padres y conflictos en los sujetos que participaron del pretest, observando la misma inferencia anterior, bajo los parámetro de Trianes et al. (2012).

A continuación, con el propósito de hacer una descripción más nutrida de lo evidenciado por cada dimensión, se presenta los resultados que son relevantes, según criterio de los investigadores.

Figura 1

Porcentaje total: Estrés Salud, Estrés Escolar y Estrés Familia



Con base en la Figura 1, en cuanto a la dimensión salud, se puede establecer que, la mayor parte de la muestra evaluada no presenta sintomatología problemática puesto que, 38 sujetos se ubican en nivel bajo de estrés, dos sujetos en nivel medio y dos sujetos en nivel alto. De igual manera, en la dimensión escolar, se puede instaurar que la mayor parte de la muestra evaluada no evidencia sintomatología problemática dado que, 33 sujetos se ubican en nivel bajo de estrés, cinco sujetos en nivel medio y cuatro en nivel alto. Asimismo, en la dimensión familia, se puede inferir que, la mayor parte de la muestra evaluada no muestra sintomatología problemática en este aspecto, puesto que 27 sujetos se ubican en nivel bajo, ocho en nivel medio y siete en nivel alto.

Tabla 2

Puntuación T total

		Descriptivos		
		Estadístico	Desv. Error	
T Total	Media	48,4524	1,26748	
	95 % de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	45,8927	
		Límite superior	51,0121	
	Media recortada al 5 %	48,3492		
	Mediana	48,0000		
	Varianza	67,473		
	Desv. Desviación	8,21421		
	Mínimo	35,00		
	Máximo	64,00		
	Rango	29,00		
Rango intercuartil	12,25			
Asimetría		-,012	,365	
Curtosis		-,948	,717	

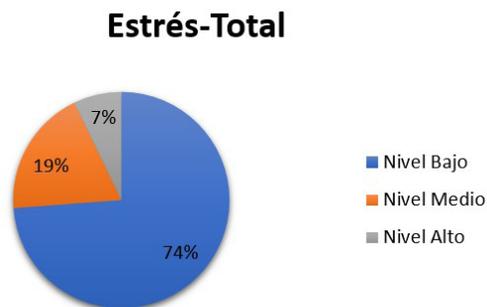
De acuerdo con los resultados de la Tabla 2, se puede decir que, en cuanto al nivel de estrés total se aprecia un nivel bajo ya que, si se considera la media estadística de 48 aproximadamente, correspondería señalar que este



puntaje indica que no hay problemas significativos en la variable evaluada en los sujetos que participaron del pretest, inferencia explicada desde el punto de vista de Trianes et al. (2012).

Figura 2

Porcentaje total estrés total



Con base en la Figura 2, se puede establecer en cuanto a la dimensión de estrés total, que la mayor parte de la muestra evaluada no presenta sintomatología problemática, puesto que 31 sujetos se ubican en nivel bajo, ocho en nivel medio y tres en nivel alto.

Conclusiones

Los resultados permiten evidenciar que, en las dimensiones de salud, escolar y familia, el nivel de estrés que presentan los estudiantes es de un nivel bajo; esto indica que los niños no tienen problemas significativos al día de hoy en sus vidas cotidianas en la escuela. Específicamente, en la dimensión familia se da un nivel de estrés alto, en comparación de las otras, debido a que el 17 % de los estudiantes encuestados manifiesta un alto nivel de estrés; aun así, en general, la cantidad de niños con alto nivel de estrés no es muy grande. De igual manera, la dimensión en donde se evidencia un nivel muy bajo de estrés es la dimensión de salud; esto muestra que los estudiantes no suelen presentar problemas de salud, enfermedades, padecimientos o visitas al médico con frecuencia.

En la dimensión salud, la curtosis muestra un coeficiente positivo; esto quiere decir que, hay una mayor concentración de los datos en torno a la media, mientras que en las dimensiones escolar y familia, la curtosis muestra un coeficiente negativo, lo que quiere decir que hay menor concentración de los datos en torno a la media, aunque esta no es muy significativa.

En cuanto a la asimetría, en las tres dimensiones arroja un valor positivo; por tanto, los valores superiores a la media son distribuidos hacia la derecha gráficamente, aclarando que los valores no son de un valor significativo.

Referencias

- Kanner, A. D., Coyne, J. C., Schaefer, C., & Lazarus, R. S. (1981). Comparison of two models of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4, 1-39. <https://doi.org/10.1007/BF00844845>
- Lau, B. W. (2002). Does the stress in childhood and adolescence matter? A psychological perspective. *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*, 122, 238-244. <https://doi.org/10.1177/146642400212200411>
- Oros, L. B. y Vogel, G. K. (2005). *Eventos que generan estrés en la infancia: diferencias por sexo y edad*. Universidad Adventista del Plata.
- Trianes, M. V., Mena, M. J., Fernández-Baena, F. J., Escobar, M. y Maldonado, E. F. (2010). *IECI. Inventario de estrés cotidiano infantil*. TEA Ediciones.
- Trianes, M. V., Blanca, M., Fernández-Baena, F., Escobar, M. y Maldonado, E. F. (2012). Evaluación y tratamiento del estrés cotidiano en la infancia. *Papeles del Psicólogo*, 33(1), 30-35
- Trianes, M. V., Fernández, F. J., Escobar, M., Blanca, M. J. y Maldonado, E. F. (2014). ¿Padecen estrés los niños y niñas de educación primaria? Detección e intervención psicoeducativa. *Revista Padres y Maestros*, (360), 32-36.
- Witkin, G. (2000). *El estrés del niño*. Grigalbo Mondadori.