

ARTICULO ORIGINAL

Estrés, ansiedad y depresión en estudiantes secundarios de la ciudad de Santa Rosa del Aguaray, Departamento de San Pedro, 2016

Stress, anxiety and depression in high school students of the city of Santa Rosa del Aguaray, Department of San Pedro, 2016

Mereles Oviedo F¹, Melgarejo JR¹, Barrios I², Amarilla D³, Torales J⁴

¹ Estudiantes de Medicina, Facultad de Ciencias Médicas (Filial de Santa Rosa del Aguaray). ² Estudiante de Matemática Estadística, Facultad de Ciencias Exactas y Naturales. Universidad Nacional de Asunción. San Lorenzo – Paraguay. ³ Auxiliar de la Enseñanza de la Cátedra de Fisiopatología, Facultad de Ciencias Médicas (Filial de Santa Rosa del Aguaray). ⁴ Jefe de Cátedra de Socioantropología, Facultad de Ciencias Médicas (Filial de Santa Rosa del Aguaray). Universidad Nacional de Asunción. Santa Rosa del Aguaray – Paraguay.

RESUMEN

Introducción: En este estudio interesa investigar los niveles de estrés, ansiedad y depresión que tiene una población de estudiantes secundarios. Creemos importante estudiar esta temática, en particular porque al tratarse de preuniversitarios debe darse especial énfasis a la detección e intervención precoz sobre situaciones que podrían afectar su desarrollo personal, académico, familiar y social. **Materiales y métodos:** Estudio observacional, descriptivo, con corte transversal y muestreo no probabilístico a criterio, realizado en estudiantes de educación media del Colegio Nacional “Santa Rosa”, del Departamento de San Pedro. Para medir estrés, ansiedad y depresión, se utilizó el DASS-21, que consta de 21 ítems. **Resultados:** Se evidenció la existencia de al menos cierto nivel del estrés en el 43,5% de los estudiantes entrevistados, siendo de nivel extremo en 8,7% de los participantes. Se reportó algún grado de ansiedad en por lo menos el 71,7%, y algún grado de depresión en al menos 52,2% de los participantes. **Discusión:** Si bien los niveles de estrés encontrados en la presente investigación son menores a los reportados en la bibliografía, los valores de ansiedad y depresión superan los reportados por otros estudios en población similar. La investigación sobre los niveles de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes preuniversitarios es un tema actual e innovador, que busca encontrar soluciones efectivas para hacer frente a estas condiciones que repercuten negativamente en la vida de los estudiantes.

Palabras clave: estudiantes secundarios, estrés, depresión, ansiedad.

Autor correspondiente: Francisco Mereles Oviedo, estudiante de Medicina, Facultad de Ciencias Médicas (Filial de Santa Rosa del Aguaray), Universidad Nacional de Asunción. Avda. Herminio Giménez esquina Avda. Pedro González, Santa Rosa del Aguaray – Paraguay. Correo electrónico: fjmo1707@gmail.com.

Fecha de recepción el 2 de febrero del 2017; aceptado el 15 de Junio del 2017

ABSTRACT

Introduction: In this study it is interesting to investigate the levels of stress, anxiety and depression in a population of high school students. We believe that it is important to study this issue, particularly as they are pre-university students. Special emphasis should be placed on early detection and intervention on situations that could affect personal, academic, family and social development of high school students. **Materials and methods:** Observational, descriptive and cross-sectional study, with non-probabilistic and at criterion sampling, of students of the "Santa Rosa" National School, Department of San Pedro, enrolled in secondary education. To measure stress, anxiety and depression, we used the DASS-21, which consists of 21 items. **Results:** There was evidence of at least a certain level of stress in 43,5% of the students interviewed. Extreme level of stress was found in 8,7% of the participants. Some degree of anxiety was reported in at least 71,7% of the population, and some degree of depression in at least 52,2% of the participants. **Discussion:** Although the levels of stress found in the present study are lower than those reported in the literature, the values of anxiety and depression exceed those reported by other studies in a similar population. Research on the levels of stress, anxiety and depression in pre-university students is a current and innovative topic, which seeks to find effective solutions to address these conditions that have a negative impact on the lives of students.

Keywords: high school students, stress, depression, anxiety.

INTRODUCCION

Esta investigación se enmarca en el interés mundial que se ha venido suscitando por la salud mental de los estudiantes, tanto secundarios como universitarios, lo que ha llevado a diversos investigadores a priorizar esta área, estudiando aquellas características psicológicas que comparten estos jóvenes y que pueden hacerlos más vulnerables al desarrollo de ciertas patologías (1-4). En el caso específico del estrés, la ansiedad y la depresión, es sabido que estas condiciones afectan negativamente el rendimiento académico de los estudiantes preuniversitarios (1,2).

La mayoría de los estudiantes secundarios se encuentra en un período de transición de la adolescencia a la adultez, y es justamente esta etapa de transición la que puede facilitar la experimentación de un mayor estrés, asociado a la formación de la identidad, exploración de la sexualidad e intimidad, inicio de la independencia de los padres, elección de la carrera universitaria, entre otras variables (4). En este periodo de transición, el colegio y los docentes adquieren especial relevancia, pues influyen en la manera de pensar, sentir y actuar de sus estudiantes (4).

Existen múltiples factores, tanto personales como situacionales, que participan en la aparición de cuadros ansiosos y/o depresivos en los estudiantes. Entre estos factores se encuentran sentirse bajo presión por los exámenes y por los docentes, sumado a la falta de apoyo familiar (5). Asimismo, la depresión se asocia a antecedentes familiares de trastornos afectivos, experiencias infantiles y eventos vitales negativos como ausencia de confidente, pobre apoyo social y ambiente disruptivo (6).

Por su parte, el estrés propio de la vida académica podría constituir una variable interviniente en el fenómeno de la ansiedad y la depresión. El estrés puede considerarse como una respuesta del

individuo (ira, ansiedad, activación simpática, entre otras), un fenómeno del entorno (ruido, discusión, agresión, etcétera) y una transacción entre el sujeto y el medio (7). La respuesta psicológica al estrés comprende depresión, ansiedad, irritabilidad e insatisfacción. En cuanto al estrés estudiantil, en muchas ocasiones, tiene que ver con las condiciones físicas, psíquicas y sociales del estudiante, su calidad de vida, su bienestar psicológico subjetivo, su adaptación al currículo y las relaciones interpersonales. El estrés se configura a partir de la interacción entre el individuo y su entorno, pues depende de la valoración que hace el sujeto de sí mismo (autoestima y autoeficacia), del apoyo social que percibe y de la evaluación de la situación como amenazante respecto de sus propios recursos (1,4,7,8).

El estrés excesivo puede tener un impacto perjudicial en la salud física y mental de un estudiante. Los estudiantes secundarios tienen que afrontar diversos retos en su desarrollo, tales como el establecimiento de relaciones interpersonales (con sus padres, con sus maestros, con sus compañeros), las actividades de la vida diaria, las actividades académicas y aquellas extracurriculares. Muchas veces, el estrés en secundarios es un aspecto descuidado; sin embargo, es de suma importancia su estudio, a fin de identificar factores que lo contribuyen y diseñar estrategias de afrontamiento (1,9,10).

En este estudio interesa investigar los niveles de estrés, ansiedad y depresión que tiene una población de estudiantes secundarios. Creemos importante estudiar esta temática, en particular porque al tratarse de preuniversitarios, debe darse especial énfasis a la detección precoz de situaciones que podrían afectar su desarrollo personal, académico, familiar y social, y diseñar en consecuencia estrategias de solución eficaces. Por lo anterior, el principal objetivo de este trabajo ha sido realizar un tamizaje de los niveles de estrés, ansiedad y depresión percibidos por los estudiantes secundarios del Colegio Nacional "Santa Rosa", de la ciudad de Santa Rosa del Aguaray, Departamento de San Pedro.

MATERIALES Y METODOS

Estudio observacional, descriptivo, con corte transversal y muestreo no probabilístico a criterio, realizado en estudiantes de educación media del Colegio Nacional "Santa Rosa", de la ciudad de Santa Rosa del Aguaray, Departamento de San Pedro. Se incluyó a todos aquellos estudiantes que desearon participar y que contaron con el consentimiento por escrito de sus padres. Se excluyó a aquellos que no respondieron todas las preguntas o respondieron de manera inadecuada el instrumento de evaluación. Finalmente, la muestra estuvo conformada por 46 estudiantes.

Para medir estrés, ansiedad y depresión, se utilizó el DASS-21. Este instrumento consta de 21 ítems, con cuatro alternativas de respuesta en formato Likert, las cuales van desde 0 ("No describe nada de lo que me pasó o sentí en la semana") hasta 3 ("Sí, esto me pasó mucho, o casi siempre"). Para responder, la consigna establece indicar en qué medida la frase describe lo que le pasó o sintió la persona durante la última semana. Este instrumento tiene la ventaja de ser una escala de auto reporte, breve, fácil de administrar y responder, siendo su interpretación sencilla. Además, ha presentado adecuadas propiedades psicométricas en estudios de validación y un ajuste aceptable a un modelo de tres factores en muestras de habla hispana (11-13) Según la puntuación del cuestionario a cada factor, se establece la severidad de la alteración. A mayor puntuación mayor severidad de depresión, ansiedad y estrés (14).

Los datos fueron procesados con el paquete PSPP, utilizando estadística descriptiva en forma de tablas de frecuencia y medidas de tendencia central y de dispersión. Se garantizó el anonimato de los estudiantes al momento de la toma de muestras, y durante el análisis, así como también en la presentación de los resultados. Solo participaron estudiantes que aceptaron hacerlo en forma voluntaria, y como en su mayor parte se trataba de menores de edad, se solicitó el consentimiento escrito de cada padre o tutor, luego de haber conocido el propósito de la investigación.

RESULTADOS

La muestra estuvo formada por 46 estudiantes, de los cuales el 58,7% fue del sexo femenino, con edad media de 17 ± 1 años. Se evidenció la existencia de al menos cierto nivel del estrés en el 43,5% de los estudiantes entrevistados, siendo de nivel extremo en 8,7% de los participantes. Se reportó algún grado de ansiedad en por lo menos el 71,7%, y algún grado de depresión en al menos 52,2% de los participantes. El resto de los resultados puede observarse en la **Tabla 1**.

Variables	N	%
Sexo		
Masculino	19	41,3
Femenino	27	58,7
Nivel de estrés		
Normal	26	56,6
Leve	6	13
Moderado	4	8,7
Severo	6	13
Extremo	4	8,7
Nivel de ansiedad		
Normal	13	28,3
Leve	4	8,7
Moderado	9	19,6
Severo	6	13
Extremo	14	30,4
Nivel de depresión		
Normal	22	47,8
Leve	4	8,7
Moderado	9	19,6
Severo	3	6,5
Extremo	8	17,4

Tabla 1. Características de los estudiantes entrevistados

Entre los estudiantes varones, el estrés extremo se encontró con una frecuencia de 5,26%, mientras que en población femenina, se observó en 11,11%. Entre los hombres, la depresión severa se halló en el 15,8%; para las mujeres, lo anterior se observó en el 18,5% de los casos. Para la ansiedad, los niveles extremos se evidenciaron en el 31,6% de los hombres y en el 29,6% en mujeres.

DISCUSION

La investigación sobre los niveles de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes preuniversitarios es un tema actual e innovador, que busca encontrar soluciones para llegar a la equidad en lo que a la educación se refiere, puesto que como se ha mencionado previamente en este artículo, los altos niveles de estas condiciones repercuten negativamente en el rendimiento académico de los estudiantes.

Los niveles de estrés encontrados en esta investigación son menores a los reportados por Puestas y colaboradores (15), quienes encontraron una frecuencia de estrés del 88,9% en estudiantes secundarios; no obstante, debe tenerse en cuenta que su investigación se realizó en épocas próximas a un examen, lo cual influye y se constituye por se en un evento estresante.

Los mayores niveles de estrés se observaron en estudiantes mujeres, quienes presentaron niveles superiores en comparación con sus compañeros de sexo masculino. Lo anterior está en concordancia con lo expresado por la literatura especializada, que informa que las mujeres presentan mayores niveles de estrés en comparación a su contraparte masculina (16,17).

En cuanto a la ansiedad, en el presente estudio la misma fue mucha más frecuente (71,7%) que la encontrada en una población similar de Colombia, donde Ospina-Ospina y colaboradores informaron que los síntomas ansiosos representaron el 28,3% y donde, además, se observó una frecuencia de depresión de 3,3%, mucho menor a la encontrada en nuestra población. En cuanto a las diferencias en función del sexo, y al contrario de lo encontrado en la presente investigación, la investigación de Ospina-Ospina y colaboradores reportó que los síntomas severos ansiosos fueron más frecuentes en las mujeres, mientras que los depresivos se evidenciaron con mayor frecuencia en los hombres (18).

Como conclusión, se puede decir que los niveles de estrés encontrados en la presente investigación son menores a los reportados en la bibliografía; sin embargo, los valores de ansiedad y depresión superan los reportados por otros estudios en población similar. Como limitación de este estudio, se debe mencionar que no se corroboró si los estudiantes participantes se encontraban o no dentro de periodos de evaluación; asimismo, otras limitaciones importantes la corresponden la muestra y el tipo de muestro utilizado. Se recomienda, por tanto, realizar estudios con un mayor tamaño de muestra y con muestreos aleatorios, que permitan extrapolar los resultados a los demás estudiantes. No obstante, se considera que esta investigación se constituye en una primera aproximación a esta problemática en adolescentes preuniversitarios de esta zona de Paraguay y, además, en una herramienta útil para futuras investigaciones en este tema.

Finalmente, y a modo de reflexión, se destaca que el interés por este tema radica en la escasez de investigaciones que abordan esta problemática en la zona norte del país y en la ciudad de Santa Rosa del Aguaray, donde tiene asiento la filial de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Asunción. El presente estudio es entonces relevante en términos institucionales, para el diseño de estrategias de extensión universitaria y apoyo a la comunidad, a fin de trabajar con los estudiantes secundarios, sus padres y sus maestros, en el desarrollo de actividades orientadas a la salud física y mental, así como a la promoción de la cultura, recreación y deportes, en todos los ámbitos de la comunidad. Además, este estudio pretende generar un conocimiento que contribuya al bienestar de los estudiantes secundarios, ya sea a través de educación permanente en salud mental o mediante intervenciones específicas (realizadas en conjunto por la Cátedra de Psicología Médica y la Dirección de la Filial de Santa Rosa del Aguaray, como la creación de espacios de psicoterapia, actividades recreativas, entre otros).

Asimismo, se deben proyectar futuros estudios que profundicen en los hallazgos encontrados y se propone que la Filial de Santa Rosa del Aguaray de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Asunción, además de tener como foco la excelencia académica, propicie el bienestar psicológico de la comunidad en la que está inserta.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Hau Jett Lin, Yusoff MSB. Psychological Distress, Sources of Stress and Coping Strategy in High School Students. *Int Med J.* 2013; 20(6): 672-676.
2. Reynaldos C, Saavedra E. Caracterización cognitiva y emocional de los estudiantes de la Universidad Católica del Maule: Años 1999, 2001, 2003. *Estud. Pedagóg* 2006; 32(2): 87-102.
3. García G, Joffre V, Martínez G, Sánchez L. Depresión en estudiantes de medicina. Resultados de la aplicación del inventario de depresión de Beck en su versión de 13 ítems. *Revista Argentina de Clínica Neuropsiquiátrica* 2007; 14: 86-93.
4. Torales J. Niveles de depresión y ansiedad en estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de Asunción [tesis]. Asunción: Universidad Nacional de Asunción; 2013.
5. Alvial W, Aro M, Bonifetti M, Cova F, Hernández M, Rodríguez C. Problemas de salud mental en estudiantes de la Universidad de Concepción. *Terapia Psicológica* 2007; 25(2): 105-112.
6. Arce Ramírez A, Torales Benítez J, Riego Meyer V, Rodríguez Zarza J. Trastornos del Estado de Ánimo. En: Arce Ramírez A, Torales Benítez J, editores. *El Libro Azul de la Psiquiatría*. 1ª ed. Asunción: EFACIM; 2012. p. 129-148.
7. González M, Landero R. Confirmación de un modelo explicativo del estrés y de los síntomas psicósomáticos mediante ecuaciones estructurales. *Rev Panam Salud Pública* 2008; 23(1): 7-18.
8. Haller L, Puskar K, Sereika S. Anxiety, somatic complaints, and depressive symptoms in rural adolescents. *Journal of Child and Adolescent Pschyatric Nursing* 2003; 16: 102-111.
9. Ortuño Sierra J, Aritio Solana R, Chocarro de Luis E, Fonseca Pedrero E. Adolescencia temprana y estrés en el contexto escolar: utilización de la Student Stress Inventory - Stress Manifestations (SSI-SM). *Electron J Res Educ Psychol.* 2015; 13(3):607-630.
10. Ortuño-Sierra J, Fonseca-Pedrero E, Aritio-Solana R, Luis EC de. Stress assessment during adolescence: Psychometric properties and measurement invariance of the Student Stress Inventory-Stress Manifestations across gender and age. *Eur J Dev Psychol.* 2016; 13(5): 529-544.
11. Román M. Validación de la versión abreviada de las escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS - 21) en adolescentes estudiantes de enseñanza media de la comuna de Temuco [tesis]. Temuco: Universidad de La Frontera; 2010.
12. Antúnez Z, Vinet EV. Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS - 21): Validación de la Versión abreviada en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Ter Psicológica.* 2012; 30(3):49-55.
13. Fonseca-Pedrero E, Paino M, Lemos-Giráldez S, Muñiz J. Propiedades Psicométricas de la Depression Anxiety and Stress Scales-21 (DASS-21) en universitarios españoles. *Ansiedad y Estrés* 2010; 6(2/3): 215-226.
14. Pulido M, Serrano M, Valdés E, Chávez M, Hidalgo P, Vera F. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicol Salud.* 2013; 21(1): 31-37.
15. Puestas Sánchez PR, Castro Maldonado B, Callirgos Lozada CC, Failoc Rojas VE, Díaz Vélez C. Factores asociados al nivel de estrés previo un examen en estudiantes de educación secundaria en cuatro instituciones educativas. Agosto-octubre 2010 - Chiclayo-Perú. *Rev Cuerpo Méd Hosp Nac Almazor Aguinaga Asenjo.* 2011; 4(2):88-93.
16. Ramírez MTG, Hernández RL. Síntomas psicósomáticos y estrés: comparación de un modelo estructural entre hombres y mujeres. *Cienc-Uanl.* 2008; 11(4):11.
17. Liu Y, Lu Z. Chinese High School Students' Academic Stress and Depressive Symptoms: Gender and School Climate as Moderators. *Stress Health J Int Soc Investig Stress.* 2012; 28(4): 340-346.
18. Ospina-Ospina FC, Hinestrosa-Upegui MF, Paredes MC, Guzmán Y, Granados C. Síntomas de ansiedad y depresión en adolescentes escolarizados de 10 a 17 años en Chía, Colombia. *Rev. salud pública.* 2011; 13(6): 908-920.