

# Factores que influyen en el estrés de los estudiantes en una escuela de negocios en Monterrey, Nuevo León

## Factors influencing student stress at a business school in Monterrey, Nuevo Leon

Brandon Jair Tijerina Vera<sup>1</sup> Eliud David Ramos García<sup>2</sup>

**Resumen:** El objetivo del artículo es cuantificar el estrés de los estudiantes en una escuela de negocios. Para ello, se realiza la recolección de información por medio de 126 encuestas que se aplican a los estudiantes de una escuela de negocios de la Universidad Autónoma de Nuevo León en el mes de mayo del año 2020. Aplicando un análisis de estadística descriptiva se pretende detectar la inseguridad emocional, presión social, problemas familiares, falta de recursos económicos, así como también las preocupaciones que tienen en la vida cotidiana de la región objeto de estudio. Los resultados muestran que la mayoría de los encuestados son mujeres, con una edad promedio de 19 a 22 años, y la mayoría solteros. El semestre más afectado es el de segundo, y cabe resaltar que la gran parte de estos no tienen problemas económicos. Los alumnos que sí tienen problemas económicos, son por causas personales. Gran parte de los encuestados trabaja en una empresa relacionada con algún servicio. Los encuestados predicen tener un grado de estrés alto y argumentan que no perciben ningún tipo de ayuda.

*Palabras claves:* estrés, inseguridad, presión.

**Abstract:** The objective of the article is to quantify the stress of the students in a business school. For this, the collection of information is carried out through 126 surveys that are applied to students of a business school of the Autonomous University of Nuevo Leon in the month of May of the year 2020. Applying a descriptive statistical analysis, the aim is to detect emotional insecurity, social pressure, family problems, lack of financial resources, as well as the concerns they have in the daily life of the region under study. The results show that the majority of the respondents are women, with an average age of 19 to 22 years, and the majority single. The most affected semester is the second, and it should be noted that most of these do not have economic problems. Students who do have financial problems are due to personal causes. Most of the respondents work in a company related to some service. Respondents predict having a high degree of stress and argue that they do not receive any help.

*Keywords:* stress, insecurity, pressure.


### I. INTRODUCCIÓN

En el presente artículo se realiza una investigación para proporcionar el apoyo a los estudiantes que cursan en una escuela de negocios y conocer las soluciones y opiniones para que no afecte negativamente el estrés en las personas, ya que el estrés es una problemática a la que se está prestando una atención creciente, los alumnos tienen


muchos agentes estresantes y muchos de ellos se derivan de la familia, los estudios y el trabajo; en el ámbito de hoy el estrés socio laboral en los estudiantes no recibe la suficiente atención (Molerio, 2002).

A pesar de que la Organización Mundial de la Salud (OMS) alarmó acerca del incremento de trastornos psíquicos y mentales en la población económicamente activa, el deterioro de la salud mental aún no ha sido vinculado con el entorno socio laboral (López, 2001). En el mismo sentido, Ramos y Sieglin (2007) explora y describe los trastornos de depresión y ansiedad entre una muestra no representativa de alumnos de la escuela de negocios del área metropolitana de Monterrey y su relación con factores laborales en el ámbito escolar. La cifra de aproximadamente un tercio de los alumnos que presentaron

<sup>1</sup>Adscripción: Universidad Autónoma de Nuevo León, México. Correo electrónico: brandon.tijerinav@gmail.com

 ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4807-2794>

<sup>2</sup>Adscripción: Universidad Autónoma de Nuevo León, México. Correo electrónico: edrg0965@gmail.com

 ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7044-9167>

*Recibido:* marzo, 2020. *Aceptado:* junio, 2020.

una sintomatología asociada a la depresión indica que representa un problema de salud colectivo.

Bravo et al. (2007) y Bárcenas y Ferrer (2016) señalan que el estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores.

Bajo este contexto, surgen algunas preguntas de investigación como ¿Qué factores influyen en el estrés de los estudiantes en una escuela de negocios en Monterrey, Nuevo León? ¿Cuáles son las más comunes consecuencias del estrés? y ¿Cuáles son las mejores soluciones para obtener menos estrés posible? Por lo tanto, el objetivo del estudio es dar a conocer como los estudiantes manejan el estrés, así como también saber si se encuentran informados del porque los lleva a padecer este problema y cómo logran lidiar con este.

Las hipótesis que se implementa en este trabajo son para saber que estudiantes son los que tienen alguna inseguridad emocional, presentan presión por parte de sus familiares por un buen rendimiento académico, presentan casos de problemas familiares (divorcio, fallecimiento, etc.), y presentan problemas por falta de recursos económicos. Se aplica un análisis de estadísticos descriptivos utilizando el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) para llevar a cabo una cuenta promedio de alumnos que sufren o padecen estrés aplicando una serie de encuestas para poder resolver las hipótesis antes mencionadas.

Este artículo se clasifica como sigue; en la siguiente sección se presenta el método y la técnica, en la primera sección se hablara del método que se estará llevando a cabo para poder realizar las encuestas a los estudiantes, en la segunda sección se hablara de los resultados obtenidos de las encuestas realizadas y en la tercera sección se darán a conocer las conclusiones obtenidas del trabajo ya realizado.

## II. MÉTODO

La estadística descriptiva fórmula recomendaciones de cómo resumir, de forma clara y sencilla, los datos de una investigación en cuadros, tablas, figuras o gráficos. El objetivo de las tablas o cuadros es proporcionar información puntual de los resultados. Las gráficas muestran las tendencias y pueden ser histogramas, representaciones en pastel, cajas con bigotes, gráficos de líneas o de puntos de dispersión (Rendón, Villasís y Miranda, 2007). En el presente estudio se aplica lo mencionado previamente, específicamente en la obtención de las encuestas a los alumnos de diferentes áreas de estudio y de trabajo en una escuela de negocios de Monterrey en el estado de Nuevo León. El muestreo utilizado fue no probabilístico por cuotas y se incluyeron en la muestra estudiantes en todos los niveles educativos (semestres, maestrías y doctorados) recabando un total de 126 encuestados. Con estas encuestas nos damos cuenta de la cantidad de alumnos que padecen de estrés y así también calculamos la media de cada uno de los alumnos.

Asimismo, se determinaron las siguientes variables: genero, edad, estado civil, semestre, estado laboral, grado de estrés, factores que influyen en el estrés, problemas económicos, tipos de problemas económicos, tipo de empresa de trabajo, ayuda por padecer estrés, tipo de ayuda por padecer estrés (Cuadro 1).

CUADRO 1  
DESCRIPCIÓN DE VARIABLES

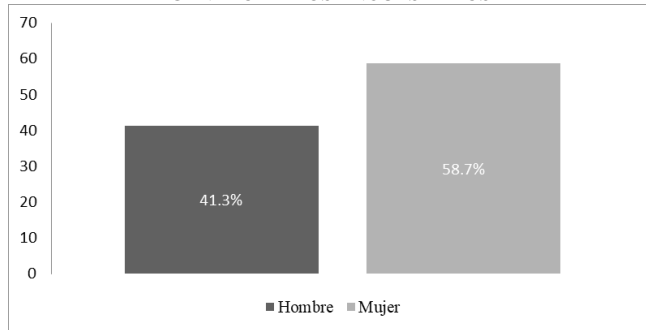
Variable	Descripción
Género	Variable <i>dummy</i> : 1 = Hombre, 2 = Mujer
Edad	Edad del encuestado en años
Estado civil	Soltero = 1, Unión Libre = 2, Casado = 3
Semestre	Nivel académico en el que se encuentra actualmente
Estado laboral	Variable <i>dummy</i> : 1 = Sí trabaja, 2 = No trabaja
Grado de estrés	Cantidad de estrés del encuestado
Factores que influyen en el estrés	Familia=1, Redes Sociales=2, Amigos=3, Noviazgo=4, Acoso=5, Bullying=6
Problemas económicos	Variable <i>dummy</i> : 1 = Sí, 2 = No
Tipos de problemas económicos	Personales=1, Familiares=2
Tipo de empresa de trabajo	Empresa relacionada con un servicio=1, Empresa relacionada con la industria y la manufactura=2, Empresa relacionada con la naturaleza y alimentos=3
Recibe ayuda por padecer estrés	Variable <i>dummy</i> : 1= Sí, 2 = no
Tipo de ayuda por padecer estrés	Familiar=1, Profesional=2, Escuela=3, Amigos=4

Fuente: Elaboración propia.

## III. RESULTADOS

Las gráficas que se muestran en esta sección explican los estadísticos descriptivos de las variables que se mencionan en el cuadro anterior. La Gráfica 1 presenta la caracterización de la muestra y se aprecia que la muestra recabada fue de 126 estudiantes, los cuales 49 fueron hombres (38.9%) y 77 mujeres (61.1%). Mientras que la Gráfica 2 analiza las edades recabadas por medio de las encuestas realizadas, se aprecia que la edad mínima reflejada en los encuestados es de 15 años y una edad de 43 años como máxima. También se hizo el estudio de la edad promedio de los encuestados para poder visualizar el tipo de estudiantes al que se le estaba recabando la información, dando como resultados las edades de 19.22 años.

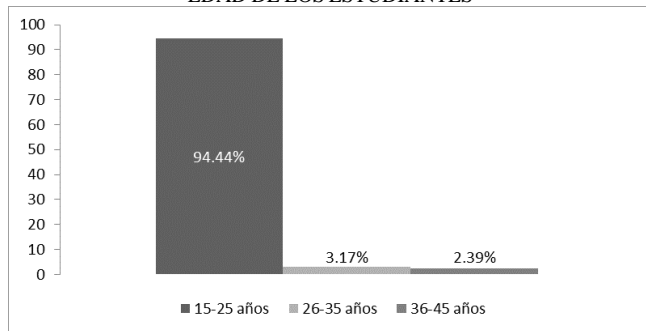
GRÁFICA 1  
GÉNERO DE LOS ENCUESTADOS



Fuente: Elaboración propia.

La Gráfica 3 muestra el estado civil de los encuestados y se aprecia que 117 de los estudiantes son solteros (92.9%), 7 alumnos viven en unión libre (5.6%) y 3 personas (2.4%) son casados.

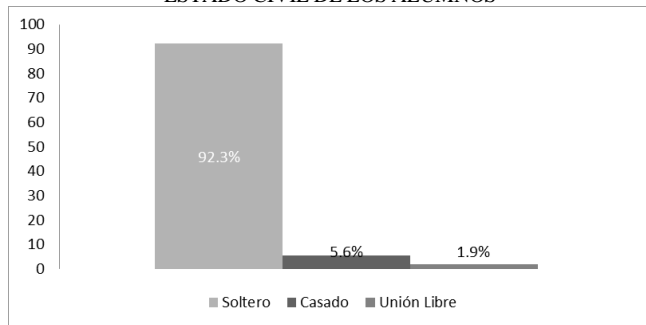
GRÁFICA 2  
EDAD DE LOS ESTUDIANTES



Fuente: Elaboración propia.

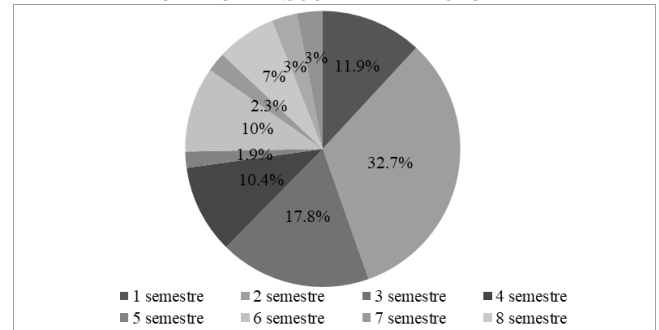
La Gráfica 4 se tomó en cuenta también la situación académica de los encuestados, tomando como base el semestre que están cursando actualmente, los resultados obtenidos nos dicen que la mayor parte de las personas encuestadas están cursando el segundo semestre con un total de 43 personas (25%), y la menor parte de los encuestados cursan el quinto semestre con un total de 2 personas (1.6%).

GRÁFICA 3  
ESTADO CIVIL DE LOS ALUMNOS



Fuente: Elaboración propia.

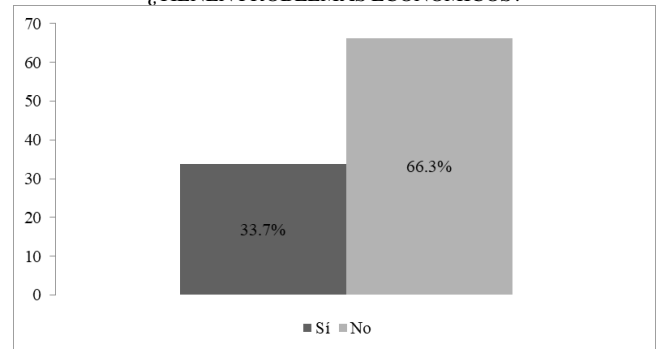
GRÁFICA 4  
GRADO DE ESCOLARIDAD ACTUAL



Fuente: Elaboración propia.

La Gráfica 5 capta los problemas económicos que padecían los encuestados, ya que ese sería otro factor influyente en el estrés de los estudiantes, dadas las respuestas, la encuesta nos arrojó como resultado que 83 personas (65.9%) si tenían problemas económicos actuales y 43 personas (34.1%) dijeron que no.

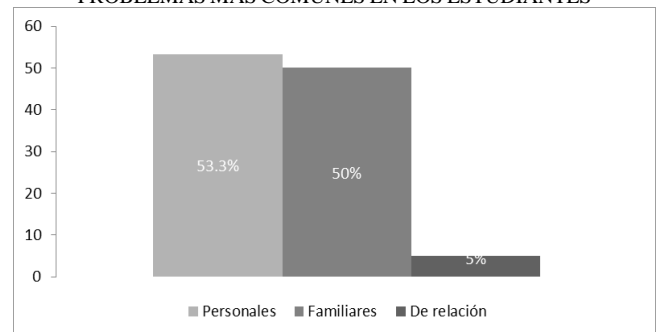
GRÁFICA 5  
¿TIENEN PROBLEMAS ECONÓMICOS?



Fuente: Elaboración propia.

En la Gráfica 6 se tomó en cuenta en los estudiantes que mencionaron tener problemas en su vida cotidiana que les ocasionara estrés, el resultado fue que la mayoría de los encuestados respondió que sí tenían problemas personales y familiares, dando un total de 70 personas, y el resto que eran 4 personas contestaron que sus problemas influían más de una relación.

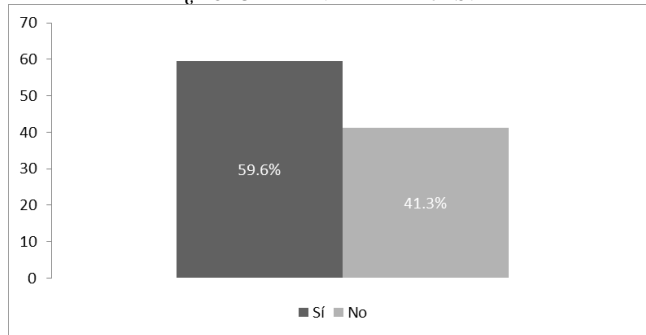
GRÁFICA 6  
PROBLEMAS MÁS COMUNES EN LOS ESTUDIANTES



Fuente: Elaboración propia.

La Gráfica 7 se muestra la situación laboral de los estudiantes, para esto se les pregunto si trabajaban o no los encuestados, ya que como se conoce, el trabajo causa algún tipo de estrés en las personas. Los resultados recabados de las encuestas dijeron que 72 personas (57.1%) si trabajaban y 55 personas (43.7%) comentaban que no lo hacían.

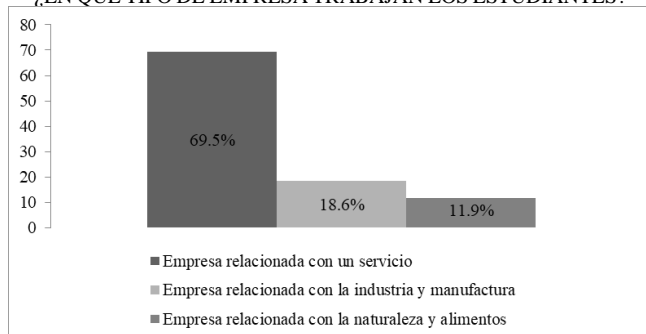
GRÁFICA 7  
¿ACTUALMENTE TRABAJAS?



Fuente: Elaboración propia.

La Gráfica 8 señala el total de los encuestados que pusieron que sí trabajaban, 47 personas (67.1%) dijeron que trabajaban en una empresa relacionada con un servicio, 13 personas (18.6%) dijeron que trabajaban en una empresa relacionada con la industria y manufactura y solo 10 personas (14.3%) trabajan en una empresa relacionada con la naturaleza y alimentos.

GRÁFICA 8  
¿EN QUÉ TIPO DE EMPRESA TRABAJAN LOS ESTUDIANTES?

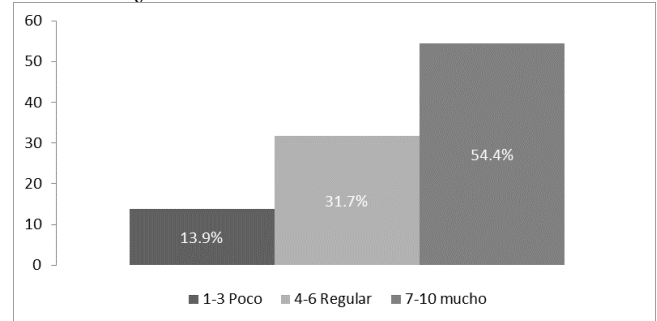


Fuente: Elaboración propia.

Para un estudio más profundo sobre el estrés que los estudiantes padecían se les pregunto qué tipo de grado de estrés padecían. La Gráfica 9 nos muestra la escala que se tomo en cuenta para este tipo de respuestas, en el que el 1 es escaso y 10 excesivo, en la cual 11 personas (8.9%) respondieron que padecían un gran alto índice de estrés y 6 personas (4.9%) dijeron que tenían poco grado de estrés.

La Gráfica 10 nos muestra que de acuerdo con las respuestas de los encuestados sobre el grado de estrés que padecían, se planteó la pregunta sobre si percibían ayuda por padecerlo, a lo que como respuesta de los encuestado dijeron con un total de 105 personas (83.3%) que no percibían tal ayuda y un total de 21 personas (16.7%) comentaron que sí.

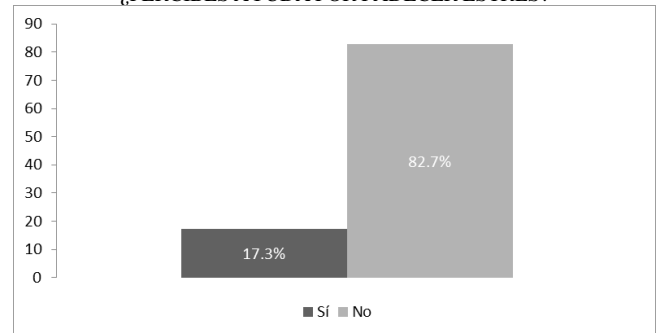
GRÁFICA 9  
¿CUÁNTO ESTRÉS CONSIDERAS TENER?



Fuente: Elaboración propia.

De los alumnos encuestados que contestaron que sí, a continuación se les pregunto qué tipo de ayuda percibían a lo que dijeron un total de 34 personas (61.8%) que era de origen familiar, otras 19 personas (34.5%) de parte de amigos, 10 personas (18.2%) comentaron que era de origen profesional y otras 5 personas (9.1%) dijeron que era por parte de la escuela así como se muestra en la Gráfica 11.

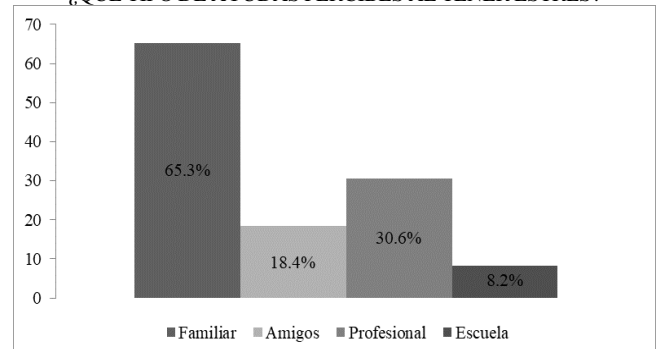
GRÁFICA 10  
¿PERCIBES AYUDA POR PADECER ESTRÉS?



Fuente: Elaboración propia.

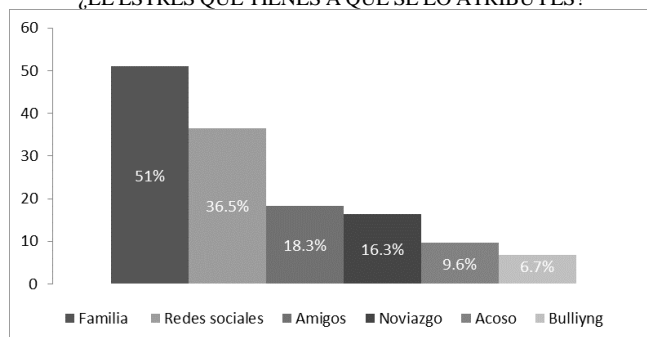
Por último, la Gráfica 12 se les pregunta a qué le atribuían el estrés, a lo que contestaron 64 personas (50.8%) que se lo atribuían a la familia, 48 personas (38.1%) a las redes sociales, 22 personas (17.5%) a los amigos, 18 personas (14.3%) al noviazgo, 11 personas (8.7%) al acoso y por ultimo 8 personas (6.3%) al Bullying; para resultados podemos observar que la gran parte de la población encuestada sufre estrés y se lo atribuyen más a la familia.

GRÁFICA 11  
¿QUÉ TIPO DE AYUDAS PERCIBES AL TENER ESTRÉS?



Fuente: Elaboración propia.

GRÁFICA 12  
¿EL ESTRÉS QUE TIENES A QUÉ SE LO ATRIBUYES?



Fuente: Elaboración propia.

#### IV. CONCLUSIONES

En conclusión podemos decir con base al estudio realizado que el estrés de los ha sido por años un factor importante en el desempeño escolar de los estudiantes, ya que el estrés implica otras preocupaciones que los distraen y muchas veces no los dejan concentrarse cuando se trata de algo importante académicamente hablando.

Para esto es importante saber qué es lo que provoca dicho estrés en los estudiantes; muchas veces vienen de familia, amigos, presión social, etc. y los mismos estudiantes no lo reconocen o no creen que sea un punto importante en su diario vivir. Para eso el estudio realizado nos dice que el estrés lo padecen más que todo los estudiantes que trabajan, ya que son más propensos a presiones aparte de la escuela; y lo que provoca que los estudiantes trabajen son principalmente los problemas económicos, ya que si no tuvieran esos problemas, ellos no estarían orillados a laborar y podrían dedicarse 100% al estudio.

Otro punto que se observa es que la mayoría de los estudiantes encuestados no perciben ayuda por padecer estrés, esto es un problema muy grave porque todo repercute en su desempeño laboral, estudiantil, etc. El estrés es algo muy importante que se tenga que estudiar y si es necesario pedir ayuda, ya que así mejorará la forma en desempeñarse en la vida cotidiana y se tendrán mejores resultados.

Los resultados que se presentan son claros, en las gráficas hay resultados de las variables que influyen en el estrés y éstas se recabaron por medio de las encuestas por lo que se ve que la mayoría de las personas si padecen estrés y muchas de estas no perciben ayuda por este problema, estas personas son de una edad de 15 a 25 años, esto quiere decir que son personas de primeros semestres, este estrés les afecta mucho a esta edad ya que en los primeros semestres de estudio tienen demasiadas cosas por hacer y batallan en acoplar las horas libres con las horas de trabajo que tienen.

Los hallazgos muestran que los estudiantes que padecen de estrés tienen que trabajar, muchas por querer generar ingresos desde temprana edad y muchos por obligación y poder pagar sus estudios, estas personas batallan más ya que no les queda tiempo libre para realizar alguna actividad que las haga poder tener la mente libre y esto es lo que causa que se genere el estrés en estas personas. Las estudiantes que padecen de este problema y que sí perciben

ayuda, tienen más ayuda por parte de la familia, ya que muchas de estas siguen viviendo con su familia y las que no perciben ayuda se lo atribuyen a su misma familia por el mismo hecho de que mayoría siguen viviendo con su familia y como tienen mayor convivencia esto hace que se lo atribuyan a ellos, una manera de hacer que esto se solucione es percibiendo ayuda para poder calmar este problema ya sea profesionalmente o en la misma institución en donde se está estudiando.

La importancia del estrés se ha demostrado en las investigaciones que se llevaron a cabo, se ve que el estrés siempre ha estado presente en estudiantes y las más afectadas son las que estudian y trabajan a la vez, se resalta mucho este problema en las personas, ya que tanto en el trabajo como en el estudio se genera este problema. Se puede decir que el estrés es una respuesta automática y natural de nuestro cuerpo ante situaciones en ocasiones desafiantes, ya que nuestra vida y el entorno se encuentra en constante cambio y nos exige nuevos retos, solo hay que saber sobre llevar este estrés mediante ayuda profesional y de expertos capacitados.

#### REFERENCIAS

- [1] Bravo, E., Cova, F., Melipillán, R., Valdivia M. y B. Valenzuela. (2007). Sintomatología depresiva y ansiosa en estudiantes de enseñanza media. *Revista Chilena de Pediatría*, 78 (2), 151-159.
- [2] Bárcenas, F., y T. Ferrer. (2016). Estrés académico: El enemigo silencioso del estudiante. *Salud y administración*, 3 (7), 11-18.
- [3] López de Roda, A. y E. Sánchez. (2001). Estructura social, apoyo social y salud mental. *Pesicothema*, 13(1), 17-23.
- [4] Molerio, O., Rodríguez, R. y R. Doval. (2002). Estrés laboral, consideraciones sobre sus características y formas de afrontamiento. *Revista internacional de psicología*, 3 (1), 1-19.
- [5] Ramos, M. E. y V. Sieglin. (2007). Estrés laboral y depresión entre maestros del área metropolitana de Monterrey. *Revista Mexicana de Sociología*, (3), 517-551.
- [6] Rendón, M.E., Villasís, M. y M. Miranda. (2007). Estadística descriptiva. *Rev Alerg Mex*, 63(4), 397-407.