

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

FACULTAD DE MEDICINA

ESCUELA DE MEDICINA



LA INFLUENCIA DE LA SALUD MENTAL SOBRE EL BAJO RENDIMIENTO
ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE DOCTORADO EN MEDICINA DE
QUINTO Y SEXTO AÑO

Presentado por

Milton Oswaldo Gómez Espinoza

Jostin Alexander Hernández Torres

Para optar por el título de

Doctor en Medicina

Asesor

Dra. Lidia Esperanza Flores López

Ciudad universitaria, San Salvador, El Salvador, 2024

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD

Rector.

M.Sc, Juan Rosa Quintanilla

Vicerrector Académico

Dra. Evelyn Beatriz Farfán

Vicerrector Administrativo

M. Sc. Roger Armando Arias

Secretario/a General

Lic. Pedri Rosalio Escobar Castaneda

Defensora de los Derechos Universitarios

Licda. Ana Ruth Avelar

Fiscal

Lic. Carlos Amílcar Serrano Rivera

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE MEDICINA

Decano

Dr. Saul Diaz peña

Vicedecano

Lic. Franklin Arnulfo Méndez

Secretario

MsC. Roberto Carlos Hernández

Director de Escuela

Dr. Douglas Alfredo Velásquez Raymundo

RESUMEN.

El presente trabajo de investigación se ha desarrollado a partir de la necesidad de comprender las causas del decremento en el rendimiento académico de los estudiantes de quinto y sexto año del Doctorado en Medicina de la Universidad de El Salvador. Esta inquietud llevó a formular diversas hipótesis con el objetivo de identificar factores subyacentes que expliquen esta problemática. Por lo tanto, Correlacional que establecen asociación entre dos o más variables, de tipo Descriptivo con enfoque cuantitativo y correspondiente al presente año, con el propósito de obtener referencias concretas y generar ideas específicas que contribuyan a clarificar las dudas sobre este fenómeno.

El principal objetivo que se propuso fue explorar la influencia de la salud mental sobre el bajo rendimiento académico de los estudiantes de doctorado en medicina de quinto - sexto año de la universidad de El Salvador entre los meses de febrero a agosto del 2024.

La investigación permitió ampliar el conocimiento en este campo y se construyó un marco teórico basado en información de fuentes altamente confiables. Se formularon hipótesis y se diseñó un instrumento de recolección de datos que permitió obtener información precisa, con el fin de corroborar suposiciones iniciales. Además, la operacionalización de las variables se realizó de manera rigurosa, estableciendo con claridad cómo cada uno de los elementos de la investigación se relaciona con los objetivos generales y específicos. Permitted mantener un enfoque claro y metodológico para responder a las preguntas planteadas al inicio, siguiendo los estándares y normas científicas para trabajos de investigación.

I. INTRODUCCIÓN

La influencia de la salud mental en el bajo rendimiento académico de los estudiantes de doctorado en medicina es un tema de gran importancia y relevancia en el ámbito académico y de la salud.

La presión y el estrés asociados con la carrera de medicina tienen un impacto significativo en la salud mental de los estudiantes, lo que a su vez puede afectar su desempeño académico. En este trabajo de graduación, describimos cómo los factores de salud mental, como la ansiedad, la depresión y el agotamiento, como estados generales y no encasillarlos específicamente como diagnósticos clínicos, pueden influir en la capacidad de los estudiantes de doctorado en medicina para llevar a cabo sus estudios de manera efectiva. Además, examinamos la importancia de abordar estos problemas de salud mental y ofrecer apoyo adecuado para garantizar el bienestar integral de los estudiantes y promover un rendimiento académico óptimo.

Abordamos el término área clínica como la etapa de la introducción de los estudiantes de medicina a las prácticas hospitalarias y a las rotaciones académicas que se llevan dentro de estas, siendo así la población que abordamos los estudiantes de quinto y sexto año, los cuales son denominados rotantes externos, ya que al ser el primer contacto con el ambiente hospitalario, nos interesa como grupo de investigación conocer el grado de adaptación y los cambios que pueden existir en la salud mental al someterse a este cambio, los cuales incluyen la capacidad de manejar el estrés, la organización, y que se puedan aplicar correctamente los métodos de estudio para maximizar dicho rendimiento académico

El rendimiento académico de los estudiantes de medicina ha sido objeto de estudio en múltiples investigaciones debido a su relevancia para la formación de profesionales de la salud. En particular, los estudiantes de quinto y sexto año enfrentan una etapa crítica en su formación, caracterizada por una mayor carga académica, la preparación para exámenes clínicos, y el inicio de prácticas profesionales. Sin embargo, en los últimos años, se ha observado un decremento en el rendimiento académico de este grupo, lo que ha generado preocupación en las instituciones educativas, ya que estos futuros médicos son los responsables de la atención sanitaria de la población.

La Universidad de El Salvador, en la Facultad de Medicina, no ha sido ajena a esta problemática. El presente trabajo de investigación surge de la necesidad de comprender las causas subyacentes que afectan el rendimiento académico de los estudiantes de doctorado en medicina en sus últimos años de formación. Este estudio se centra en identificar los factores que contribuyen al bajo rendimiento, como el estrés académico, el agotamiento emocional, la percepción de insuficiencia en habilidades y conocimientos, y el impacto de la carga académica en la salud física y mental de los estudiantes.

A través de un enfoque transversal, esta investigación tiene como objetivo proporcionar un análisis detallado de las principales causas del bajo rendimiento académico, así como proponer recomendaciones que puedan ser implementadas por los estudiantes para mejorar su

desempeño sin la necesidad de intervención profesional. Los resultados obtenidos buscan no solo ofrecer una comprensión más profunda del fenómeno, sino también servir como base para futuras intervenciones y estrategias de apoyo académico que mejoren la calidad de la formación médica.

Este estudio adquiere una importancia crítica, ya que los estudiantes de medicina de los últimos años serán los futuros médicos responsables de la atención de la salud pública en el país, y su adecuada preparación académica es esencial para garantizar un sistema de salud eficiente y de calidad.

Contenido

I. INTRODUCCIÓN	II
CAPÍTULO I.....	4
OBJETIVOS	4
1.3 Objetivos de la investigación	4
CAPÍTULO II.....	5
MARCO TEÓRICO.....	5
2. TEORÍA DEL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO	5
2.1 Estrés.....	5
2.2 Dificultades en salud mental y su relación con el rendimiento académico.....	8
2.3. Factores Psicosociales.	8
2.4 escala de estrés percibido por Sheldon cohen.	13
CAPÍTULO III.....	16
HIPÓTESIS.....	16
CAPÍTULO IV.....	17
METODOLOGÍA.....	17
4.1 Tipo de estudio:	17
4.2 Periodo de investigación	17
4.3 Universo.....	17
4.4 Muestra.....	17
4.5 Variables.....	18
4.6 Operacionalización de variable	19
4.7 Fuentes de información.....	21
4.8 Técnicas de obtención de información	21
4.9 Mecanismos de confidencialidad y resguardo de datos:	21
3.10 Procesamiento de la información.	22
4.11 CONSIDERACIONES ÉTICAS.	23
CAPÍTULO V.....	25
RESULTADOS.....	25
CAPÍTULO VI.....	35
DISCUSIÓN	35
6.1 Carga Académica y Estrés:.....	35
6.2 Impacto en la Salud y Bienestar Físico:	35
6.3 Relación entre el Estrés y la Autoevaluación de Habilidades:	35
6.4 Impacto en Relaciones Personales:	35

6.5 Desempeño Académico y Notas Promedio:	36
CAPITULO VII.....	37
CONCLUSIONES.....	37
CAPITULO VIII.....	39
RECOMENDACIONES.....	39
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.	41
ANEXOS.....	44
ANEXO 1.....	44
ANEXO 2.....	45
ANEXO 3.....	47
ANEXO 4.....	50
ANEXO 5.....	52

CAPÍTULO I

OBJETIVOS

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general:

Explorar la influencia de la salud mental sobre el bajo rendimiento académico de los estudiantes de doctorado en medicina de quinto y sexto año de la universidad de El Salvador.

1.3.2 Objetivos específicos:

- Determinar las principales causas que influyen en el bajo rendimiento académico de los estudiantes de doctorado en medicina.
- Determinar el nivel de estrés en base a la escala de estrés de Percibido por Sheldon Cohen que han adquirido los estudiantes que pasan del área básica al área clínica, así como estrés negativo y rendimiento académico.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2. TEORÍA DEL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO

2.1 Estrés

2.1.1. Etimología del término

El estrés “constituye uno de los factores psicosociales más estudiados en la actualidad, especialmente por su relación con la aparición de cierto tipo de enfermedades, el manejo y adaptación a situaciones difíciles y el desempeño en general” (Fernández, Slegrist, Rödel & Hernández, 2003 en Feldman et al. 2008, p. 740).

En un comienzo, en el siglo XIV, el término estrés fue tomado del latín *stringere*: tensar o estirar y utilizado por el idioma inglés (*Strain*: tensión) para definir la opresión, la adversidad y la dificultad (Moscoso, 1998 citado en Molina Jiménez, Gutiérrez García, Hernández Domínguez & Contreras, 2008). No es hasta su irrupción en el ámbito de la medicina que el estrés adquiere la importancia que tiene hoy en día.

Selye (1956 en Flores Ramírez, 2001) es considerado como uno de los padres del enfoque teórico de dicho término. Formuló la siguiente definición “el estrés es la respuesta no específica del cuerpo a cualquier demanda, sea está causada por, o resulte de, condiciones agradables o desagradables” (p. 74).

Él mismo resaltó que los agentes físicos nocivos no eran los únicos factores que actuaban directamente sobre el organismo produciéndolo, sino que, además, en el caso del hombre, las demandas de carácter social y las amenazas del entorno que requieren capacidad de adaptación podrían provocar dicho trastorno.

Apoyado en estas investigaciones, fue que concibió al mismo como “una respuesta adaptativa del organismo ante los diversos agentes evocadores-estresores y utilizó el término “respuesta de estrés” para referirse a la respuesta inespecífica del organismo a cualquier demanda, y el término de “estresor” o “situación estresante” para indicar el estímulo o situación que provoca una respuesta de estrés (Selye, 1936 en Bittar, 2008, p.17).

En palabras de Acosta (2002 en Martín Monzón 2007) “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”. (p. 88).

Coincidentemente, Moscoso (1988 en Martín Monzón 2007) apunta que ya en el siglo XIX Claude Bernard consideraba que lo característico del estrés eran los “estímulos estresores” o

“situaciones estresantes”, mientras que, por el contrario, durante el siglo XX Cannon, W. (1932) sostenía que lo importante era la “respuesta fisiológica” y “conductual” característica.

El mismo autor, (Martín Monzón, 2007) señala que una crítica que se le realizó a Selye desde la Psicología es la de haberse centrado en las respuestas fisiológicas, sin contemplar los factores psicológicos que median los efectos de los estresores.

2.2.1 Teorías del Estrés

La gran cantidad de estudios e investigaciones acerca del estrés que vienen sucediéndose a lo largo de estos años ha enriquecido el conocimiento del fenómeno. Así es como además de la vertiente fisiológica (que llegó de la mano de Cannon y Selye) surge su dimensión psicosocial.

Tal es así que se han identificado numerosos sucesos, elementos y características del medio ambiente social, laboral y obviamente, educativo que de distinta manera actúan en los sujetos como estresores o amortiguadores de los efectos del estrés sobre la salud y el bienestar de estos (García Muñoz, 1999).

Ivancevich y Metteson (1989 en Bittar, 2008) afirman que hay tres maneras diferentes de definir el estrés: ya sea basándose en los estímulos, en la respuesta o en la relación entre ambos.

2.2.2.1 El estrés como Estímulo

Una definición de estrés fundamentada en los estímulos conceptualiza al mismo como un “conjunto de fuerzas extremas, de variables del medio físico o social (catástrofes, pérdida de seres queridos, acumulación de contrariedades personales, presiones del trabajo y de la vida urbana) que tienen un efecto desequilibrador, transitorio o permanente, sobre la persona” (Barriga, 1992; Kahn, 1985; Peiró, 1993 en García Muñoz, 1999).

2.2.2.2 El Estrés como Respuesta

Una definición sustentada en la respuesta señalaría que el estrés “es la respuesta fisiológica o psicológica que manifiesta un individuo ante un estresor ambiental, en la cual el estresor puede consistir en un evento extremo o en una situación interna, ambos potencialmente dañinos” (Bittar, 2008, p. 17).

Esta concepción tuvo lugar en la década del 50 y se denominó Síndrome de Adaptación General (GAS: General Síndrome Adaptation) siendo el mismo “la respuesta del organismo a algo

perdido, un desequilibrio al que se debe hacer frente” (Selye, 1956, 1978 en Benítez Figueroa et al, 2007, p. 5). El mismo incluía tres fases: alarma, resistencia y agotamiento.

A su vez, Labrador y Crespo (1983 en García Muñoz, 1999) distinguen tres niveles diferentes en la respuesta del estrés.

- Nivel cognitivo: incluye los procesos subjetivos de evaluación de la situación.
- Nivel Fisiológico: refiere a la actividad de los ejes neural, neuroendocrino y endócrino.
- Nivel Motor: corresponde a las distintas formas y estrategias con las que el individuo intenta afrontar la situación.

2.2.2.3 El Estrés como relación Individuo-Ambiente

Por último, el estrés puede ser definido incluyendo tanto al estímulo como a la respuesta, en este caso el mismo, “es una respuesta adaptativa, mediada por las características individuales y/o por procesos psicológicos, la cual es a la vez consecuencia de alguna acción, de una situación o un evento extremo que plantea a la persona especiales demandas físicas o psicológicas” (Ivancevich & Matteson, 1989 en Bittar, 2008, p. 18).

Escala de estrés percibido.

A partir de la teoría transaccional del estrés (Lazarus y Folkman, 1984), Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983) construyeron la “Escala de estrés percibido” (EEP) (Perceived Stress Scale, PSS), instrumento que estima el grado en que las situaciones de la vida son valoradas como estresantes por las personas. Sus ítems interrogan sobre el grado en que las personas sienten que ejercen control sobre las situaciones impredecibles o inesperadas, o, por el contrario, las sienten como incontrolables y, en tal medida, experimentan un estrés que se traduce en malestar.

“Escala de estrés percibido” (EEP) (Perceived Stress Scale, PSS; Cohen et al, 1983), versión española de Remor y Carrobbles (2001). La EEP está formada por 14 ítems que miden el grado en que, durante el último mes, las personas se han sentido molestas o preocupadas o, por el contrario, se han sentido seguras de su capacidad para controlar sus problemas personales. La escala puntúa entre 0-56, con puntuaciones superiores indicando mayor estrés percibido. Utiliza un formato de respuesta de tipo Likert de cinco alternativas con un rango de 0 («Nunca») a 4 («Muy a menudo»). De la escala completa se han extraído los ítems que componen las versiones de 10 (1, 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11 y 14) y de 4 (2, 6, 7 y 14), ambas propuestas por los autores. Los estudios previos muestran una estructura bifactorial (Control vs. No control) y buena consistencia interna para las tres versiones (entre 0,87 y 0,91) (Pedrero Pérez y Olivar Arroyo, 2010).

Actualmente, un modelo de estrés ampliamente aceptado es el modelo transaccional de estrés y afrontamiento (Lazarus, 1966, 1990, 1991, 2000; Lazarus y Folkman, 1984, 1986). Desde este modelo no se considera el estrés como un estímulo ni como una respuesta, sino como la resultante comportamental de la relación dinámica entre los recursos disponibles de una persona para afrontar las exigencias del contexto en el que se ubica. De esta forma, si una persona evalúa las demandas del entorno como excesivas para los recursos de los que dispone, entonces percibirá que dicho entorno es una amenaza para su bienestar. Sin embargo, paradójicamente y aun siendo este modelo de estrés el más aceptado, no sirve como fundamento a muchos instrumentos de medida (Cohen, 2001).

2.2 Dificultades en salud mental y su relación con el rendimiento académico.

Según el portal de la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2022), la salud mental es un estado de bienestar en el que el individuo se da cuenta de sus propias capacidades, puede hacer frente a las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad. Actualmente existe una preocupación general sobre la salud mental de la población y especialmente de los menores. Prueba de ello son la iniciativa de la OMS sobre salud mental Universal Health Coverage for Mental Health (2019-2023) o la recientemente aprobada Estrategia de salud mental del sistema nacional de salud (2021-2026) en España, donde destaca la línea estratégica de Salud mental en la infancia y en la adolescencia.

Por un lado, las dificultades en salud mental pueden estar relacionada con el uso de los recursos digitales. El uso excesivo del móvil y/o el ordenador, puede conllevar una serie de problemas de salud mental y disminución del bienestar en alumnos de educación secundaria o a un bajo rendimiento, si su uso no es controlado por las familias (Dienlin & Johannes, 2020; Fajardo-Bullón et al., 2019; Halpern et al., 2021). De este modo, las dificultades en salud mental pueden estar también relacionadas con el RA. En esta dirección, el bajo RA está asociado a malestar en dimensiones como la autonomía, las relaciones con amigos, los sentimientos en el entorno familiar y las percepciones sobre el entorno escolar (Vitale et al., 2015), a la presencia de síntomas externalizantes y problemas de atención (Cid-Sillero et al., 2020), conductas problemáticas y problemas con los compañeros (Strom et al., 2013) e hiperactividad (Ludyga et al., 2017). De este modo, las necesidades emocionales que caracterizan la adolescencia les hacen estar comprobando sus dispositivos digitales continuamente, provocando un efecto negativo en su RA (Rosen et al., 2013), dando relevancia al impacto en el RA tanto del acceso a recursos tecnológicos como del estado emocional y conductual de los menores. Atoum et al., (2018) obtuvieron cómo el RA disminuía cuando estaban presentes las dificultades de salud mental medidas en el SDQ en adolescentes jordanos. A su vez, el fracaso escolar, las expectativas negativas de éxito académico o los problemas interpersonales con los compañeros se relacionan con un bajo RA (Vitale et al., 2015). En este sentido, una mejora del RA vendrá también ligado al grado de satisfacción psicológico y bienestar del propio alumnado (Lee et al., 2015).

2.3. Factores Psicosociales.

Los factores psicológicos, desde el punto de vista social son todos aquellos elementos de la vida que tienen influencia en alguna medida sobre la conducta del ser humano y al intervenir en él, actúan de diferentes maneras, puede ser directamente en el desempeño creativo de cada individuo de acuerdo con el contexto en el que interactúan con los demás miembros, determinando lo que puede lograr, crear o desarrollar, en sus emociones, sentimientos y acciones. Según (Papália D., 1988) “Psicosocial, es la rama que estudia la manera en que impresionamos a otros y somos influenciados por ellos, tanto en grupo como en las relaciones

íntimas”. En este sentido la teoría psicosocial ha de indagar sobre aquellos factores psicosociales que influyen en el comportamiento y conducta de los seres humanos.

Cuando los factores psicosociales afectan de manera negativa depende en buena medida de la forma en la que cada individuo haga su propia valoración, ya que cada sujeto se desarrolla de acuerdo a su propio entorno, los efectos se encuentran más visibles en el área formativa y se reflejan en el rendimiento académico de cada estudiante, muchos estudios realizados en el área educativa, muestran que la familia es parte fundamental en el proceso académico y es que el currículo nacional al igual la toma como parte de los procesos de enseñanza aprendizaje.

El rendimiento académico también depende del contexto en el que se desarrolle la familia y el estudiante, ya que es importante la percepción que los jóvenes tengan acerca de la valoración positiva o negativa de su familia hacia ellos, su percepción del apoyo que sus familiares les proporcionen, la percepción de los padres acerca de las tareas, sus expectativas, su comunicación con los estudiantes y su preocupación por ellos. Es de suma importancia el estudio de las semejanzas y diferencias entre el contexto familiar y el contexto escolar, que apuntan a las consecuencias donde las diferencias entre tales contextos pueden tener sobre el proceso educativo. Es relevante la manera en que percibe el estudiante su ambiente familiar y su dinámica, la importancia que sus padres le dan al estudio en casa, a las tareas en equipo, al tiempo que pasa en la escuela, al apoyo familiar, a su percepción acerca de las capacidades y habilidades de los hijos, además del apoyo económico que la familia le proporcione para solventar las necesidades, que se presentan durante el proceso formativo. Entonces el contexto familiar del estudiante determina los aspectos económicos, sociales y culturales que llegan a limitar o favorecer su desarrollo personal y educativo. La actitud que los padres transmiten a sus hijos hacia la educación, la cultura, los profesores y la escuela ejerce gran influencia en su proceso de aprendizaje. Los factores psicosociales que actúan en la conducta y/o comportamiento del ser humano, han determinado el éxito o el fracaso escolar, condicionado por las diferencias individuales, la capacidad intelectual, con la que cada individuo actúa y reacciona ante diferentes problemáticas personales y/o académicas.

El factor socioeconómico, tiene su origen en la situación económica de la familia repercute en el estudiante cuando al no ser cubiertas las necesidades primarias de aquélla, la educación o las tareas escolares son devaluadas y se da prioridad al trabajo remunerado: por lo tanto, la familia exige al estudiante que ayude económicamente para resolver dichas necesidades y que “no pierda el tiempo” estudiando. Asimismo, hay estudiantes con hijos, por lo que sus obligaciones prioritarias son otras, o estudiantes que, aunque no trabajan fuera de casa, se encargan de todas las labores domésticas, y en ocasiones de la crianza de sus hermanos más pequeños, inclusive, sobre todo las mujeres.

2.3.1 La Motivación

La motivación es esa fuerza psicológica que reúne el conjunto de razones por las cuales se pueden comprender los comportamientos de una persona es esa combinación de procesos intelectuales, fisiológicos y psicológicos que hacen decidir, en una situación dada, con que

vigor se actúa y en qué dirección se en causa la energía. La motivación humana por tanto es compleja y abarca aspectos entre las dimensiones: económica, intelectual, espiritual, educativa, entre otras, además de ello evoluciona con la persona de acuerdo a múltiples factores externos e internos. Entonces la motivación es un constructo hipotético usado para explicar el inicio, dirección, intensidad y persistencia de la conducta dirigida a un objetivo (Thomas L. Good; Jere Brophy) es decir que la motivación no es más que un proceso mental en el que el ser humano determina la dirección e intensidad con la que acciona, como respuesta física a dicho proceso. Bajo esta postura surgen inmediatamente interrogantes inherentes a la motivación humana como: ¿Qué motiva o desmotiva a una persona? Sin duda alguna esta es una pregunta que tiene muchas respuestas; pero hay muchos especialistas, que coinciden con la aseveración que la motivación implica directamente la cognición y la emoción, es decir el conocimiento que el individuo tiene y el que adquiere y las emociones de este, que han de estar determinadas por una serie de factores psicosociales, económicos, ambientales, entre otros.

Las teorías que indagan sobre la motivación humana son muy variadas, más, sin embargo, todas coinciden en que esta, está determinada o influenciada por ciertos factores internos y externos a la persona y por tanto condiciona sus manifestaciones físicas y/o mentales. Habiendo definido la motivación humana y sus implicaciones en la conducta de este, se puede explicar cómo influye en los procesos educativos y formativos del ser humano, dicho de otra forma, cómo la motivación influye en rendimiento académico del estudiante y cuáles son sus manifestaciones o implicaciones dentro del proceso enseñanza aprendizaje. Dos variables íntimamente ligadas a la motivación son el interés del alumnado y su nivel de aspiraciones, esto significa que en la medida en que un estudiante muestra más interés por lo que realiza y sus aspiraciones se combinan a sus posibilidades, estará más motivado y esto redundará en un mejor rendimiento académico.

2.3.2 El Desinterés

La sociedad salvadoreña, presenta niveles críticos de bajo rendimiento académico, según los informes presentados, por el Ministerio de Educación, en relación con el año 2010. Comprender dicho fenómeno, requiere de un estudio, que determine el origen de las actitudes y comportamiento de los educandos para afrontar sus procesos formativos; Desde una perspectiva psicológica, se consideran aquellos factores que inciden en la motivación y voluntad del estudiante, para aprender y asimilar los contenidos educativos, dicho de otra manera, es indagar sobre aquellos elementos que hacen que el educando manifieste desinterés por su propio proceso educativo, dando como resultado una bajo rendimiento académico.

La realidad del ser humano es cambiante y dinámica, en relación con el contexto económico, político y social que le rodea, dichos elementos representan nuevos desafíos que llevados a la realidad educativa se convierten en una amalgama⁹ de problemas que inhiben las capacidades psicológicas, intelectuales, físicas, emocionales y otras, de los educandos, lo cual deriva en un bajo rendimiento académico.

La pérdida del interés académico de los y las estudiantes por sus propios procesos escolares, está determinado por una serie de factores o elementos internos y externos al educando, que causan en la psiquis de éste una sensación de rechazo o indefensión a los procesos educativos, de los cuales forman parte. Dicha pérdida del interés por parte del educando se manifiesta a través de la conducta y acciones de estos, las cuales pueden ser: llegadas tarde a la clase, no entregar tareas, no prestar atención en clases, retirarse antes de terminar la clase, no poner esmero en las tareas realizadas, entre otras.

Entonces los factores psicosociales que determinan el desinterés de los educandos por sus procesos educativos son categorizados de la siguiente forma:

Sociales:

- Cultura de la inmediatez. Implica conseguir resultados en el momento presente con gratificaciones inmediatas. Sin tener en cuenta que la educación exige un proceso a largo plazo.
- No se valora la educación. Existen ciertos contextos en los que la educación se relega a un plano secundario, dado que cobran mayor relieve los aspectos económicos. En determinados lugares la agresividad y la competitividad se consideran valores.
- La exigencia de los derechos y el olvido de las obligaciones.

Familiares:

- Bajas expectativas de los padres respecto al rendimiento escolar de sus hijos.
- Diferencia entre los niveles educativos de los padres y de los hijos.
- Falta de exigencia y hábitos de estudio en el ámbito familiar.
- Desinterés y despreocupación de los padres por los aspectos educativos de los hijos.
- Interés en la promesa de algún viaje al extranjero para superar las condiciones de vida.

Académicos:

- Promoción automática de curso, sin alcanzar los niveles básicos exigidos.
- Expectativas bajas del profesor sobre el alumnado.
- Autoconcepto académico negativo del alumno.
- Segregación u olvido de algún alumno, (que pasa desapercibido).
- Inadecuación curricular y pocas propuestas metodológicas.
- Jóvenes que acceden a la escuela procedentes de otras culturas con niveles educativos diferentes.
- Ausentismo por parte del educando.
- (Carga curricular del estudiante) éste es un factor que se vuelve relevante, al considerar el pensum del educando como un punto fundamental en el proceso de enseñanza aprendizaje, ya que depende del número de asignaturas que tenga la opción de estudio en la que se encuentre el estudiante, para definir los niveles de exigencia académica que éstos tengan en relación con su proceso formativo, es decir que la carga académica y el rendimiento del educando se encuentran estrechamente relacionados.

Es por ello por lo que el desinterés escolar no es un fenómeno estático ni desconocido, tiene un destino dinámico que muestra muchas caras, como la pasividad y la apatía.

2.3.3 Las Distracciones

Las distracciones son un factor que incide en el rendimiento académico del educando, ya que pueden influir en la forma en la que los jóvenes se desenvuelven en su contexto social, cultural, religioso, emocional y sobre todo educativo, son parte de la construcción a largo plazo de la personalidad de los estudiantes. Los conflictos que pueden generarse son inevitables en las relaciones humanas y la relación maestro-alumno no es la excepción. Los maestros siguen enfrentándose a conflictos con los alumnos, algunos sin importancia debido a las distracciones o desinterés que puedan presentar durante el proceso enseñanza aprendizaje.

Los conflictos resultan tan frecuentes y en muchos de los casos éstos son el resultado del vacío existencial que los y las jóvenes disimulan comprando una serie de aparatos electrónicos y otras similitudes, con los cuales se facilita insertarse en determinados grupos de amigos, lo cual deriva eminentemente en un distractor para él o la estudiante. Esto problemática es ampliamente discutible, ya que algunos elementos en manos de los jóvenes se convierten en un problema que provoca se distraigan de su estudio. Entonces conocer cuáles son los elementos que distraen al educando, se convierte en una eminente necesidad.

La atención juega un papel importante en el aprendizaje, por lo que no es posible que los estudiantes no aprendan un contenido teórico o comprenderlo si no son capaces de aplicar un poco la atención; razón por la que el docente debe hacer lo posible para que no existan otros estímulos que intervengan en la atención del alumnado. En ese proceso cognoscitivo se debe considerar que existen muchos factores que no permiten finalizar el aprendizaje cuando se presta atención a cualquier actividad.

Los distractores son los causantes de perturbar a los educandos en el proceso de enseñanza aprendizaje, ya que, en esta etapa de desarrollo del joven, éste se interesa por diferentes culturas, aparatos electrónicos, entre otros que no son tiene que ver con el desarrollo del proceso académico en el que ello está inmerso. Se pueden considerar dos tipos de distractores que intervienen con mayor frecuencia, como lo son los distractores internos y externos que afectan de manera negativa.

Como distractores internos se considera cualquier forma de conservación extraña que incluyen frases negativas hacia si mismo, gran parte de éstas son parte de un proceso mental que se manifiesta en rendimiento académico mediante los sentimientos, actitudes, aptitudes y otros factores que determinan si el educando alcanza o no las competencias académicas necesarias y exigidas en el proceso educativo.

Entre los distractores internos que principalmente influyen en el educando, se pueden identificar:

- Distractores Internos:
- El sueño
- Cansancio
- Conflictos personales: con la novia, los amigos, la familia, problemas económicos.
- Falta de motivación personal

Por otra parte, se encuentran impidiendo el aprendizaje los distractores externos que son estímulos que entran por los sentidos y ocasionan que el alumno pierda la concentración, incluyendo cualquier cosa exterior que sirva para distorsionar el foco de atención del educando. Estos no solo se disfrazan entre el ambiente, sino también son difíciles de eliminarlos, debido a que pueden cambiar de forma y adaptarse mientras se desarrollan los nuevos aprendizajes.

Distractores externos:

- El ambiente.
- Inseguridad ciudadana
- Mobiliario y equipo
- Teléfono
- Internet: redes sociales
- Ruido: voces, música
- La excesiva dificultad de la materia
- La metodología a la que recurren los docentes
- La alimentación.

2.4 escala de estrés percibido por Sheldon cohen.

El Inventario de Estrés Percibido (Perceived Stress Scale, PSS), desarrollado por Sheldon Cohen en 1983, es una herramienta psicológica ampliamente utilizada en investigaciones sobre el estrés. Este cuestionario fue diseñado para medir el grado en el que las personas perciben que sus vidas son impredecibles, incontrolables y sobrecargadas en términos de estrés. A diferencia de otros instrumentos que evalúan el número o intensidad de eventos estresantes, el PSS se centra en la percepción subjetiva del individuo respecto al estrés que experimenta en su vida diaria. Esta percepción es crucial, ya que numerosos estudios han demostrado que la percepción del estrés puede tener efectos significativos sobre la salud física y mental del individuo. En el ámbito académico, esta escala se ha utilizado para analizar el impacto del estrés en estudiantes, especialmente en aquellos que presentan bajo rendimiento académico.

2. Estructura y Funcionamiento del PSS

El PSS original cuenta con 14 ítems, pero también existen versiones de 10 y 4 ítems, siendo la de 10 ítems la más comúnmente utilizada en estudios aplicados. Cada ítem evalúa la frecuencia

de pensamientos y sentimientos relacionados con el estrés en las últimas semanas, en una escala de cinco puntos que va de "nunca" a "muy a menudo". La puntuación total se obtiene sumando las respuestas, lo cual permite clasificar el nivel de estrés percibido en bajo, medio o alto. Esta escala permite explorar cómo la persona percibe la presión de las demandas que enfrenta en su vida, y cómo cree estar respondiendo a estas.

3. Importancia de la Percepción del Estrés en el Rendimiento Académico

El rendimiento académico está influido por múltiples factores, entre los cuales el estrés percibido juega un rol fundamental. La percepción de estrés está directamente relacionada con la capacidad del estudiante para afrontar y responder de manera efectiva a las demandas académicas. Los estudiantes que perciben altos niveles de estrés suelen presentar dificultades para concentrarse, una disminución en la retención de información y problemas para mantener la motivación. Estos factores, a su vez, pueden conducir a un bajo rendimiento académico.

Investigaciones recientes sugieren que los estudiantes que perciben el estrés como incontrolable e impredecible tienden a experimentar mayores dificultades para enfrentarse a situaciones académicas exigentes. Esto puede deberse a que estos estudiantes interpretan las demandas académicas como una amenaza a su bienestar y no como desafíos manejables. Además, el alto estrés percibido está vinculado a un agotamiento emocional que disminuye la capacidad de los estudiantes para utilizar habilidades de afrontamiento positivas, como la planificación o la búsqueda de apoyo social.

4. Aplicación del PSS en el Contexto Académico

El PSS ha sido ampliamente utilizado para investigar el impacto del estrés en estudiantes, especialmente en aquellos con bajo rendimiento académico. Este instrumento permite identificar el nivel de estrés que experimenta el estudiante y su percepción sobre su habilidad para manejar las demandas académicas. En este contexto, el PSS facilita la identificación de aquellos estudiantes que podrían beneficiarse de intervenciones diseñadas para mejorar su capacidad de afrontar el estrés.

Algunas de las fuentes de estrés en el ámbito académico incluyen la carga de tareas, los plazos ajustados, la presión para obtener buenos resultados y la competencia académica. Cuando los estudiantes perciben que no tienen los recursos necesarios para enfrentar estas demandas, el estrés aumenta, lo cual puede llevar a una disminución en la productividad y el rendimiento académico.

5. Estrategias de Intervención para Reducir el Estrés en Estudiantes

Los resultados obtenidos del PSS pueden ser de gran utilidad para diseñar intervenciones que ayuden a reducir el estrés percibido en estudiantes. Entre las estrategias de intervención más comunes están el desarrollo de habilidades de manejo del tiempo, la enseñanza de técnicas de relajación (como la respiración profunda y la meditación) y el fomento de una red de apoyo

social. Estas intervenciones pueden ayudar a los estudiantes a reinterpretar las demandas académicas de una manera menos amenazante y a desarrollar recursos internos para enfrentar el estrés.

(ver anexo 3)

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS.

Los estudiantes de doctorado en medicina de quinto y sexto año que presentan altos niveles de estrés académico tendrán un rendimiento académico significativamente más bajo durante el período de estudio, en comparación con aquellos que presentan niveles más bajos de estrés.

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA.

4.1 Tipo de estudio:

Correlacional que establecen asociación entre dos o más variables con enfoque cuantitativo

4.2 Periodo de investigación

De febrero a agosto del año 2024

periodo de reevaluación para ejecución de la investigación junio a septiembre del año 2024.

4.3 Universo

Universo: son todos los estudiantes activos de quinto y sexto año de doctorado en medicina que lleven carga completa y parcial de las materias de dichos años, que en total suman 482 estudiantes (información oficial obtenida por dirección de escuela de universidad de El Salvador)

4.4 Muestra

Para calcular el tamaño de la muestra se necesita tener en cuenta varios factores, como el nivel de confianza deseado, el margen de error aceptable y la variabilidad de la población.

Para la investigación se utiliza un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, para lo cual se hace uso de la fórmula para muestreo y poder calcular la muestra de sujetos a investigar para una población finita

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot (1-p)}{(N-1) \cdot E^2 + Z^2 \cdot p \cdot (1-p)}$$

<

Donde:

- n es el tamaño de la muestra necesario.
- N es el tamaño de la población (en tu caso, 482 estudiantes).
- Z es el valor z correspondiente al nivel de confianza deseado (por ejemplo, para un nivel de confianza del 95%,
- $Z=1.96$

- p es la proporción estimada de la población que tiene la característica que estás estudiando. Si no tienes una estimación previa, puedes usar 0.5 para obtener el tamaño máximo de muestra (que es el caso más conservador).
- E es el margen de error deseado en términos de proporción (por ejemplo, 0.05 para un margen de error del 5%)

$$n = \frac{482 \cdot 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot (1-0.5)}{(482-1) \cdot 0.05^2 + 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot (1-0.5)}$$

$$n = \frac{482 \cdot 3.8416 \cdot 0.25}{481 \cdot 0.0025 + 3.8416 \cdot 0.25}$$

$$n = \frac{465.4928}{1.2034 + 0.9604}$$

$$n = \frac{465.4928}{2.1638}$$

$$n \approx 215.09$$

Entonces, se necesita una muestra de alrededor de 215 estudiantes para tener un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5% según los estándares establecidos para trabajos de investigación

4.5 Variables

Para investigar el tema de "La influencia de la salud mental sobre el rendimiento académico de los estudiantes de doctorado en medicina de quinto y sexto año de la Universidad de El Salvador en el período comprendido de febrero a agosto del año 2024", se necesita diseñar un estudio que incluya varios indicadores relevantes, entre los cuales se ha identificado los siguientes:

- carga académica
- expectativa sobre el rendimiento académico
- dificultad para poder concentrarse
- problemas de conciliación del sueño.
- nivel de ansiedad
- inseguridad sobre las habilidades y conocimientos
- estado de ánimo debido al estrés.
- relaciones personales.
- percepción de síntomas somáticos.
- agotamiento físico-mental.

4.6 Operacionalización de variable

Objetivo General:

Explorar la influencia de la salud mental sobre el bajo rendimiento académico de los estudiantes de doctorado en medicina de quinto y sexto año de la Universidad de El Salvador.

Variables	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítem
Salud mental (Variable Independiente) Estrés (sobre rendimiento académico) (independiente)	El estado de equilibrio social y conductual de una persona en su entorno sociocultural.	-Componente Cognoscitivo -Componente de adaptación -Componente anímico -Componente conductual -Componente físico	-Expectativas sobre el rendimiento académico -Problemas de conciliación del sueño -Nivel de ansiedad -Estado de ánimo asociado a estrés -Relaciones personales -Percepción de síntomas somáticos	1 2 3 4 5 6

Bajo rendimiento académico (Variable Dependiente)	Se define cuando los promedios generales obtenidos se encuentran por debajo de lo requerido	-Componente educativo	-Carga académica	7
		-Componente autodidacta	-Dificultad para concentración	8
		-Componente físico	-Inseguridad sobre habilidades y destrezas	9
			-Agotamiento físico y mental	10

4.7 Fuentes de información

1. Encuestas: Se diseñó una encuesta con preguntas específicas relacionadas con la salud mental y el rendimiento académico de los estudiantes. Pueden incluir preguntas sobre el nivel de estrés, ansiedad, depresión, calidad del sueño, hábitos de estudio, desempeño académico, entre otros.
2. Escalas de medición de salud mental: Utilizaremos escalas validadas para medir diferentes aspectos de la salud mental, como la Escala de Depresión de Beck, la Escala de Ansiedad de Zung, el Inventario de Estrés Percibido por Sheldon Cohen en 1983 del cual se basa por entero esta investigación, debido a que las otras escalas solo se tomaron como referencias bibliográficas y no como pleno para la investigación, no se tomarán temas como ansiedad ni depresión. Estas escalas pueden proporcionar una evaluación cualitativa de la salud mental de los estudiantes.

4.8 Técnicas de obtención de información

4.8.1 Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto y sexto año de doctorado en medicina-

- Se obtendrá la aprobación ética para llevar a cabo la investigación.
- Se diseñarán los instrumentos de recolección de datos y se realizará una prueba piloto para garantizar su validez y fiabilidad.
- Se contactará a la dirección de escuela de la Universidad de El Salvador para obtener permiso para acceder a los listados oficiales de los estudiantes para tener un 99% de confianza en el tamaño del universo y la población.
- Se reclutará a los participantes de manera voluntaria y se les solicitará su consentimiento informado.
- Se llevará a cabo la recolección de datos a través de encuestas, análisis de interpretaciones de las escalas de medición seleccionadas
- Se analizarán los datos utilizando técnicas estadísticas apropiadas.
- Se redactará un informe final que presente los hallazgos de la investigación y se propondrán recomendaciones basadas en los resultados obtenidos.

4.9 Mecanismos de confidencialidad y resguardo de datos:

La prueba diagnóstica que utilizaremos será la encuesta, usando como base la prueba de la escala de estrés percibido creada por sheldon cohen y colaboradores, la cual fue diseñada para evaluar el grado en que las situaciones de la vida cotidiana son percibidas como estresantes por los individuos. La tomamos como ejemplo para poder crear una encuesta adaptada y enfocada a nuestro tema, tomando valores que van desde el 1 significando: nunca; hasta 5 significando: siempre.

Los estudiantes pueden responder a cada ítem basándose en su experiencia personal. Este tipo de escala adaptada permite evaluar específicamente el nivel de estrés relacionado con los

estudios de Doctorado en Medicina y puede ser útil para identificar áreas de intervención y apoyo para mejorar el bienestar mental y el rendimiento académico de los estudiantes.

Resultados esperados

1. Correlación entre salud mental y rendimiento académico: Se espera encontrar una correlación significativa entre los niveles de salud mental de los estudiantes y su rendimiento académico. Esto podría mostrar que los estudiantes con mejor salud mental tienden a tener un rendimiento académico más alto y viceversa.
2. Identificación de factores de riesgo: Se espera identificar los factores de riesgo específicos relacionados con la salud mental que afectan negativamente el rendimiento académico de los estudiantes. Estos podrían incluir niveles elevados de estrés, ansiedad, depresión, problemas de sueño, entre otros.
3. Impacto de la salud mental en áreas específicas del rendimiento académico: Se espera analizar cómo afecta la salud mental a diferentes aspectos del rendimiento académico, como el desempeño en exámenes, la finalización de tareas, la participación en clase y la retención de información.
4. Percepciones y experiencias de los estudiantes: Se espera obtener información sobre las percepciones y experiencias de los estudiantes con respecto a cómo su salud mental afecta su rendimiento académico. Esto podría incluir cómo gestionan el estrés, qué recursos utilizan para mantener su bienestar mental y cómo creen que la universidad podría apoyarlos mejor.

3.10 Procesamiento de la información.

Se hará el procesamiento de la información usando métodos estadísticos, programas de computación como Excel y uso otros tipos de programas con el fin de tener datos lo más cercanos a nuestra investigación.

El procesamiento de la información se hará de la siguiente manera.

1. Recopilación de datos: Se recopilan datos relevantes sobre la salud mental y el rendimiento académico de los estudiantes de Doctorado en Medicina. Esto puede incluir información sobre síntomas de ansiedad, niveles de estrés percibido, calidad del sueño, rendimiento en exámenes, capacidad de retención de la información aprendida, entre otros.
2. Análisis de datos: Los datos recopilados se analizan para identificar patrones, tendencias y relaciones entre la salud mental y el rendimiento académico. Esto puede implicar el uso de técnicas estadísticas como análisis de correlación, regresión, análisis de varianza, entre otros, para determinar la fuerza y la dirección de las asociaciones entre variables.
3. Interpretación de resultados: Se interpretan los resultados del análisis de datos para comprender la influencia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes de Doctorado en Medicina. Esto puede incluir la evaluación del efecto de la salud mental en el

bajo rendimiento académico y la exploración de posibles mecanismos subyacentes que expliquen esta relación.

4. Elaboración de conclusiones: Se elaboran conclusiones basadas en los resultados del análisis de datos y la interpretación de estos. por qué la salud mental afecta el rendimiento académico de los estudiantes de Doctorado en Medicina, así como la identificación de implicaciones prácticas y recomendaciones para intervenciones y políticas.

5. Comunicación de hallazgos: Los hallazgos del estudio se comunican a través de informes de graduación presentados, tablas e interpretación del conocimiento adquirido en la investigación. Esto permite compartir el conocimiento generado con la comunidad académica y profesional y contribuir al avance del campo.

4.11 CONSIDERACIONES ÉTICAS.

Cuando se investiga el tema de la influencia de la salud mental sobre el bajo rendimiento académico de los estudiantes de Doctorado en Medicina de quinto y sexto año, es crucial tener en cuenta diversas consideraciones éticas para garantizar la protección y el respeto hacia los participantes del estudio. A continuación, se presentan algunas de las consideraciones éticas más importantes:

4.11.1 Consentimiento informado

Descripción:

Voluntariedad: Los participantes deben ser informados de que su participación es completamente voluntaria y que pueden retirarse del estudio en cualquier momento sin consecuencias negativas.

Información completa: Los participantes deben recibir una explicación clara y completa sobre los objetivos del estudio, los procedimientos, los posibles riesgos y beneficios, y cómo se manejan sus datos.

Firma del consentimiento: Se debe obtener el consentimiento por escrito de cada participante antes de comenzar el estudio, por lo que se realizará encuesta utilizando los medios electrónicos para mejor privacidad y sin colocar nombre de los participantes.

4.11.2 Confidencialidad y privacidad

Descripción:

Protección de datos: Los datos personales y de salud de los participantes deben ser tratados con la más estricta confidencialidad.

Anonimato: Siempre que sea posible, los datos deben ser anonimizados para proteger la identidad de los participantes.

Acceso restringido: Solo los investigadores directamente involucrados en el estudio deben tener acceso a la información personal de los participantes.

4.11.3 Beneficencia

Descripción:

Maximización de beneficios: El estudio debe estar diseñado de manera que los beneficios potenciales para los participantes y la sociedad sean maximizados.

Apoyo adicional: Si durante el estudio se identifica que un participante está experimentando problemas significativos de salud mental, se le debe ofrecer apoyo adicional y, si es necesario, referir a servicios de salud mental adecuados.

4.11.4 Justicia

Descripción:

Selección equitativa: La selección de los participantes debe ser justa y no debe discriminar a ningún grupo. Todos los estudiantes de Doctorado en Medicina de quinto y sexto año deben tener la misma oportunidad de participar.

No explotación: Los participantes no deben ser explotados. La investigación debe llevarse a cabo con respeto y consideración hacia todos los participantes.

4.11.5 Integridad científica

Descripción:

Transparencia: Los resultados del estudio deben ser reportados de manera honesta y transparente, sin manipulación de datos.

Revisión ética: El estudio debe ser revisado y aprobado por un comité de ética en investigación para asegurar que cumple con todas las normativas y principios éticos.

CAPÍTULO V

RESULTADOS.

Tabla 1

Siento que la carga académica es abrumadora.

Resultado	Frecuencia	porcentaje
Nunca	24	12%
A veces	42	20%
Con frecuencia	77	37%
Casi siempre	44	21%
Siempre	20	10%
total	207	100%

-Datos recolectados del instrumento de investigación. Elaborado por equipo de investigación

En relación con la tabla 1, los resultados indican que el 37% de los encuestados seleccionaron la opción "con frecuencia", lo que sugiere que una proporción significativa de los estudiantes se siente frecuentemente abrumada por la cantidad de trabajo y la carga académica. El 21% de los participantes optaron por la opción "casi siempre", lo que indica que este grupo percibe la carga académica como consistentemente alta. Un 20% de los encuestados eligió "a veces", lo que podría interpretarse como una percepción moderada de la carga académica. El 12% seleccionó "nunca", lo que sugiere que estos estudiantes no experimentan una carga académica significativa, mientras que solo el 10% reportó que "siempre" consideran que la carga académica excede sus capacidades

Tabla 2

Me preocupa constantemente no alcanzar las expectativas académicas.

Resultado	Frecuencia	porcentaje
Nunca	20	10%
A veces	52	25%
Con frecuencia	70	34%
Casi siempre	46	22%
Siempre	19	9%
total	207	100%

-Datos recolectados del instrumento de investigación. Elaborado por equipo de investigación

En la tabla 2, los resultados muestran que el 34% de los encuestados seleccionaron la opción "con frecuencia", lo que indica que un número considerable de estudiantes se preocupa regularmente por no cumplir con las expectativas académicas. El 25% optó por la opción "a veces", lo que sugiere que este grupo experimenta una preocupación moderada en relación a alcanzar dichas expectativas. Un 22% eligió "casi siempre", lo cual refleja un alto nivel de preocupación en este grupo por no cumplir con los estándares académicos. Por otro lado, el 10% de los encuestados indicó que no se sienten abrumados por las expectativas académicas, y finalmente, un 9% seleccionó "siempre", lo que sugiere que este grupo siente de manera constante que no alcanzará las expectativas académicas.

Tabla 3

Tengo dificultades para concentrarme en mis estudios debido al estrés.

Resultado	Frecuencia	porcentaje
Nunca	23	11%
A veces	49	24%
Con frecuencia	75	36%
Casi siempre	48	23%
Siempre	12	6%
total	207	100%

-Datos recolectados del instrumento de investigación. Elaborado por equipo de investigación

En la tabla 3, los resultados indican que el 36% de los encuestados seleccionaron la opción "con frecuencia", lo que sugiere que el estrés afecta de manera recurrente su capacidad de concentración. El 24% respondió "a veces", lo cual indica que el impacto del estrés en su concentración es moderado. Un 23% de los participantes eligió "casi siempre", reflejando que este grupo experimenta una afectación constante en su capacidad de concentración debido al estrés. Por otro lado, el 11% de los encuestados seleccionó "nunca", lo que sugiere que no perciben ninguna interferencia del estrés en su concentración, mientras que solo el 6% reportó que "siempre" se ven afectados por el estrés para concentrarse.

Tabla 4

Experimentó problemas para dormir debido a la presión académica.

Resultado	Frecuencia	porcentaje
Nunca	29	14%
A veces	64	31%
Con frecuencia	70	34%
Casi siempre	35	17%
Siempre	9	4%
total	207	100%

-Datos recolectados del instrumento de investigación. Elaborado por equipo de investigación

En la tabla 4, los resultados revelan que el 34% de los encuestados seleccionaron la opción "con frecuencia", lo que sugiere que estos individuos experimentan problemas para conciliar el sueño debido a la presión académica en alguna medida. Un 31% respondió "a veces", lo que indica que este grupo tiene dificultades para dormir solo de manera ocasional. El 17% de los participantes eligió "casi siempre", lo cual refleja que presentan problemas constantes para dormir. Por otro lado, el 14% indicó no experimentar problemas de sueño, mientras que el 4% reportó que "siempre" tienen dificultades para conciliar el sueño, hasta el punto de no poder descansar hasta llegar a la extenuación.

Tabla 5

Me siento ansioso o nervioso antes de los exámenes o evaluaciones importantes.

Resultado	Frecuencia	porcentaje
Nunca	25	12%
A veces	50	24%
Con frecuencia	80	39%
Casi siempre	31	15%
Siempre	21	10%
total	207	100%

-Datos recolectados del instrumento de investigación. Elaborado por equipo de investigación

En la tabla 5, los resultados muestran que el 39% de los encuestados seleccionaron la opción "con frecuencia", lo que indica que este grupo experimenta ansiedad o nerviosismo antes de exámenes o evaluaciones de manera recurrente. Un 24% eligió la opción "a veces", lo que sugiere que, aunque este grupo experimenta nerviosismo, no alcanza el nivel de ansiedad significativa. Un 15% optó por "casi siempre", lo que refleja que estos estudiantes suelen experimentar un nivel moderado de ansiedad y nerviosismo antes de evaluaciones. Por otro lado, el 12% de los encuestados reportó que "nunca" ha experimentado ansiedad o nervios antes de una evaluación, mientras que el 10% seleccionó la opción "siempre", lo que sugiere que este grupo enfrenta ansiedad y nervios de manera constante antes de pruebas importantes.

Tabla 6

Siento que mis habilidades y conocimientos no son suficientes para tener éxito en el programa de Doctorado.

Resultado	Frecuencia	porcentaje
Nunca	23	11%
A veces	65	31%
Con frecuencia	69	33%
Casi siempre	37	18%
Siempre	13	6%
total	207	100%

-Datos recolectados del instrumento de investigación. Elaborado por equipo de investigación

En la tabla 6, los resultados indican que el 33% de los encuestados seleccionaron la opción "con frecuencia", lo que sugiere que estos estudiantes perciben recurrentemente que sus habilidades y conocimientos no son completamente suficientes para alcanzar el éxito en su carrera. Un 31% respondió "a veces", lo que indica que este grupo, solo en ciertas ocasiones, siente que no cumplen con las expectativas en cuanto a sus habilidades o conocimientos. Un 18% eligió "casi siempre", lo que refleja una sensación persistente de insuficiencia en relación a los requerimientos de la carrera. Por otro lado, el 11% de los encuestados reportó "nunca" haber experimentado esa sensación de insuficiencia, mientras que el 6% seleccionó la opción "siempre", lo que sugiere que estos estudiantes experimentan de manera constante que la carrera es demasiado agobiante y demandante en términos de conocimiento

Tabla 7

Me encuentro irritable o de mal humor debido al estrés académico.

Resultado	Frecuencia	porcentaje
Nunca	34	16%
A veces	64	31%
Con frecuencia	70	34%
Casi siempre	33	16%
Siempre	6	3%
total	207	100%

-Datos recolectados del instrumento de investigación. Elaborado por equipo de investigación

En la tabla 7, los resultados muestran que el 34% de los encuestados seleccionaron la opción "con frecuencia", lo que indica que estos estudiantes experimentan irritabilidad debido al estrés académico de manera regular. Un 31% respondió "a veces", lo que sugiere que este grupo solo ocasionalmente siente irritabilidad o mal humor asociado con el estrés académico. Por otro lado, un 16% de los encuestados reportó que "nunca" experimentan irritabilidad debido al estrés, mientras que otro 16% indicó que "siempre" se encuentran irritados o de mal humor como consecuencia directa del estrés académico.

Tabla 8

Siento que mis relaciones personales se ven afectadas por las demandas del programa de Doctorado.

Resultado	Frecuencia	porcentaje
Nunca	32	15%
A veces	58	28%
Con frecuencia	67	32%
Casi siempre	40	19%
Siempre	10	5%
total	207	100%

-Datos recolectados del instrumento de investigación. Elaborado por equipo de investigación

En la tabla 8, los resultados revelan que el 32% de los encuestados seleccionaron la opción "con frecuencia", lo que sugiere que estos estudiantes experimentan un impacto significativo en sus relaciones personales debido al programa académico. Un 28% respondió "a veces", indicando que su vida personal se ve afectada de manera ocasional por la carga académica. Un 19% optó por "casi siempre", lo que refleja que este grupo siente que sus relaciones personales se ven afectadas de manera habitual por la carga académica. En contraste, el 15% de los encuestados reportó "nunca" haber experimentado un impacto en su vida personal, mientras que solo el 5% seleccionó "siempre", indicando que estos estudiantes perciben un impacto constante y significativo en sus relaciones personales debido a las demandas académicas.

Tabla 9

Experimentó síntomas físicos como dolores de cabeza o problemas estomacales debido al estrés relacionado con los estudios.

Resultado	Frecuencia	porcentaje
Nunca	30	14%
A veces	57	28%
Con frecuencia	74	36%
Casi siempre	30	14%
Siempre	16	8%
total	207	100%

-Datos recolectados del instrumento de investigación. Elaborado por equipo de investigación

En la tabla 9, los resultados indican que el 36% de los encuestados seleccionaron la opción "con frecuencia", lo que sugiere que estos estudiantes experimentan síntomas físicos como resultado del estrés académico de manera regular. Un 28% respondió "a veces", indicando que ocasionalmente sienten síntomas físicos, tales como dolores de cabeza o malestar estomacal, debido al estrés. Un 24% eligió "casi siempre", lo que refleja que este grupo presenta síntomas físicos de dolor con frecuencia como consecuencia del estrés académico. En contraste, el 14% de los encuestados reportó "nunca" haber experimentado síntomas físicos relacionados con el estrés, mientras que solo el 8% seleccionó "siempre", indicando que experimentan síntomas físicos de manera constante debido al estrés académico.

Tabla 10

Me siento agotado emocionalmente debido a la carga de trabajo y las expectativas académicas.

Resultado	Frecuencia	porcentaje
Nunca	30	14%
A veces	55	27%
Con frecuencia	78	38%
Casi siempre	27	13%
Siempre	17	8%
total	207	100%

-Datos recolectados del instrumento de investigación. Elaborado por equipo de investigación

En la tabla 10, los resultados muestran que el 38% de los encuestados seleccionaron la opción "con frecuencia", lo que sugiere que estos estudiantes experimentan agotamiento emocional debido a la carga académica y las expectativas asociadas de manera recurrente. Un 27% respondió "a veces", indicando que este grupo experimenta agotamiento emocional de forma ocasional o relativa. Un 14% eligió "nunca", lo que refleja que no han experimentado agotamiento emocional relacionado con la carga de trabajo y las expectativas académicas. Por otro lado, el 13% de los encuestados seleccionó "casi siempre", lo que sugiere que experimentan agotamiento emocional en gran medida debido a la carga de trabajo, mientras que el 8% indicó "siempre", señalando que sienten agotamiento emocional constante debido a la carga académica.

tabla 11

De cuanto es el promedio de tus notas más alta

Nota	Resultado	Frecuencia
mayor a 6 pero menor a 7	48	23%
7	56	27%
8	63	30%
9	39	19%
10	1	0.5%
total	207	100%

-Datos recolectados del instrumento de investigación. Elaborado por equipo de investigación

En la tabla 11, referida a la nota promedio más alta obtenida, los resultados muestran que el 30% de los encuestados reportaron una nota promedio más alta de 8. A continuación, un 27% indicó que su nota promedio más alta es de 7. Un 23% de los participantes mencionó que su nota promedio se encuentra entre 6 y 7, sin superar este rango. Además, el 19% obtuvo una nota promedio de 9 o superior, aunque sin alcanzar el 10. Finalmente, solo el 0.5% de los encuestados ha obtenido una nota de 10.

tabla 12

De cuanto es el promedio de tus notas más bajas

Notas	Resultados	Frecuencia
menor a 6 pero mayor a 5	133	64%
5	55	27%
menor o igual a 4	19	9%
total	207	100%

-Datos recolectados del instrumento de investigación. Elaborado por equipo de investigación

En la tabla 12, referida a la nota promedio más baja obtenida, los resultados muestran que el 64% de los encuestados reportaron haber obtenido una nota menor de 6, pero superior a 5.0. Un 27% indicó haber recibido una nota de 5. Finalmente, el 9% de los participantes mencionó haber obtenido una nota de 4 o inferior a 4.

NOTA ACLARATORIA.

En el presente estudio, el universo de estudiantes elegibles para participar estaba compuesto por 215 estudiantes de quinto y sexto año del Doctorado en Medicina de la Universidad de El Salvador. Sin embargo, solo se obtuvieron 207 respuestas efectivas. Esta diferencia de 8 estudiantes puede ser explicada por varios factores comunes en investigaciones basadas en encuestas.

En primer lugar, es importante considerar la tasa de respuesta, un fenómeno frecuente en estudios de este tipo, donde no todos los sujetos convocados completan el cuestionario. Los motivos que influyeron en la no participación de estos estudiantes se encuentran la falta de tiempo, especialmente debido a la carga académica y las exigencias clínicas propias de los últimos años de medicina.

Otro factor relevante es la falta de acceso o problemas técnicos en la plataforma que pudo haber imposibilitado la recolección de datos, lo que pudo haber imposibilitado que algunos estudiantes completaran la encuesta. Asimismo, algunos estudiantes podrían haber decidido no participar voluntariamente, debido a la percepción de que la encuesta no era relevante para su situación personal o por motivos de fatiga ante múltiples demandas académicas.

Finalmente, hubieron errores humanos, como respuestas incompletas las que fueron eliminadas por no cumplir con los criterios de inclusión o envíos fallidos, también hayan reducido el número final de respuestas válidas. A pesar de esta ligera diferencia, se considera que el tamaño muestral de 207 respuestas es suficientemente representativo para los fines de este estudio, permitiendo obtener conclusiones generalizables sobre el rendimiento académico en este grupo de estudiantes.

CAPÍTULO VI

DISCUSIÓN

6.1 Carga Académica y Estrés:

El análisis de los datos revela que un porcentaje significativo de los estudiantes de quinto y sexto año de medicina experimenta estrés académico frecuente, con un 37% indicando que se sienten abrumados por la cantidad de trabajo. Este factor es clave para entender el bajo rendimiento académico, ya que la sobrecarga de tareas, combinada con altas expectativas, contribuye al agotamiento mental y físico.

El estrés acumulado afecta no solo la capacidad de concentración, sino también la capacidad de retener y procesar información, lo que resulta en un desempeño académico inferior. Es fundamental que los estudiantes encuentren un equilibrio adecuado entre la carga de trabajo y las estrategias de manejo del estrés.

6.2 Impacto en la Salud y Bienestar Físico:

Un porcentaje importante de los estudiantes (36%) reporta síntomas físicos como resultado del estrés académico, con un 38% experimentando agotamiento emocional. El estrés académico no solo afecta la salud mental, sino también el bienestar físico, con síntomas como dolores de cabeza y malestar estomacal siendo comunes.

La presencia de síntomas físicos derivados del estrés contribuye de manera directa al bajo rendimiento académico. El agotamiento físico limita la capacidad del estudiante para rendir adecuadamente en exámenes o evaluaciones, lo que agrava la situación académica.

6.3 Relación entre el Estrés y la Autoevaluación de Habilidades:

Un 33% de los estudiantes de medicina siente con frecuencia que sus habilidades y conocimientos no son suficientes para el éxito en su carrera. Este sentimiento de insuficiencia está relacionado con la presión académica, lo que aumenta los niveles de ansiedad y estrés, afectando negativamente el rendimiento.

Esta percepción de insuficiencia puede generar una falta de confianza en las propias capacidades, lo que influye en la motivación y desempeño. Los estudiantes que se sienten constantemente inadecuados pueden experimentar un ciclo de retroalimentación negativa que impacta en su rendimiento académico.

6.4 Impacto en Relaciones Personales:

Las relaciones personales también se ven afectadas, con un 32% de los estudiantes señalando que su vida social se ha deteriorado debido a la carga académica. Este aislamiento social puede

contribuir al bajo rendimiento, ya que reduce el soporte emocional necesario para enfrentar los desafíos académicos.

El deterioro de las relaciones personales y la falta de un sistema de apoyo social puede incrementar la sensación de soledad y estrés, factores que contribuyen a un bajo rendimiento académico. La interacción social es clave para reducir el estrés y mejorar la resiliencia académica.

6.5 Desempeño Académico y Notas Promedio:

Los datos revelan que la mayoría de los estudiantes se ubican en un rango de notas promedio de 7 a 8, con un 64% indicando que sus notas más bajas están entre 5 y 6. Solo un pequeño porcentaje alcanza notas perfectas (0.5%). Esto refleja una tendencia de desempeño moderado, pero con dificultades para alcanzar el nivel de excelencia esperado.

La distribución de notas sugiere que los estudiantes están cumpliendo con los requisitos académicos, pero luchan por alcanzar un desempeño sobresaliente. El estrés y el agotamiento emocional probablemente están limitando su capacidad para lograr resultados excepcionales, lo que puede ser un reflejo del desgaste acumulado en los últimos años de la carrera.

CAPITULO VII

CONCLUSIONES

Según los resultados obtenidos en nuestra investigación y su respectiva discusión de resultados podemos concluir que los estudiantes de doctorado en medicina de quinto y sexto año que presentan altos niveles de ansiedad y estrés académico tienen un rendimiento académico significativamente más bajo durante el período de estudio, en comparación con aquellos que presentan niveles más bajos de ansiedad y estrés, por lo que se afirma nuestra hipótesis.

Carga académica y estrés

En general, la carga académica es altamente estresante para la mayoría de los encuestados. El 37% considera que esta fuente de agobio es frecuente, mientras un 21% la considera casi siempre. La segunda pregunta relacionada con el estrés percibido es la respuesta a la pregunta 3, ya que el 36% de los participantes creen que el estrés frecuentemente desvía su capacidad de concentración. Asimismo, el 34% reacciona con irritabilidad causada por el estrés académico, lo que pone acento en el bienestar emocional.

Impacto en la salud y bienestar

La respuesta al estrés no afecta solo la concentración y el estado de ánimo, sino también la salud. El 36% de los encuestados consideran que experimentan síntomas físicos de estrés con frecuencia, como dolor de cabeza o malestar estomacal. Estas respuestas son complementadas con la respuesta a la pregunta 10, ya que el 38% de los participantes experimentan el frecuente agotamiento emocional causado por la carga académica.

Relaciones y vida social

Las relaciones personales también son impactadas por el estrés académico. El 32% de los encuestados perciben frecuentemente un impacto negativo en sus relaciones debido a las actividades académicas. Por lo tanto, se presupone una relación significativa entre la carga académica y la calidad de la comunicación interpersonal.

Autoeficacia

La percepción de falta de habilidades y conocimientos es notable. El 33% de los encuestados frecuentemente perciben que sus habilidades y conocimientos son insuficientes para lograr éxito profesional. Por lo tanto, esta percepción puede ser una de las causas frecuentes del estrés y el agotamiento emocional.

Desempeño académico

Con respecto a los resultados en el desempeño académico, el 30% de los participantes tiene un promedio más alto de 8, un 64% reporta un promedio más bajo de 6. Por lo tanto, los resultados

sugieren una amplia distribución de desempeño académico, con una mayoría informando calificaciones que expresan desafíos significativos en esta esfera.

6. Impacto en la concentración y el sueño

Otra consecuencia e impacto del estrés en el ámbito intelectual son los problemas con la concentración y la calidad del sueño. Por ejemplo, el 34% de los encuestados “con frecuencia” tienen dificultad para dormir debido a la presión académica, mientras que el 36% “con frecuencia” reporta que el estrés afecta su concentración regularmente. En general, estos hallazgos apuntan a relaciones significativas entre carga académica, estrés y bienestar de los estudiantes, mostrando áreas en las que se pueden implementar apoyos y enfoques de manejo del estrés para mejorar la experiencia.

CAPITULO VIII

RECOMENDACIONES.

1. Establecimiento de Rutinas de Estudio Eficientes:

Organización y planificación: Crear un horario de estudio semanal puede ayudar a distribuir la carga académica de manera equitativa, evitando el agobio que resulta de la acumulación de tareas y exámenes. Se recomienda utilizar herramientas como agendas, calendarios o aplicaciones móviles para planificar de manera efectiva.

División de tareas grandes: Dividir grandes proyectos o tareas en metas más pequeñas y alcanzables facilita la gestión del tiempo y reduce la sensación de sobrecarga.

2. Técnicas de Manejo del Estrés:

Respiración profunda y meditación: Incorporar ejercicios de respiración profunda y meditación durante 5-10 minutos al día puede ayudar a reducir el estrés y mejorar la concentración. Existen numerosas aplicaciones gratuitas que guían este tipo de prácticas.

Ejercicio físico regular: Realizar actividad física moderada, como caminar, correr, nadar o practicar yoga, es eficaz para liberar tensiones y mejorar tanto la salud física como mental. Dedicar al menos 30 minutos diarios puede marcar una diferencia significativa.

3. Fomento de un Ambiente de Estudio Saludable:

Creación de un espacio de estudio adecuado: Disponer de un área específica y bien iluminada para estudiar reduce distracciones y mejora el rendimiento. Mantener este espacio ordenado y libre de elementos que puedan causar estrés también contribuye a un mejor enfoque.

Técnica Pomodoro: Utilizar métodos como el Pomodoro (trabajar por 25 minutos y luego tomar un descanso de 5 minutos) puede mejorar la productividad y ayudar a evitar la fatiga mental.

4. Establecimiento de Límites Claros:

Tiempo de descanso y desconexión: Establecer tiempos claros para descansar y desconectarse de las actividades académicas es esencial para evitar el agotamiento emocional. Tomar pausas regulares, asegurarse de dormir bien, y dedicar tiempo a actividades recreativas o pasatiempos puede ser muy beneficioso.

Desconexión digital: Limitar el tiempo frente a pantallas, especialmente antes de dormir, puede mejorar la calidad del sueño y reducir la sensación de agotamiento.

5. Desarrollo de Habilidades de Gestión Emocional:

Prácticas de gratitud: Mantener un diario en el que se escriban aspectos positivos o logros del día puede ayudar a cambiar el enfoque mental hacia pensamientos más optimistas, disminuyendo así la sensación de insuficiencia y el agotamiento emocional.

Autocompasión: Recordar que cometer errores es parte del proceso de aprendizaje. La autocompasión y el reconocimiento de los propios logros pueden ayudar a reducir la autocrítica excesiva.

6. Mejorar la Calidad de las Relaciones Personales:

Comunicación abierta: Fomentar la comunicación abierta con amigos, compañeros y familiares acerca de los desafíos académicos puede aliviar la presión y brindar apoyo emocional.

Tiempo social de calidad: Dedicar tiempo a mantener relaciones personales saludables, como pasar tiempo con amigos o seres queridos, puede mejorar el bienestar emocional y proporcionar una vía para desconectar de las presiones académicas.

7. Establecer Objetivos Académicos Realistas:

Definición de metas alcanzables: Establecer objetivos académicos claros y realistas puede ayudar a mantener la motivación sin generar una presión innecesaria. Es importante centrarse en el progreso personal y no en la comparación constante con los demás.

Celebrar pequeños logros: Reconocer y celebrar los avances, por pequeños que sean, puede motivar y reducir la sensación de insuficiencia o fracaso.

Implementar estas estrategias de manera constante puede ayudar a los estudiantes a mejorar su rendimiento académico, gestionar mejor el estrés, y fomentar el bienestar general sin la necesidad de intervenciones profesionales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- 1- González MT, Rodríguez-Ayán MN, Landero R. The Perceived Stress Scale (PSS): normative data and factor structure for a large-scale sample in Mexico. *Span J Psychol*. 2013;16: e47, 1-9.
- 2 - Jiménez-Torres MG, Martínez MP, Miró E, Sánchez AI. Anales d Relación entre estrés percibido y estado de ánimo negativo: diferencias según el estilo de afrontamiento. *e Psicología*. 2012; 28:28-36.
- 3 - Trujillo HM, González-Cabrera JM. Propiedades psicométricas de la versión española de la “Escala de estrés percibido” (EEP). *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*. 2007; 15:457-477.
- 4 - Remor E. Psychometric properties of a European Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS). *Span J Psychol*. 2006; 9:86-93.
- 5 - Jiménez-Torres MG, Martínez MP, Miró E, Sánchez AI. Relación entre estrés percibido y estado de ánimo negativo: diferencias según el estilo de afrontamiento. *Anales de Psicología*. 2012;28:28-36.
- 6 - De Federico A. La dinámica de las redes de amistad. La elección de amigos en el Programa Erasmus. *Redes Rev Hisp Anal Redes Soc*. 2003; IV(3). Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6113749.pdf> [citado 2024 Apr 15].
- 7- Young W. Escala de resiliencia. *Novella*; 2002. Adaptación peruana. p. 12-13.
- 8 - Gaeta Gonzáles ML, López García C. Competencias emocionales y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Rev Electron Interuniv Form Profr*. 2013;16(2):13-25.
- 9 -García Garzón R. La gestión emocional: un pilar fundamental de la resiliencia [Internet]. *La Mente es Maravillosa*; 2024 Mar 17 [citado 2024 May 18]. Disponible en: <https://lamenteesmaravillosa.com/la-gestion-emocional-un-pilar-fundamental-de-la-resiliencia/>
- 10 - Amadeus A, Alexis E, Arnoldo E. Factores psicosociales que inciden en el rendimiento académico de los alumnos y alumnas del Instituto Nacional Doctor Sarbelio Navarrete. Trabajo de graduación para optar a Licenciatura en Ciencias de la Educación, especialidad Ciencias Sociales. Universidad de El Salvador; 2011.
- 11- Cortez Ulloa HD, et al. Factores motivacionales que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de la licenciatura en educación especialidad ciencias sociales ciclo II-2002. Trabajo de graduación para optar a la Licenciatura en Psicología. Universidad Francisco Gavidia; 2002.

- 12- Lemus LA. Pedagogía 2, temas fundamentales. Guatemala: Editorial Piedra Santa; 1988. p. 47-49.
- 13- Torres RM. Repetición escolar ¿Falla del alumno o falla del sistema? [Internet]. 1995 [citado 2024 May 18]. Disponible en: www.mineduacion.gov.co/1621/articulos-85774_archivo_pdf.pdf
- 14- Woolfolk AE. Psicología educativa. 7ma ed. México: Prentice Hall; 1999.
- 15- Pozos-Radillo BE, Preciado-Serrano MdL, Acosta-Fernández M, Aguilera-Velasco MdLA, Delgado-García DD. Academic stress as a predictor of chronic stress in university students. *Psicología Educativa*. 2014; 20:47-52.
- 16- Morales-Rodríguez FM. Relaciones entre afrontamiento del estrés cotidiano, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional. *Eur J Educ Psychology*. 2017; 10:41-48.
- 17- Campo-Arias A, Bustos-Leiton GJ, Romero-Chaparro A. Consistencia interna y dimensionalidad de la Escala de Estrés Percibido (EEP-10 y EEP-14) en una muestra de universitarias de Bogotá, Colombia. *Aquichan*. 2009; 9:271-280.
- 18- Bedoya-Lau FN, Matos LJ, Zelaya EC. Niveles de estrés académico, manifestaciones psicósomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Rev Neuropsiquiatr*. 2014; 77:262-270.
- 19- Pereda S. Gestión de recursos humanos por competencias. Madrid: Editorial Centro de estudios Ramón Areces, S. A.; 1999.
- 20- Pérez Oliva E. Guía metodológica para la elaboración de un informe final de investigación. Consultado en abril, 17 de 2024 en <http://www.monografias.com/trabajos12/guiainf/guiainf.shtml#HIPOTES>. 1997.
- 21- Lemus, Luis Arturo. (1988). Pedagogía 2, Temas Fundamentales. Guatemala: editorial Piedra Santa. Págs.: 47-49.
- 22- Sampieri R., Fernández Collado C. y Baptista P. (2006). Metodología de la Investigación. México: Mc GRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- 23- Chadwick, C. (1979). Teorías del aprendizaje. Santiago: Ed. Tecla. Cuadras, C. (1981). Métodos de análisis multivariante. Barcelona: Eunibar
- 24- El Tawab, S. M (1997). Enciclopedia de pedagogía/psicología. Barcelona: Ediciones Trébol

- 25- Chadwick, C. (1991). Una revolución verde en la educación: Las estrategias de aprendizaje. Revista de Psicología Pontificia Universidad Católica del Perú, IX (1), 3 – 14
- 26- Spinola, H. (1990). Rendimiento académico y factores psicosociales en los ingresantes a la carrera de medicina - UNNE. Revista Paraguaya de Sociología 1990; 78:143-167
- 27- Sampieri R., Fernández Collado C. y Baptista P. (2006). Metodología de la Investigación. México: Mc GRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- 28- Pizarro, R. (1985). Rasgos y actitudes del profesor efectivo. Tesis para optar el Grado de Magíster en Ciencias de la Educación. Pontificia Universidad Católica de Chile, Chile.
- 29- Kerlinger, F. (1988). Investigación del comportamiento. Técnicas y métodos. México: Editorial Interamericana
- 30- <http://es.scribd.com/doc/51280599/17/RENDIMIENTO-ACADEMICO> Fecha 18/07/2024 9:40am

ANEXOS

ANEXO 1

Tabla 1

Mapa conceptual de los elementos del estudio

Competencias personales	Competencias sociales
Conciencia de sí mismo <ul style="list-style-type: none">- Conciencia emocional de uno mismo- Valoración adecuada de uno mismo- Confianza en uno mismo	Competencia social <ul style="list-style-type: none">- Empatía- Conciencia de organización- Servicio
Autogestión <ul style="list-style-type: none">- Auto control emocional- Trascendencia- Adaptabilidad- Logro- Iniciativa- Optimismo	Gestión de las relaciones <ul style="list-style-type: none">- Liderazgo inspirado- Influencia- Desarrollo de los demás- Catalizar el cambio- Gestión de los conflictos- Establecer vínculos trabajo en equipo y colaboración

Nota: Competencias asociadas a la inteligencia emocional en Goleman, Boyatzis y Mckee (2002, 72-73) citado por (Bisquerra Alzina y Pérez Escoda, Las competencias emocionales, 2007)

CONSENTIMIENTO INFORMADO



CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN LA ENCUESTA

Título del Estudio: LA INFLUENCIA DE LA SALUD MENTAL SOBRE EL BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE DOCTORADO EN MEDICINA DE QUINTO Y SEXTO AÑO

Objetivo general:

Explorar la influencia de la salud mental sobre el bajo rendimiento académico de los estudiantes de doctorado en medicina de quinto y sexto año de la universidad de El Salvador.

Investigadores Principales: Milton Oswaldo Gómez Espinoza, Jostin Alexander Hernández Torres

Institución: UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR.

Propósito del Estudio:

Usted está siendo invitado a participar en una encuesta que forma parte de un estudio para evaluar cómo la salud mental puede influir en el rendimiento académico de los estudiantes de doctorado en medicina de quinto y sexto año. El objetivo principal de este estudio es entender mejor la relación entre el estrés y el rendimiento académicos.

Procedimiento:

Si decide participar, se le pedirá que complete una encuesta que consta de 10 preguntas. La encuesta está diseñada para obtener información sobre sus experiencias y percepciones relacionadas con el estrés y su rendimiento académicos. La encuesta no tomará muchos minutos para completarse.

Riesgos y Beneficios:

Participar en este estudio NO conlleva riesgos mayores que los asociados con su vida diaria. No obstante, algunas preguntas podrían hacer que reflexione sobre experiencias estresantes, lo cual puede ser incómodo. Los beneficios de participar incluyen contribuir a una mejor comprensión de los factores que afectan el rendimiento académico de los estudiantes de doctorado en medicina, lo que podría llevar a mejores políticas y programas de apoyo.

Confidencialidad:

Su participación es completamente confidencial. Los datos recogidos serán anónimos y no se recogerá información que pueda identificarle personalmente. Los resultados del estudio serán utilizados únicamente con fines académicos y de investigación y se presentarán de manera que no se pueda identificar a ningún participante.

Participación Voluntaria:

Su participación en este estudio es totalmente voluntaria. Puede optar por no participar o retirarse en cualquier momento sin ninguna penalización ni pérdida de beneficios a los que tenga derecho. No obstante, apreciaríamos tu opinión acerca del tema de investigación.

Consentimiento:

Al continuar con esta encuesta, usted indica que ha leído y entendido la información proporcionada anteriormente y que acepta participar en este estudio.

Por favor, marque la casilla para indicar su consentimiento antes de comenzar la encuesta:

Acepto participar en este estudio y he leído y comprendido el consentimiento informado.

Instrucciones para Completar la Encuesta:

1. Lea cada pregunta cuidadosamente.
2. Seleccione la respuesta que mejor refleje sus experiencias y percepciones.
3. Si en algún momento desea dejar de participar, simplemente cierre la encuesta. Pero agradeceríamos su participación, de forma sincera, recuerde que esta encuesta es completamente confidencial.

Gracias por su participación y su valiosa contribución a este estudio.

ANEXO 3

Instrumento de recolección de datos.



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

FACULTAD DE MEDICINA

ESCUELA DE MEDICINA

TEMA: LA INFLUENCIA DE LA SALUD MENTAL SOBRE EL BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE DOCTORADO EN MEDICINA DE QUINTO Y SEXTO AÑO

Objetivo: Explorar la influencia de la salud mental sobre el rendimiento académico de los estudiantes de doctorado en medicina de quinto y sexto año de la universidad de El Salvador.

INDICACIONES: A Continuación, se te presentan una serie de preguntas las cuales tienes que responder con toda sinceridad, la encuesta es completamente anónima, por lo que no te pediremos nombre, carné de estudiante o cualquier otra identificación, solo te pediremos el año en el que te encuentras actualmente, te pedimos que seas sincero al responder las preguntas, solo son 10 ítems, cada uno tiene 5 respuestas de selección múltiple, de las cuales tienes que seleccionar 1. Gracias por tu colaboración. Te recordamos de nuevo que esta encuesta es completamente anónima.

AÑO QUE CURSAS ACTUALMENTE:

1. Siento que la carga académica es abrumadora.
 - a. Nunca
 - b. A veces
 - c. Con frecuencia
 - d. Casi siempre
 - e. Siempre

2. Me preocupa constantemente no alcanzar las expectativas académicas.
 - a. Nunca
 - b. A veces
 - c. Con frecuencia
 - d. Casi siempre
 - e. Siempre

3. Tengo dificultades para concentrarme en mis estudios debido al estrés.
 - a. Nunca
 - b. A veces
 - c. Con frecuencia

- d. Casi siempre
 - e. Siempre
4. Experimentó problemas para dormir debido a la presión académica.
- a. Nunca
 - b. A veces
 - c. Con frecuencia
 - d. Casi siempre
 - e. Siempre
5. Me siento ansioso o nervioso antes de los exámenes o evaluaciones importantes.
- a. Nunca
 - b. A veces
 - c. Con frecuencia
 - d. Casi siempre
 - e. Siempre
6. Siento que mis habilidades y conocimientos no son suficientes para tener éxito en el programa de Doctorado.
- a. Nunca
 - b. A veces
 - c. Con frecuencia
 - d. Casi siempre
 - e. Siempre
7. Me encuentro irritable o de mal humor debido al estrés académico.
- a. Nunca
 - b. A veces
 - c. Con frecuencia
 - d. Casi siempre
 - e. Siempre
8. Siento que mis relaciones personales se ven afectadas por las demandas del programa de Doctorado.
- a. Nunca
 - b. A veces
 - c. Con frecuencia
 - d. Casi siempre
 - e. Siempre
9. Experimentó síntomas físicos como dolores de cabeza o problemas estomacales debido al estrés relacionado con los estudios.
- a. Nunca

- b. A veces
- c. Con frecuencia
- d. Casi siempre
- e. Siempre

10. Me siento agotado emocionalmente debido a la carga de trabajo y las expectativas académicas.

- a. Nunca
- b. A veces
- c. Con frecuencia
- d. Casi siempre
- e. Siempre

ANEXO 4

CÓMO SE INTERPRETARÁ EL ANÁLISIS PREVISTO DE RESULTADOS.

1. **Siento que la carga académica es abrumadora:** Nunca: los estudiantes que ofrecen este informe no experimentan problemas con la suficiencia de las cargas académicas. A veces: Como resultado, los estudiantes no ven problemas con la carga académica. Con frecuencia / incluso siempre: Como consecuencia, los estudiantes casi siempre se ven abrumados por la cantidad de trabajo y la carga que sugiere, lo que podría indicar un diseño excesivo.
2. **Me preocupa constantemente no alcanzar las expectativas académicas:** Nunca / A veces: Muestra confianza ante las situaciones demandantes o solo a veces ante situaciones. Con frecuencia / Casi siempre / Siempre: Indica que se presenta ansiedad o preocupación con estrés ante la demanda académica.
3. **Tengo dificultades para concentrarme en mis estudios debido al estrés:** Nunca / A veces: Los participantes no tienen dificultad. Con frecuencia / Casi siempre / Siempre: Nos dirá que el estrés, si afecta en alguna medida su concentración.
4. **Experimentó problemas para dormir debido a la presión académica:** Nunca / A veces: Casi no presenta problemas para dormir. Con frecuencia / Casi siempre / Siempre: Muestra que tiene cierto grado de problema para conciliar el sueño o que lo hace muy poco.
5. **Me siento ansioso o nervioso antes de los exámenes o evaluaciones importantes:** Nunca / A veces: La ansiedad no supone un peligro. Con frecuencia / Casi siempre / Siempre: Tiene cierto grado de ansiedad, alto, moderado o transitorio a las evaluaciones.
6. **Siento que mis habilidades y conocimientos no son suficientes para tener éxito en el programa de Doctorado:** Nunca / A veces: Estudiante que confía plenamente en su capacidad. Con frecuencia / Casi siempre / Siempre: Percibe que no rinde lo suficiente o rinde poco ante la enseñanza.

7. **Me encuentro irritable o de mal humor debido al estrés académico:** Nunca / A veces: No siente o nunca se percibe irritado con la carga. Con frecuencia / Casi siempre / Siempre: El estrés si supone un riesgo o bien algo que afecta su enseñanza.
8. **Siento que mis relaciones personales se ven afectadas por las demandas del programa de Doctorado:** Nunca / A veces: No tiene ningún tipo de problema ante su vida personal. Con frecuencia / Casi siempre / Siempre: Puede llegar a sentir que su vida personal no es la misma.
9. **Experimentó síntomas físicos como dolores de cabeza o problemas estomacales debido al estrés relacionado con los estudios:** Nunca / A veces: Si bien no percibe problemas, si puede experimentar cierto grado de síntoma físico que es tolerado completamente. Con frecuencia / Casi siempre / Siempre: Siente que la carga y los síntomas siempre o casi siempre están relacionados.
10. **Me siento agotado emocionalmente debido a la carga de trabajo y las expectativas académicas:** Nunca / A veces: El agotamiento es percibido pero tolerado y manejado bien. Con frecuencia / Casi siempre / Siempre: Tiene un nivel de estrés que agota emocionalmente ciertas situaciones académicas.

ANEXO 5

ESTIMACIÓN DE PRESUPUESTO REALIZADO PARA ESTE TRABAJO.

Para realizar nuestro trabajo hemos tenido que pensar en los gastos económicos que tendremos como grupo, tomando idea de las copias realizadas, toma de encuestas y si realizamos encuesta virtual lo cual será lo más cómodo y adecuadamente económico, fácil, y con lo que todo estudiante podrá responder desde la comodidad de donde se encuentre. pero realizando análisis de las copias y de las impresiones de los trabajos hemos planteado:

1. Número total de páginas del documento.
2. Número de copias que necesitas hacer.
3. Costo por copia (puede variar según si es en blanco y negro o a color, así como si es una página simple o doble).

para lo cual seguimos una serie de pasos y consideraciones para sacar el costo total de lo que gastamos, Cabe mencionar que lo único tomado para este trabajo en este momento son copias de protocolo y luego trabajó total finalizado, no se han tomado en consideración gastos extras fuera del trabajo, como transporte y movilización a otros lugares para reunión y realización del trabajo.

Ahora como ejemplo haremos un cálculo de cómo se realizarán los gastos de nuestro protocolo y posterior trabajo final.

1. Número total de páginas del documento.
2. Número de copias que necesitas hacer.
3. Costo por copia (puede variar según si es en blanco y negro o a color, así como si es una página simple o doble).

Aquí está el paso a paso y la fórmula para calcular el presupuesto como ejemplo para la primera fase

Paso 1: Determinar el número total de páginas

Supongamos que el documento tiene 50 páginas las cuales son las que nos recomiendan en protocolo

Paso 2: Determinar el número de copias

Necesitamos 2 copias del documento.

Paso 3: Determinar el costo por copia

Supongamos que el costo por copia en blanco y negro es de \$0.05 por página.

Fórmula para calcular el costo total

Costo Total=Número de páginas × Número de copias × Costo por copia (considerando unas
ambas caras del trabajo)

Ejemplo de cálculo

Costo Total=50 páginas×2 copias×\$0.05 por copia=\$5.00

Entonces, el costo total para hacer 2 copias de un documento de 50 páginas a \$0.05 por copia
sería de \$5.00