
ESTRÉS ACADÉMICO Y FELICIDAD CON RELACIÓN A ALGUNAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

ACADEMIC STRESS AND HAPPINESS IN RELATION TO SOME SOCIODEMOGRAPHIC VARIABLES IN HIGH SCHOOL STUDENTS

Manuel Ortega Muñoz¹

Arturo Barraza Macías²

Alejandra Méndez Zúñiga³

Rebeca del Pino Peña⁴

^{1, 2 Y 3 Universidad Pedagógica de Durango y ⁴ Universidad Pedagógica Nacional}

Correspondencia

¹drmanuelortega@hotmail.com,

²praxisredie2@gmail.com,

³ale.mendez.zu@gmail.com

y

⁴rebecadelpino@yahoo.com.mx

Resumen

La presente investigación tiene como objetivos centrales determinar la relación que existe entre el estrés académico y las variables sociodemográficas sexo, edad, estado civil y semestre que cursa y establecer la relación que existe entre la felicidad y las variables sociodemográficas sexo, edad, estado civil y semestre que cursa. Para el logro de estos objetivos se llevó a cabo un estudio correlacional mediante la aplicación de un cuestionario conformado por tres secciones: a) datos personales, b) Escala de Felicidad Subjetiva, e c) Inventario SISCO del estrés académico a una población de 139 alumnos de educación media superior. Sus principales resultados indican que son los hombres los que presentan mayor nivel de felicidad y estrés.

Palabras claves

estrés, felicidad, sexo, edad.

Abstract

The present investigation has as central objectives to determine the relationship that exists between academic stress and the sociodemographic variables sex, age, marital status and semester in progress and to establish the relationship that exists between happiness and the sociodemographic variables sex, age, marital status and current semester To achieve these objectives, a correlational study was carried out through the application of a questionnaire made up of three sections: a) personal data, b) Subjective Happiness Scale, and c) SISCO inventory of academic stress to a population of 139 students from upper secondary education. Its main results indicate that men are the ones with the highest level of happiness and stress.

Keywords

stress, happiness, sex, age.

DOI: <https://doi.org/10.56342/recip.vol13.n25.2023.1>

Recibido: 23 de enero de 2023 Aprobado: 25 de febrero de 2023

Introducción

La investigación de diversas variables relacionadas con la salud mental, como es el caso del estrés y la felicidad, se ha orientado principalmente a la búsqueda de las variables causales (Alpi, *et al.*, 2017; Arias, *et al.*, 2014; Morales-Mota, *et al.*, 2021; Allende-Rayme, *et al.*, 2021) con el objetivo de desarrollar y contrastar diversos modelos teóricos que permitan el incremento de nuestro conocimiento al respecto. Sin embargo, también se realizan otro tipo de estudios que tienden a identificar variables moduladoras de la prevalencia de estas variables o de sus potenciales relaciones.

En términos de Lazarus (2000), la primera orientación busca las causas proximales, mientras que la segunda busca las causas distales. Los resultados, tanto en término cuantitativos como cualitativos, muestran la supremacía de la orientación proximal, empero, estas investigaciones no brindan suficiente información sobre las características o rasgos de las personas que pueden afectar la presencia de mayor nivel de estrés o felicidad.

Para efectos de esta investigación se define a la felicidad en términos de afecto positivo frecuente, alta satisfacción con la vida y afecto negativo poco frecuente (Lyubomirsky, *et al.*, 2005); mientras que al estrés se le define como un proceso psicológico de carácter adaptativo que involucra tres componentes: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (Barraza, 2006).

La revisión de la literatura al respecto muestra múltiples inconsistencias en los resultados que buscan relacionar las variables sociodemográficas y las variables de interés. Algunos ejemplos permitirán ilustrar esta situación.

Cateriano (2020) informa que las variables sexo, edad, ciclo de estudios y condición laboral no se relacionan con el estrés académico, empero Calizaya *et al.* (2021) reconocen que si existe relación entre la edad y estrés académico y la dependencia económica y el estrés académico por lo que se puede afirmar que a mayor edad menor estrés académico y a mayor dependencia económica menor nivel de estrés académico.

En esa misma línea de trabajo Flores (2019) reporta que no obtuvo una diferencia significativa entre los estudiantes de las diversas carreras, pero si entre la presencia de síntomas ante el estrés, siendo las mujeres las que obtuvieron un mayor puntaje que los hombres.

Por su parte la revisión de la literatura sobre la variable felicidad indica que las mujeres son más propensas a experimentar cierto grado de felicidad; mientras que las personas del grupo de mayor edad tienen más altas puntuaciones en felicidad que las del grupo de menor edad (Castilla, *et al.*, 2016), empero Caycho y Castañeda (2015) no observaron diferencias estadísticamente significativas en la felicidad en relación con el sexo y nacionalidad.

Así mismo, Caballero y Sánchez (2018) reportan que no existen diferencias significativas en la percepción de felicidad por género, edad y elección de estudios.

Este recuento meramente ilustrativo pero que marca una clara tendencia justifica la necesidad de continuar la indagación de las variables de interés con relación a algunas variables sociodemográficas; este interés se concreta en los siguientes objetivos:

Determinar la relación que existe entre el estrés académico y las variables sociodemográficas sexo, edad, estado civil y semestre que cursa.

Establecer la relación que existe entre la felicidad y las variables sociodemográficas sexo, edad, estado civil y semestre que cursa.

Método

Participantes

La presente investigación, de tipo transversal, no experimental y correlacional, tuvo como participantes 139 alumnos de educación media superior. La distribución de estos, según las variables sociodemográficas indagadas, se presenta en la Tabla 1. Como se puede observar predominan los hombres, con una edad de 16 años y de cuarto semestre.

Tabla 1.
Caracterización de la muestra.

Sexo	Hombre	71.9%
	Mujer	28.1%
Edad	15 años	2.9%
	16 años	79.9%
	17 años	2.9%
	18 años	1.4%
	19 años	1.4%
	20 años	1.4%
	21 años	2.2%
	22 años	7.9%
Estado Civil	Soltero	36%
	Casado	30.2%
	Divorciado	16.5%
	Unión libre	17.3%
Semestre	Segundo	26.6%
	Cuarto	61.2%
	Sexto	12.2%

Instrumentos

Para la recolección de la información se utilizó un cuestionario conformado por tres secciones: a) datos personales, b) Escala de Felicidad Subjetiva, e c) Inventario SISCO del estrés académico.

Los datos personales indagados fueron sexo, edad, estado civil y semestre.

El inventario SISCO del estrés académico está conformado por 31 ítems que se responden mediante un escalamiento tipo Likert de frecuencia de cinco valores: Nunca, Rara vez, Algunas veces, casi siempre y Siempre (Barraza, 2007). El autor reporta tres factores: Estresores ($\alpha=.90$), Síntomas ($\alpha=.91$) y Estrategias de afrontamiento ($\alpha=.69$).

La Escala de Felicidad de Lima fue construida y validada por Alarcón (2006) en una población de 709 estudiantes peruanos de nivel universitario. La escala se conforma por 27 preguntas que se responden mediante un escalamiento de cinco respuestas tipo Likert: Totalmente de acuerdo, De Acuerdo, Ni en acuerdo ni en desacuerdo, En Desacuerdo y Totalmente en desacuerdo.

En su validación el autor reporta 4 factores: El factor 1 se refiere al Sentido positivo de la vida ($\alpha=.88$), el factor 2 a la Satisfacción con la vida ($\alpha=.79$), el factor 3 a la Realización personal ($\alpha=.76$) y el factor 4 se refiere a la Alegría de vivir ($\alpha=.72$).

Procedimiento

El cuestionario, con sus tres secciones, se elaboró en un formulario de *Google*. Una vez listo se invitó vía *WhatsApp* a varios contactos de los autores que laboraban en educación media superior solicitándoles que hicieran extensiva la invitación a responder el cuestionario a sus alumnos.

El primer ingreso a responder el cuestionario fue el día 9 de mayo y el último fue el día 20 de mayo. En total se recibieron 139 respuestas.

Una vez cerrada la recepción de respuestas se descargó el archivo Excel que proporciona el formulario de *Google* y se transfirieron los datos al programa SPSS versión 24. Antes de empezar los análisis se calculó la variable felicidad y estrés académico y se les aplicó la prueba de Kolmogorov Smirnov obteniendo como resultado que tanto la variable felicidad como la de estrés académico no presentaba una distribución normal ($KS= .000$) por lo que era necesario utilizar estadística no paramétrica.

El análisis de datos se desarrolló a través de las pruebas U de Mann Whitney (variable sexo), Rho de Spearman (variable edad) y Kruskal-Wallis (variables semestre y estado civil). En todos estos análisis la regla de decisión fue $p < .05$.

Consideraciones éticas

En la desarrollo de la presente investigación se realizaron una serie de acciones orientadas a la protección de los derechos y garantías de los participantes en la investigación (sección 8.01 de los principios éticos de la American Psychological Association, 2017). El instrumento alojado en el formulario de *Google* tenía un carácter anónimo y en el párrafo introductorio se mencionaba clara y explícitamente que su llenado tenía un carácter voluntario por lo que ellos estaban en su derecho de responderlo o de no hacerlo.

Resultados

Los resultados del análisis de la variable sexo con relación a las dos variables de interés se presentan en la Tabla 2. Como se muestra el sexo influye en el nivel con que se presentan la felicidad y el estrés académico; en ambos casos son los hombres los que presentan mayor nivel.

Tabla 2.
Resultados de los análisis realizados con la prueba U de Mann-Whitney.

Sexo	
Felicidad	1458.500*
Estrés académico	1171.500**

* $p < .05$; ** $p < .001$

Los resultados del análisis de la variable edad con relación a las dos variables de interés se presentan en la Tabla 3. Como se observa la edad no influye en el nivel con que se presentan la felicidad y el estrés académico

Tabla 3.
Resultados del análisis realizado con la prueba rho de Spearman.

Edad	
Felicidad	.032
Estrés académico	.131

Los resultados del análisis de las variables estado civil y semestre con relación a las dos variables de interés se presentan en la Tabla 4. Como se muestra solo la variable semestre influye en el nivel de felicidad siendo los alumnos de segundo semestre los que presentan mayor nivel.

Tabla 4.
Resultados de los análisis realizados con la prueba H de Kruskal-Wallis.

	Estado civil	Semestre
Felicidad	4.023	9.601**
Estrés académico	1.108	3.573

** $p<.001$

Discusión de resultado

De las cuatro variables analizadas solamente dos influyen en la felicidad y/o el estrés. En el primer caso se puede afirmar que son los hombres los que presentan mayor nivel de felicidad por lo que se difiere de Castilla *et al.* (2016) y Núñez, *et al.* (2018) que afirman que son las mujeres que tienen mayor nivel de felicidad y de Caycho y Castañeda (2015), Caballero y Sánchez (2018) y Toribio *et al.* (2012) que reportan que el nivel de felicidad se presenta con el mismo nivel en hombres y mujeres. De hecho este hallazgo difiere sustancialmente de los antecedentes por lo que es necesario reconocer que este resultado pudo ser influido por el sesgo natural de la muestra que mayoritariamente está conformada de hombres.

En el segundo caso se puede afirmar que son los hombres los que presentan mayor nivel de estrés por lo que se difiere de Barraza, *et al.* (2019), Cateriano (2020) y Pujadas, *et al.* (2020) que mencionan que no hay diferencia en el nivel de estrés según el sexo de los alumnos. Todo parece indicar que este resultado también es influido por las características de la muestra de estudio.

En el tercer caso se puede afirmar que los alumnos de segundo semestre son los que presentan mayor nivel de felicidad; a este respecto no se tienen antecedentes o referentes teóricos para contrastar.

Más allá de si estos resultados pueden o no estar influidos por las características de la muestra, sus hallazgos permiten retomar la discusión sobre las causas distales de un comportamiento y agregar un elemento más a la discusión: el papel de variables mediadoras.

Bajo esta lógica las variables distales tienen ese carácter precisamente por que dicha relación puede o no darse a partir de la presencia o no de otras variables mediadoras, por ejemplo: la cultura institucional, los estilos de crianza, el funcionamiento familiar, etc. En ese sentido el ser hombre o mujer, por mencionar una de las variables de interés, no necesariamente implica que se posea un mayor o

menor nivel de felicidad o estrés, sino que depende de otras variables que pueden estar o no presentes.

No obstante, el reconocimiento de la influencia que puede tener o no ciertas variables sociodemográficas sobre el estrés o la felicidad su indagación provee elementos de análisis que posibilitarían la generación de nuevas hipótesis.

A manera de cierre es necesario recordar que estos resultados deben considerarse indicativos ya que las características de la muestra implican la posibilidad de sesgos al respecto.

Referencias

- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*, 40(1), 99-106. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-96902006000100010
- Allende-Rayme, F. R., Acuña-Vila, J. H., Correa-López, L. E., & De La Cruz-Vargas, J. A. (2021). Estrés académico y calidad del sueño en tiempos de pandemia por COVID-19 en estudiantes de medicina de una universidad del Perú. *Revista de la Facultad de Medicina*, 70(3), e93475. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v70n3.93475>
- Alpi, S.V., Quiceno, J.M., Lozano, F., & Romero, S. (2017). Calidad de vida relacionada con la salud, percepción de enfermedad, felicidad y emociones negativas en pacientes con diagnóstico de artritis reumatoide. *Acta Colombiana de Psicología*, 20 (1): 49-59, <https://doi.org/10.14718/ACP.2017.20.1.4>
- American Psychological Association (2017). Ethical principles of psychologists and code of conduct. <http://www.apa.org/ethics/code/>
- Arias, W.L., Masías, A., & Justo, O. (2014). Felicidad, síndrome de burnout y estilos de afrontamiento en una empresa privada. *Avances en Psicología*, 22(1), 75-88. https://www.researchgate.net/publication/275344000_Felicidad_Sindrome_de_Burnout_y_estilos_de_afrontamiento_en_una_empresa_privada
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129. Recuperado de <http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/19028/18052>.
- Barraza, A. (2007, 26 de febrero). Inventario SISCO del estrés académico. Propiedades psicométricas. *Revista PsicologíaCientífica.com*, 9(13). <https://psicolcient.me/98grl>
- Barraza, A., González, L. A., Garza, A., & Cázares, F. (2019). El estrés académico en alumnos de odontología. *Revista Mexicana de Estomatología*, 6(1), 12-26. <https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/article/view/236/437>
- Caballero, A., y Sánchez, S. (2018). La felicidad en estudiantes universitarios. ¿Existen diferencias según género, edad o elección de estudios? *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 21(3), 1-18. <https://doi.org/10.6018/reifop.21.3.336721>
- Calizaya, J. M., Monzón, G. I., Ortega, G. C., & Alemán, Y. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios en periodo de confinamiento por COVID-19. *Universidad, Ciencia y Tecnología*, 25(110), 23-30. <https://doi.org/10.47460/uct.v25i110.472>
- Castilla, H., Caycho, T., y Ventura-León, J. L. (2016). Diferencias de la felicidad según sexo y edad en universitarios peruanos. *Actualidades en Psicología*, 30(121), 25-37. <https://doi.org/10.15517/ap.v30i121.24366>
- Cateriano, M. G. (2020). Estrés académico en estudiantes de psicología en aislamiento social: un estudio comparativo según sexo, edad, ciclo y condición laboral. (Tesis de grado inédita). Universidad Autónoma del Perú, Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2118/Cateriano%20Arraya%2c%20M.%20G.%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Caycho, T. y Castañeda, M.C. (2015). Felicidad y optimismo en adolescentes y jóvenes peruanos y paraguayos: un estudio predictivo. *Salud & Sociedad*, 6(3), 250 – 263. https://www.researchgate.net/publication/299129373_Felicidad_y_optimismo_en_adolescentes_y_jovenes_peruanos_y_paraguayos_Un_estudio_predictivo
- Flores, L. F. (2019). Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios. (Tesis de grado inédita). Universidad Católica de Santa María, Perú. <https://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/9691/76.0404.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lazarus, R. S. (2000). Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud. Desclée de Brouwer.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., y Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-131. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111>
- Morales-Mota, S., Meza-Marín, R. N., y Rojas-Solís, J. L. (2021). Estrés académico en estudiantes mexicanos de nivel medio superior durante el confinamiento por COVID-19. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 9(48), 1-21. https://www.academia.edu/60170397/Estr%C3%A9s_acad%C3%A9mico_en_estudiantes_mexicanos_de_nivel_medio_superior_durante_el_confinamiento_por_COVID_19

-
-
- Núñez, E., Ravina, R., y Ahumada, E. (2018). Análisis de la situación actual de la felicidad corporativa de los millennials en España, desde el barómetro del Centro de Investigaciones Sociológicas. Revista Académica ECO, 18, 1-22. <http://www.revistasguatemala.usac.edu.gt/index.php/race/article/view/1071>
- Pujadas, M. D., Pérez, F. J., & García-Pazo, P. (2020). Estrés y control percibido en trabajadores de emergencias. Ansiedad y Estrés, 26(1), 52-58. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.12.005>
- Toribio, L., González, N. I., Valdez, J. L., González, S., Van Barneveld, H. O. (2012). Validación de la Escala de Felicidad de Alarcón para adolescentes mexicanos. Psicología Iberoamericana, 20(1), 71-79. <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133924623008.pdf>