

---

## **INSTITUCIONES GENERADORAS DE ESTRÉS. UN ESTUDIO EXPLORATORIO EN LA UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA DE DURANGO**

---

ARTURO BARRAZA MACÍAS / FLAVIO ORTEGA MUÑOZ / LUIS MANUEL MARTÍNEZ HERNÁNDEZ

### **RESUMEN:**

La presente investigación se planteó como objetivos: a) determinar el nivel de institución estresora en que se ubica la Universidad Pedagógica de Durango; b) identificar las características de una institución estresora que tienen mayor y menor presencia en la Universidad Pedagógica de Durango; c) determinar el tipo de entorno –según el tipo y/o la cantidad de demandas– que tiene mayor presencia en la Universidad Pedagógica de Durango; y d) establecer el papel que juegan las variables género, edad y programa académico que cursa, en la percepción del nivel de institución estresora en que se ubica la Universidad Pedagógica de Durango. Para el logro de estos objetivos se realizó un estudio exploratorio, correlacional, transeccional y no experimental, mediante la aplicación de un cuestionario a 73 alumnos que cursaban sus estudios de posgrado en dicha institución. Sus principales resultados permiten afirmar que la Universidad Pedagógica de Durango es una institución estresante que se presenta ante sus alumnos como un entorno escasamente controlable en sus demandas y altamente demandante. Además, se puede asumir que la variable programa académico que cursa, influye en la percepción de las características de una institución estresora.

**PALABRAS CLAVE:** institución estresante, demandas académicas y estudios de posgrado.

### **INTRODUCCIÓN**

Cuando un alumno decide estudiar en una institución, suele pensar en estar con sus amigos, en el prestigio de la misma, en la carrera que desea estudiar, en la tradición familiar o simplemente en la que tenga mejor ubicación. Normalmente el alumno no piensa en el trabajo que desarrollará en esa institución y menos piensa si esa institución lo puede estresar.

---

Sin importar el motivo por el cual el alumno eligió la institución, cuando ingresa en ella se va a encontrar con una serie de obligaciones, deberes o tareas escolares que potencialmente pueden llegar a estresarlo y hacer que su experiencia formativa se viva como una situación estresante. En ese sentido, cabe preguntarse ¿qué es lo que puede hacer que una institución se convierta en una fuente generadora de estrés?, ésa es la pregunta que se encuentra en el trasfondo de este trabajo y constituye el tema de la presente investigación.

### **ANTECEDENTES**

Como hipótesis central del modelo sistémico cognoscitivista, elaborado para el estudio del estrés académico (Barraza, 2006), se afirma que una demanda del entorno sólo se convierte en estresor tras la valoración cognitiva que hace el sujeto de ella; sin embargo, es necesario realizar una precisión al respecto para no crear impresiones erróneas, dicha precisión gira alrededor de esta pregunta ¿y dónde queda el papel del entorno? Esta cuestión, nada ociosa y sí muy pertinente, adquiere relevancia si se toma en cuenta que el modelo elaborado se inscribe en el Programa de Investigación Persona-Entorno (Barraza, 2007a) y tal pareciera que el entorno ha desaparecido del escenario.

Esta impresión errónea, se debe básicamente al énfasis que se ha realizado en la valoración que realiza el sujeto de la demanda que lo lleva a considerarla un estresor; este énfasis resalta el origen esencialmente psicológico y cognoscitivista del estrés; sin embargo, en consonancia con el Programa de Investigación Persona-Entorno, se hace necesario indagar sobre las peculiaridades del entorno que interactúan con las características del sujeto, para provocar una valoración cognitiva que le genere estrés. Para realizar esa indagación lo primero que debemos hacer es establecer lo que la literatura actual reporta al respecto.

Una vez efectuada la revisión de literatura, podemos afirmar que lo investigado al respecto se puede ubicar en dos vertientes: a) desde la búsqueda de

---

investigaciones que sirvan como antecedentes y b) desde el modelo sistémico cognoscitivista.

### **La búsqueda de investigaciones que sirvan como antecedentes**

El estado del campo conduce a reconocer, en las investigaciones realizadas, un conjunto de estresores que reflejan características específicas del contexto:

- Relación superficial y falta de comunicación entre los miembros de la facultad (Al Nakeeb, Alcázar, Fernández, Malagón y Molina, 2002).
- Excesiva carga académica, currículo muy apretado y horario muy extenso (Mancipe, Pineda, Jagua, Páez, Ospina y Cárdenas, 2005).
- Sobrecarga académica, de estudio, de tareas o de trabajo escolares (Al Nakeeb *et al.* 2002; Barraza, 2005; Celis, Bustamante, Cabrera, Cabrera, Alarcón y Monge, 2001; De la Cruz *et al.*, 2005; Polo, Hernández y Pozo, 1996; Rodríguez, 2004; y Solórzano y Ramos, 2006).
- Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura, (Polo *et al.*, 1996).
- El tipo de trabajo que le piden los profesores. (Barraza, 2005; y Solórzano y Ramos, 2006).

### **Modelo sistémico cognoscitivista**

Para identificar las características del entorno que son potencialmente generadoras de estrés, es necesario iniciar definiendo lo que se entiende por entorno. Es menester entender al entorno como el conjunto de situaciones, que de carácter normativo o contingente, definen y estructuran las relaciones de los diferentes agentes involucrados en un espacio organizacional delimitado. Con esta definición, de carácter psicosocial, se establece una distancia con ciertos enfoques de la perspectiva organizacional que centran su atención en aspectos físicos del entorno (v. gr. iluminación) o con posturas como la de Trianes (2002), quien al abordar el papel de la familia en el estrés infantil hace referencia a un

---

entorno empobrecido, entendiéndolo como las condiciones objetivas y materiales que definen un entorno físico.

Desde esta perspectiva psicosocial se puede sostener que las características del entorno, potencialmente generadoras de estrés, no han sido lo suficientemente estudiadas; sin embargo, algunos autores como Amigo (2000) y Cruz y Vargas (2001) refieren ciertas características, alrededor del concepto impredecibilidad, que deben tener las situaciones para ser generadoras de estrés. Por otra parte, los trabajos realizados por Barraza (2007b y 2008) con alumnos de maestría, permiten hipotetizar sobre las características del entorno que explican potencialmente las diferencias en el estrés académico de diferentes entornos institucionales a través del constructo *instituciones altamente demandantes*.

Con base en estos antecedentes, y con el objetivo explícito de avanzar en el conocimiento de las características de una institución estresora, se puede construir una tipología de características de los entornos que son potencialmente generadores de estrés, y en este caso, de estrés académico. Esta tipología permite responder a la siguiente pregunta: ¿Qué es lo que hace a una institución, a un grupo, a un maestro o a una situación de aprendizaje potencialmente generadora de estrés?

La respuesta a dicha pregunta gira alrededor de seis características que definen los tipos de entornos por el tipo y/o la cantidad de las demandas que presentan:

- Entornos exageradamente demandantes,
- Entornos con demandas novedosas,
- Entornos altamente impredecibles en las demandas,
- Entornos escasamente controlables en sus demandas,
- Entornos con demandas de alta duración, y
- Entornos con demandas de elevada intensidad.

---

Estas características, que adquieren su verdadero significado con relación a las peculiaridades de los sujetos, definen lo que es una institución estresora y se convierten en el objeto de estudio de la presente investigación, que para su estudio se concreta en los siguientes objetivos:

- DETERMINAR el nivel de institución estresora en que se ubica la Universidad Pedagógica de Durango.
- IDENTIFICAR las características de una institución estresora que tienen mayor presencia en la Universidad Pedagógica de Durango.
- IDENTIFICAR las características de una institución estresora que tienen menor presencia en la Universidad Pedagógica de Durango.
- DETERMINAR el tipo de entorno -según el tipo y/o la cantidad de demandas- que tiene mayor presencia en la Universidad Pedagógica de Durango.
- ESTABLECER el papel que juegan las variables género, edad y programa académico que cursa, en la percepción del nivel de institución estresora en que se ubica la Universidad Pedagógica de Durango.

## **METODOLOGÍA**

El tipo de estudio que se realizó puede ser caracterizado como: exploratorio, correlacional, transeccional y no experimental. Para la recolección de la información se utilizó la encuesta y como instrumento el cuestionario. Al ser un estudio exploratorio y no existir instrumentos previos que puedan ser utilizados, fue necesario construir uno, el cual fue denominado Inventario de Características Institucionales Estresoras (ICIE).

El ICIE se compone de 25 ítems que se responden en un escalamiento tipo lickert de cuatro valores (totalmente de acuerdo, de acuerdo, en desacuerdo y totalmente en desacuerdo). estos ítems se agrupan en seis dimensiones identificadas con cada una de las características ya mencionadas:

- 
- Entornos altamente demandantes (D): 1, 6, 10, 13, 18.
  - Entornos con demandas novedosas (DN): 3, 7, 9, 12.
  - Entornos altamente impredecibles en sus demandas (I): 11, 16, 19, 24.
  - Entornos escasamente controlables en sus demandas (EC): 5, 15, 20, 23.
  - Entornos con demandas de alta duración (AD): 2, 8, 21, 25.
  - Entornos con demandas de elevada intensidad (IN): 4, 14, 17, 22.

El ICIE presenta una confiabilidad en alfa de cronbach de .93 y una confiabilidad por mitades según la formula de Spearman-Brown de .87. Asimismo, se obtuvo evidencia de validez basada en la estructura interna, mediante el procedimiento denominado validez de consistencia interna (Salkind, 1999), observándose que todos los ítems correlacionaron positivamente (con un nivel de significación de .00) con el puntaje global obtenido por cada encuestado.

En los estudios realizados anteriormente con alumnos de maestría, tanto aquí en la ciudad de Durango, como en la región laguna de nuestro estado y del vecino estado de Coahuila, ha resaltado un dato importante: las maestrías de la Universidad Pedagógica de Durango son las que más estresan a sus alumnos, quedando atrás de ellas otras maestrías de instituciones de sostenimiento público o privado. Esta situación condujo a que en este primer momento, en que inicia el estudio de las características institucionales generadoras de estrés, se elija a la Universidad Pedagógica de Durango como ámbito de estudio.

La Universidad Pedagógica de Durango oferta actualmente tres programas de formación en el nivel de posgrado: Maestría en Educación con Campo en la Práctica Educativa (MECPE), la Maestría en Educación Básica (MEB) y el Doctorado en Ciencias para el Aprendizaje (DCA). En total se tienen cuatro grupos, ya que la MECPE se oferta actualmente en el segundo y cuarto semestre.

---

La encuesta se aplicó en los cuatro grupos dando un total de 73 cuestionarios. La distribución de los encuestados, en función de las variables estudiadas, fue la siguiente:

- El 54.8% pertenecen al género masculino, y el 45.2% al género femenino.
- El 49.3% tiene una edad que oscila entre los 26 y 35 años, el 37.3% entre 36 y 45 años y el 13.4% entre 46 y 54 años.
- El 60.3% cursa actualmente la Maestría en Educación Campo Práctica Educativa, el 19.2% la Maestría en Educación Básica y el 20.5% el Doctorado en Ciencias para el Aprendizaje.

## **RESULTADOS**

La Universidad Pedagógica de Durango presenta un 63% de características de una institución estresora. Este resultado interpretado mediante un baremo de tres valores (de 0 a 33%, escasamente estresante; de 34% a 66%, estresante; y de 67% a 100%, altamente estresante) permite afirmar que la Universidad Pedagógica de Durango, en sus estudios de posgrado, es una institución estresante.

Las características de una institución estresora que tienen mayor presencia en la Universidad Pedagógica de Durango son: los maestros suelen encargar muchas tareas escolares para que las realicemos en nuestras casas (74%), únicamente los maestros deciden el trabajo que tenemos que realizar (71.5%), y los maestros, al terminar un trabajo, inmediatamente nos encargan otro (69.7%); mientras que las características de una institución estresora que tienen menor presencia son: son tan complicados y difíciles los trabajos que tengo que entregar cada semestre, que "ya no encuentro la salida" (52%), los maestros improvisan los trabajos que nos encargan, al inicio del seminario no nos dijeron que los íbamos a hacer (54%), y el tipo de trabajo que nos piden los maestros es tan diferente a lo que hacía antes, que se me dificulta hacerlo (57%).

---

Con relación a las dimensiones constituyentes del ICIE se encontraron los siguientes porcentajes de presencia:

- Entornos altamente demandantes: 66.7%
- Entornos con demandas novedosas: 60.2%
- Entornos altamente impredecibles en sus demandas: 60%
- Entornos escasamente controlables en sus demandas : 67.2%
- Entornos con demandas de alta duración: 64.2%
- Entornos con demandas de elevada intensidad: 59%

Como se puede observar, la Universidad Pedagógica de Durango se presenta ante sus alumnos como un entorno escasamente controlable en sus demandas y como un entorno altamente demandante.

Por su parte, el análisis inferencial reporta que solamente en el indicador “los maestros quieren que en poco tiempo hagamos actividades o tareas muy complejas y difíciles” la variable género establece una diferencia significativa, lo que permite afirmar que son los hombres los que perciben mayormente esta situación.

Con relación a la variable edad, se observa que ésta influye en tres indicadores: la forma de evaluar en esta institución es diferente a la utilizada antes en otras instituciones, los maestros me exigen que haga trabajos que nunca antes había hecho, y en esta institución hay muchas situaciones nuevas a las que no estaba acostumbrado(a).

La variable programa que cursa, se constituye en la variable que más influye en la percepción de las características de una institución estresora, al establecer diferencias significativas en 14 de 25 ítems (vid tabla 1), y además, en la variable institución estresora en lo general (nivel de significación de .00). En todos los casos, la maestría en Educación Campo Práctica Educativa se manifiesta como

---

el programa académico con más características estresoras, mientras que el Doctorado en Ciencias para el Aprendizaje es el que presenta menos.

### **A MANERA DE CIERRE**

Las principales conclusiones derivadas del presente trabajo son las siguientes:

- La Universidad Pedagógica de Durango, en sus estudios de posgrado, es una institución estresante.
- Las características de una institución estresora que tienen mayor presencia en la Universidad Pedagógica de Durango son: los maestros suelen encargar muchas tareas escolares para que las realicemos en nuestras casas (74%), únicamente los maestros deciden el trabajo que tenemos que realizar (71.5%), y los maestros, al terminar un trabajo, inmediatamente nos encargan otro (69.7%).
- La Universidad Pedagógica de Durango se presenta ante sus alumnos como un entorno escasamente controlable en sus demandas y como un entorno altamente demandante.

Estas primeras características, que empiezan a definir un perfil descriptivo, se encuentran en consonancia con los resultados reportados por Barraza (2007b y 2008) que ubican a la Universidad Pedagógica, en sus estudios de posgrado, como una institución estresante y como un entorno altamente demandante.

Por su parte, el hecho de que la variable programa académico que cursa, sea la que establece diferencias significativas en la percepción de las características de una institución estresora, coincide con lo reportado por Barraza (2008) que muestra a la Maestría en Educación Campo Práctica Educativa como un programa académico más estresante que la Maestría en Educación Básica.

Cabe precisar que las principales conclusiones que se establecen en el presente trabajo tienen un carácter eminentemente provisional, pero a la vez, constituyen

---

un elemento potenciador para la generación de nuevas líneas de investigación a este respecto.

## REFERENCIAS

- Al Nakeeb, Z., Alcázar J., Fernández H., Malagón F., Molina B. (2002). "Evaluación del estado de salud mental en estudiantes universitarios", ponencia presentada en el XV Congreso de Estudiantes de Medicina Preventiva y Salud Pública y Microbiología: Hábitos saludables en el S. XXI, disponible en <http://www.uam.es/departamentos/medicina/preventiva/especifica/congresoXV-29.html> (recuperado 15/08/06).
- Amigo V. I. (2000). *El precio biológico de la civilización*, Madrid: Celeste Ediciones.
- Barraza A. (2005). "El estrés académico de los alumnos de educación media superior", Hermosillo, Memoria electrónica del VIII Congreso Nacional de Investigación Educativa.
- Barraza A. (2006). "Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico", *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, vol. 9, núm. 3, pp. 110-129.
- Barraza A. (2007a). "El campo de estudio del estrés: del Programa de Investigación Estímulo-Respuesta al Programa de Investigación Persona-Entorno", *Revista Internacional de Psicología*, núm. 2, vol. 8.
- Barraza A. (2007b). *El estrés académico de los alumnos de las maestrías en educación de la región laguna (Durango-Coahuila)*, disponible en la Biblioteca Virtual de Psicoactiva, en la sección artículos científicos y en monografías.com (recuperado el 27/08/2008).
- Barraza A. (2008). "El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras. Un diseño de diferencia de grupos", *Avances en Psicología Latinoamericana*, vol. 26, núm. 2.
- Celis, J.; Bustamante M.; Cabrera D.; Cabrera M.; Alarcón W. y Monge E. (2001). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de medicina humana de primer y sexto año*, *Revista Anales de la Facultad de Medicina*, vol. 62, núm. 1, pp. 25-30.
- Cruz M. C. y Vargas F. L. (2001). *Estrés; entenderlo es manejarlo*, México: Alfa Omega.
- De la Cruz C. E., et al. (2005). "Características del estrés académico de los alumnos de la escuela de medicina de la Universidad Xochicalco, campus Tijuana", ponencia presentada en el Foro de Investigación, campus Tijuana, de la Universidad Autónoma de Baja California.

- 
- Mancipe M. P.; Pineda M. F.; Jagua A.; Páez G.; Ospina J. A. y Cárdenas R. (2005). *Estrés y academia en medicina*, disponible en monografias.com (recuperado el 15/06/2008).
- Polo A., Hernández J. M. y Pozo C. (1996). "Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios", *Ansiedad y Estrés*, vol. 2, núms. 2-3, pp.159-172.
- Rodríguez P. Y. (2004). "El estrés en estudiantes de medicina de la Facultad de Ciencias Médicas", Santiago de Cuba, ponencia presentada en el XVII Forum Nacional de Ciencias Médicas.
- Salkind N. J. (1999). *Métodos de Investigación*, México: Prentice Hall.
- Solorzano M. L. y Ramos N. (2006). "Rendimiento académico y estrés académico de los estudiantes de la E. A. P. de Enfermería de la Universidad Peruana Unión (semestre I-2006)", *Revista de Ciencias de la Salud*, vol. 1, núm. 1, pp. 34-38.
- Trianes M. V. (2002). *Niños con estrés*, México; Alfa Omega-Narcea.

Tabla 1. Nivel de significación del estadístico ANOVA aplicado con relación a la variable programa académico que cursa.

Items	Sig.
Los maestros suelen encargar muchas tareas escolares para que las realicemos en nuestras casas	.000
Durante todo el semestre los maestros nos encargaron mucho trabajo, al grado que no había tiempo para descansar	.000
El tipo de trabajo que nos piden los maestros es tan diferente a lo que hacía antes, que se me dificulta hacerlo	.087
Los maestros quieren que en poco tiempo hagamos actividades o tareas muy complejas y difíciles	.002
Los maestros deciden la forma de evaluación sin tomarnos en cuenta	.013
Cada uno de los maestros nos encarga mucho trabajo pensando que sólo tenemos que hacer las actividades referentes a su seminario	.000
La forma de evaluar en esta institución es diferente a la utilizada antes en otras instituciones	.053
Todo el semestre me sentí agobiado(a) por tanta tarea que nos encargaban	.000
Los maestros me exigen que haga trabajos que nunca antes había hecho	.343
Es tanta la tarea que me encargan que tengo que dedicar mi "tiempo libre" a hacerla	.000
Los maestros improvisan los trabajos que nos encargan, al inicio del seminario no nos dijeron que los íbamos a hacer	.275
En esta institución hay muchas situaciones nuevas a las que no estaba acostumbrado(a)	.222
Son tantas las tareas escolares que debo realizar, que es necesario que me desvele para lograrlo	.000
Las actividades que nos encargan los maestros son tan complejas y difíciles que necesitamos invertir mucho tiempo para realizarlas	.002
Únicamente los maestros deciden el trabajo que tenemos que realizar	.115
Los maestros nunca nos dejan claro la forma de evaluar y hasta el último momento sabemos cómo lo van a hacer	.237
Son tan complicados y difíciles los trabajos que tengo que entregar cada semestre, que "ya no encuentro la salida"	.006
Los trabajos que nos encargan los maestros son tan diferentes unos de otros que nos obligan a que trabajemos más tiempo en ellos	.005
Los maestros encargan trabajos sin dejar claro cómo los quieren o qué es lo que van a evaluar en ellos	.171
Los maestros deciden cuándo se deben entregar los trabajos que nos solicitan, sin tomar en cuenta el tiempo del que disponemos para hacerlos	.214
Los maestros, al terminar un trabajo, inmediatamente nos encargan otro	.000
El tipo de examen/evaluación que utilizan los maestros es tan complejo y difícil, que nos obligan a que le dediquemos más tiempo al estudio	.016
En esta institución todo lo deciden los maestros, los alumnos no tenemos ni voz, ni voto	.294
En esta institución cada maestro es tan diferente que no se puede saber con anterioridad cómo vamos a trabajar o cómo nos van a evaluar	.346
Esta institución se caracteriza porque los maestros encargan trabajos que requieren mucho tiempo para realizarse	.000