
DIAGNOSTICO Y PROPUESTAS DE SOLUCION A LAS CAUSAS DE ESTRES EN LOS ESTUDIANTES DE CLINICA DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGIA DEL INSTITUTO DE CIENCIAS DE LA SALUD, C.E.S.*

JOSE MAURICIO LOPEZ RENDON** JUAN DAVID OCHOA GARCIA** JUAN CAMILO VELEZ BETANCUR**

PALABRAS CLAVES: *Estrés, Agentes estresantes*

1 INTRODUCCION

En la mayoría de las investigaciones realizadas en otras Facultades de Odontología en diferentes países, se considera la calidad de vida del estudiante como estresante. El trabajo clínico y el currículo son dos de los factores de mayor peso para que el estrés aparezca. Se ha observado que los altos niveles de tensión, disminuyen el rendimiento académico y la eficacia en su desempeño.

Por esto pretendemos fundamentar teóricamente la problemática del estrés en las actividades de aprendizaje de los estudiantes, determinar el nivel del mismo al cual están sometidos los estudiantes de la Facultad de Odontología del C.E.S.. Identificar las causas de estrés y sus posibles consecuencias. Determinar si se presentan cambios de las causas de estrés en el lapso de un semestre y presentar medidas correctivas aplicables al estudiante y a la institución, una vez identificados.

No se ha realizado ningún estudio al respecto en la Facultad de Odontología del C.E.S.

2 REVISION DE LITERATURA:

El estrés se define como una sobrecarga emocional impuesta al individuo, que perturba el equilibrio dinámico de los sistemas del organismo, creando un estado de tensión exagerado. Es un síndrome en el que se combinan elementos como: Medio ambiente, pensamientos negativos de otros, situaciones desagradables o potencialmente dañinas.

"Estos interactúan de tal manera que hacen que una persona sea ansiosa, colérica o deprimida, poniendo en peligro su bienestar. Normalmente la causa principal es el ambiente" Mc Kay, 1985.

En el vigésimo-cuarto Congreso de la Asociación Internacional de Estudiantes de Odontología (1977), se planteó que el nivel de estrés de dichos estudiantes es muy alto, considerándose las notas, el ambiente competitivo, las relaciones con los estamentos de la respectiva Facultad y el no tener ningún poder en el sistema, como las causas más frecuentes de estrés.

Desde la perspectiva educativa y curricular, Hilda Tava (1974) plantea que las malas relaciones interpersonales y un ambiente deficiente, limitan la percepción, retardando la capacidad para aprender. Se puede concluir que los altos niveles de tensión disminuyen la eficacia en el estudiante.

Garbee, Zuckery y Selby (1980) en su estudio acerca de las percepciones de estrés de estudiantes de Odontología indican que los factores académicos y las relaciones de estudiantes con miembros de la Facultad, son áreas que crean el mayor estrés. El estrés emocional producido por la discrepancia entre las expectativas de los estudiantes y la realidad de la universidad, intensifican el estrés psicológico. Knudson, Wexlor y

* Investigación para optar al título de Odontólogo en el Instituto de Ciencias de la Salud, C.E.S.

* Segundo Premio en el Concurso "Rafael Torres P."

** Odontólogos 1989

Martínez, citados por Garbee, Zucker y Selby (1980), sugieren que los estudiantes bajo estrés muestran síntomas como ansiedad, depresión, hostilidad, miedo, tensión, trastornos gastrointestinales, insomnio, fatiga, taquicardia, boca seca y excesiva sudoración de las manos. Se percibió que la atmósfera creada por los profesores de clínica, exámenes, notas y cantidad de trabajos son los factores más estresantes.

Según Kagan (1977) la respuesta al estrés es individual y varía de un individuo a otro. Algunos responden positivamente y otros negativamente. Para poder pronosticar el resultado, es necesario tener en cuenta los procesos psicológicos responsables de las diferencias en la reacción. Hay grupos de individuos que son más "susceptibles al estrés y ceden más rápidamente que otros, que resisten y aguantan más sin sufrir daños".

3 MATERIALES Y METODOS:

Hipótesis preliminar: Los estudiantes de Odontología del C.E.S. presentan estrés debido a factores institucionales. Este es un estudio descriptivo, en el que de acuerdo al marco teórico, se diseñó un instrumento tipo encuesta, en el cual se tomaron como variables estrés y agentes estresantes. La encuesta consta de dos partes para cada agente estresante. Una que busca medir el índice de estrés compuesto por la percepción, la tolerancia al estrés, y otra que es la sintomatología. También cuenta con una última parte para identificar cuál área clínica es más tensionante.

La encuesta se practicó a los estudiantes que realizaron sus prácticas clínicas en el Centro de Especialistas C.E.S. del Municipio de Sabaneta, que se encontraban en 1988: en VI, VIII y X, y en 1989: en VII y IX semestre.

Se hizo una muestra aleatoria. La primera encuesta fue realizada a 26 estudiantes de VI, 32 de VIII y 34 de X para un total de 92 estudiantes y la segunda fue realizada a 20 estudiantes de VII y a 19 de IX para un total de 39 estudiantes.

Antes de hacer la encuesta a la muestra seleccionada, fue sometida a validación, aplicándola a una muestra piloto y sometiéndola a pruebas de validez y confiabilidad (La fórmula de Spearman Brow y la fiabilidad de reprobación).

Para el análisis de los resultados se establecieron criterios de categorización de variables y sub-variables de acuerdo con los siguientes parámetros:

$$\text{- Índice Estresante} = I = \frac{\text{Estresante (percepción)}}{\text{Tolerancia del estrés}}$$

$$\text{- Sintomatología} = \frac{\text{Frecuencia} + \text{Intensidad}}{2}$$

$$\text{- Nivel de Estrés} = \frac{\text{Índice estresante} + \text{Sintomatología}}{2}$$

Para todos ellos, se estableció la categoría de ALTO, MEDIO, BAJO y NULO, los valores de cada categoría se pasaron a valores porcentuales. Además se hizo uso de los promedios, mediana, desviación standard y la prueba de significancia estadística tipo t. Student, con un nivel de significancia de $\alpha = 0.05$, con un 95% de certeza.

Esto se realizó para los valores obtenidos en los parámetros índice estresante, sintomatología y Nivel de Estrés.

4 RESULTADOS:

Los resultados obtenidos para índice estresante, sintomatología y Nivel de Estrés se resumen en los gráficos 1, 2 y 3.

GRAFICO 1

INDICE DE ESTRES FRENTE A CADA AGENTE ESTRESANTES EN ALUMNOS DE VI, VIII Y X SEMESTRES DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGIA DEL C.E.S. (1988).

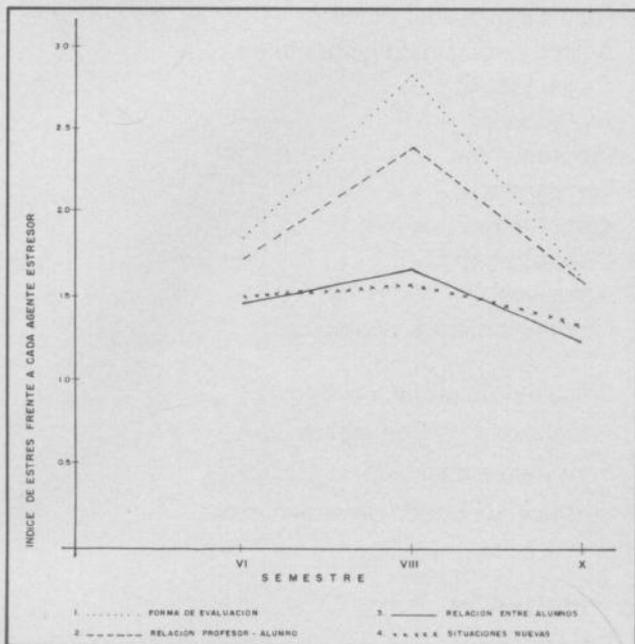


GRAFICO 1: Se observó que los agentes estresantes más altos fueron forma de Evaluación y Relación Profesor-Alumnos para VI, VIII y X semestres. En VIII semestre se presentaron los valores más altos para todos los agentes estresores, con respecto a VI y X semestre; y en X semestre se presentaron los valores más bajos para todos los agentes estresantes con respecto a VI y VIII semestres.

GRAFICO 2

SINTOMATOLOGIA DE ESTRES FRENTE A CADA AGENTE ESTRESANTE EN ALUMNOS DE VI, VIII Y X SEMESTRES DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGIA DEL C.E.S. (1988).

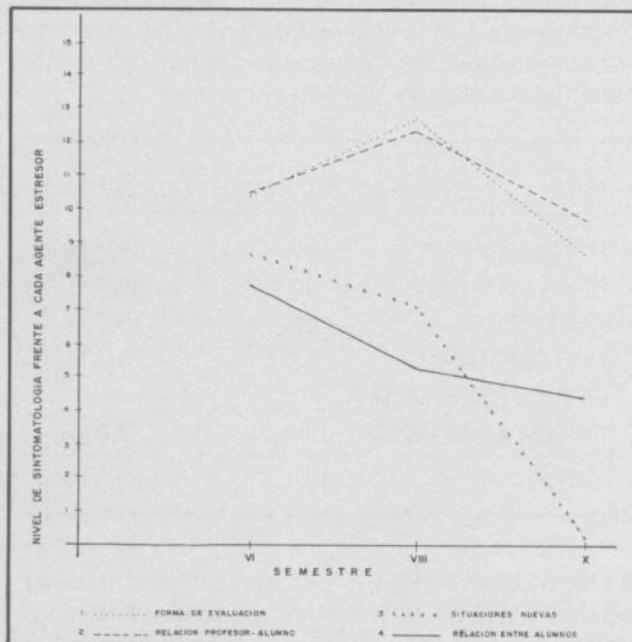
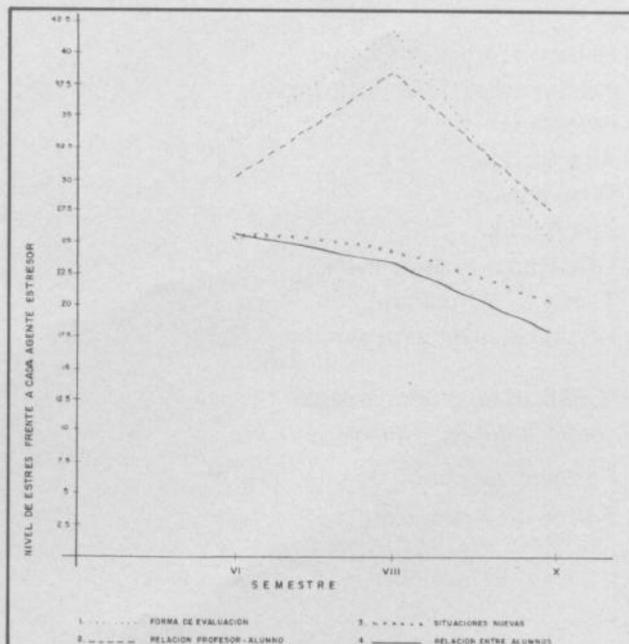


GRAFICO 2: Se observó que los agentes estresantes más altos para VI y VIII semestres fueron forma de evaluación y relación profesor-alumno respectivamente, y para X semestre fueron relación profesor-alumno y forma de evaluación. En VIII semestres se presentaron valores más altos para forma de evaluación y relación profesor-alumno con respecto a VI y X semestre. Y en X semestre se presentaron los valores más bajos para todos los agentes estresantes con respecto a VI y VIII semestres.

GRAFICO 3

NIVEL DE ESTRES FRENTE A CADA AGENTE ESTRESANTE EN ALUMNOS DE VI, VIII Y X SEMESTRES DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGIA DEL C.E.S. (1988)

GRAFICO 3: Se observó que los agentes estresantes más altos para VI y VIII semestres fueron forma de evaluación y relación profesor-alumno respectivamente, y para X semestre fueron relación profesor-alumno y forma de evaluación. En VIII semestre se presentaron valores más altos para forma de evaluación y relación profesor-alumno con respecto a VI y X semestres. Y en X semestre se presentaron los valores más bajos para todos los agentes estresantes con respecto a VI y VIII semestres.



Comparando los índices estresantes para cada agente en el lapso de un semestre no se encontraron diferencias significativas en los niveles de estrés que genera los agentes identificados como estresantes para los alumnos de VI y VIII semestre.

AREA	NUMERO	PORCENTAJE
PERIODONCIA	47	35.8 %
PROTESIS	40	30.5 %
AMBOS	18	13.7 %
ORTODONCIA	11	8.4 %
ODONTOPEDIATRIA	6	4.6 %
COMBINACIONES	9	7.0 %
TOTAL	131	100.0 %

En forma global el área clínica más tensionante fue periodoncia seguida de prótesis y la menos Odontopediatría.

Se realizó una pregunta abierta a los estudiantes (en la última parte de la encuesta) para que indicaran la causa por la cual creían ellos que el área clínica que seleccionaron, era más tensionante. Se obtuvieron las siguientes causas en orden jerárquico.

PERIODONCIA:

- Relación profesor-alumno:
 - Actitud negativa de instructores
 - Exigentes
 - Amenazantes
 - Despectivos
 - Autoritarios
 - Dificultad de comunicación
 - Temor a instructores
 - No dan confianza al alumno
- Dificultad de procedimiento
- Variabilidad de conceptos
- Forma inadecuada de enseñanzas
- Forma de evaluación.

PROTESIS:

- Relación profesor-alumno
 - Actitud negativa de instructores
 - Exigentes
 - Autoritarios
 - Amenazantes
 - Tensionantes
 - Temor a instructores
 - Desinteresados
 - Agresivos
 - No dan confianza al alumno
- Dificultad de procedimiento
- Variabilidad de Conceptos
- Forma de evaluación
- Forma inadecuada de enseñanza

5 DISCUSION

Con respecto al índice estresante los estudiantes de Odontología del C.E.S. que realizan sus prácticas clínicas, están sometidos a un nivel de estrés medio con respecto a los siguientes agentes estresantes tomados en orden jerárquico:

1. Forma de Evaluación
2. Relación Profesor-Alumno

Esto nos indica que la forma de evaluación, es percibida por el estudiante como amenazante, subjetiva, aburrida; no pertinente y no didáctica. Afectando a nivel medio los compromisos de tipo personal, social, familiar y como estudiante. Según afirma Hargreaves (1977), la función de evaluar se convierte en amenazadora cuando en ésta no se da una retroalimentación positiva con el fin de motivar al alumno.

Con respecto a la relación Profesor-Alumno, es percibida como autoritaria, hostil, apática, amenazante y no equitativa. Afectando a nivel medio los compromisos de tipo personal, familiar, social y como estudiante. Esto indica que en la clínica no se da una adecuada relación profesor-alumno, llevando a un clima deficiente, que según Kagan 1977, limita la percepción del estudiante y retarda la capacidad para aprender. Lewin, Lippit y White en su estudio, citado por Hargrea-

ves 1977, encontraron que los estudiantes bajo régimen autoritario presentaron actitud sumisa, agresividad, crítica, competitividad y bajo nivel de rendimiento; en cambio los que estaban bajo régimen democrático mostraron mayor rendimiento en su trabajo, amistoso, cooperadores, interesados, originales en el trabajo y estables.

Los estudiantes están sometidos a un nivel bajo con respecto a los siguientes agentes estresantes:

3. Situaciones Nuevas
4. Relación entre Alumnos

Comparando los índices estresantes para cada agente en el lapso de un semestre, no se encontraron diferencias significativas para los identificados como tales, indicándonos que siguen siendo los mismos.

Con respecto a la sintomatología por el estrés, los estudiantes presentan un nivel medio con respecto a los siguientes agentes estresantes:

1. Relación Profesor-Alumno
2. Forma de Evaluación

Y un nivel bajo para:

3. Situaciones Nuevas
4. Relación entre alumnos

Lo anterior indica que los agentes estresantes de nivel medio generaron: tensión, taquicardia, temor, inseguridad, irritabilidad, necesidad excesiva de café, dulces y cigarrillos, temblor, cara sonrojada, insomnio, transpiración y conducta evasiva.

Knudson, Wexler y Martínez citados por Garbee, Zucker y Selby 1980, sugieren que los estudiantes bajo estrés presentan síntomas como ansiedad, depresión, hostilidad, miedo, tensión, diarrea, pérdida de apetito, glotonería, fatiga, taquicardia, boca seca y sudoración excesiva de las manos. El efecto indeseable más importante del estrés en la educación es el impedimento de la función intelectual efectiva y el detrimento en el aprendizaje.

Con respecto a los niveles de estrés: los estudiantes están sometidos a un nivel de estrés medio con respecto a los siguientes agentes:

1. Forma de Evaluación
2. Relación Profesor-Alumno

Y a nivel bajo:

3. Situaciones Nuevas
4. relación entre Alumnos

La forma de evaluación fue el agente estresante que mayor nivel de estrés generó indicándonos que la mayor parte de los alumnos presentan una percepción más negativa a dicho agente y poca tolerancia frente a él, presentándose como amenazante, subjetiva, aburrida, no pertinente, no didáctica, y generando en los alumnos sintomatología de nivel medio.

El área clínica que mayor estrés genera es Periodoncia seguida de Prótesis. Según lo identificaron los mismos estudiantes, algunos de los factores que inciden en que éstas prácticas sean estresantes son: relación profesor-alumno inadecuada, dificultad de procedimientos, forma inadecuada de enseñanza, forma de evaluación. Según Brown J.C. (1984) los estudiantes son sometidos a grandes demandas de perfección en el trabajo clínico, lo que genera conflictos.

Los estudiantes de VIII semestre mostraron niveles más altos de estrés con respecto a los agentes estresantes forma de evaluación y relación profesor-alumno indicándonos que en este nivel se presenta mayor desarmonía entre profesores y alumnos.

De acuerdo con los resultados se comprobó la hipótesis formulada.

6 SUGERENCIAS PARA TRABAJOS FUTUROS

- Diagnosticar y presentar propuestas de soluciones a las causas de estrés en los estudiantes de preclínica de la Facultad de Odontología del C.E.S.
- Identificar otras causas de estrés tanto en clínica como en preclínica y comparar los resultados con los de la presente investigación.
- Identificar los síntomas que con mayor frecuencia e intensidad se presentan.

7 PROPUESTAS DE SOLUCION

- Los estudiantes de la Facultad de Odontología están sometidos a una forma de evaluación oral durante sus prácticas clínicas; debido a que ésta es una forma de evaluación que depende del criterio o concepto del profesor y que los alumnos percibieran como amenazante, subjetiva, aburrida, no pertinente y no didáctica, es necesario evitar cualquier tipo de interferencia personal en el momento de evaluar.
- Uno de los objetivos que se debe fijar el profesor es darle retroalimentación positiva al alumno en la cual se recalquen tanto los aspectos positivos como negativos, no sólo limitándose a lo negativo.
- Con respecto a la forma de evaluación proponemos además una mayor unificación de criterios entre los diferentes instructores debido a que cada uno de ellos exige realizar los tratamientos de acuerdo con su criterio.
- Con respecto a la relación profesor-alumno el profesor debe emplear un régimen democrático, flexible, amistoso, interesado y equitativo con sus alumnos debido a que en la presente investigación se han presentado características de un régimen autoritario tales como: hostil, apático y no equitativo infundiendo temor y desconfianza en el alumno.
- Los profesores deben estar en busca de mejorar su enseñanza con el fin de obtener mayor rendimiento y motivación de los estudiantes.

- Debido a que unos instructores de clínica han tenido poca experiencia en el área de la docencia, sugerimos que éstos realicen un curso completo de pedagogía para poder motivar, exigir, afrontar, evaluar al estudiante de una manera adecuada.
- Modificar la perspectiva de los estudiantes hacia los agentes estresantes. Forma de Evaluación y Relación Profesor-Alumno, considerándolos como parte normal y esencial que todo individuo debe enfrentar durante su proceso educativo. Este cambio de actitud debe ir acompañado de actividad física y la participación en actividades extracurriculares, como también de una mayor preparación académica por parte del alumno.

8 CONCLUSIONES

- Los estudiantes de la Facultad de Odontología del C.E.S. presentan un nivel de estrés medio.
- Se identificaron como causas de estrés de nivel medio, la forma de evaluación y la relación profesor-alumno, y de nivel bajo: situaciones nuevas y relación entre alumnos.
- El área clínica identificada como más tensionante fue Periodoncia seguida de Prótesis.
- No se presentaron diferencias significativas con respecto a índices estresantes para cada agente en el lapso de un semestre.

9 BIBLIOGRAFIA

- ANDERS P.L., TEDESCO L.A., David E.L., BREWER J.D. Dental Student Power Motivation, Social Support, Stress and Distress. En: Journal Dental Education. 1986; 50: p. 52-53.
- BAXTER, Bernice. Cómo Tratar a los Alumnos. Buenos Aires: Editorial Kapelusz, 1977. Capítulos 1, 2, 3, 6.
- BJORKSTEN O.J.W., SUTHERLAND S.E., MILLER M.C., STEWART T.J. Perceptions of Dental Students Problems. En: Journal American College Dentistry. 1983; 50: p. 11-15.
- BROWN, J.C. et al. Stress Management Training for Dental Students. En: Journal Dental Education. 1984; 48: p. 196-202.
- BUNCH, Roberto C. Estrés en la Universidad. En: Diálogos Universitarios. Bogotá: 1981; 16 (128): p. 7-8.
- DUBOS, René, MAYA Pines. Salud y enfermedad. En: Time Life International. México: 1983. p. 144-156.
- FELDMAN Philip, Jim Orford. Prevención y Solución de los Problemas Psicobiológicos Aplicados a la Psicología Social. México: Editorial Limusa, 1985. Cap. 5-6
- FOURCADE, René. Hacia una Renovación Pedagógica. La Dinámica Profesores, Alumnos, Instituciones. Madrid: Editorial Cincel S.A., 1979. Cap. 1, 3 y 4.
- FREDERICKS M.A., MUNDY P. Relations Between Social Class, Stress Anxiety Responses, Academic Achievement, and Professional Attitudes of Dental Students. En: Journal Dental Education. 1969; 33: p. 377-84.
- GARBEE W.H., ZUCKER S.B., SELBY G.R. Perceived Sources of Stress Among Dental Students. En: Journal American Dental Association. 1980; 100: p. 853-857.
- GUILFORD, J.P., Benjamín Fitcher. Estadística aplicada a la Psicología y la Educación. Bogotá: Editorial Mc. Graw-Hill Latinoamericana. 1984. p. 384.
- HARGREAVES, David. Las Relaciones Interpersonales en la Educación. Madrid: Narcea S.A. de Ediciones, 1977. Cap. 5.
- HORST, Nickel. Psicología de la Conducta del Profesor. Barcelona: Editorial Herder, 1981. Cap. 1.
- IRALA, Narciso. Eficiencia sin Fatiga. Bilbao: Editorial Mensajero, 1975. Cap. 1 al 15.
- KAGAN, Aubrey y Otros. Trabajo y Estrés. Madrid: Editorial Karpos S.A., 1977. Cap. 2, 3 y 5.
- LAZARUZ, Richard, Susan Folkman. Estrés y Procesos Cognitivos. Barcelona: Ediciones Martínez Roca S.A., 1986. Cap. 1 al 8, 11.
- MARTINEZ N.P. Assessment of Negative Effects in Dental Students. En: Journal Dental Education. 1977; 41: p. 31.
- MC. KAY, Matthew y Otros. Técnicas Cognoscitivas para el Tratamiento del Estrés. Barcelona: Editorial Martínez Roca S.A., 1985. p. 9.
- RAHE R.H., Meyer M., Smith M., Kjaer G., Holmes T.H. Social Stress and Illness Onset. En: Journal Psychosom. 1964; 8: p. 35-44.
- RUBENSTEIN L., May T., Sonn M., Batts V. Exercise, Health Habits; and Ability to Cope With Stress in First-Year Students. En: Journal Dental Education. 1986; 50: p. 51-2.
- SELYE, Hans. La Tensión en la Vida (El Estrés). Buenos Aires: Compañía General Fabril Editora S.A., 1960. Cap. 1, 11, 15, 16, 17 y 18.
- SPIELBERG, Charles. Tensión y Ansiedad. En: La Psicobiología y Tú. México: Editorial Tierra Firme S.A., 1979. Cap. 2, 3, 4 y 6.
- STUBBS, Michael y Sara Delamont. Las Relaciones Profesor-Alumno. Barcelona: Oikos-Tau S.A. Ediciones, 1978. Cap. 3, 4, 5, 7 y 9.
- STURDEVANT J.R., George J.M., Lundeen T.F. an Interactional View of Dental Student Stress. En: Journal Dental Education. 1987; 51: p. 246-49.
- TABA, Hilda. Elaboración del Currículo. Buenos Aires: Editorial Troquel, 1974. p. 211, 219 y 220.
- TEDESCO L.A., Anders P.L., David E.L., Brewer J.D. Dimensions of Student Perceptions of Dental Educational Stress. En: Journal Dental Education. 1985; 49: p. 41.
- TISDELLE D.A., Hansen D.J., St. Lawrence J.S., Brown J.C. Stress Management Training for Dental Students. En: Journal Dental Education. 1984; 48: p. 203-7.
- TROCH, Achim. El Estrés y la Personalidad. Barcelona: Editorial Herder, 1982. Cap. 2.
- VALDES, Manuel, Tomás de Flórez. Psicobiología del Estrés. Barcelona: Ediciones Martínez Roca S.A., 1985. Cap. 1.
- WEXLER M. Mental Health and Dental Education. En: Journal Dental Education. 1978; 42: p. 74-77.