

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE ENFERMERÍA

“RELACIÓN DE LA CARGA ACADÉMICA Y ASISTENCIAL CON LA VIDA COTIDIANA DE LOS INTERNOS ROTATIVOS DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA”

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Enfermería

Modalidad: Artículo Científico

Autora: Quinto Maita, Erika Marlene

Tutor: Lic. Mg. Herrera López, José Luis

Ambato – Ecuador

Mayo, 2024

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Artículo Científico sobre el tema:

"**RELACIÓN DE LA CARGA ACADÉMICA Y ASISTENCIAL CON LA VIDA COTIDIANA DE LOS INTERNOS ROTATIVOS DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA**" desarrollado por Quinto Maita Erika Marlene, estudiante de la Carrera de Enfermería, considero que reúne los requisitos técnicos, científicos y corresponden a lo establecido en las normas legales para el proceso de graduación de la Institución; por lo mencionado autorizo la presentación de la investigación ante el organismo pertinente, para que sea sometido a la evaluación de docentes calificadores designados por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, mayo 2024

EL TUTOR

Firmado electrónicamente por:
JOSE LUIS HERRERA LOPEZ

.....

Lic. Mg. Herrera López, José Luis

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el Artículo de Revisión "**RELACIÓN DE LA CARGA ACADÉMICA Y ASISTENCIAL CON LA VIDA COTIDIANA DE LOS INTERNOS ROTATIVOS DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA**", como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones, son de autoría y exclusiva responsabilidad de la compareciente, los fundamentos de la investigación se han realizado en base a recopilación bibliográfica y antecedentes investigativos

Ambato, mayo del 2024

LA AUTORA



……..

Quinto Maita, Erika Marlene

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Lic. Mg. Herrera López José Luis con CC: 1804101432 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "**RELACIÓN DE LA CARGA ACADÉMICA Y ASISTENCIAL CON LA VIDA COTIDIANA DE LOS INTERNOS ROTATIVOS DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA**", Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo de Revisión o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo de Revisión a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, mayo del 2024

Firmado electrónicamente por:
JOSE LUIS HERRERA LOPEZ

.....

Lic. Mg. Herrera López, José Luis
CC: 1804101432

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Quinto Maita Erika Marlene con cedula N.º 1805504378 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "**RELACIÓN DE LA CARGA ACADÉMICA Y ASISTENCIAL CON LA VIDA COTIDIANA DE LOS INTERNOS ROTATIVOS DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA**", Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo de Revisión o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo de Revisión a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, mayo 2024



.....

Quinto Maita, Erika Marlene
C.C1805504378

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador, aprueban en el informe del Proyecto de Investigación: "**RELACIÓN DE LA CARGA ACADÉMICA Y ASISTENCIAL CON LA VIDA COTIDIANA DE LOS INTERNOS ROTATIVOS DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA**", de Quinto Maita Erika Marlene, estudiante de la Carrera de Enfermería..

Ambato, mayo 2024

Parar su constancia firma

……

Presidente

....…… ..…….

1er Vocal 2 do Vocal

Revista Multidisciplinaria Arbitrada de Investigación Científica
ISSN: 2588 - 0659

CER-**MQRinvestigar**-UIO-V_8_1_ART_1254
Quito (Ecuador), 2024-02-07

CERTIFICATION

MQR® editorial certifies, that this article:

Relationship of the academic and care load with the daily life of rotating interns in the nursing career

Relación de la carga académica y asistencial con la vida cotidiana de los internos rotativos de la carrera de enfermería

PEER REVIEW - "Aceptada para su publicación después de superar un proceso de doble revisión ciega externa"
Fechas de recepción: 04-ENE-2024 aceptación: 07-FEB-2024 publicación: 15-MAR-2024

Authors:

Quinto-Maita, Erika Marlene

Universidad Técnica de Ambato
Facultad de Ciencias de la Salud, Estudiante de la Carrera de Enfermería
Ambato - Ecuador

equinto4378@uta.edu.ec

https://orcid.org/0000-0002-8298-8539

Herrera-López, José Luis

Universidad Técnica de Ambato
Facultad de Ciencias de la Salud, Docente de la Carrera de Enfermería, Magister en Enfermería Quirúrgica, Phd en Ciencias de la Salud.
Ambato – Ecuador

Jl.herrera@uta.edu.ec

https://orcid.org/0000-0002-2196-4875

DEDICATORIA

El presente Artículo Científico lo dedico a mi hijo Anthony Alejandro allá en el cielo, por ser la promesa de Dios en mi vida por ser la luz en mi oscuridad a quien va dedicado todo mi esfuerzo y sacrificio para cumplir esta meta tan importante en mi vida.

A mis padres, por apoyarme y ser la guía en mi vida para continuar con mis estudios sin dejarme vencer, por todo el amor brindado del gran esfuerzo para llegar hasta aquí, a mis hermanos por ser un apoyo incondicional, a mi esposo por su apoyo y motivación, gracias a ustedes he logrado llegar al final de este gran proceso de aprendizaje y seguir con mis metas.

Quinto Erika

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, quiero agradecer a Dios por regalarme la vida y permitirme vivir cada momento bueno o malo durante mi formación como profesional, a mí papá por creer en mí, por brindarme su amor puro e incondicional y a toda mi familia por extender todo su sacrificio y esfuerzo para cumplir esta meta en mi vida. A mi tutor Lic. Mg. José Luis Herrera por su gran dedicación en su trabajo como profesional para lograr el desarrollo de este trabajo con éxito. A mis profesores que siempre estuvieron dispuestos a brindarme nuevos conocimientos y su amistad, a mi querida Universidad Técnica de Ambato por abrirme las puertas y permitirme formarme como un profesional. Muchas gracias

Quinto Erika

“RELACIÓN DE LA CARGA ACADÉMICA Y ASISTENCIAL CON LA VIDA COTIDIANA DE LOS INTERNOS ROTATIVOS DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA”

RESUMEN

Introducción: la carrera de enfermería se reconoce como una de las más exigidas dentro del ámbito universitario debido a las implicaciones del medio escolar como de las prácticas académicas que complementan su formación y que llevan a que los estudiantes experimenten estrés. Objetivo: relacionar la carga académica y asistencial con la vida cotidiana de los internos rotativos de la carrera de enfermería. Métodos: se trató de un estudio cuantitativo, descriptivo y transversal que incluyó a 65 estudiantes rotativos de la carrera de Enfermería de la Universidad Técnica de Ambato, los instrumentos de recolección de información fueron: el cuestionario de carga laboral de INSHT y el inventario de estrés académico. Resultado: el 64% de los estudiantes presentó un nivel de carga asistencia media, la mayor afectación se observó en el ámbito mental (76,9%), las situaciones estresantes se consideraron como bastante comunes (63,1%), así como las manifestaciones de estrés (70,8%), también se encontró relación entre carga académica-asistencial y la vida cotidiana (manifestaciones de estrés). Conclusiones: el nivel de carga académica y asistencial de los internos rotativos de la carrera de enfermería es medio, debido a grandes exigencias que se deben cumplir diariamente dentro del aula universitaria como fuera de ella (contexto hospitalario), lo cual lleva a que el estudiante se vea inmerso de manera frecuente en situaciones estresantes y que estas impacten en su vida cotidiana.

PALABRAS CLAVES: ESTRÉS FISIOLÓGICO, EDUCACIÓN, ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA.

“RELACIÓN DE LA CARGA ACADÉMICA Y ASISTENCIAL CON LA VIDA COTIDIANA DE LOS INTERNOS ROTATIVOS DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA”

ABSTRACT

Introduction: the nursing career is recognized as one of the most demanded within the university environment due to the implications of the school environment and the academic practices that complement their training and that lead students to experience stress. Objective: relate the academic and care load with the daily life of rotating interns in the nursing career. Methods: this was a quantitative, descriptive and cross-sectional study that included 65 rotating students of the Nursing program at the Technical University of Ambato. The data collection instruments were: the INSHT workload questionnaire and the stress inventory. academic. Results: 64% of the students presented a medium level of attendance load, the greatest impact was observed in the mental area (76.9%), stressful situations were considered quite common (63.1%), as well as manifestations of stress (70.8%), a relationship was also found between academic-care load and daily life (manifestations of stress). Conclusions: the level of academic and care load of the rotating interns of the nursing career is medium, due to great demands that must be met daily inside the university classroom as well as outside it (hospital context), which leads to the student You are frequently immersed in stressful situations and these impact your daily life.

KEY WORDS: PHYSIOLOGICAL STRESS, EDUCATION, NURSING STUDENTS.

INTRODUCCIÓN

La enfermería es el primer eslabón y punto de contacto más sólido entre el sistema de salud y las personas, en este sentido desempeña funciones primordiales como brindar atención y cuidado de calidad a las poblaciones que requieren de sus servicios a través de la comunicación, manejo de información teórico-disciplinar, gestión de recursos con la comunidad y otras instancias (García y Gallegos, 2019). La finalidad de la enfermería es el cuidado, el cual se enmarca en acciones e intervenciones con un sólido fundamento científico y humanista, sustentado en modelos teóricos que orientan la disciplina y la práctica profesional para que las intervenciones sean originales, innovadoras e individualizadas (Figueredo et al., 2019).

La práctica clínica es un componente primordial de la formación humanística, técnica y científica de los estudiantes de enfermería, pues en ella se integran la teoría con el desarrollo de habilidades, además de permitir la internalización de la cultura de cuidado integral del paciente en el que se integren la esfera física, emocional, social y espiritual (Miranda et al., 2019). Es por ello, que dentro del proceso formativo seguido por el plan de estudios de la licenciatura se consideran una conjugación de los contenidos teóricos con lo práctico (Meléndez, 2020).

La formación tanto teórica como clínica del estudiante de enfermería es un componente primordial en el transcurso del proceso de enseñanza-aprendizaje porque el cuidado directo al paciente de forma guiada o supervisada como lo que ocurre durante la práctica preprofesional permite el desarrollo óptimo de habilidades y capacidades para el desenvolvimiento profesional (Requelme et al., 2023). Además de permitir el desarrollo de competencias como el trabajo en equipo, comunicación efectiva, resolución de problemas y liderazgo, lo que en su conjunto brinda confianza y seguridad al estudiante y futuro profesional quien a partir de esta formación brindará cuidados de calidad (Reyes et al., 2020).

Dentro de este marco, se debe considerar que las disciplinas que incluyen entornos clínicos y educativos simultáneamente, como Enfermería, a menudo se ven afectadas por el conflicto entre la teoría y la práctica (García et al., 2021) que desencadena estados de ansiedad, depresión, estrés, insomnio y síntomas psicosomáticos (Loyola et al., 2021) debido al ritmo de estudio, la intensidad horaria, exigencia de docentes, competitividad entre compañeros, cambio de horarios de alimentación y los del ciclo sueño-vigilia (Ruidiaz et al., 2020).

Bajo este escenario, la educación superior representa el punto más alto de estrés académico para los estudiantes universitarios debido a múltiples razones como cargas de trabajo, adaptación a los cambios de la vida universitaria, alteraciones significativas del entorno familiar y social, a lo que se suman enfrentarse a exigencias teóricas y prácticas, exposición a situaciones de dolor, sufrimiento y muerte en la práctica clínica (Silva et al., 2019).

Diversos factores se han atribuido a la presencia de estrés a nivel académico, entre ellos las condiciones que se relacionan directamente con eventos vitales de las actividades escolares como trabajos individuales y en grupo, participación frente a sus compañeros, lectura de textos especiales, exposición o disertación de temas, tiempo limitado para tareas y la competitividad entre compañeros (Sarduy et al., 2020).

La carga académica y asistencial que supone la carrera de enfermería puede desembocar en dosis intensas de estrés el cual se ha relacionado con trastornos de estrés, sueño, cansancio, dolores de cabeza o migrañas, problemas digestivos, inquietud, angustia, desesperación, problemas de concentración, irritabilidad, agresividad, actitud conflictiva o de aislamiento, así como desgano en la vida cotidiana (Chávez y Peralta, 2019).

Esta problemática, debido a su interés ha sido abordada por varios autores, entre ellos Asenjo et al. (2021) quien a través de un estudio observacional encontró que el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería fue severo en el 51,7% de las mujeres y 48,6% de hombres, los estresores más frecuentes fueron: sobrecarga de tareas y trabajos (66,4%), tiempo limitado para trabajos (64,8%), nivel de exigencia de profesores (58,2%), exámenes o practicas (58,2%) cuya principal consecuencia fue el dolor de cabeza (45,1%).

Waled et al. (2022) a través de un metaanálisis donde se analizaron varios estudios a nivel mundial encontraron que el estrés estuvo presente en el 79% de los estudiantes de enfermería, en Arabia Saudita fue del 30,9%, en Estados Unidos fue alto en el 24,7%, 20,94% en Reino Unido y 21,54% en China, con gran repercusión en su bienestar psicológico.

De igual forma Méndez y Arévalo (2022) reportaron que el 51,9% de los estudiantes presentan nivel moderado de estrés con síntomas como mayor frecuencia de ansiedad, dificultad para concentrarse y sentirse abrumado, los cuales tienen potencial para desequilibrar a los estudiantes en su vida cotidiana y las labores académicas y asistenciales que deben cumplir. El-Ashry et al. (2022) por su parte, encontraron un nivel severo de estrés (media de 116,87) en los estudiantes de enfermería, los factores estresantes se desencadenaron de la

práctica clínica (media de 13,54) y la falta de conocimiento y habilidades profesionales (media de 13), la edad, el sexo, el número de horas de estudio, el número de tareas por semana fueron altamente significativos con el grado de estrés con un p= 0,000 a 0,030.

En virtud delo expuesto, la presente investigación tuvo como objetivo relacionar la carga académica y asistencial con la vida cotidiana de los internos rotativos de la carrera de enfermería.

MÉTODOS

Se trata de una investigación de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, transversal enfocada en la carga académica y asistencial de los internos rotativos de la carrera de enfermería en el periodo septiembre -diciembre 2023.

La población estuvo conformada por 70 estudiantes de enfermería de octavo semestre de la Universidad Técnica de Ambato, del cantón Ambato en la provincia de Tungurahua.

La selección de la muestra fue no probabilística, de tipo intencional dado a que los sujetos de investigación fueron seleccionados con base en los siguientes criterios:

Criterios de inclusión:

• Estudiantes de ambos sexos
• Estudiantes legalmente inscritos en el 8vo semestre de la carrera de enfermería.
• Estudiantes que asistieron regularmente a actividades académicas y asistenciales
• Estudiantes que aceptaron formar parte de la investigación
• Estudiantes que firmaron el consentimiento informado.

Criterios de exclusión
• Estudiantes que no cumplan con los criterios antes expuestos.
• Estudiantes que contesten los instrumentos fuera del periodo de recolección
• Estudiantes que emitieron respuestas incoherentes o contradictorias.

Una vez aplicados los criterios de selección la muestra quedó conformada por 65 internos rotativos de la carrera de enfermería.

Para la recolección de información se utilizaron los siguientes instrumentos:

Cuestionario de Carga laboral de INSHT: consta de 49 preguntas y permite determinar la carga laboral en cuatro dimensiones: carga física (1-16), carga mental (17-22), trabajo rotativo (23-31) y factores de la organización (32-49). La escala de respuesta es tipo Likert de 1 a 5 (1 Nunca, 2 casi nunca, 3 algunas veces, 4 casi siempre y 5 siempre). La interpretación global de la carga laboral se realiza a través de la suma del puntaje de las cuatro dimensiones en los siguientes rangos: bajo (49-114 puntos), medio (115-179 puntos) y alto (180-245 puntos) (Morales, 2021).

Inventario de estrés académico: consta de un total de 20 reactivos en una escala de Likert de 1 a 5, donde 1 significa nada, 2 poco, 3, algo, 4 bastante y 5 mucho, lo cual indica el grado de estrés en sus dos factores, el Factor 1 respecta a las manifestaciones de estrés académico (ítems 19,14,12,13,18,20,15,6,11,7,17,9,8 y 16), mientras que el factor 2 concierne a las situaciones académicas estresantes (ítems 3,2,5,4,10 y 1) (Ortíz, 2018).

Para dar cumplimiento a normas bioéticas de investigación se respetaron los principios para las investigaciones médicas con seres humanos expuestos en la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2017) , por cuanto se respetó la confidencialidad de los participantes, se hizo un manejo anónimo de la información y se contó con la firma del consentimiento informado.

DESARROLLO

1. Resultados sociodemográficos

Tabla 1.

Distribución de la muestra sociodemográficamente

Género	**Frecuencia**	**Porcentaje**
Femenino	52	80%
Masculino	13	20%
Edad	**Frecuencia**	**Porcentaje**
21-25 años	59	90,8%
26-30 años	4	6,1%
31-34 años	2	3,1%
Estado civil	**Frecuencia**	**Porcentaje**
Soltero	53	81,5%

Casado	7	10,8%
Unión libre	3	4,6%
Divorciado	2	3,1%
Presencia de hijos	**Frecuencia**	**Porcentaje**
Si	14	21,5%
No	51	78,5%
Total	**65**	**100%**

Fuente: Aplicación de instrumentos de recolección de información

Como se puede observar en la tabla 1, la mayor proporción de internos rotativos de la carrera de enfermería corresponden al género femenino 80% (n=52) y en menor porcentaje del masculino 20% (n=13). La edad predominante es entre 21 y 25 años (n=59), el 6,1% (n=4) tuvo entre 26-30 años (n=4) y el 3,1% (n=2) entre 31 y 34 años.

En torno al estado civil, la mayoría fueron solteros 81,5% (n=53), los casados representaron el10,8% (n=7), en unión libre estuvieron 4,6% (n=3) y divorciados 3,1% (n=2). La mayoría de estudiantes asumieron no tener hijos 78,5% (n=51), mientras que el 21,5% (n=14) si los tienen.

2. Resultados de carga asistencial

a) Resultados carga asistencial globales

Tabla 2.

Nivel de carga asistencial

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje
Alta	11	16,9%
Media	42	64,6%
Baja	12	18,5%
Total	**65**	**100%**

Fuente: Aplicación de instrumentos de recolección de información

Como se puede observar en la tabla 2, el nivel de carga asistencial percibida por la mayoría de estudiantes rotativos de enfermería es media 64,6% (n=42) y en el 16,9% (n=11) alta, tan solo en el 18,5% (n= 12) fue baja, esto supone un grave riesgo para la salud física y mental de los estudiantes porque demuestra que

están expuestos frecuentemente a exigencias psicofísicas y cognitivas dentro de un ritmo rápido y de alta exigencia.

b) Resultados carga asistencial por dimensiones

Tabla 3.

Carga asistencial por dimensiones

Indicadores	Carga física		Carga mental		Trabajo rotativo		Factores de la organización	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Nunca	-	-	-	-	-	-	10	15,4%
Casi nunca	-	-	-	-	7	10,8%	2	3,1%
Algunas veces	54	83,1%	12	18,5%	40	61,5%	52	80%
Casi siempre	11	16,9%	50	76,9%	18	27,7%	1	1,5%
Siempre	-	-	3	4,6%	-	-	-	-

Fuente: Aplicación de instrumentos de recolección de información

Como se puede observar en la tabla 3, para la mayoría de estudiantes de enfermería el cumplimiento de labores asistenciales solo a veces implica carga física (83,1%-n=54), sin embargo, para el 16,9% (n=11) esto se da casi siempre.

El cumplimiento asistencial para el 76,9% (n=50) de los rotativos de enfermería casi siempre implica carga mental, para el 4,6% (n=3) esto es siempre, mientras que para el 18,5% (n=12) esto es algunas veces.

Para el 61,5% (n=40) de los estudiantes algunas veces las labores asistenciales implican un trabajo rotativo, pero de acuerdo al 27,7% (n=18) esto es casi siempre.

Para el 80% (n=52) de los estudiantes en el cumplimiento de sus funciones solo algunas veces intervienen los factores organizacionales, pero para el 1,5% (n=1)

es casi siempre, mientras que para el 15,4% (n=10) nunca lo es y para el 3,1% (n=2) casi nunca.

Con base en estos resultados se puede decir que de manera frecuente los internos rotativos enfrentan exigencias físicas, trabajo rotativo e implicación organizacional dentro de su jornada asistencial y casi siempre una carga mental debido al carácter y ritmo de los cuidados que deben brindar a los pacientes.

3. Resultados de estrés académico

Tabla 4.
Estrés Académico

Indicadores	Manifestaciones de estrés		Situaciones estresantes	
	F	%	F	%
Algo	19	29,2%	0	0%
Bastante	46	70,8%	41	63,1%
Mucho	0	0%	24	36,9%

Fuente: Aplicación de instrumentos de recolección de información

Como se puede observar en la tabla 4, el 70,8% (n=46) de los internos rotativos de enfermería tienen bastantes manifestaciones de estrés mientras que el 29,2% (n=19) refieren solo algo de estas. Por otra parte, el 63,1% de los estudiantes expresa que las situaciones estresantes a las que se enfrentan son bastantes, pero para el 36,9% (n=24) son muchas. Lo expuesto demuestra que las situaciones estresantes son bastante frecuentes en los internos rotativos de la carrera de enfermería, pero resulta alarmante conocer que estas ya están repercutiendo en su vida cotidiana pues gran parte de ellos ya presenta manifestaciones de estrés tanto a nivel físico como psicológico.

Correlación carga académica- asistencia y vida cotidiana

Tabla 5.

Correlación carga académica y asistencia con la vida cotidiana

		Nivel de carga	Manifestaciones de estrés
Nivel de carga	Correlación de Pearson	1	,529**
	Sig. (bilateral)		0,000
	N	65	65
Manifestaciones de estrés	Correlación de Pearson	,529**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	65	65

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

En la tabla 5 se puede observar que, al correlacionar los puntajes obtenidos con los instrumentos de medición, se obtuvo un p-valor = 0,000, inferior al nivel de significancia establecido de 0,005 por lo tanto se establece la existencia de una correlación entre carga académica-asistencial y la vida cotidiana (manifestaciones de estrés).

DISCUSIÓN

La presente investigación evidencia que la mayoría de estudiantes rotativos de enfermería son predominantemente de género femenino 80%, con una edad entre 21 y 25 años, de estado civil mayoritariamente solteros 81,5% y sin hijos. Estas características sociodemográficas son concordantes con las reportadas en un estudio ecuatoriano desarrollado en Manabí por Bernal (2021) en una población de internos rotativos de enfermería, donde el 85% fue de género femenino, la edad predominante entre 24-28 años (80%), el 75% soltera y el 90% sin hijos.

Respecto a la carga académica, en el presente estudio efectuado en una muestra de 70 estudiantes rotativos de enfermería se determinó que la carga académica- asistencial fue media (64,6%) y en el 16,9% alta. En torno a ello, en una investigación desarrollada por Salmah et al. (2019) en Arabia Saudita en un

grupo de estudiantes de enfermería se menciona que la carga académica de dichos estudiantes es elevada y constituye la principal fuente de estrés (media de 3,83) esto debido a la gran cantidad de materias que reciben.

Igualmente, en una investigación africana desarrollada por Fadana y Vember (2021) en la que se menciona que casi todos los estudiantes de enfermería tienen un sentimiento de agotamiento por la carga académica y asistencial que enfrentan donde reciben presiones constantes que pueden alterar su estado de salud tanto físico como mental.

De ahí que puede decirse que los estudiantes de enfermería pueden experimentar alteraciones físicas y psicológicas durante su carrera profesional que pueden afectar su vida cotidiana con manifestaciones claras de estrés por la alta carga que genera el desarrollo de labores académicas y más aún cuando se combinan con actividades de tipo asistencial como es el caso de los internos rotativos.

Otro de los hallazgos de la presente investigación fue que para el 63,1% de los estudiantes las situaciones estresantes son bastantes y para el 36,9% son muchas, dejando claro que el estrés es un estado frecuente en el diario vivir de los estudiantes de enfermería. Este resultado es similar al reportado en una investigación ecuatoriana desarrollada en Ambato por Moreno et al (2022) en una población de 359 universitarios quienes encontraron que el 66,01% de estudiantes universitarios reportaron estrés académico en indicador casi siempre y siempre debido a la sobrecarga de tareas y trabajos escolares que deben cumplirse diariamente por las implicaciones de la carrera profesional que es reconocida como altamente demandante.

Esto de acuerdo a la investigación de Zheng et al. (2022) se debe a que el entorno universitario es el periodo más activo de cambio psicológico, contradicciones y presiones psicológicas relacionadas con el entorno social altamente competitivo y exigencias de aprendizaje y práctica que deben alcanzarse para una adecuada inserción y desempeño laboral.

Lo expuesto representa un grave problema porque las situaciones estresantes ya están afectando la vida cotidiana de los internos rotativos de la carrera de enfermería pues el 70,8% presentan bastantes manifestaciones psicosomáticas afines al estrés, además se demostró una relación entre la carga académica - asistencia y la vida cotidiana de los estudiantes, con lo que se puede asumir que una elevada exigencia escolar y práctica en los estudiantes se traduce en alteraciones físicas y psicológicas que podrían repercutir en su desempeño y satisfacción.

Este resultado es concordante con una investigación colombiana desarrollada en Montería por Llorente et al. (2020) donde el 44,06% de estudiantes asumió siempre presentar síntomas de estrés académico y el 38,13% casi siempre, lo cual deja claro que en el afán que tienen los estudiantes por lograr competencias cognitivas, prácticas y actitudinales deben sobrellevar frecuentemente manifestaciones de estrés, las cuales muchas veces llegan a normalizarse por el ritmo de la carrera profesional, por cuanto la sintomatología podría agudizarse.

Dentro de esta misma línea de argumentación, Talavera et al. (2021) en una investigación desarrollada en el Perú con 337 alumnos encontraron resultados similares, pues reportaron que los estudiantes están expuestos frecuentemente a estresores, los cuales generan síntomas de moderada magnitud sobre todo a nivel del sueño, dolor de estómago, de cabeza, mayor necesidad de dormir y estados de angustia o desesperación que repercuten o se hacen evidentes en el día a día.

Lo expuesto permite asumir que los estudiantes de enfermería generalmente se encuentran expuestos a estresores tanto a nivel académico como en la práctica preprofesional y que ello ocasiona un impacto en su vida cotidiana debido a las manifestaciones psicosomáticas que experimentan con regularidad, las mismas que deben ser analizadas con mayor profundidad en futuras investigaciones para dar paso a intervenciones efectivas que permitan mejorar el estado físico y psicológico de los alumnos y de esta forma obtener mejores resultados a nivel cognitivo como práctico.

En este punto resulta conveniente aclarar que, en el desarrollo del presente estudio, la principal limitante fue la heterogeneidad de los estudios que abordan el estrés académico lo cual impidió poder realizar comparaciones más precisas en los resultados. Esto es un llamado a que este tema sea abordado por la comunidad educativa y científica para la creación de instrumentos estandarizados que permitan una fácil aplicación en distintos contextos, la generalización de resultados y un contraste efectivo entre los diagnósticos efectuados.

CONCLUSIONES

• Con el desarrollo de la investigación se pudo concluir que el nivel de carga académica-asistencial de los internos rotativos de la carrera de enfermería es medio, debido a grandes exigencias que se deben cumplir diariamente dentro del aula universitaria como fuera de ella (contexto hospitalario), lo cual lleva a

que el estudiante se vea inmerso de manera frecuente en situaciones estresantes y que estas impacten en su vida cotidiana.

• La investigación también demostró que existe relación entre la carga académica-asistencial y la vida cotidiana de los estudiantes de enfermería pues gran parte de ellos asumen que en el cumplimiento de sus obligaciones estudiantiles tanto teóricas como prácticas, experimentan frecuentemente estrés y que este se manifiesta de manera moderada con sintomatología y/o molestias a nivel físico y mental, pero que de no ser atendidas pueden llevar a problemas crónicos que podrían afectar el desempeño escolar y profesional del rotativo de enfermería.

RECOMENDACIONES

Con base en los resultados obtenidos en el estudio se brindan las siguientes recomendaciones para evitar estrés académico y su impacto en la vida diaria:

1. Planificación y organización eficaz: dedicar tiempo cada semana para planificar actividades y asignaciones, priorizando las tareas según su importancia y urgencia, esto ayudará a distribuir el tiempo de manera más efectiva y a reducir la sensación de estar abrumado.
2. Prácticas de autocuidado: es crucial cuidar tu bienestar físico y emocional, especialmente durante períodos estresantes, por tanto, es preciso que los estudiantes de enfermería incorporen actividades de autocuidado en tu rutina diaria, como ejercicio regular, alimentación saludable, suficiente descanso y tiempo para relajarte. Además, considera técnicas de manejo del estrés como la meditación, la respiración profunda o el yoga para reducir la ansiedad y promover la calma mental.
3. Establecer límites y buscar apoyo: Aprende a decir "no" cuando sea necesario y establece límites saludables en los compromisos académicos y asistenciales. Es recomendable no tener miedo de pedir ayuda ya sea a compañeros de clase, profesores, consejeros universitarios o profesionales de la salud mental porque ellos brindarán consejos prácticos y un sentido de comunidad para afrontar los desafíos académicos y prevenir el agotamiento.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Asenjo, J., Linares, O., & Díaz, Y. (2021). Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Investigación en Salud, 5*(2), 59-66. DOI: https://doi.org/10.35839/repis.5.2.867.

Asociación Médica Mundial. (21 de Marzo de 2017). *Declaración de Helsinki de la AMM-Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. Obtenido de https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/

Bernal, G., Ramírez, G., Hernández, S., & Herrera, M. (2021). El estrés laboral de los internos de enfermería durante la pandemia del COVID-19. *Revista UNESUM-Ciencias, 6*(4), 40-47. https://doi.org/10.47230/unesum-ciencias.v6.n4.2022.477.

Chávez, J., & Peralta, R. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista de Ciencias Sociales, 25*, 384-399. https://www.redalyc.org/journal/280/28065583029/html/.

El-Ashry, A., Harby, S., & Ali, A. (2022). Clinical stressors as perceived by first-year nursing students of their experience at Alexandria main university hospital during the COVID-19 pandemic. *Arch Psychiatr Nurs, 41*, 214-220. doi: 10.1016/j.apnu.2022.08.007.

Fadana, F., & Vember, H. (2021). Experiences of undergraduate nursing students during clinical practice at health facilities in Western Cape, South Africa. *Curationis, 44*(1), e1-e10. doi: 10.4102/curationis.v44i1.2127.

Figueredo, N., Ramírez, M., Nurcyk, S., & Díaz, V. (2019). Modelos y Teorías de Enfermería: Sustento Para los Cuidados Paliativos. *Enfermería: Cuidados Humanizados, 8*(2), 22-33. https://doi.org/10.22235/ech.v8i2.1846 .

García, C., & Gallegos, R. (2019). El papel del personal de enfermería en la educación para la salud. *Horiz Enferm, 30*(3), 271-285.https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/05/1223572/271-285.pdf.

García, E., Siles, J., Martínez, E., Manso, C., Martínez, M., & Gómez, A. (2021). Percepciones de los estudiantes de enfermería sobre el uso del portafolio en la integración teórico-práctica. *Index Enferm, 30*(1-2), 129-133. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962021000100028.

Llorente, Y., J, H., Hernández, D., Padilla, M., & Padilla, C. (2020). Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería

2019. *Revista Cuidarte, 11*(3), e1108. http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.1108.

Loyola, T., De Madeiros, A., Brito, C., Silva, S., & Araújo, E. (2021). El impacto de la pandemia en el rol de la enfermería: una revisión narrativa de la literatura. *Enfermería Global, 20*(63), 502-515. https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.454061 .

Meléndez, S. (2020). La importancia de la práctica en la formación de enfermería en tiempos de Covid-19: experiencias de alumnos. *Dilemas contemp. educ. política valores, 8*(5), 1-14. https://www.scielo.org.mx/pdf/dilemas/v8nspe5/2007-7890-dilemas-8-spe5-00004.pdf.

Méndez, J., & Arevalo, M. (2022). Estrés y ansiedad en estudiantes universitarios de enfermería durante la enseñanza en la pandemia de COVID-19. *Revista Científica Multidisciplinar, 6*(5), 4166-4176. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3386.

Miranda, K., Rodríguez, Y., & Cajachagua, M. (2019). Proceso de Atención de Enfermería como instrumento del cuidado, significado para estudiantes de último curso. *Enfermería Universitari, 16*(4), 374-389. https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v16n4/2395-8421-eu-16-04-374.pdf.

Morales, O. (2021). *Carga laboral y comunicación organizacional en tecnólogos médicos del Hospital nivel III Essalud Lima-2021.* Lima: Universidad César Vallejo.

Moreno, E., Naranjo, T., Poveda, S., & Izurieta, D. (2022). Estrés académico en universitarios durante la pandemia de COVID-19. *Revista Médica Electrónica, 44*(3), 468-482. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242022000300468.

Ortíz, Y. (2018). *Ansiedad y estrés académico en los estudiantes de la PUCE Ambato antes y despúes de los procesos de evaluación.* Ambato: Pontificia Universidad Católica del Ecuador.

Requelme, M., Salvatierra, L., Calderón, D., Suconota, A., & Almache, V. (2023). Práctica Clínica Quirúrgica: Experiencias Del Estudiante De Enfermería. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7*(3), 2493-2508. https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/6361/9684.

Reyes, M., Mansilla, J., Muñoz, G., & Robles, M. (2020). Significados construidos de las prácticas en simulación clínica por estudiantes de enfermería. *Cuidados Humanizados, 9*(2), 243-254. http://www.scielo.edu.uy/pdf/ech/v9n2/2393-6606-ech-9-02-243.pdf.

Ruidiaz, K., Peinado, L., & Osorio, L. (2020). Estrés en estudiantes de enfermería que realizan prácticas clínicas en una institución universitaria de

Cartagena-Colombia, 2019. *Arch Med (Manizales), 20*(2), 437-448. https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/09/1118899/15-estres-en-estudiantes-de-enfermeria.pdf.

Salmah, A., Shrooq, A., Ghayda, J., A, R., Nada, A., & Nada, K. (2019). Sources of Stress Among Undergraduate Nursing Students. *Global Journal of Health Science, 11*(9), 116-122. https://doi.org/10.5539/gjhs.v11n9p116 .

Sarduy, A., Sarduy, M., Collado, L., Cardet, A., & Quiñones, Y. (2020). Percepción de estudiantes de enfermería sobre influencia familiar en la presencia de estrés académico en la asignatura enfermería básica. *Revista Cubana de Enfermería, 36*(2), e3195. http://scielo.sld.cu/pdf/enf/v36n2/1561-2961-enf-36-02-e3195.pdf.

Silva, M., López, J., Sánchez, O., & González, P. (2019). Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. *Revista Científica de Enfermería*(18), 25-39. https://doi.org/10.14198/recien.2019.18.03.

Talavera, I., Zela, C., Calcina, S., & Castillo, J. (2021). Impacto de la COVID-19 en el estrés académico en estudiantes universitarios. *Dom. Cien, 7*(4), 1673-1688. DOI: http://dx.doi.org/10.23857/dc.v7i3.2077.

Waled, A., Yahya, H., Mugahed, A., & Faroq, A. (2022). Perceived Stress and Coping Strategies among Nursing Students during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. *Saudi J Health Syst Res, 2*(3), 85-93. https://doi.org/10.1159/000526061.

Zheng, Y., Jiao, J., & Hao, W. (2022). Prevalence of stress among nursing students: A protocol for systematic review and meta-analysis. *Medicine (Baltimore), 101*(31), e29293. doi: 10.1097/MD.0000000000029293.