

Estrés académico en la práctica clínica del odontólogo en formación

CARLOS ALBERTO DE LA LLATA-VILLASEÑOR,¹ ELÍ ORLANDO LOZANO-GONZÁLEZ²



Resumen

En el proceso formativo del odontólogo se llevan a cabo prácticas clínicas en situaciones demandantes pero necesarias que producen estrés en el estudiante para que pueda resolverlas; sin embargo, las situaciones estresantes son constantes y su nivel es tan intenso que podría afectar la salud física y mental del estudiante. Por esta razón, en este artículo se explora los principales estresores en la clínica odontológica y el nivel de estrés de los estudiantes de quinto y séptimo semestre de la carrera de Cirujano Dentista en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la Universidad Nacional Autónoma de México. Como referentes teóricos tomamos a Barraza y a Muñoz para la conceptualización del estrés académico. La metodología es de corte cuantitativo, mediante la aplicación de 66 cuestionarios (cuestionario SISCO) a los estudiantes durante sus prácticas clínicas. Los resultados obtenidos indican que el 100% de los estudiantes encuestados manifiestan tener estrés académico en la clínica y su nivel es mayor en los de séptimo semestre. Se muestran como principales estresores la sobrecarga de trabajo, las evaluaciones y el tiempo para trabajar. Los hallazgos obtenidos muestran la constante presencia del estrés en las prácticas clínicas del estudiante de odontología.

Palabras clave: Estrés académico, Estresores, Odontólogo, Práctica clínica.

Academic Stress in the Clinical Practice of the Dentist in Formation

Abstract

In the formative process of the dentist clinical practices are carried out, they produce demanding situations that translate into stress on the part of the student so that he can solve them, in this sense it is necessary; however, stressful situations are constant and their level is so intense that it could affect the student's physical and mental health. For this reason, this article explores which are the main stressors in clinical dental practice and the stress level of the students of the fifth and seventh semester of the career of Dentist Surgeon in the Faculty of Superior Studies Iztacala of the National Autonomous University from Mexico. As theoretical references we took Barraza and Muñoz for the conceptualization of academic stress. The methodology is quantitative, through the application of 66 questionnaires (SISCO questionnaire) to students during their clinical practice. The results indicate that 100% of the students surveyed say they have academic stress in the clinic and their level is higher in the seventh semester. The main stressors are the work overload, the evaluations and the time to work. The obtained results show the constant presence of stress in the clinical practices of the student of dentistry.

Key words: Academic Stress, Stressors, Dentist, Clinical Practice.

Recibido: 15 de agosto de 2017
Aceptado: 17 de octubre de 2017
Declarado sin conflicto de interés

1 Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Universidad Nacional Autónoma de México. drcarlosdelallata720220@hotmail.com

2 Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Universidad Nacional Autónoma de México. eli.orlando.lozano@gmail.com

Introducción

El estrés forma parte del lenguaje cotidiano, se escucha en conversaciones, en las noticias, en el trabajo, en la escuela; vivimos una época marcada por el estrés, forma parte de la vida cotidiana. Se le suele considerar algo negativo, pero no siempre lo es; la Organización Mundial de la Salud define al estrés como: “el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción” (OMS, 1990; OPS, 1990). Es decir, ante situaciones demandantes el estrés nos permite salir adelante. En este sentido el estrés se puede considerar útil para la vida de toda persona.

Sin embargo, actualmente se considera al estrés como un problema de salud pública, ya que someter al organismo a niveles altos y constantes de estrés tiene efectos visibles en los signos vitales: la tensión arterial, el ritmo cardiaco, la temperatura, la frecuencia respiratoria y el funcionamiento hormonal. Estas alteraciones favorecen un gran número de enfermedades, y de igual manera se observan manifestaciones en las emociones, en el aprendizaje y en la vida en sociedad.

La vida moderna ha ocasionado que las personas vivan en constante estrés, afectando así su salud. Barraza (2003), señala que el estrés se presenta en diversos aspectos de la vida de una persona, entre ellos la vida escolar. Existe evidencia que este fenómeno aumenta en los alumnos según el nivel educativo. Es así que en el nivel superior es cotidiano que los estudiantes manifiesten mayores niveles de estrés.

Esta investigación busca conocer los estresores de los estudiantes de odontología que se encuentran en la práctica clínica y su nivel de estrés, una práctica clínica que suele ser demandante para el estudiante, sin embargo, necesaria. No se pretende ubicar al estrés como algo de antemano negativo, pero sí destacar los peligros para la salud que representa un estado prolongado y un alto nivel de estrés para los jóvenes odontólogos en formación.

Estrés y práctica clínica en Odontología

El ejercicio de la Odontología implica trabajar milimétricamente en un medio ambiente biológico formado por saliva, musculatura, venas, arterias y glándulas; en un espacio reducido y a la voluntad del sujeto que solicita la atención dental, lo cual supone

el riesgo de tener algún accidente que comprometa la integridad física tanto del individuo solicitante como del estudiante de odontología, quien debe aprender a trabajar en esas condiciones.

Además, en su proceso formativo el estudiante de la licenciatura de Odontología experimenta diferentes situaciones que generan estrés: los gastos que tiene que solventar para los tratamientos, el miedo al error y a lo desconocido, la competencia con los compañeros en situación de formación clínica, conflictos interpersonales, problemas en el manejo terapéutico del paciente, el ambiente en la clínica escolar, sensación de fracaso ante la escuela, falta de tiempo libre, retrasos en los tratamientos, conflictos con el paciente, carencia de destreza y habilidad en los procedimientos clínicos. Todo ello repercute directa o indirectamente en su rendimiento como estudiante.

A todo lo anterior se le suma, durante la práctica clínica, que el estado de angustia de algunos pacientes puede ser transmitido al estudiante, e incluso la duda de saber si cumplirá a la cita pactada desencadena el estrés, además, el estar siempre evaluado en su actuar frente al paciente agudiza tal estado (Rajab, 2001). En el ejercicio de la odontología el estudiante requiere:

- Tener la capacidad de proporcionar información clara y pertinente al paciente para los tratamientos necesarios que a menudo teme, no desea o no entiende en cuanto a la importancia de los mismos.
- Saber cómo mitigar los miedos y ansiedades de los pacientes ante los procedimientos dentales.
- Poseer competencias sociales para interactuar eficazmente con los pacientes.
- Estar pendiente de prever el material e instrumental necesario para las siguientes clases clínicas.
- Tener presentes sus trabajos teóricos y evaluaciones.

Ante las situaciones anteriores y al realizar una revisión sobre el estrés académico, ha sido posible encontrar reportes sobre su prevalencia en las escuelas dentales. Los hallazgos de estas investigaciones indican que el 36% de los encuestados reportó estrés psicológico significativo traducido en morbilidad; el 22% mostró sobrecarga emocional. Un dato de importancia es que los niveles de carga emocional encontrados entre los estudiantes de primer año de Odontología fueron mayores de lo esperado. (Humphris, Blinkhorn, Freeman, Gortes, Reddick, Murtomas, O'Sullivan, Splieth, 2002).

Rajab (2001), encontró que para los alumnos de Odontología antes de la práctica clínica los mayores productores de estrés son los exámenes, los días cargados de trabajo y la falta de tiempo para el descanso. En los años de práctica clínica son el bienestar de los pacientes o el no cumplimiento de sus turnos, junto con el acatamiento de requisitos académicos. Existen, según este autor, diferencias entre los años clínicos y teóricos.

La práctica clínica de los estudiantes de odontología es el lugar y el momento donde la teoría se expresa de manera vivencial entre el alumno y su profesor, con el paciente que recibe el tratamiento odontológico; se aplican los conocimientos adquiridos por los estudiantes durante su clase teórica y preclínica, a través de los servicios que la facultad brinda a los pacientes que acuden a su clínica, la atención se realiza bajo la tutoría del odontólogo docente en las diferentes áreas clínicas, tales como la preventiva, de mantenimiento y restaurativa.

Thoumi (2003), menciona que en la odontología, además de un conocimiento científico extenso, se necesita habilidad manual clara y precisa para lograr éxito en las actividades de la profesión, es por ello que la psicomotricidad es importante en la práctica odontológica, especialmente la motricidad fina, que involucra el dominio de los músculos pequeños y, por ende, también de los movimientos pequeños, realizados por dedos, manos y muñecas.

Vergara (2008), considera que el proceso educativo en la clínica odontológica se desarrolla en un ambiente de múltiples factores que configuran el particular escenario donde el estudiante debe aprender. Estas variables se resumen de la siguiente manera:

- Integrar y aplicar las ciencias básicas y preclínicas en este nuevo escenario.
- Desarrollar y entrenarse en habilidades técnicas y clínicas.
- Entablar una relación del estudiante con un tutor que guíe el proceso.
- Hacer partícipe al paciente que demanda una solución satisfactoria a su problema.

La formación del estudiante en clínica es demandante en muchos sentidos; exige tiempo, conocimiento, habilidad. Además, de ella depende en gran medida el éxito académico del estudiante y su futura graduación. Es normal que se genere estrés, pues éste permite enfrentar y solucionar las diversas situaciones que conforman el día a día en la práctica clínica.

El estrés académico

El campo de estudio del estrés es amplio, se trata de un fenómeno que se da en la vida cotidiana de toda persona, tiene implicaciones biológicas, pero también psicológicas y sociales. Por ello, es un objeto de estudio que se aborda desde distintas disciplinas y enfoques. Se trata de un fenómeno tan amplio que una investigación que pretenda estudiarlo debe delimitarse.

De esta manera se ha llegado a hablar de distintos tipos de estrés, correspondientes a distintos ámbitos de la vida de una persona, por ejemplo, el estrés laboral o el estrés académico, este último, según Barraza (2003), es aquel cuyas fuentes se encuentran básicamente en el ámbito escolar. Se hace referencia a dos señalamientos importantes en esta definición:

- Esta dilucidación se circunscribe al estrés que padecen los alumnos a consecuencia de las exigencias endógenas o exógenas que impactan su desempeño en el ámbito escolar.
- Se le llama estrés escolar al que padecen los niños de educación básica, por consiguiente, se entenderá por estrés académico sólo al que padecen los alumnos de educación media y superior.

Al hacer estas consideraciones el estrés académico se define, siguiendo al mismo autor, como aquel que padecen los alumnos de educación media y superior; que tiene como fuente exclusiva los estresores relacionados con las actividades del ámbito escolar. Los factores causales, es decir, los estresores, se refieren al estímulo o situación amenazante que desencadena en el sujeto una reacción generalizada e inespecífica y que pueden causar el cambio o la adaptación. De igual forma, es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente biopsicosocial, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos:

- Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno, son consideradas estresores.
- Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio).
- Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico (Barraza, 2003).

Por su parte, para Hernández, Polo y Poza (1996), el estrés académico se produce en el ámbito educati-

vo y capaz de afectar tanto a los profesores en el abordaje de sus tareas docentes, como a los estudiantes en cualquier nivel académico, en especial en el ámbito universitario.

Para Muñoz (2003) el estrés académico es el impacto que puede producir en el estudiante su mismo entorno organizacional: la escuela, el instituto, la universidad, a causa de las demandas, conflictos, actividades y eventos implicados en la vida académica y que puede repercutir negativamente en la salud, el bienestar y el propio rendimiento académico de los estudiantes.

Marty (2005) indica que el estrés académico es una respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento, de un sujeto que busca adaptarse y reajustarse a presiones tanto internas como externas

Al retomar los aportes de los autores mencionados, y centrando nuestra atención en el estudiante, nosotros definimos el estrés académico como la relación entre el alumno de pregrado y los estresores internos y externos del medio ambiente educativo, es una oportunidad de adaptación con repercusiones positivas o negativas, a corto o largo plazo en las dimensiones social, psicológica y biológica.

Melgosa (1995), desde una perspectiva pedagógica, considera que el estrés elevado afecta el rendimiento escolar de los estudiantes mediante cambios en su conducta y comportamiento, por ejemplo, la negación a la realización de tareas, reproches, mal humor, agresividad e irritabilidad; hasta el punto incluso de llegar a desertar. El estrés constante produce un desajuste emocional en el estudiante.

En las situaciones de estrés académico los alumnos suelen presentar reacciones fisiológicas, físicas, psicológicas y comportamentales. Dentro de las reacciones fisiológicas se produce una disminución de las defensas, los glóbulos rojos aumentan de tamaño y disminuyen en cantidad, se alteran las plaquetas; se incrementan las frecuencias cardíacas y respiratorias, incluso se destruyen neuronas. Las reacciones físicas más comunes son sudoración en las manos, trastorno en el sueño, cansancio y dolores de cabeza, molestias gastrointestinales y somnolencia (Barraza, 2003 y 2005). Dentro de las reacciones psicológicas encontramos: ansiedad, nerviosismo, angustia, miedo, problemas de salud mental, irritabilidad, problemas de concentración, inquietud (incapacidad para relajarse y estar tranquilo), sentimientos de depresión y tristeza (decaimiento) y la sensación de tener la mente vacía (bloqueo mental). Además, se dificultan las relaciones interpersonales y pueden llegar a manifestarse

actitudes de agresividad o desgano (Barraza, 2003 y 2005; Mauro, 1999).

Ahora bien, el estrés tiene un origen; las situaciones o los eventos causales de estrés se les conoce como estresores. Dentro de la práctica clínica del estudiante se presentan diversas situaciones que originan el estrés académico, en párrafos anteriores se describieron algunos de ellos. A los estresores se les ha clasificado en internos, externos, físicos y psicológicos (Rueda, 2012):

- Los estresores internos son propios de las características individuales de cada sujeto; sus pensamientos, la personalidad, la introversión.
- Los estresores externos son diferentes a las características del sujeto, por ejemplo, la carga de trabajo, la supervisión del mismo o la ambigüedad de un rol se perciben como estresores.
- Los físicos pueden ser el ruido, la iluminación, los olores, la temperatura, propios del ambiente de trabajo o estudio.
- Los estresores psicológicos se refieren a la apreciación de cada individuo respecto a las demandas educativas u organizacionales.

La clasificación anterior implica que el surgimiento del estrés no depende enteramente del individuo ni tampoco del ambiente, sino que se trata de una relación entre ambos. Diferentes personas pueden estresarse de diferente manera y en distinto nivel ante una misma situación. Por ello es necesario tener en cuenta la complejidad de este fenómeno al intentar estudiarlo. Clasificaciones, como la anterior, permiten sistematizar este tipo de estudios. En el mismo tenor, Rueda (2012) señala que existen tres grandes grupos de estresores:

1. Estresores del ambiente físico: son varios los elementos que se incluyen en este grupo, sin embargo los más significativos son el ruido, la iluminación, la temperatura, la disponibilidad y disposición de espacio y la higiene.
2. Estresores de la tarea: la generación de estrés ante determinada tarea varía de una persona a otra por distintas razones, en primer lugar por el gusto o desagrado a la tarea misma; también por la sobrecarga mental que puede ser cuantitativa cuando se produce un exceso de actividades a realizar en un determinado período, o cualitativa, cuando hay un exceso de demandas en relación con las competencias, conocimientos y habilidades del individuo. Por su parte, la infracarga ocurre cuando las tareas asignadas están muy por debajo de la cuali-

ficación del individuo, lo que puede afectar a la autoestima de la persona y desencadenar un cuadro de estrés.

3. Estresores de la organización: se refieren a las dinámicas de la organización en determinado grupo social que desencadenan estrés, se refiere a aspectos como el conflicto y ambigüedad de rol, las jornadas excesivas, los cambios de turnos, los programas rígidos, horarios imprevisibles, el mal clima que se genera por el aislamiento social o físico, la poca relación con las demás personas, la falta de apoyo o ayuda de los compañeros, el estancamiento y la falta de oportunidades para el crecimiento personal, la inseguridad o la baja valorización del trabajo realizado.

Las clasificaciones anteriores fueron pensadas sobre todo para ambientes laborales, pero en este caso resultan pertinentes pues el presente estudio toma como escenario una clínica en donde realizan sus prácticas los estudiantes de odontología. Es una especie de simulación de un ambiente laboral con la única diferencia que en este caso no hay un salario de por medio, sino una calificación.

En este contexto, surge la necesidad de conocer los niveles de estrés y los principales estresores en los estudiantes. Para ello se elige como escenario de investigación la Clínica del municipio de Ecatepec de Morelos, en el Estado de México, donde realizan su práctica clínica los estudiantes de la licenciatura en Odontología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

En la medida en que las instituciones educativas conozcan acerca del estrés académico que tienen sus estudiantes adquieren el compromiso de formar discentes con mejores conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes para sortear de forma competente los momentos de estrés en su formación como profesionales y apuntalar su futuro profesional.

Método

Esta investigación es de corte cuantitativo ya que se hace una recolección de datos con base en la mediación numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento (Hernández, 2003). Se pretende conocer el nivel de estrés y los principales estresores de los estudiantes contemplados para el estudio. El instrumento utilizado es el cuestionario denominado Estrés Académico Sistemático

co Cognoscitivo (SISCO), que permite captar el estrés académico en la práctica clínica de los estudiantes de odontología.

Participantes

La población de esta investigación estuvo formada por alumnos de la licenciatura de Odontología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la UNAM de quinto y séptimo semestres que realizan sus prácticas en la clínica periférica del municipio de Ecatepec de Morelos, en el Estado de México.

La muestra estuvo constituida por 66 estudiantes, de los cuales 44 fueron mujeres y 22 varones en un rango de edad de 19 a 25 años. Estos estudiantes constituyen el 100% del total de inscritos en los semestres mencionados en el ciclo escolar en el que fueron encuestados.

Instrumento

Se aplicó el cuestionario de estrés académico SISCO, es un instrumento auto administrado, que puede ser llenado de manera individual o colectiva; su resolución no implica más de 10 minutos, este instrumento fue elaborado por Barraza Macías (2003).

El inventario del instrumento SISCO se configura por 26 ítems distribuidos de la siguiente manera:

1. Un ítem de filtro, en términos dicotómicos (sí-no), permite determinar si el encuestado es candidato a contestar o no el inventario.
2. Un ítem en un escalamiento de tipo Likert de cinco valores (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco es mucho), permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.
3. Ocho ítems, que en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.
4. Diez ítems en un escalamiento de tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) que permiten identificar la frecuencia con las que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
5. Seis ítems tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, alguna vez, casi siempre, siempre) que permiten identificar la frecuencia del uso de estrategias de afrontamiento.

Para este artículo se presentan los resultados únicamente de las tres primeras secciones, que se refieren a la presencia del estrés, su nivel y los estresores.

Para garantizar los aspectos éticos de nuestra investigación contamos con un formato de consentimiento informado donde damos a conocer la intención de la investigación, garantizamos el anonimato de los informantes, así como la discreción de sus aportaciones para la realización de la misma. El informante pudo abandonar la investigación en el momento que él decidiera; no se hizo distinción por raza o estrato social, creencia religiosa o preferencia política.

Resultados

En primer lugar se preguntó a los alumnos si durante el transcurso del semestre habían tenido momentos de preocupación o nerviosismo. El 100% de ellos respondieron que sí, esto es que todos los alumnos de quinto y séptimo semestres de la licenciatura de Cirujano Dentista reportaron haber presentado estrés académico.

Con la idea de obtener mayor precisión respecto a lo anterior, en el cuestionario se les pidió que utilizaran una escala del 1 al 5 para señalar su nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) es mucho. Los resultados se muestran en el Gráfico 1.

Se puede apreciar que los alumnos de quinto semestre reportan un nivel más bajo que los de séptimo. En quinto semestre más del 60% indican tener un nivel de estrés medio o medio-alto (niveles 3 y 4), y sólo 20% un nivel alto. Por su parte, en séptimo semestre no hay un sólo alumno que haya contestado las opciones uno y dos; por el contrario la opción más respondida es la que corresponde al mayor nivel de estrés con cerca del 40%, con un porcentaje ligeramente menor se encuentra la opción 3, que equivale a un nivel medio de estrés.

Existen personas que no se estresan demasiado,

aunque el entorno les demanda mucho, son los que indican tener niveles de estrés bajos. Sin embargo, en séptimo semestre la carga de trabajo así como la complejidad de los tratamientos que se deben realizar aumentan, con ello el nivel de estrés de los estudiantes; lo que se magnifica en personas con tendencia a estresarse, al nerviosismo.

Es decir, cada persona, en función de su propia personalidad, reaccionará ante las situaciones generadoras de estrés, lo que determina alcanzar un nivel mayor o menor depende del individuo en particular. Más allá del estrés que se presente, los estudiantes deben cumplir con su trabajo, lo que representa liberarse de esa tensión y del estrés. La calificación también está en juego, así que se debe aprender a vivir con el estrés, o al menos a controlarlo para cumplir con las obligaciones. Este grupo de personas son las que manifiestan tener un nivel de estrés medio, ya que pueden controlarlo y liberarse de él; contrario a aquellas personas que mantienen constantemente niveles altos de estrés, más allá de las actividades que realicen.

Posteriormente, en el cuestionario SISCO se realizan preguntas relativas a los principales estresores para los estudiantes. Dichas preguntas son respondidas en una escala del 1 al 5 donde 1 es nunca, 2 rara vez, 3 algunas veces, 4 casi siempre y 5 siempre. La instrucción es que señalen con qué frecuencia les inquietaron las situaciones indicadas.

Un primer elemento a considerar es la competencia con los compañeros de clase, como en la gráfica anterior, en este caso los resultados también comparan los dos semestres contemplados en la muestra de este estudio (ver Gráfico 2).

Mientras que los estudiantes de quinto semestre no ubican la competencia con los compañeros como

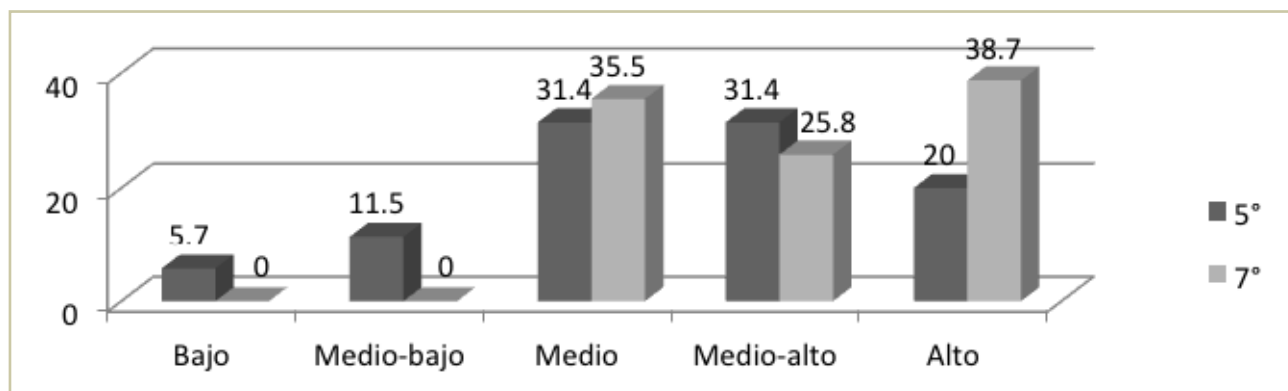


Gráfico 1. Nivel de estrés (%)

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del cuestionario.

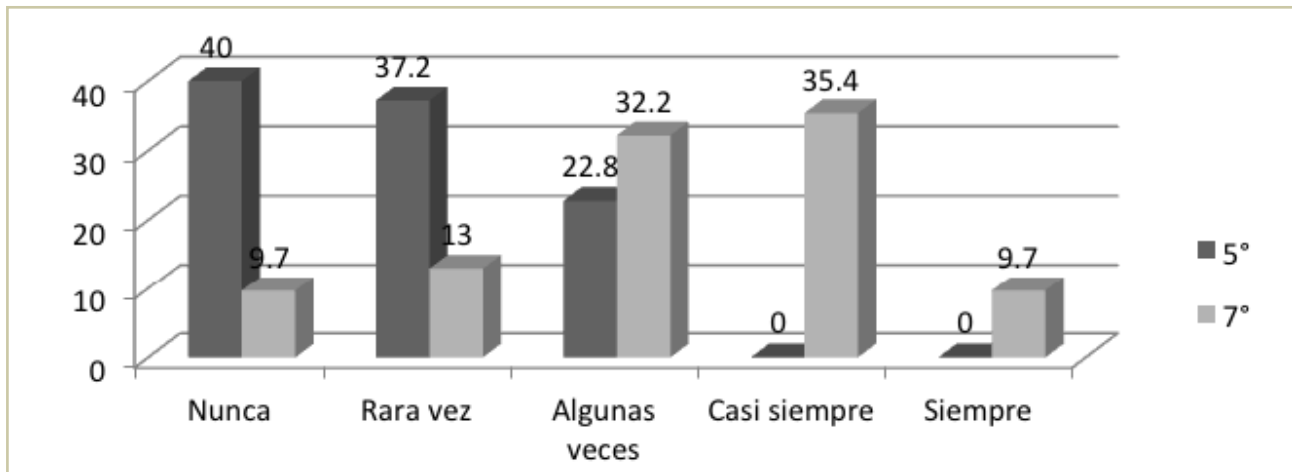


Gráfico 2. Competencia con los compañeros (%)

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del cuestionario.

un elemento estresor, más que algunas veces o rara vez, los de séptimo consideran que sus compañeros sí llegan a estresarlos algunas veces o casi siempre, incluso casi 10% de ellos piensa que siempre.

El ambiente tenso entre compañeros puede considerarse un estresor en la clínica, pero hay otros elementos que son identificados con mayor claridad, como es el caso la sobrecarga de tareas y trabajos escolares; en la clínica se exige a los estudiantes cierto número de tratamientos terminados para poder ser calificados, como consecuencia se tiene una sobrecarga de trabajo, sin duda un elemento estresor, como lo muestra el Gráfico 3.

El estrés por sobrecarga de trabajo es mayor en los alumnos de séptimo semestre, ya que 32.2% eligieron la opción 5 (siempre) como respuesta, en comparación con el 17.1% de los de quinto. Las opciones 4 (casi siempre) y 3 (algunas veces) tienen porcentajes

similares en ambos grupos. Estos resultados son indicadores que la demanda de trabajo aumenta con relación al semestre.

La sobrecarga de trabajos es un elemento estresante importante en la práctica clínica, pero es sólo un aspecto a considerar de toda la gama de situaciones que se viven a diario, tales como las exigencias del plan de estudios de la carrera, la habilidad para conseguir y mantener pacientes para terminar los tratamientos. Se ponen en juego cuestiones inherentes al mismo sujeto, y otras pertenecientes al entorno, por ejemplo, los profesores, específicamente en relación con la personalidad y carácter del profesor.

El profesor de la clínica es el responsable de la supervisión y evaluación de las materias prácticas, ya que desarrolla un papel importante en la vida cotidiana dentro de la clínica, pero los resultados del cuestionario muestran que no es un elemento determi-

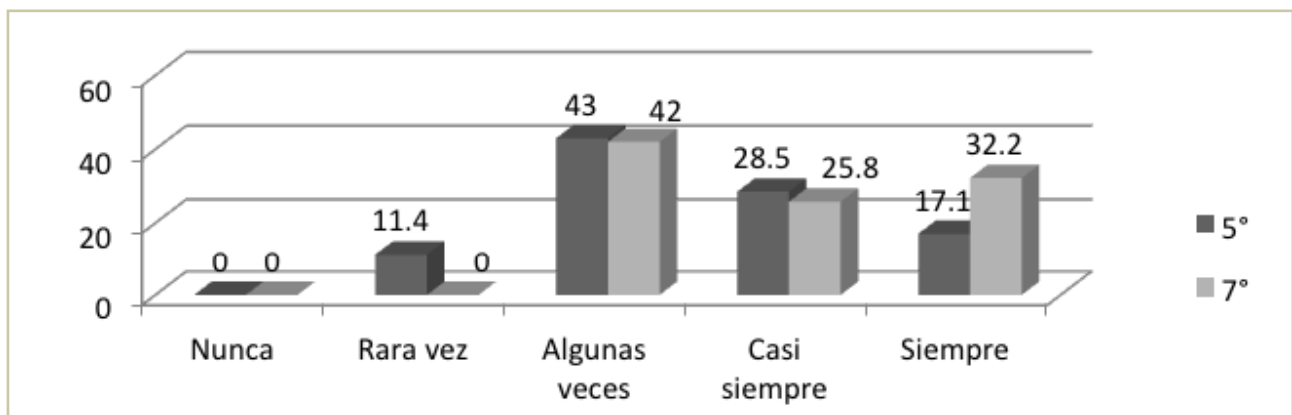


Gráfico 3. Sobrecarga de trabajo (%)

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del cuestionario.

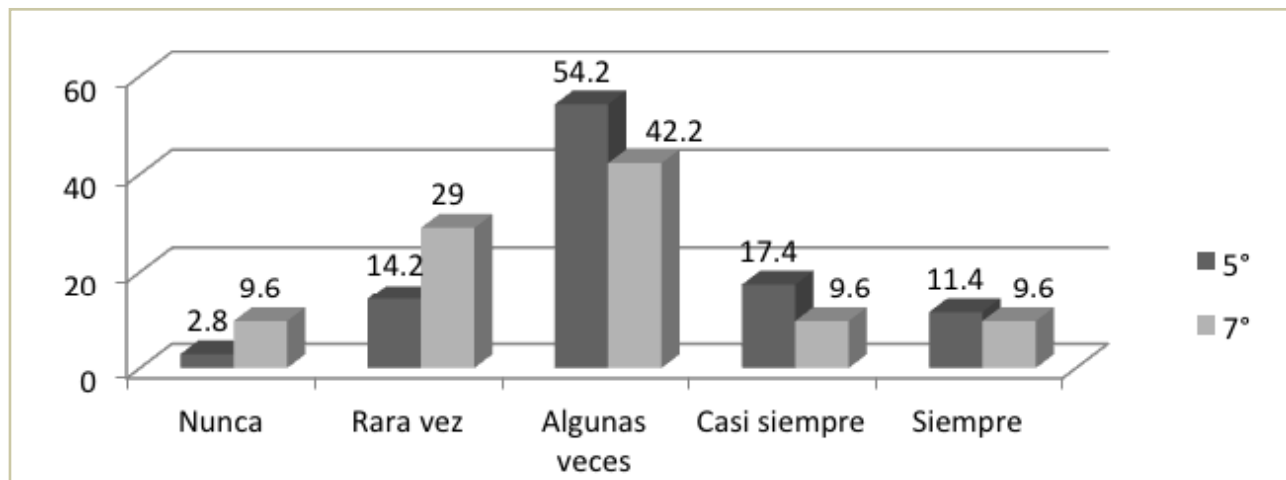


Gráfico 4. Personalidad del profesor (%)

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del cuestionario.

nante en el surgimiento del estrés académico. La mayoría de los estudiantes consideran que eso sólo sucede algunas veces. Los resultados se presentan en el Gráfico 4.

Cerca de 30% de los alumnos de quinto semestre identifican la personalidad y carácter del profesor como estresores usuales (casi siempre y siempre), en contraste con el 19% de los alumnos de séptimo. En este caso, hay una dispersión de las respuestas en ambos grupos, lo que indica que su percepción del docente como estresor depende en gran medida de sus experiencias individuales.

La interacción con el profesor, por lo que representa, se vuelve en ocasiones estresante, pues implica la supervisión del trabajo realizado, y también la evaluación de la materia práctica que se cursa. En referencia

a lo anteriormente expresado se cuestionó respecto a la evaluación de los profesores (Exámenes, ensayos, trabajos de investigación). En el caso de la clínica de prácticas, la evaluación depende directamente del trabajo realizado por el practicante, específicamente en el número de trabajos realizados y terminados, que es el principal punto que toman en cuenta los profesores, con base en ello se preguntó en el cuestionario si la evaluación era causa de estrés. Los resultados muestran que sí lo es (ver Gráfico 5).

Como se mencionó, la sobrecarga de trabajo y la personalidad del profesor son estresores, ambas directamente relacionadas con la evaluación, es decir, la calificación que obtendrán en la materia. Se puede observar que esto realmente inquieta a los alumnos, sobre todo a los de séptimo semestre, de quienes el

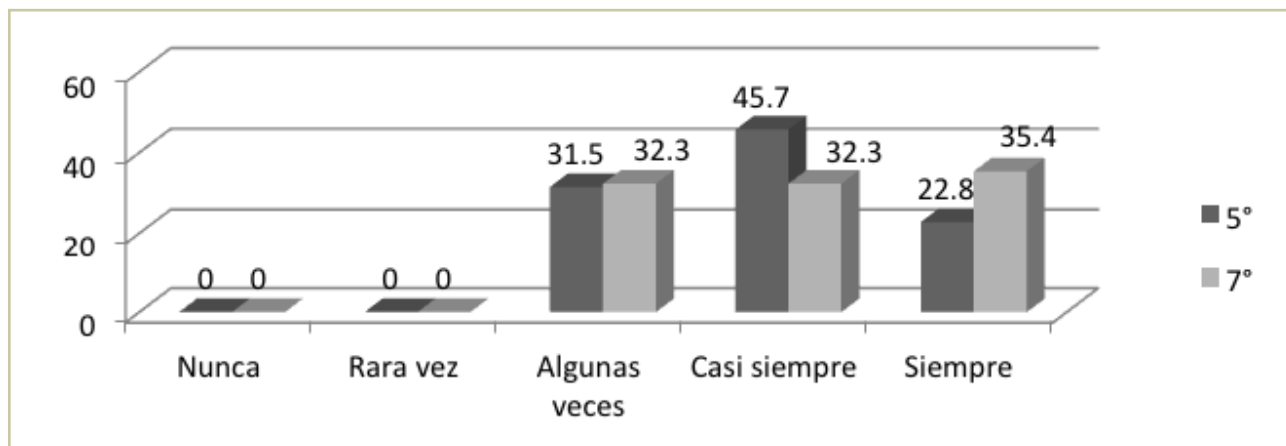


Gráfico 5. Evaluaciones (%)

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del cuestionario.

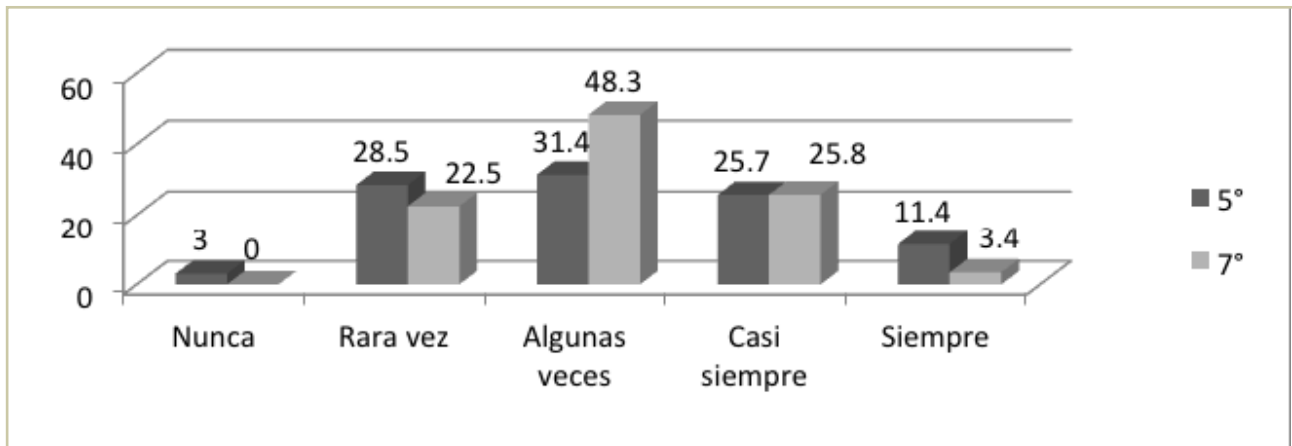


Gráfico 6. Tipo de trabajo (%)

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del cuestionario.

35.4% indican que siempre les causa estrés la evaluación. Entre los alumnos de quinto predomina la opción 4 (casi siempre).

Una atenuante a considerar en este caso es el promedio, que representa un aspecto a cuidar para los alumnos, quizá no para todos, pero algunos de ellos lo ven como algo fundamental, de su promedio depende la posibilidad de hacer futuras especializaciones, o simplemente prefieren obtener calificaciones altas.

Se puede notar que el surgimiento del estrés académico en la práctica clínica odontológica no depende exclusivamente de un factor, sino que es un fenómeno bastante complejo en el que la evaluación tiene un peso fundamental, sobre todo en la realización de tratamientos, lo que se analiza a continuación, es decir, el tipo de trabajo que piden los profesores. Se preguntó a los alumnos si el tipo de trabajo que les solicitan los profesores de la clínica les causa preocupación o nerviosismo, es decir, los tratamientos que realizan con pacientes. Las respuestas se muestran en el Gráfico 6.

La gráfica muestra una dispersión, aunque hay una ligera tendencia de los alumnos de quinto a identificar el tipo de trabajo como algo que genera mayor estrés en relación a los de séptimo. Lo que predomina en ambos casos es la opción 3 (algunas veces). Es decir, los tratamientos realizados sí son causales de estrés, pero no en un nivel alto.

Cabe aclarar que al momento de comenzar con las prácticas clínicas los estudiantes ya han recibido clases teóricas respecto a los procedimientos que van a realizar, además de contar con el apoyo de docentes en la clínica y también de sus propios compañeros.

Sin embargo, no por ello deja de existir el temor al error, que suele causar estrés a los practicantes. Un error en los procedimientos puede traer consecuencias graves para el paciente, desde dolor hasta la misma muerte, o bien provocar una serie de tratamientos innecesarios si los procedimientos no son realizados correctamente desde el inicio.

Las clases clínicas implican poner en práctica los conocimientos obtenidos durante las clases teóricas. La falta de comprensión de los temas puede ser causante de estrés, porque implica actuar en forma inadecuada ante los tratamientos que el estudiante debe efectuar en sus pacientes. Se preguntó al respecto a los estudiantes en el cuestionario (ver Gráfico 7), los resultados indican que el desconocimiento de los temas puede generar estrés en algunas ocasiones, ya que la mayoría de los alumnos de ambos semestres eligieron la opción 3, aunque cerca del 30% de ambos grupos mencionan que eso sucede rara vez. Estos datos pueden indicar que al momento de llegar a la práctica la mayoría de los alumnos cuenta con las bases teóricas y el conocimiento para efectuar sus tratamientos con éxito.

No es el caso de la totalidad de alumnos, 35.4% de los alumnos de séptimo y 31.8% de los de quinto, mencionan que el no comprender los temas les causa estrés casi siempre o siempre. Aunque la intensidad es mayor en séptimo, debido al tipo de tratamientos que realizan que son de carácter más complejo.

Como se puede apreciar, el conocimiento y los tratamientos se convierten en aspectos generadores de estrés, además otro aspecto que coadyuva al estrés, es el tiempo del que se dispone en la clínica para trabajar, el cual es limitado. La clínica trabaja en

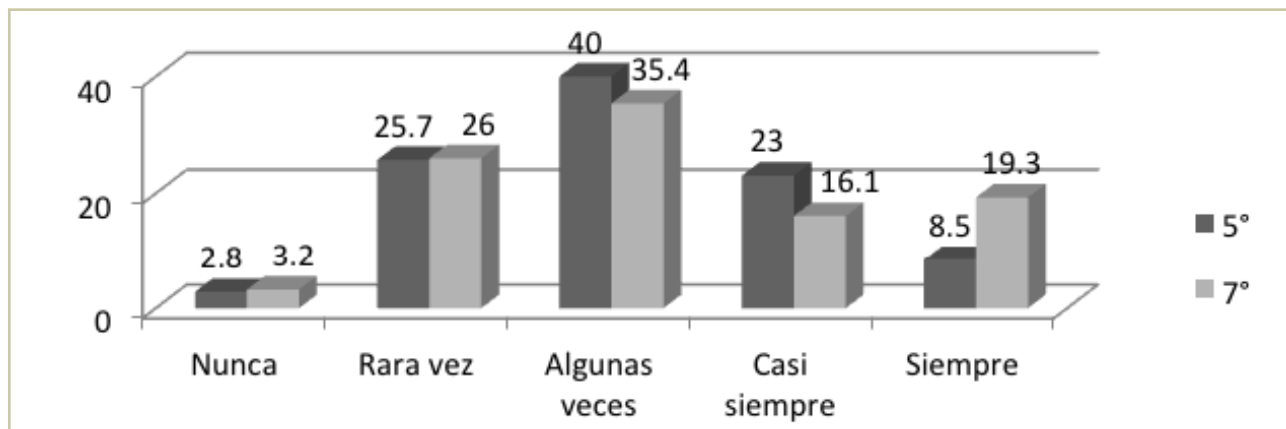


Gráfico 7. No entender temas (%)

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del cuestionario.

horario establecido, después de ello, el estudiante no tiene posibilidad de continuar con su labor; sin embargo, el alumno debe cumplir con un número determinado de tratamientos dentro de ese tiempo, además debe tomar en cuenta los horarios que los pacientes solicitan de acuerdo a sus necesidades. Todo ello hace del tiempo para trabajar un elemento a considerar como estresor. Se preguntó al respecto en el cuestionario y las respuestas se presentan en el Gráfico 8.

Los porcentajes indican que el tiempo es uno de los principales estresores y se relaciona directamente con la sobrecarga de trabajo, la evaluación, el tipo de tratamiento a realizar y la disposición del paciente. En este caso, el tiempo para trabajar produce más estrés en los alumnos de quinto semestre, ya que cerca del 65% de ellos eligió ya sea la opción 4 (casi siempre) o 5 (siempre). El porcentaje en esas opciones es menor para los alumnos de séptimo.

Contrario a lo que sucede en un consultorio particular, en la clínica los jóvenes deben responder a un horario, además de respetar las citas ya agendadas con sus pacientes. Al ser practicantes, esto se convierte en un gran generador de estrés, pues quedan sin margen de error, no hay tiempo para dudas ya que ello implicaría no acabar el tratamiento, lo que repercute en su calificación y en la salud del paciente.

Conclusiones

En síntesis, la sobrecarga de trabajo, las evaluaciones y el tiempo para trabajar son los elementos que más estresan a los alumnos de quinto y séptimo semestre de la carrera de odontología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala durante sus prácticas clínicas. El nivel de estrés de los estudiantes de ambos semestres puede considerarse alto, aunque en

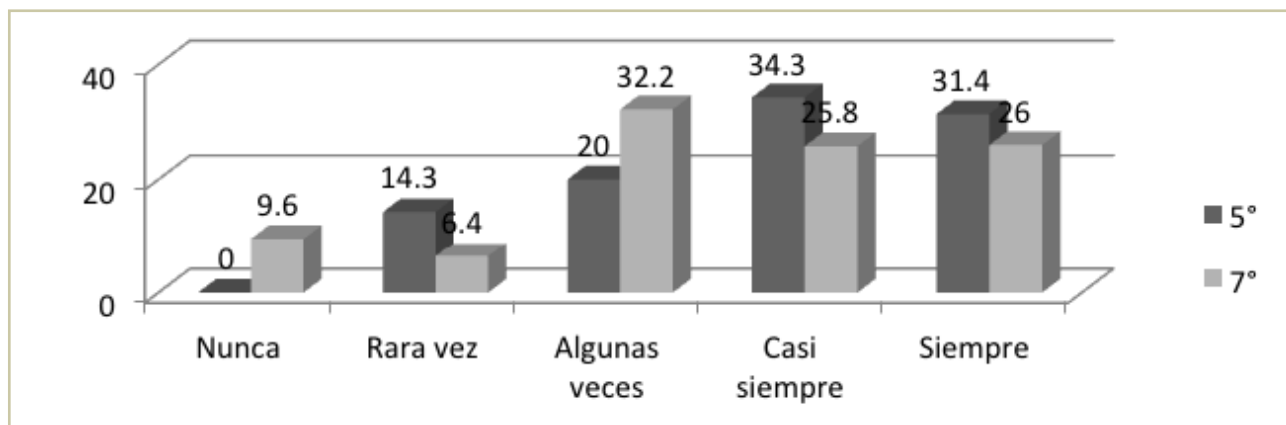


Gráfico 8. Tiempo para trabajar (%)

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del cuestionario.

séptimo semestre lo es aún más. Son muy pocos los alumnos que consideran tener niveles bajos o nulos de estrés.

Un apunte importante respecto a lo anterior es que la presencia o ausencia del estrés depende en gran medida de la personalidad de cada estudiante. Hay sujetos que tienen una mayor tendencia estresarse y gente que no tiende a ello aun expuestos a las mismas circunstancias. Es decir, la presencia o ausencia del estrés es, a fin de cuentas, una cuestión subjetiva que deriva de la interpretación que cada sujeto hace de su realidad y las situaciones a las que se enfrenta.

Con esto no se niega la dimensión fisiológica del estrés, es decir, las repercusiones que tiene en el organismo y las afectaciones que puede producir física, social y psicológicamente. Sin duda alguna el estrés es un problema de salud pública actualmente, reconocido por la OMS y la OPS como una de las enfermedades más importantes del siglo XX. Sin embargo, algo que esta investigación deja en claro, así como muchas otras que se encargan del estudio del estrés, es que ante las mismas situaciones las personas reaccionan de diferente manera. La percepción de su nivel de estrés y las situaciones que lo generan dependen de diversos factores anclados a la personalidad, carácter y temple de cada individuo.

Las diversas situaciones que plantea la clínica de odontología para los estudiantes practicantes convierten este escenario en un espacio demandante; se exige gran puntualidad y asistencia perfecta, se solicita al alumno que consiga a sus propios pacientes y se demandan determinado número de tratamientos finalizados para aprobar la materia, se trabaja en un espacio donde no hay margen de error pues se cuenta con un tiempo limitado para los procedimientos, se comparten el espacio de trabajo con otros estudiantes y se mantiene una constante vigilancia por parte de los profesores.

En un ambiente como el descrito la presencia del estrés es necesaria, éste permite la realización de las tareas. Se podría decir que estar estresado es indispensable en las horas de trabajo; el problema llega cuando el estrés se convierte en una constante, pues entonces afecta la salud. En el caso descrito en esta investigación, los datos indican una presencia constante del estrés en los estudiantes, situación que eventualmente traerá consecuencias negativas en los jóvenes.

Si bien es cierto que el estudiante de odontología debe aprender a manejar situaciones demandantes y

controlar el estrés, cabe cuestionarse si un ambiente como el que se vive en la clínica lo logra. La presencia del estrés es innegable, pero no parece haber ninguna estrategia pensada por parte de los docentes o la institución para dotar al estudiante de los medios necesarios para que logre afrontar y superar el estrés con éxito, sin llegar a afectar su salud o su rendimiento escolar.

Referencias

- BARRAZA MACÍAS, A. (2005). *El estrés académico en los alumnos de postgrado de la Universidad Pedagógica de Durango*. Memoria electrónica del VIII Congreso Nacional de Investigación Educativa.
- BARRAZA MACÍAS, A. (2005). *El estrés académico de los alumnos de Educación Media Superior, Hermosillo*. Memoria electrónica del VIII Congreso Nacional de Investigación Educativa.
- POLO, A.; J. M. HERNÁNDEZ LÓPEZ y C. POZO MUÑOZ (1996). Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. *Revista Ansiedad y Estrés*, 2, 2/3, 159-172.
- HERNÁNDEZ SAMPIERI, R.; C. FERNÁNDEZ y L. BAPTISTA (2003). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- HUMPHRIS, G., A. BLINKLORN, R. FREEMAN, R. GORTES, G. HOAD-REDDICK, H. MURTHOMAS, R. O'SULLIVAN, y C. SPLIETH (2002). Psychological stressing undergraduate dental students; baseline results from seven European dental schools. *European Journal of Dental Education*. 6, 1, 22-29.
- MARTY, M.; MATÍAS LAVÍN G., FIGUEROA M., Maximiliano, LARRAÍN DE LA C. Demetrio, CRUZ M. Carlos (2005). Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*. 43, 1, 25-32.
- MAURO, María; CHÁVEZ Ivonne; CÁCERES DOS SANTOS, Cristiana; MOREIRA DE OLIVEIRA, Marcia y TRAVASSOS DE LIMA, Paula (1999). El estrés y la práctica de enfermería: ¿cuándo parar y reflexionar? Una experiencia con estudiantes de enfermería. Disponible en: http://www.prevencionintegral.com/Articulos@Datos/Paper_121.htm (recuperado el 26/03/2005).
- MELGOSA, J. (1995). *¡Sin estrés!* Madrid: Safeliz.
- MUÑOZ F.J. (2003). *Estrés académico. Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial*. Huelva, España: Universidad de Huelva.
- OMS (1990). Organización Mundial de la Salud. *Análisis de la situación actual de la salud de los trabajadores*.
- OPS (1990). Organización Panamericana de la Salud. *Análisis de la situación actual de la salud de los trabajadores*.
- RAJAB, E. (2001). Effects of Stress in Dentists Students. *Journal of Dental Research*. 69, 2, 489-499.
- YEDA Sierra, O.; E. Aparecida DIAS y V. ELIAS SPERS

- (2012). Impacto de los estresores laborales en los profesionales y en las organizaciones análisis de investigaciones publicadas. *Invenio*. 15, 29, 67-80.
- SEP (2011). *Acuerdo No 592 por el que se articula la educación básica*, DOF. 20 de agosto de 2011.
- THOUMI S. (2003). *Técnicas de la motivación infantil*. Bogotá: Gamma.
- VERGARA C y C. ZAROR (2008). Proceso de enseñanza-aprendizaje en la clínica odontológica. Aspectos teóricos. *Revista de Educación en Ciencias de la Salud*. 5, 1, 6-11.