

# ALTERACIONES DE SALUD EN ESTUDIANTES DE LICENCIATURA EN ENFERMERÍA

Torres Magallanes Marisol  
tm\_554@hotmail.com  
Guzmán Estrada Juan Martín  
Legorreta Pérez Jorge David

Pasantes de la Licenciatura en Enfermería  
FES Iztacala, UNAM.

## ASESORÍA

Leticia Cuevas Guajardo  
Doctora en Educación  
Profesora Titular "B", T. C. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM.  
leticiacuevas1@hotmail.com

Dulce María Guillén Cadena  
Doctora en Educación  
Profesora Titular "A", T.C. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM.  
dulce1414@hotmail.com

### Para citar este documento:

Torres M, Guzmán JM, Legorreta JD. Alteraciones de salud en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. *Cuidarte*. 2012; 1(1):14-19.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.22201/fesi.23958979e.2012.1.1.69061>

# ARTÍCULO ORIGINAL

.....  
*REVISTA ELECTRÓNICA DE INVESTIGACIÓN EN ENFERMERÍA FESI-UNAM.  
Se autoriza la reproducción parcial o total de éste contenido,  
sólo citando la fuente y su dirección electrónica completas.*

## ALTERACIONES DE SALUD EN ESTUDIANTES DE LICENCIATURA EN ENFERMERÍA

### RESUMEN

*En este trabajo se identificaron las alteraciones de salud que presentan las y los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería que cursan el 6° semestre, debidas a la alta carga de trabajo. La sede considerada fue la Facultad de Estudios Superiores Iztacala (del 15 de febrero al 9 de mayo del presente año), donde se aplicaron encuestas analizadas por medio de graficas, identificando las alteraciones de salud que afectaron mayoritariamente a los estudiantes, encontrando datos similares a los planteados en base a muestra experiencia y en relación a otras investigaciones.*

### SUMMARY

*This paperwork contains identified health disorders detected in students of the Bachelor of Nursing enrolled in the 6<sup>th</sup> semester, due to high workload. The school in question is the School of Advanced Studies Iztacala "Facultad de Estudios Superiores Iztacala" (from February 15 to May 9, 2011), where the applied surveys were analyzed by means of graphs, identifying the main health disorders that affect students, finding similar data to those raised on the basis of experience showed in relation to other research.*

### INTRODUCCIÓN

Este proyecto está sustentado en la aplicación del Método Científico, enfocado a una investigación de carácter cuantitativa, en donde la Hi señala que *la alta carga de trabajo que tienen las y los estudiantes de 6to semestre de la Licenciatura en Enfermería ocasiona en ellos alteraciones en la salud.*

La mayoría de los profesionistas en su preparación, experimentan situaciones de estrés, desgaste físico y psicológico, problemas de salud que muchas veces suelen estar ahí por causas directamente relacionadas a la sobrecarga de actividades sin periodos de tiempo para recuperarse. El alto nivel de vida alcanzado en algunas sociedades y en este caso la Universidad, muchas veces acorta la esperanza de vida y deteriora su calidad al tener que adaptarnos, produce cambios de alimentación, sedentarismo, falta de sueño, consumo de alcohol y tabaco, entre otras.

La prevención de aquellos factores o hábitos que favorecen la aparición de enfermedades a corto, mediano o largo plazo, que han pasado a ocupar primeros puestos de causas de mortalidad y morbilidad en el país, es de suma importancia.

El profesional de la salud no es un transmisor, el rol docente es un mero elemento activo en el proceso.

**Estrés académico.** El estrés es la respuesta del cuerpo a condiciones externas que perturban el equilibrio emocional de la persona y por ende su rendimiento físico y académico.

**Carga de trabajo.** Requerimientos psicofísicos a los que una persona se ve sometida a lo largo de un periodo escolar". Suele sobrepasar con la constante exigencia de desarrollar nuevas tareas y habilidades; adquiriendo un significado de peligro o amenaza. En este caso los alumnos dieron su propia definición en el instrumento de recolección de datos y tomando en cuenta su criterio, estas fueron las palabras más utilizadas al definir carga de trabajo en cuanto a su experiencia: pasado, tedioso, muchas tareas y trabajos, normal.

**Alteración de la salud.** Desequilibrio físico, mental y social de la persona, que provoca un trastorno en la función fisiológica o estructura orgánica de una o varias partes del cuerpo. Todas

las alteraciones tienen un proceso evolutivo y pueden generar alguna enfermedad. Las alteraciones que consideramos fueron: dolor de cabeza, dolor muscular, dolor articular, gastritis, colitis, agruras, diarrea, náuseas, vómito, resfriado, fiebre, anemia, anorexia, infecciones, dermatitis, conjuntivitis, temor, insomnio, cansancio, estrés, parálisis, depresión, hipotensión, hipertensión, ansiedad, alopecia, angustia, amenorrea, bochornos, desmayos, hipoglucemia.

La OMS define la **salud** como: un estado de bienestar tanto físico como mental y social y no tan solo la ausencia de enfermedad. La salud es un bien para todos y un elemento indispensable para el progreso de la humanidad.

La carrera de Enfermería dentro de la FES Iztacala se lleva a cabo durante 8 semestres (con una duración aproximada de 4 meses cada uno), contiene módulos teóricos-prácticos obligatorios, además de 8 módulos optativos que se integran a partir del 4to semestre y son llevados en el turno contrario al módulo. Desplazarse nuevamente a la Facultad o al campo clínico, es una situación complicada debido al gasto económico y las distancias que hay que recorrer. Por otro lado, la mayoría no realiza sus tres comidas al día, además de ingerir alimentos no saludables sin descartar que puedan estar contaminados, la falta de descanso; afectan al desarrollo y funcionamiento normal de las capacidades cognitivas e intelectuales.

Por ello, los estudiantes de enfermería del 6to semestre son los más vulnerables en promedio, por el tiempo que llevan dedicado a la carrera y los múltiples factores de desgaste físico y presión psicológica que manejan.

## OBJETIVO GENERAL

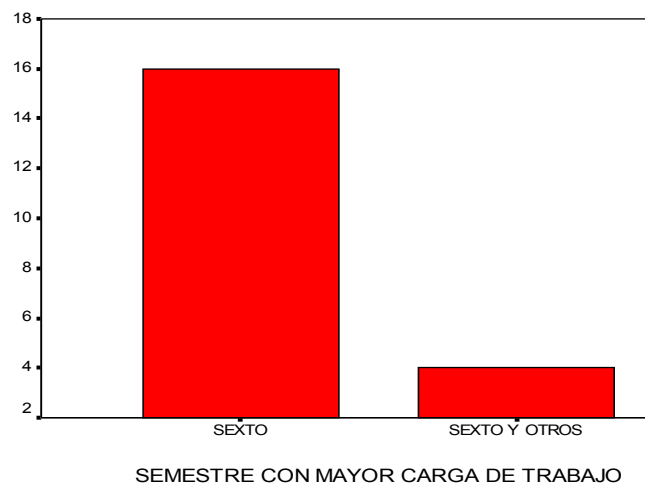
Señalar las alteraciones de salud que se presentan más frecuentemente en estudiantes del

6to semestre de la Licenciatura en Enfermería debidas a la alta carga de trabajo.

## MATERIAL Y MÉTODO

Es una investigación cuantitativa, exploratoria, transversal, ex post facto. La población de alumnos del sexto semestre es de 134 estudiantes, se tomó el 10% más 2 para la muestra de acuerdo a Levin (1998) haciendo un total de 20 jóvenes encuestados. La investigación se realizó dentro de las instalaciones de la Facultad, la encuesta se llevó a cabo el día 5 de abril del 2011. El instrumento de recolección de datos fue un cuestionario que contenía 10 ítems. Se elaboró una base de datos en el paquete estadístico SPSS versión 14. Se obtuvo una confiabilidad por alpha de Cronbach de .88. La validez fue por medio de criterio externo.

## RESULTADOS



FUENTE: Encuesta aplicada a estudiantes del 6to semestre de la Lic. en Enfermería. Abril 5 del 2011.

\*80% de la muestra considera que el semestre en el que existe mayor carga de trabajo es en sexto.

| DEFINITIVA  |   |
|---|---|
| <p>*80% fueron mujeres.</p> <p>*La edad más frecuente fue de 21-40%, le siguieron 20-20%, 23-20%, 24-10%, 22-5% y 25-5%.</p> <p>*90% son solteros frente a 1 casado.</p> <p>*80% de la muestra no trabajan.</p> <p>*60% de la muestra considera su estado de salud bueno.</p> <p>*55% describe la carga de trabajo excesiva, 20% estresante, pesada y demandante y 5% tranquila.</p> <p>*95% afirma que si existe carga de trabajo en la carrera.</p> <p>*85% piensa que la carga de trabajo influye en su desempeño académico.</p> <p>*75% piensa que si existe influencia de factores ajenos a la carga de trabajo en su desempeño académico.</p> <p>*80% muestra que el semestre con mayor carga de trabajo es sexto.</p> <p>85% afirma que las optativas afectan su salud.</p> <p>*95% dice que la carga de trabajo influye en la aparición o agravamiento de alteraciones a la salud.</p> <p>*85% negaron haber presentado alguna otra alteración adicional a las mencionadas.</p> | <p>Conjuntivitis 0%</p> <p>Parálisis 0%</p> <p>Hipertensión 0%</p> <p>Alopecia 5%</p> <p>Bochornos 5%</p> <p>Desmayos 5%</p> <p>Amenorrea 5%</p> <p>Anorexia 15%</p> <p>Hipotensión 15%</p> <p>Infecciones 15%</p> <p>Anemia 15%</p> <p>Vómito 15%</p> <p>Hipoglucemia 20%</p> <p>Dolor Articular 20%</p> <p>Depresión 25%</p> <p>Dermatitis 25%</p> <p>Agruras 25%</p> <p>Diarrea 25%</p> <p>Fiebre 30%</p> <p>Temor 40%</p> <p>Resfriado 40%</p> <p>Angustia 45%</p> <p>Nauseas 45%</p> <p>Colitis 45%</p> <p>Ansiedad 65%</p> <p>Insomnio 65%</p> <p>Gastritis 75%</p> <p>Cansancio 85%</p> <p>Dolor muscular 85%</p> <p>Estrés 90%</p> <p>Dolor de cabeza 90%</p> |

## DISCUSIÓN

Tomando en cuenta que la muestra es de un grupo de individuos aparentemente sanos la investigación revela que la mayoría consideraron que su estado de salud es bueno (60% de los encuestados) sin embargo considerando las alteraciones de salud más comunes que presentó la muestra de estudiantes se observó que todos presentaron mínimo 6 alteraciones lo cual nos lleva a reflexionar que realmente no gozan de un buen estado de salud, esto concuerda con la investigación hecha por Rodríguez Soriano que menciona en su investigación que los jóvenes universitarios conocen los hábitos que favorecen su salud y sin embargo no los llevan a cabo como deberían.

Esta situación se debe a diferentes factores y circunstancias que en mayoría se relacionan con la alta carga de trabajo académica entre las que destacan situaciones estresantes como los periodos de exámenes, la entrega de trabajos, lo desvelos, el no alcanzar a comer correctamente, por mencionar solo algunas, el resto se refieren a situaciones familiares, económicas o socioculturales.

## RESULTADOS

Un 75% afirma existir otras causas ajenas a la carga de trabajo que provocan desequilibrio en la salud (cabe destacar que de ese 75% - 15 individuos, el 46% - 7 individuos, se retractan diciendo que principalmente se debe a las practicas en campos clínicos, materias optativas, horarios y semestres cortos, distancias y actitudes de algunos profesores, por lo tanto este 75% aparente, se vuelve 40% definitivo); entonces tenemos que la mayoría de los estudiantes atribuyen que el grado de desempeño está influenciado por la carga de trabajo, que al ser excesiva favorece la aparición de malestares físicos, esto es de vital importancia ya que los datos obtenidos afirman que el estudiante no goza de una buena salud durante su formación.

Al igual dentro de nuestra investigación encontramos el estrés - 90%, la ansiedad - 65% y la angustia - 45%, esto puede afectar al momento de interactuar con los pacientes mutuamente.

En cuanto a hábitos de mala alimentación está la gastritis en un 75% generada probablemente por los ayunos prolongados, consumo de alimentos de fácil acceso e irritantes, seguido de nauseas con 45%, diarrea y agruras con 25%, hipoglucemia o estados hipoglucémicos 20%, vomito, anemia y anorexia con un 10%.

El dolor de cabeza es una de las principales alteraciones que todos los encuestados mencionan (90%), al igual una gran parte de los encuestados presentan insomnio (65%) y trastornos del sueño, sin embargo solo una pequeña parte mencionaron anemia y anorexia (10%) con su sintomatología lo cual difiere de la investigación anterior; por otro lado la ansiedad (65%) en esta investigación se muestra que es una de las más recurrentes en los estudiantes de enfermería por la carga de trabajo que se presenta mencionando el estrés (90%) emocional y físico que presentan (cada individuo percibe de manera distinta este desequilibrio y así mismo adquiere diversas formas de enfrentarlo).

Siendo esto el resultado de la investigación, se acepta la hipótesis inicial de investigación (Hi). Los estudiantes inscritos en el 6to semestre de la carrera, no poseen una salud adecuada para hacer frente correcto a las exigencias que requiere la licenciatura, habiendo presentado mínimo 6 alteraciones de las mencionadas en el instrumento de recolección de datos cada uno. 60% de la muestra declara que estas aparecen por influencia de la alta carga de trabajo que llevan, actitudes de algunos profesores, materias optativas, horarios, distancias y actividades que realizan en las prácticas de campo clínico.

## CONCLUSIONES

Se cumplió ampliamente el objetivo general. Para esto en el instrumento de recolección se plasmaron alteraciones que se pueden presentar en un estudiante y que no precisan la presencia de una enfermedad. También se destinó un reactivo en que tuvieron la opción de agregar alguna otra alteración que no estuviera ya escrita y que ampliara la información obtenida, estas fueron tal cual como las escribieron: migraña, dolor de piernas, dolor en zona lumbar, cólicos intensos e infecciones en vías urinarias, en el 5% de la muestra. Las alteraciones de salud que se atribuyen a la alta carga de trabajo y situación académica fueron: a) dolor de cabeza, b) estrés, c) dolor muscular, d) cansancio, e) gastritis e f) insomnio.

Es clara la necesidad de fomentar conductas preventivas, dirigidas a los estudiantes en general para que hagan un paréntesis a la hora de integrarse al ambiente universitario académico, de la manera más conveniente para su salud antes de empezar a padecer o agravar las consecuencias del desgaste que implica estarse preparando para ser un profesionista (en nuestro caso, que somos los futuros Licenciados Profesionistas de la Salud, tenemos que saber cuidar desde un principio nuestra propia salud, para así poder influir en la de los demás).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Halfdan Mahley (1988). "Salud para todos – todos para la salud". *Revista de la Facultad de Medicina*, Vol. 3, pp. 63-64.
2. Curiel Gracia José Angel y cols. (2006). "Síndrome de Agotamiento Profesional en personal de atención a la salud". *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, Vol. 44 Núm. 3, pp. 221-226.
3. Farrerons Noguera Lourdes y Calvo Francés Fernando (2008). "Estudio descriptivo del Síndrome de Bornout en una muestra de profesionales de enfermería". *Revista ansiedad y estrés*, Vol. 14, Núm. 1, pp. 101-113.
4. Sánchez Anguita A. y cols. (2008). "Ansiedad y satisfacción laboral en trabajadores sanitarios". *Revista ansiedad y estrés*, Vol. 14, Núm. 1, pp. 55-69.
5. Rodríguez Soriano y cols. (2009). "Percepción de jóvenes universitarios respecto a su salud: conductas y contexto de riesgo", *Enseñanza e Investigación en Psicología*, Vol. 14, Núm. 2, pp. 245-260.
6. Rocha Rodriguez y cols. (2008). "Factores de estrés en estudiantes universitarios". *Unidad Académica Multidisciplinaria Zona Media, Universidad*.
7. Manuel Romero Martín (2005). "Implicaciones de la respuesta de estrés sobre el proceso de estudio en estudiantes de ciencias de la salud". *Universidad de Coruña / Escuela Universitaria de Enfermería y Podología*
8. Santes Ma. Del Carmen y cols. (2009). "La salud mental y la predisposición al Síndrome de Bornout en estudiantes de enfermería", *Rev. Chilena Salud Publica*, Vol. 13, Núm. 1, pp. 23-29.
9. Irazusta Astiazaran Amaia y cols. (2005). "Hábitos de vida en los estudiantes de enfermería". *Escuela de Enfermería Sarriena Leioa*.
10. Rosario Gómez Sánchez y cols. (2010). Prevalencia de los trastornos alimentarios en una muestra universitaria. Ansiedad como factor de modulación, *Index Enfermería* Vol. 19, pp. 2-3.