



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSTGRADO
MAESTRIA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN,
ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL
SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA**

Autora: Od. Esp. Diana Fernández

Tutora: Dra. Liliana Mayorga

Campus Bárbula, Abril de 2024



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSTGRADO
MAESTRIA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN,
ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL
SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA**

Autora: Od. Esp. Diana Fernández

**Trabajo de Grado presentado ante la Dirección de
Estudios de Post-Grado de la Facultad de Ciencias de
la Educación de la Universidad de Carabobo para
optar al título de Magíster en Investigación Educativa**

Campus Bárbula, Abril de 2024



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE ASUNTOS ESTUDIANTILES



ACTA DE DISCUSIÓN DE TRABAJO DE GRADO

En atención a lo dispuesto en los Artículos 137, 138 y 139 del Reglamento de Estudios de Postgrado de la Universidad de Carabobo, quienes suscribimos como Jurado designado por el Consejo de Postgrado de la Facultad de Ciencias de la Educación, de acuerdo a lo previsto en el Artículo 135 del citado Reglamento, para estudiar el Trabajo de Grado titulado:

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN,
ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA**

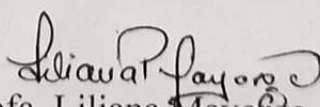
Presentado para optar al grado de **MAGÍSTER EN INVESTIGACIÓN
EDUCATIVA** por la aspirante:

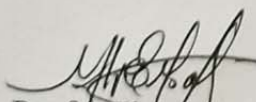
DIANA FERNANDEZ
C.I.: 17.316.944

Realizado bajo la tutoría de la Profesora, LILIANA MAYORGA cédula de identidad N° V- 16.290.784

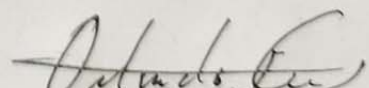
Una vez evaluado el trabajo presentado, se decide que el mismo está **APROBADO.**

En Bárbula, a los nueve días del mes de abril del año dos mil veinticuatro.


Profa. Liliana Mayorga
C.I.: V-16.290.784
Fecha: 09/04/2024


Profa. Flora Morales
C.I.: V-6.268.436
Fecha: 09/04/2024




Prof. Orlando Cáceres
C.I.: V-12.109.701
Fecha: 09/04/2024



MAESTRIA



ACTA DE APROBACIÓN

La Comisión Coordinadora del Programa de **Maestría en Investigación Educativa** en uso de las atribuciones que le confiere al Artículo N° 44, 46, 130 del Reglamento de Estudios de Postgrado de la Universidad de Carabobo, hace constar que una vez evaluado el Proyecto de Trabajo de Grado: **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDA A LA PREVENCIÓN, ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRES ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA** realizado bajo la línea de Investigación Educativa: presentado por el ciudadano(a) **Diana Fernandez**, cédula de identidad N° **17.316.944**, elaborado bajo la dirección del Tutor(a) Prof. **Liliana Mayorga**, cédula de identidad N° **16.290.784**, considera que el mismo reúne los requisitos y, en consecuencia, es **APROBADO**.

En Valencia, a los dieciseis (16) días del mes de noviembre de dos mil veintiuno.

Por la Comisión Coordinadora de la Maestría en

Investigación Educativa

Prof. Nazareth Franco
Coordinador del Programa



Archivo Acta de Aprobación
L zepa 2021-11-16

... La Universidad Efectiva

Universidad de Carabobo, Postgrado de la Facultad de Ciencias de la Educación
Ciudad Universitaria Bárbula, Edif. FACE. Teléfono (0241) 867.41.20. www.postgrado.uc.edu.ve



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSTGRADO
MAESTRIA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



AVAL DEL TUTOR

Dando cumplimiento a lo establecido en el Reglamento de Estudios de postgrado de la Universidad de Carabobo en su artículo 133, quien suscribe Dra. Liliana Patricia Mayorga, titular de la cédula de identidad No. 16.290.784, en mi carácter de Tutor del Trabajo de grado titulado: **“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN, ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA”**, presentado por la Od. Esp. Diana C. Fernández P., titular de la cédula de identidad N° V-17.316.944, para optar por el título de Magíster en Investigación Educativa, hago constar que dicho trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del jurado examinador que se le designe. Por tanto doy fe de su contenido y autorizo su inscripción ante la Dirección de Asuntos Estudiantiles.

En Bárbula, a los 28 días del mes de Marzo del dos mil veintitrés.

Liliana Patricia Mayorga

C.I. V - 16.290.784



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



INFORME DE ACTIVIDADES

Participante: Diana C. Fernández

Cédula de identidad: 17.316.944

Tutora: Liliana P. Mayorga

Cédula de identidad: 16.290.784

Correo electrónico del participante: dianafprotesis@gmail.com

Título tentativo del trabajo: **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN, ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA.**

Línea de investigación: Psicoeducativa

SESIÓN	FECHA	HORA	ASUNTO TRATADO	OBSERVACIÓN
I	07/02/22	2:30 pm a 5:00 pm	Revisión del Proyecto	Redactar el planteamiento del problema considerando los síntomas, causas, pronóstico y control al pronóstico.
II	18/05/22	3:00 pm a 6:00 pm	Revisión del Marco Teórico y Metodológico	Revisión del marco teórico y metodológico tomando en cuenta el paradigma cuantitativo
III	07/07/22	1:30 pm a 5:30 pm	Revisión de los Instrumentos a utilizar en el Proceso de Observación	Aplicar únicamente instrumentos cuantitativos como: cuestionario.
IV	28/10/22	2:00 pm a 4:00pm	Análisis de los Datos Obtenidos	Analizar cada uno de los resultados por ítem, indicador y dimensión.
V	17/02/23	3:00 pm a 5:00 pm	Interpretación de la Información	Interpretar la información recolectada a fin de dar respuesta a la interrogante objeto de la investigación.
VI	06/03/23	2:00 pm a 3:30 pm	Revisión de las Conclusiones	Revisión de las ideas finales sintetizadas
VII	12/03/23	2:30 pm a 4:30 pm	Revisión Total	Se realiza ajustes en base a las sugerencias emitidas por el jurado evaluador

Título definitivo: **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN, ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA.**

Comentarios finales acerca de la investigación: _____

Declaramos que las especificaciones anteriores representan el proceso de dirección del trabajo de Grado / Especialización mencionado (a).

Tutora:

Liliana P. Mayorga

Participante:

Diana Fernández

C.I:

V- 16 290 784

C.I: *V- 17 316 944*



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSTGRADO
MAESTRIA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



VEREDICTO

Nosotros, Miembro del Jurado designado para la evaluación del Trabajo de Grado titulado: **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN, ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA**, presentado por la Od. Esp. Diana C. Fernández Pérez, titular de la cédula de identidad N° V-17.316.944, para optar al Título de Magister en Investigación Educativa, estimamos que el mismo reúne los requisitos para ser considerado como: (_____)

JURADOS:

NOMBRE Y APELLIDO	C.I.	FIRMA
Liliana Patricia Mayorga	V-16.290.784	_____
Flor Elena Morales	V-6.268.436	_____
Orlando Cáceres Torres	V-12.109.701	_____

Campus Bárbula, Abril de 2024

DEDICATORIA

A mi hija y esposo.

Gracias por ser mi motor y el impulso que no me permite rendir ante cualquier situación.

Asimismo, por recordarme constantemente que puedo con esto y mucho más.

AGRADECIMIENTOS

A Dios por estar presente en todo momento y por todas sus bendiciones.

A la profesora Liliana Mayorga por su excelente disposición, paciencia y sobretodo su calidad humana en el desarrollo del trabajo especial de grado. Sin su guía no hubiese sido posible.

A la profesora María Ferreira por aclarar mis dudas, desenredar mis nudos y poner en el camino a mi tutora para hacer de este trabajo algo excepcional.

A todos mis profesores por la transmisión y debate del saber. Validando la perspectiva de cada uno de sus participantes, dando lugar al aprendizaje colaborativo y significativo.

A mis compañeros por compartir sus ideas y experiencias; Cada quien desde su propia realidad dejando un gran aprendizaje en el desenlace de la maestría.

Al personal docente y administrativo por poner su grano de arena y contribuir en el logro del objetivo.

Y a todas las personas que de alguna manera influyeron y cooperaron en la búsqueda para alcanzar mi nuevo propósito.

Muchas gracias.

ÍNDICE

	Pág.
RESUMEN.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO	
I EL PROBLEMA	
Planteamiento del problema.....	4
Objetivo de la investigación.....	10
Justificación de la investigación.....	11
II MARCO TEÓRICO	
Antecedentes investigativos.....	13
Referentes teóricos.....	16
Referentes legales.....	25
Referentes conceptuales.....	29
III MARCO METODOLÓGICO	
Diseño y tipo de la investigación.....	32
Población y muestra.....	34
Técnicas e instrumento de recolección de los datos	35
Validez y confiabilidad del instrumento	35
Procesamiento y análisis de datos.....	36
Aspectos bioéticos de la investigación.....	36
IV ANÁLISIS, INTERPRETACIÓN Y PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS	
Análisis de los resultados por indicadores.....	39
Conclusiones del diagnóstico.....	60
Recomendaciones.....	62
V PROPUESTA.....	63
Planificación y gestión del tiempo.....	73
Aceptación.....	76
Habilidad de estudio.....	78

Autocontrol.....	80
Autoexamen.....	82
Seguimiento.....	84
Referencias de la propuesta.....	86
REFERENCIAS.....	88
ANEXOS.....	95

LISTA DE TABLAS

N°	Pág.
1 Distribución de frecuencia.....	40
2 Distribución de frecuencia para ítem N° 1.....	41
3 Distribución de frecuencia para ítem N° 2.....	42
4 Distribución de frecuencia para ítem N° 3.....	43
5 Distribución de frecuencia para ítem N° 4.....	44
6 Distribución de frecuencia para ítem N° 5.....	45
7 Distribución de frecuencia para ítem N° 6.....	46
8 Distribución de frecuencia para ítem N° 7.....	47
9 Distribución de frecuencia para ítem N° 8.....	48
10 Distribución de frecuencia para ítem N° 9.....	49
11 Distribución de frecuencia para ítem N° 10.....	50
12 Distribución de frecuencia para ítem N° 11.....	51
13 Distribución de frecuencia para ítem N° 12.....	52
14 Distribución de frecuencia para ítem N° 13.....	53
15 Distribución de frecuencia para ítem N° 14.....	54

16 Distribución de frecuencia para ítem N° 15.....	55
17 Distribución de frecuencia para ítem N° 16.....	56
18 Distribución de frecuencia para ítem N° 17.....	57
19 Distribución de frecuencia para ítem N° 18.....	58
20 Distribución de frecuencia para ítem N° 19.....	59

LISTA DE CUADROS

N°	Pág.
1 Tópicos Relevantes (Método para el manejo del estrés académico – <i>Tips y adecuación en el proceso de aprendizaje</i>)	70
2 Tópicos Relevantes (Estrategias y actividades sugeridas).....	71

LISTA DE GRÁFICOS

N°	Pág.
1 Gráfico para ítem N°1.....	41
2 Gráfico para ítem N° 2.....	42
3 Gráfico para ítem N° 3.....	43
4 Gráfico para ítem N° 4.....	44
5 Gráfico para ítem N° 5.....	45
6 Gráfico para ítem N° 6.....	46
7 Gráfico para ítem N° 7.....	47
8 Gráfico para ítem N° 8.....	48
9 Gráfico para ítem N° 9.....	49

10 Gráfico para ítem N° 10.....	50
11 Gráfico para ítem N° 11.....	51
12 Gráfico para ítem N° 12.....	52
13 Gráfico para ítem N° 13.....	53
14 Gráfico para ítem N° 14.....	54
15 Gráfico para ítem N° 15.....	55
16 Gráfico para ítem N° 16.....	56
17 Gráfico para ítem N° 17.....	57
18 Gráfico para ítem N° 18.....	58
19 Gráfico para ítem N° 19.....	59



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSTGRADO
MAESTRIA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN,
ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL
SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA**

Autora: Diana Fernández
Tutora: Dra. Liliana Mayorga
Año: 2024

RESUMEN

El estrés académico se concibe como un fenómeno que ha afectado notablemente la población estudiantil, por un lado el grado de exigencia académica y por el otro los aspectos sociales, culturales, económicos y de salud, que se reconoció a través de indicios como el bajo rendimiento académico, la omisión de un pre-diagnóstico para determinar la necesidad de un programa de intervención y problemas de salud diversos. El objetivo de la investigación estuvo centrado en proponer estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en estudiantes que acuden al Postgrado de Endodoncia, Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo. Los teóricos que dieron sustento fueron Espinosa, Rodríguez, Chacín y Bermúdez (2020), Demjaha, Kapusevska y Pejkovska-Shahpaska (2019), Castro y Restrepo (2017) y Menduburu-Zabala, Medina y Cárdenas (2016). La metodología asumida se rigió bajo la naturaleza cuantitativa de nivel descriptivo y bajo modalidad proyecto factible. Enmarcada en la línea de investigación Psicoeducativa. Posteriormente, se realizó el acopio de datos a través de cuestionario tipo Likert cuya confiabilidad fue de 0,91. Se concluye que el estrés académico es un problema común en la población estudiantil universitaria y que es necesaria la implementación de estrategias de afrontamiento. La propuesta Método para el Manejo del Estrés Académico Tips y Adecuación en el Proceso de Aprendizaje, estuvo estructurada por seis tópicos relevantes, facilitará un mejor desempeño académico por medio de un abordaje multidisciplinario para evitar repercusiones futuras.

Palabras clave: estrategia de afrontamiento, estrés académico, prevención, salud bucodental, bruxismo, patología pulpar y periapical.



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSTGRADO
MAESTRIA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



COPING STRATEGIES DIRECTED FOR THE PREVENTION, APPROACH AND MONITORING OF ACADEMIC STRESS IN STUDENTS OF THE UNIVERSITY EDUCATION SUBSYSTEM

Author: Diana Fernández

Tutor: Dra. Liliana Mayorga

Year: 2024

ABSTRACT

Academic stress is conceived as a phenomenon that has notably affected the student population, on the one hand the degree of academic demand and on the other the social, cultural, economic and health aspects, which was recognized through signs such as low academic performance, the omission of a pre-diagnosis to determine the need for an intervention program and various health problems. The aim of this research was focused on proposing coping strategies directed at the prevention, approach and monitoring of academic stress destined for good emotional, psychological and oral health in students who attend the Endodontics Postgraduate degree from the Faculty of Dentistry of the University of Carabobo. The theoretical references that provided support were Espinosa, Rodríguez, Chacín and Bermúdez (2020), Demjaha, Kapusevska and Pejkovska-Shahpaska (2019), Castro and Restrepo (2017) and Menduburu-Zabala, Medina and Cárdenas (2016). The methodology assumed was governed by the quantitative nature of a descriptive level and under the feasible project modality. Framed in the Psychoeducational research line. Subsequently, the data was carried out through a Likert-type questionnaire whose reliability was 0,91. It is concluded that academic stress is a common problem in the university student population and that the implementation of coping strategies is necessary. The proposed Method for Managing Academic Stress Tips and Adequacy in the Learning Process, was structured by six relevant topics, will facilitate better academic performance through a multidisciplinary approach to avoid future repercussions.

Keywords: coping strategy, academic stress, prevention, oral health, bruxism, pulp and periapical pathology.

INTRODUCCIÓN

Es frecuente escuchar la palabra estrés en muchos individuos; siendo representada como una reacción normal del cuerpo ante una situación excepcional o algún reto en la vida de cada ser humano. Sin embargo, cuando la reacción persiste mucho tiempo después de experimentar alguna situación estresante se torna patológica.

Visto de esta forma, el estrés constituye uno de los problemas de salud más generalizados actualmente. Y es un fenómeno de múltiples variables resultante de la relación entre el individuo y los eventos de su medio.

Durante el curso de una carrera universitaria existe la predisposición a desarrollar algún nivel de estrés que puede desencadenar problemas emocionales, cognitivos y fisiológicos. Por lo tanto, en caso de presentarse algún grado considerable de estrés académico se produce un desequilibrio en el estudiante. Poniendo de manifiesto síntomas como la fatiga, cefalea, aislamiento, poca participación, entre otros, que conllevan al bajo rendimiento académico, y el requerimiento de un pre-diagnóstico para determinar la necesidad de un programa de intervención, específicamente un abordaje a través de estrategias de afrontamiento. Sin embargo, de no ser atendido a tiempo no solo genera las repercusiones anteriormente descritas, sino también problemas parafuncionales tal como el caso del bruxismo, que de acuerdo al tiempo e intensidad devendrá en patologías pulpares y periapicales.

El presente trabajo de investigación bajo naturaleza cuantitativa de tipo descriptiva, diseño no experimental y modalidad proyecto factible tuvo por objeto proponer estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en estudiantes que acuden al Postgrado de Endodoncia, Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo.

Actualmente existe diversa información pero que no ha sido divulgada correctamente referente al estrés académico y su manejo a través de estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, el abordaje y el seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental del estudiante universitario. Resultando de gran importancia su conocimiento por parte de la Maestría en Investigación de la Facultad de Ciencias de la Educación de Universidad de Carabobo (FaCE), con el objeto de aportar habilidades que contribuyan a la población estudiantil y a su vez como aporte para futuras investigaciones.

De allí que la presente investigación centrada en la línea de investigación Psicoeducativa, cuyo eje temático es Educación Emocional y Social, subtemática; Estrategias para el manejo de las emociones del Postgrado de Educación y programa de Maestría de Investigación Educativa de la Facultad de Ciencias de la Educación. Estuvo estructurado por los siguientes capítulos: Capítulo I, donde se realizó una descripción detallada acerca de la problemática actual en torno a cuáles son las estrategias de afrontamiento adecuadas para el control del estrés académico que evite la instauración de patologías pulpares y periapicales, y de qué manera la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico, puede mantener un buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en el estudiante. Así como también, se exhibieron los objetivos de la investigación y su justificación. Seguidamente el Capítulo II,

donde se presentó los antecedentes más relevantes que se relacionaron con este estudio y se pone de manifiesto los referentes teóricos los cuales fundamentaron la investigación. Posterior a ello se reveló el Capítulo III, denominado marco metodológico, donde se indicó el enfoque, diseño, tipo, nivel, modalidad, población y muestra, técnica e instrumento para recoger los datos y la validez y confiabilidad del instrumento. Luego se desplegó el Capítulo IV donde se realizó el análisis, interpretación y presentación de los resultados alcanzados a través de la aplicación del instrumento, generando como conclusión la necesidad de una propuesta centralizada en estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, el abordaje y el seguimiento del estrés académico en torno a los estudiantes del subsistema de educación universitaria. Y finalmente, el Capítulo V que va estar representada por la propuesta denominada "Método para el Manejo del Estrés Académico. *Tips y adecuación en el proceso de aprendizaje*".

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento del problema

La raíz etimológica del vocablo educación, emana del término latino educare, cuyo significado es "criar", "alimentar" o "Instruir". La presente constituye un proceso cuya finalidad es el progreso de las facultades intelectuales, éticas y morales del individuo, así como la adquisición de un conjunto de conductas para poder coexistir en el mundo social y cultural. Además de ser considerado como un valor que capacita al individuo para elegir, comprometerse, decidir así como llevar a cabo su proyecto de vida.

Por su parte, la educación venezolana es obligatoria a partir de los 6 años de edad, contando con instituciones tanto públicas como privadas que tienen por objeto el desarrollo de un individuo culto, con valores y pensamiento crítico. Tal cual lo establece la Ley Orgánica de Educación (LOE, 2009) en Venezuela en su artículo 3°:

La educación tiene como finalidad fundamental el pleno desarrollo de la personalidad y el logro de un hombre sano, culto, crítico y apto para convivir en una sociedad democrática, justa y libre, basada en la familia como célula fundamental y en la valorización del trabajo; capaz de participar activa y

consciente y solidariamente en los procesos de transformación social; consustanciado con los valores de la identidad nacional y la comprensión, la tolerancia, la convivencia y las actitudes que favorezcan el fortalecimiento de la paz entre las naciones y los vínculos de integración y solidaridad latinoamericana. (p.1)

Sin embargo, actualmente los ámbitos sociales, cultural, económico y de salud han afectado fuertemente el estrato educativo, presentándose un alto índice de deserción, poca o nula participación por parte de los estudiantes. Mientras, que un grupo selecto consagrado en la prosecución por cumplir a cabalidad su formación académica se encuentra batallando dicha problemática que aqueja a muchos, generando altos niveles de estrés.

En relación a la enseñanza Contreras y Arbesú (citados por Martínez, 2016), definen la buena enseñanza

...a partir de resultados (los estudiantes muestran aprendizaje) o a partir de procesos (las prácticas docentes se adecuan a valores, normas o modelos de actuación). Con un enfoque más humanista y equitativo, así como el desarrollo de una cultura científica que promuevan el perfeccionamiento de una actitud crítica, reflexiva y transformadora (p.172).

En otras palabras, para que la enseñanza sea efectiva los estudiantes deben revelar haber alcanzado los objetivos del contenido programático, incrementar su aprendizaje desde el inicio hasta al final del curso y lograr que ellos mismos aprecien lo aprendido, procurando una connotación valiosa, generando seguridad en la disciplina.

Por su parte, Hernández y Monroy (2015), refieren que los propósitos generales de la enseñanza son “desarrollar la capacidad para resolver problemas, de análisis, de hacer juicios, de expresión oral y escrita, de trabajar cooperativamente, de hacerse cargo de sí

mismo, de tomar decisiones y favorecer la seguridad en sí mismo” (p.14). Por ende el proceso de enseñanza es de gran relevancia en el ámbito educativo y va de la mano de manera articulada con el aprendizaje en el estudiante. Donde se hace necesario el uso de estrategias las cuales coadyuven en el logro de un objetivo o propósito. En función a esto, con respecto a las estrategias se entienden como:

...un procedimiento o conjunto de ellos para lograr un propósito determinado, es decir, es la toma de conciencia de las bases teóricas que la justifican y legitiman, concreción de la intencionalidad o meta, secuenciación de acciones a realizar de forma adaptativa, determinación de roles o funciones de los agentes implicados, contextualización del proceso y consecución total o parcial de logros (De la Torre y Barrios, 2000, p.391).

Expuesto las presentes conceptualizaciones demostró una íntima relación de los mismos con el estrés académico, a través de indicios clave como el bajo rendimiento académico así como la omisión de un pre-diagnóstico para determinar la necesidad de un programa de intervención y problemas de salud emocional, conductual, psicológico y bucodental. Asimismo es importante destacar, lo presentado por Méndez, en Licht, Soto y Angulo (2021):

...es común encontrar jóvenes universitarios que están expuestos tanto a estrés académico como estrés laboral, puesto que adquirir ambas responsabilidades, trabajar y estudiar, en la mayoría de los casos, se convierte en una necesidad y una oportunidad para mejorar sus condiciones de vida. (p.83)

Por lo cual Rivas citado en Licht, ob. cit. (2021) definen el estrés académico como:

...una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos; y cuando se presenta más allá de los

niveles óptimos puede agotar las energías del estudiante, deteriorar su desempeño e incluso dañar su salud mental y física. (p.87)

Ahora bien según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016) “una de cada cuatro familias tiene por lo menos un miembro afectado por un trastorno mental”. Dado que las manifestaciones del estrés también afectan la salud física, entre otras, ocasionando enfermedades que en el peor de los casos pueden llevar al individuo a la muerte, generando un gran impacto en la sociedad, dejando claro la necesidad de diagnosticar, intervenir y establecer estrategias para la prevención y control del estrés académico. Actualmente la OMS no cuenta con datos estadísticos específicos referidos al estrés académico en jóvenes universitarios a diferencia de los detallados para el estrés laboral. Pero, lo que sí destaca dicha organización es:

... aunque el impacto de sus efectos varía de un individuo a otro, se sabe que tiene consecuencias sobre la salud, tales como enfermedades mentales, cardio/cerebrovasculares, musco-esqueléticas y reproductivas. Asimismo, el estrés laboral causa diversos problemas de comportamiento incluyendo el abuso de alcohol y drogas, el incremento del tabaquismo, el sedentarismo, y los trastornos de sueño. (OMS, 2016; p. 6)

En este mismo orden de ideas, se tienen las evidencias internacionales descritas por Kamdar (2018) por ejemplo, quien describe “todos los seres humanos somos susceptibles a estrés educativo, puede ser físico, psicológico e incluso financiero, siendo necesario emplear estrategias como la relajación y realización de ejercicios aeróbicos y cardiovasculares” (p.79), con el fin de disminuir el número de estresores e incrementar el logro de competencias en el participante.

Asimismo, el manejo del estrés a través de la gestión del tiempo y habilidades de estudio, incluyendo un entorno de estudio, métodos de aprendizaje, gestión de tareas, técnicas de memorización; buenos hábitos, afrontamiento, reestructuración cognitiva y reevaluación; relaciones sociales, resolución de problemas hasta el afrontamiento del fracaso a modo de elementos clave para el control de dicha afección.

Aunado a esto, es pertinente destacar los síntomas más frecuentes presentados por los estudiantes ante situaciones de estrés académico, expuestos por Barraza (2008):

Trastornos en el sueño, insomnio o pesadillas. • Fatiga crónica. • Dolores de cabeza o migraña, problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea • Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc. 1. Somnolencia o mayor necesidad de dormir. 2. Inquietud. 3. Sentimientos de depresión y tristeza. 4. Ansiedad, angustia o desesperación. 5. Problemas de concentración. 6. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad. 7. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir. 8. Aislamiento de los demás. 9. Desgano para realizar las labores escolares. 10. Aumento o reducción del consumo de alimentos. (p.128)

Por todo lo antes mencionado, se dejó en evidencia la situación problemática tanto a nivel macro como micro; pues los estudiantes que acuden al Postgrado de Endodoncia no escapan de esta realidad, ya que el estrés académico se ve reflejado en situaciones problemáticas en el ámbito odontológico también.

Siguiendo este hilo discursivo, Medina (2018), exhibe evidencias nacionales donde pone de manifiesto el estrés en el estudiante universitario como una reacción normal producida por las diversas demandas y exigencias. Sin embargo, al ser prolongado “genera una gran carga de estrés y presión que alterará el estado de ánimo y el rendimiento académico,

provocando un impacto negativo en la salud general y mental, interfiriendo en las actividades cotidianas y en la vida social” (p.64).

Ahora bien, es importante entonces dejar claro, el estrés académico no sólo incide en el rendimiento estudiantil, sino también trae repercusiones en la salud del estudiante, generando sedentarismo, trastorno en el sueño, problemas musculo-esqueléticos, cefaleas y sobre todo problemas parafuncionales tal cual el caso del bruxismo, un hábito de rechinar o apretar los dientes, por consiguiente al evolucionar y no ser tratadas a tiempo desencadenan trauma oclusal y enfermedades pulpares y periapicales, provocando daño irreversible del órgano dental, asimismo en su tejido de soporte, por ende generando el desequilibrio oclusal que conllevan al estudiante a tener una conducta aislada, problemas psicológicos y poca participación en sus actividades diarias.

Por lo cual cuando el estrés educativo es muy intenso o se prolonga demasiado, puede perjudicar la salud seriamente. Por esta razón Águila, Calcines, Monteagudo de la Guardia y Nieves (2015) expresan lo siguiente: “el alumno debe dominar y superar cualquier tipo de exigencia o reto que demande gran cantidad de recursos físicos y psicológicos” (p. 163).

Tal es el caso de los problemas como el bruxismo, los cuales son manejados con el empleo de férulas estabilizadoras miorelajantes; sin embargo, va más allá, desde el control de la reacción fisiológica *estrés*, hasta empleo de ejercicios de relajación, control periódico de restauraciones dentales, diagnóstico de caries, desgaste selectivo, evaluación del tipo de oclusión y del estado de tratamientos endodónticos previos.

No obstante, a nivel internacional se reportó el empleo de férula como un tratamiento no invasivo que consiste en el empleo de aparatos removibles que de acuerdo a su función, propósito terapéutico, cobertura y dureza eliminan la inestabilidad ortopédica o fuerzas

excesivas; de esta forma proporcionan el contacto ideal dentario y muscular (Castañeda y Jiménez, 2016).

Es relevante destacar, que si no se atiende esta situación, la persona puede asumir de forma constante los hábitos parafuncionales, los cuales no son más que una conducta inconsciente con el objeto de liberar tensión, sin embargo pueden llegar a ser conscientes, sucediendo durante el sueño o la vigilia y contribuyendo a la aparición o perpetuación de trastornos temporomandibulares, además de la aparición de patología pulpar y periapical.

Por lo cual se hace necesario realizar constantemente evaluaciones de manera integral de salud bucodental a fin de detectar la presencia de una oclusión traumática asociada a bruxismo, que de no ser atendida a tiempo devenga en desgastes, fracturas e incluso enfermedades pulpares y periapicales. Recomendando en esos casos el empleo de la férula miorelajante con el fin de reducir actividad anómala, lograr un balance neuromuscular; por ende un cambio positivo en el control del estrés académico.

En síntesis es imperativo emplear alternativas de solución para atender dicha problemática, como lo es el diagnóstico de la necesidad de un programa de intervención dirigido a la vigilancia del estrés académico en el estudiante, el establecimiento de estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico. De todo lo anteriormente expuesto, nace la siguiente interrogante:

¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento adecuadas para el control del estrés académico que evite la instauración de patologías pulpares y periapicales en estudiantes universitarios que acuden al Postgrado de Endodoncia de la Universidad de Carabobo?

¿De qué manera la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico, puede mantener un buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en el estudiante?

Objetivos de la investigación

Objetivo general

Proponer estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en estudiantes universitarios que acuden al Postgrado de Endodoncia, Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo.

Objetivos específicos

1. Diagnosticar la necesidad de un programa de intervención dirigido a la vigilancia del estrés académico que afecta la calidad de vida del estudiante, el cual acude al Postgrado de Endodoncia de la Universidad de Carabobo, en el periodo 2021-2022.
2. Examinar la factibilidad de la propuesta en torno a las estrategias implementadas que respondan a la necesidad previamente detectada.
3. Diseñar estrategias dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental.

Justificación de la investigación

El estrés académico es una reacción o proceso sistémico importante a estudiar, ya que puede llevar al estudiante a un desequilibrio mental, desánimo, poca retención de información, mala memoria, trauma oclusal asociado a bruxismo y por lo tanto un bajo rendimiento académico; asimismo, fracturas dentales e incluso enfermedades pulpares y periapicales, afectando tanto el estado de ánimo como la salud bucodental del estudiante. Las terapias psicológicas, métodos de aprendizaje, gestión del tiempo y habilidades de estudio, buenos hábitos, afrontamiento, el ejercicio aeróbico y cardiovascular, la valoración periódica del

estado de salud bucodental y el empleo de férulas miorelajantes son una alternativa en el manejo del estrés educativo, proporcionando un balance neuromuscular en el paciente.

De allí, el hecho de proponer estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, el abordaje y el seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en estudiantes que acuden al Postgrado de Endodoncia de la Universidad de Carabobo; es relevante ya que permitió actualizar el conocimiento de los profesionales en odontología y docencia con respecto a las terapéuticas de vanguardia expresas en esta temática. Asimismo, la alusión al uso de la metodología y técnicas específicas, que han de servir de aporte para el estudio de problemas similares al investigado.

También, existe evidencia que asintió definir cuál es el abordaje para el control del estrés educativo y de esta forma evitar devenga en patologías pulpares y periapicales, con el objeto de aportar una serie de conocimientos que contribuyeron al estudiante y al crecimiento profesional. Finalmente, resultó beneficioso contar con una propuesta de estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico porque puede beneficiar al restablecimiento de la salud bucal, bienestar y permanencia de las unidades dentarias en boca, generando así una mejor calidad de vida en el estudiante.

Delimitación de la investigación

El presente trabajo estuvo enmarcado en la línea de investigación de la Maestría en Investigación Educativa: Psicoeducativa, cuyo eje temático es Educación Emocional y Social, subtemática: Estrategias para el manejo de las emociones. Dicho trabajo de investigación se realizó en el área de Postgrado de endodoncia de la Facultad de Odontología de la

Universidad de Carabobo, durante el período 2020-2022, con los estudiantes que acuden a dicha área.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

Antecedentes de la Investigación

A continuación se presentan estudios realizados a nivel internacional y nacional relacionados de forma directa o indirecta con el trabajo de investigación. Como primer antecedente se exhibió la investigación de Espinosa, Rodríguez, Chacín y Bermúdez (2020), titulada “Influencia del estrés sobre el rendimiento académico”, cuyo objetivo fue describir la influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes a nivel universitario. Concluyendo, que a mayor rendimiento académico, mayor el estrés. Los factores físicos, emocionales y ambientales ejercen una presión significativa; el convivir en un ambiente familiar o zona de confort disminuye el nivel de estrés.

También, hace la sugerencia al docente de una planificación equitativa de las actividades y el desarrollo de talleres que ayuden a manejar la ansiedad, inquietud o preocupación. Y la incorporación de programas dirigidos al docente y el estudiante que permitan comprender y atender el estrés académico, así como generar estrategias. Finalmente, establecer un adecuado control de tiempo y de actividades por parte del estudiante.

Las conclusiones presentadas son de gran relevancia y se relacionan con esta investigación ya que develaron la necesidad de implementar estrategias para evitar que el fenómeno o sensación conocido como estrés académico generen consecuencias a nivel personal, sentimental, familiar y académico.

Seguidamente, Demjaha, Kapusevska y Pejkovska-Shahpaska (2019), en una revisión titulada “Bruxismo Hábito oral inconsciente en la vida cotidiana”. El propósito consistió en registrar la experiencia propia dental reflejada a través de datos de la literatura, para revelar el hábito inconsciente y su aparición en la vida cotidiana, diagnóstico, factores etiológicos, manifestaciones clínicas y tratamiento del bruxismo. Evidenciando que el bruxismo presenta varias etiologías y manifestaciones clínicas, logrando producir cambios en las unidades dentarias, músculos masticatorios, efectos psicológicos y de conducta, así como, enfermedad periodontal, dolor dental y pulpitis; coincidiendo que requiere de un abordaje multidisciplinario, incluyendo tratamientos de tipo psicológico, fisioterapéutico y odontológico.

De acuerdo al desenlace aportado se logró evidenciar lo importante de un abordaje multidisciplinario para controlar el hábito del bruxismo, donde uno de los factores etiológicos más notable es el estrés.

Otra investigación con gran relevancia es la de Castro y Restrepo (2017), titulada “Estrés académico, estrategias de afrontamiento y relación con el rendimiento académico en universitarios. Estudio teórico”, con el objeto de describir por medio de una revisión teórica el estrés académico, las estrategias de afrontamiento y la relación de ambas variables con el rendimiento académico. Concluyendo, que el estrés académico es un fenómeno que está presente en diferentes edades y contextos, siendo los estudiantes universitarios una población con niveles elevados de estrés académico tanto internacional como en Latinoamérica, demostrándose que los niveles elevados afectan el rendimiento académico y la salud física como psicológica, específicamente, síntomas de depresión y ansiedad. Y que el empleo de estrategias de afrontamiento fueron elementos clave para el control del estrés académico.

Mientras, Menduburu-Zabala, Medina y Cárdenas (2016), realizaron un estudio de tipo descriptivo titulado “Afecciones pulpares de origen no infeccioso en órganos dentarios con oclusión traumática”, centrado en identificar las afecciones pulpares de origen no infeccioso en órganos dentarios con oclusión traumática en pacientes de un hospital del sector público. Concluyendo, que la oclusión traumática podría ser un factor conducente a un proceso inflamatorio en el ligamento periodontal, en la pulpa dental, y en tejidos blandos sensitivos. En el caso de afecciones pulpares de origen no infeccioso, son las calcificaciones producto de las pulpas sometidas a algún tipo de modificación en el flujo sanguíneo que sufre por la constante oclusión traumática, reemplazadas por material cálcico.

En ese sentido, cuando la pulpa es sometida a un estímulo constante como lo es la oclusión traumática, cuyo detonante es el estrés académico, se producen una serie de cambios, que conllevan a la afección del mismo, bien sea de origen infeccioso o no. Al mismo tiempo ocasionan cansancio y deterioro general, afectando la vida social y académica del estudiante; por lo cual es imperioso el establecimiento de estrategias de afrontamiento.

Por último, Platt, Meza y Padrón (2016), publicaron un estudio de tipo correlacional descriptivo titulado “Estrés y enfermedades endoperiodontales”, siendo el objetivo determinar el grado de asociación entre estrés y la evolución de las lesiones endoperiodontales en los pacientes que acuden al área clínica de la FOUC. Concluyendo, que la etiopatogenia de las lesiones endoperiodontales diagnosticadas a los pacientes participantes en el estudio, son de origen diverso y su pronóstico depende de la causa primaria, la respuesta del huésped y el tipo de tratamiento aplicado. En relación al tiempo de evolución de la lesión, tuvo mayor frecuencia a los 12 meses, pudiendo ser el estrés uno de los factores que incidan en el tiempo

de recuperación de la lesión. También, manifiestan que son pocos los estudios existentes respecto a la influencia del estrés en la evolución de las lesiones endoperiodontales.

Respecto a las conclusiones aportadas por el presente estudio nacional se pone de manifiesto la íntima relación entre el estrés y las lesiones endodónticas y periodontales (endoperiodontales), no solo para la instauración de la lesión propiamente dicha sino su interferencia en la reparación o recuperación de la misma, así como, la poca evidencia respecto a la temática.

Referentes teóricos

Una vez presentada la contextualización del problema y delimitado los objetivos generales y específicos de la investigación, es imprescindible establecer los referentes teóricos, los cuales dieron sustento a la misma relativa a estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en estudiantes que acuden al Postgrado de Endodoncia, Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo.

Estrés académico

En la actualidad es común se presente dicha problemática que afecta la población estudiantil, y cuya etiología es variable, donde se hace necesario estudiarla a profundidad, con la intención de crear propuestas que logren la prevención, abordaje y control del mismo, para evitar conlleve a un desequilibrio capaz de repercutir a nivel físico, emocional, psicológico y bucodental.

Para nadie es un secreto que la incorporación a la universidad constituye una experiencia estresante, tal y como lo expresa Escobar, Mesa, López y Salazar (citado por Silva, López y Meza-Zamora, 2020):

...Implica afrontar situaciones que buscarán cambiar la forma de enfocar el aprendizaje, el estudio y la esfera personal. Dichos cambios pueden aumentar el riesgo de que los estudiantes presenten altos niveles de estrés, asimismo, se puede interpretar en una amplia gama de experiencias, entre las que figuran el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud y otras sensaciones similares (p.76).

Entendiendo que es una situación que involucra procesos y emociones Medina, (2018) define como:

...Un proceso de carácter adaptativo y psicológico que se da en tres momentos:1) el estudiante, en el ámbito educativo se ve sometido a demandas que según el criterio del alumno son consideradas agentes estresores. 2) esos agentes estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta con una serie de síntomas (desequilibrio). Y 3) el desequilibrio impulsa al estudiante a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico (p.21).

Asimismo, algunas de las teorías desarrolladas hicieron énfasis en el papel que juegan las valoraciones cognitivas en la constitución de las emociones y del estrés, tal es el caso de Lazarus (citado por Gómez, 2005) que expreso lo siguiente:

... El estrés es un proceso de transacción entre una situación (interna o externa) que posee determinadas características y una persona que valora la situación en función de sus propias metas, valores, experiencia, etc. En el marco de esta perspectiva transaccional, para

que se presente el fenómeno del estrés es importante que la persona perciba un desbalance entre las demandas externas o internas y los recursos que están a su disposición para superar las demandas (p.207).

Se concibe como un fenómeno que ha afectado notablemente la población estudiantil y universitaria, y en el que muchos asumen se debe al mayor grado de exigencias en cual se ven expuestos los estudiantes a diario. Aunado a esto Osorio, (citado por Guerrero, 2017) reseñan el estrés académico como:

... La reacción normal que tenemos frente a las diversas exigencias y demandas a las que nos enfrentamos, tales como pruebas, exámenes, trabajos, presentaciones, etc. Esta reacción nos activa y nos moviliza para responder con eficacia y conseguir nuestras metas y objetivos. Sin embargo, en ocasiones, podemos tener demasiadas exigencias al mismo tiempo, lo que puede agudizar la respuesta y disminuir el rendimiento (p.23).

En ese sentido, el estrés académico descrito como una reacción normal y adaptativa puede tornarse patológica a medida que aumentan las exigencias, y si a esto le sumamos problemas de salud, financiero, social, e incluso no disponer de una zona de confort u hogar para descansar y realizar las asignaciones académicas en el tiempo previsto estamos dando pie a la agudización de dicha problemática, trayendo consigo un desequilibrio y afectando la calidad de vida del estudiante, viéndose reflejado en su rendimiento académico.

Emociones

Descrito como aquellos estados de ánimo de corta duración inducidos por un pensamiento o recuerdo con el fin de superar cambios externos e internos que puedan afectar la integridad del individuo.

La emoción es un “producto de la percepción de situaciones que provocan cambios en los estados emocionales, comportamientos e ideas en la búsqueda de su control o resolución” (Vanegas, Rodríguez y Cantú, 2016, p.295). En otras palabras, son reacciones adecuadas a la vivencia experimentada con el fin de lograr un cambio, una vigilancia y de esta manera combatir el suceso.

Asimismo, se puede dar a conocer otra definición dada por la Asociación Americana de Psicología (APA) (citado por McRae y Gross, 2020) como un “patrón complejo de reacciones que incluye elementos fisiológicos, experienciales y conductuales, por medio de los cuales la persona intenta lidiar con asuntos o eventos personalmente significativos” (p.2).

Parafraseando lo expresado por Solomon (1976), lo describe como la sensación de los cambios corpóreos, sentimientos, juicios morales y normativos. Y demarca que la emoción no es simplemente un hecho, ya que involucra una valoración personal de la significación del incidente.

En fin las emociones pueden variar de intensidad leve a máxima, pudiendo hacer que el individuo desarrolle medidas de afrontamiento asertivas con la finalidad de adaptarse al nuevo entorno. En ese mismo orden de ideas, es importante que el estudiante tenga acceso a estudios que informen sobre cuáles son las estrategias más adecuadas a emplear, en caso de no haberlas desarrollado naturalmente, así como también, estar al tanto de opciones terapéuticas como lo son el abordaje psicológico y odontológico que coadyuven a controlar emociones de gran intensidad que estén afectando su estado de salud en general.

Estresores

Es de esperar que el fenómeno conocido como estrés se vea motivado por agentes estresores que conllevan a un desequilibrio sistémico, donde el individuo debe responder y adaptarse, es decir, crear su propia acción de afrontamiento para lograr restaurar el equilibrio perdido.

Aunado a ello se exhibe la descripción por Meza (2011) como “cualquier suceso, situación, persona u objeto, que se percibe como estímulo o situación que provoca una respuesta de estrés en la persona evaluada” (p.24). En ese sentido, se ha evidenciado en diversas investigaciones relacionadas a estrés académico la presencia recurrente de los siguientes estresores: exceso de responsabilidad por cumplir obligaciones académicas, evaluación del docente, sobrecarga de trabajos académicos, tiempo limitado, tipo de trabajo a realizar, exposición de trabajos, ejecución de exámenes, deficiencias metodológicas del profesorado, dificultades en la participación en clase, intervenciones en público, competitividad grupal, ambiente físico desagradable, falta de incentivos, interrupciones del trabajo y responsabilidades financieras.

Bruxismo

De acuerdo a la Academia Americana del Dolor Orofacial (AAOP), alegan el bruxismo como “hábito parafuncional de índole motor-mandibular realizado durante el día o en la noche, en el cual los dientes se aprietan, rechinan, castañetean y/o golpean o se mastica sin propósito o sin ninguna función fisiológica” (p.51).

Gutiérrez y Amador (citado por Silva, López y Meza-Zamora, 2020) hacen referencia al presente hábito parafuncional como una de las consecuencias o manifestaciones físicas

individuales del estrés académico, así como también, el incremento de la frecuencia cardiaca, transpiración, tensión muscular, entre otros (p.77).

La evidencia científica reseña que es de etiología multifactorial, siendo “las causas más comunes la interferencia oclusal y el factor psicológico asociado al estrés” (Isler,2014.p.13). Sin embargo, existen otras causas como “el trastorno del sueño, factores nutricionales y los hábitos, entre ellos, fumar, ya que estimulan el sistema nervioso central, aumentando la ansiedad y el estrés” (Demjaha, Kapusevska, Pejkovska, 2019,p,877).

Actualmente es bien estudiado la presencia de asociaciones del bruxismo a lesiones como los es el trauma oclusal que no debe confundirse con una fuerza excesiva. Y cuya diferencia radica en las evidencias presentadas a través de estudios histológicos, radiográficos y signos clínicos de movilidad dental.

En ese mismo orden de ideas, se concibe el trauma oclusal como una variación en el periodonto y es descrito por Lang y Lindhe (citado por Palao et al. 2019) como:

...Alteraciones patológicas o cambios adaptativos que se desarrollan en el periodonto como resultado de una fuerza indebida producida por los músculos de la masticación. Además de dañar los tejidos periodontales, la excesiva carga oclusal también puede llegar a dañar, el tejido pulpar, la articulación temporomandibular y los músculos masticatorios (p.97).

Patología pulpar y periapical

Es caracterizado por cuadros inflamatorios que dependiendo de su progresión e intensidad pueden dar a lugar a la muerte pulpar y la destrucción periodontal. Menduburu, Medina y Cárdenas (2016) relatan detalladamente como se desencadena la presente:

...La oclusión traumática asociada a bruxismo conlleva cambios en el complejo dentino-pulpar, debido a la acumulación de factores internos y externos que en ellos actúan. Esto se caracteriza por una desorganización de la capa odontoblástica, donde se registran odontoblastos típicos y atípicos; se evidencian alteraciones del tejido conectivo bajo la capa odontoblástica, específicamente un aumento de las fibras colágenas. En su avance genera brotes de sustancia P, acumulándose altas concentraciones en las terminaciones aferentes en la primera sinapsis de la vía del dolor lento ubicadas en el ligamento periodontal (LP), lo cual podría inducir un proceso de inflamación neurogénica. Asimismo, se liberan mediadores inflamatorios de sustancia P, lo que puede ocasionar un desequilibrio en el mecanismo de regulación de hueso. Esto explicaría el dolor asociado al trauma oclusal y el aumento de la resorción del diente y del hueso, que ocasiona una afección pulpar y periapical, que dependiendo de la intensidad y duración pueden progresar de una pulpitis reversible hasta una necrosis pulpar con o sin lesión periapical (p.30).

En otras palabras, de no ser controlado el estrés académico de forma adecuada puede llegar a interferir en la salud bucodental, inicialmente por la instauración de bruxismo diurno o nocturno y con el paso del tiempo acarrea asociaciones con el trauma oclusal que de acuerdo a su duración e intensidad se traducen en lesiones del tejido pulpar y periodontal. De ahí, la importancia en la implementación de estrategias de afrontamiento.

Abordaje odontológico e integral

Resulta importante realizar un abordaje integral, puesto que el sistema estomatognático está conformado por un conjunto de estructuras esqueléticas, musculares y dentarias,

relacionadas entre sí y con el resto del organismo. De ahí, efectuar una correcta valoración extrabucal e intrabucal en conjunto con exámenes complementarios con el objeto de controlar hábitos parafuncionales capaces de generar patologías pulpares y periapicales y por ende salvar las unidades dentarias.

En ese mismo orden de ideas se sugiere evaluar las restauraciones dentales, desgastes selectivos y el empleo de férula miorelajante para brindar todas las características de una oclusión ideal. En el caso de este último, Loza y Roth (citados por Isler, 2014) alegan que:

...conlleva a la desprogramación de la musculatura de una posición anómala adquirida y se reduzca el edema formado en los tejidos articulares debido a la parafunción, contribuyendo de esta forma con la estabilidad requerida para proceder a instaurar la aparatología ortodóncica si el caso lo amerita (p.13).

Asimismo, “la reducción de actividades excesivas, mantener una alimentación sana y equilibrada, reducir el consumo del tabaco, alcohol y café, cultivar valores, ejercer actividad física, realizar ejercicios de respiración y en casos crónicos acudir a terapias psicológicas” (Barrio, García, López, Bedia, 2006,p.432).

Estrategias de afrontamiento

Por su parte, Cano, Rodríguez y García (citados por Vanegas, Rodríguez y Cantú, 2016), refieren, “desde el desarrollo teórico del estrés y el uso de estrategias de afrontamiento, es ampliamente conocido que el centrarse en un problema puede llevar a su resolución cuando se logra adquirir y aplicar adecuadamente los conocimientos” (p.298).

En ese sentido, Ruiz (citado por Espinosa, Rodríguez, Chacín y Bermúdez, 2020) define las estrategias de afrontamiento como “esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar demandas específicas” (p.93).

También, son entendidas como recursos psicológicos, patrones de comportamiento o capacidades que el individuo pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes. Sin embargo, McCubbin y Olson (citados por López y Vélez, 2018) manifiestan:

...aunque la puesta en marcha de las estrategias de afrontamiento no siempre garantizan el éxito, sirven para generar, evitar o disminuir conflictos en los seres humanos, atribuyéndoles beneficios personales y contribuyendo a su fortalecimiento, con el fin de mantener, y/o recuperar el equilibrio y garantizar el bienestar de sus miembros (p.5).

Atendiendo a lo anteriormente expresado se refiere a un plan para controlar y disminuir el estrés académico, evitando la instauración de afecciones de tipo psicológicas, emocionales y patologías pulpares y periapicales en estudiantes. Contar con herramientas como lo es la presente propuesta de investigación resulta de gran beneficio, ya que ofrece un método preventivo para evitar verse afectado por las consecuencias previamente mencionadas.

Otros autores como Lazarus y Folkamn (citados por López y Vélez, 2018) precisan que “son dirigidas a regular la respuesta emocional a la que el problema da lugar, es decir, el afrontamiento dirigido tanto al problema como a la emoción” (p.5). Asimismo, se conoce que el afrontamiento puede presentarse de dos maneras; una enfocada en el problema, lo cual permite transformar la situación problemática con el fin de que esta sea menos estresante; y la

otra se concentra en la emoción, buscando reducir la tensión y demás respuestas fisiológicas derivadas de la situación estresante.

Morales (citado por Espinosa, Rodríguez, Chacín y Bermúdez, 2020) también señala a las estrategias de afrontamiento como “la capacidad para hacer frente a los contextos permitiendo regular el impacto emocional que puede llegar a tener el individuo” (p.93).

Entendiendo estas conceptualizaciones como estrategias cognitivas y conductas que el estudiante debe poner en marcha para enfrentar la ansiedad o situación estresante con el fin de afianzar un buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental. Aunado a esto, Reyes, Alcazar y Reidl (2017) alegan:

... Los adolescentes que presentan estilos de afrontamiento dirigidos a resolver sus problemas (que buscan ayuda profesional y se esfuerzan y comprometen en su resolución) suelen ser más eficientes y conscientes de las normas sociales y evitan así situaciones impredecibles. Su comportamiento y estado de ánimo suele ser estable y equilibrado, además, pueden ser extrovertidos, emocionalmente expresivos, tienden a buscar estímulos y experiencias novedosas e interesantes (p.242).

En relación a las estrategias de afrontamiento mayormente empleadas por estudiantes universitarios, expuestos por Macías (2019) son:

La aproximación, 1. Búsqueda de solución de problemas, 2. Planificación, 3. Concentración, 4. La habilidad asertiva, 5. Supresión de actividades distractoras, 6. Confrontación, 7. Aceptación (p.21).

Actualmente se ve reflejado en la literatura la aplicación de diversas estrategias para el manejo de situaciones que afectan a la sociedad, y en este apartado realizó el llamado a la implementación de estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en estudiantes universitarios que acuden al Postgrado de Endodoncia, Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo, con el propósito de lograr fortalecer y recuperar el equilibrio y bienestar. Además, de actualizar el conocimiento de los profesionales en odontología y docencia con respecto a las terapéuticas de vanguardia expresas en esta temática. Así como, el aporte que pueda ofrecer el presente estudio a otras investigaciones similares.

Referentes legales

En relación a los referentes legales de la presente investigación se tomó en consideración la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999), la Ley Orgánica de Educación (2009) y el Código de Deontología Odontológica vigente (1992). De los cuales se citan algunos de sus artículos a continuación:

Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999) Artículo 102:

La educación es un derecho humano y un deber social fundamental, es democrática y obligatoria... De máximo interés en todas sus modalidades y como instrumento del conocimiento científico, humanístico y tecnológico al servicio de la sociedad. La educación es un servicio público y está fundamentada en el respeto a todas las corrientes del pensamiento, con la finalidad de desarrollar el potencial creativo de cada ser humano y el pleno

ejercicio de su personalidad en una sociedad democrática basada en la valoración de su personalidad en una sociedad democrática basada en la valoración ética del trabajo y en la participación activa, consciente y solidaria en los procesos de transformación social consustanciados en los valores de la identidad nacional, y con una visión latinoamericana y universal. (p. 204)

Seguidamente, la Constitución expresa en su Artículo 103: “Toda persona tiene derecho a una educación integral, de calidad, permanente, en igualdad de condiciones y oportunidades, sin más limitaciones que las derivadas de sus aptitudes, vocación y aspiraciones”. (p. 205).

Asimismo, en su Artículo 109. El Estado reconocerá la autonomía universitaria como principio y jerarquía que permite a los profesores, profesoras, estudiantes, egresados y egresadas de su comunidad dedicarse a la búsqueda del conocimiento a través de la investigación científica, humanística (p.207)

Ley Orgánica de Educación (2009)

El sistema educativo Venezolano se rige además de la constitución previamente citada, por la Ley Orgánica de Educación (2009), por tal razón se encuentran presente en este basamento el artículo 14, el cual expresa en sus últimas líneas lo siguiente:

(...) La didáctica está centrada en los procesos que tiene como eje la investigación, la creatividad y la innovación, los cuales permite adecuar las estrategias, los recursos y la organización del aula, a partir de la diversidad de intereses y necesidades de los y las estudiantes (p. 12).

Respecto a la formación Artículo 38. La formación permanente es un proceso integral continuo que mediante políticas, planes, programas y proyectos, actualiza y mejora el nivel de conocimientos y desempeño de los y las responsables y los y las corresponsables en la formación de ciudadanos y ciudadanas. La formación permanente deberá garantizar el fortalecimiento de una sociedad crítica, reflexiva y participativa en el desarrollo y transformación social que exige el país (p.20).

Política Nacional de Estudios de Postgrado en Venezuela (1993)

Otro referente legal fundamental es aquel referido a la Política Nacional de Estudios de Postgrado en Venezuela aún vigente, resuelta en Caracas, el 27 de marzo de 1993; por el Consejo Nacional de Universidades Secretariado Permanente. La cual establece en su artículo 4:

Las orientaciones básicas para los estudios de postgrados, las cuales dan fundamento a esta investigación y consolidan aún más las líneas de acción para cumplir con el objetivo general de la misma planteado anteriormente; dichas orientaciones son:

- a. Cumplir con la demanda social de personal profesional altamente calificado en variados campos.
- b. Formar el personal para cubrir las necesidades nacionales de investigación científica, tecnológica, estética y humanística así como las exigencias de desarrollo académico de las instituciones de educación superior. A fin de dar cumplimiento a estas orientaciones las instituciones deberán realizar de manera individual o corporativa, estudios sobre necesidades y demandas de recursos humanos e investigación de su entorno y región (en línea).

Finalmente, todo lo expresado tuvo vinculación con las intencionalidades de la investigación ya que toda persona tiene derecho a la formación integral en cualquiera de las modalidades de la educación, aunado a esto, para la formación integral se requiere del uso de herramientas propias para propiciar un ambiente a aprendizaje y atender a las necesidades emergentes.

Por otro lado, se consideraron como sustento legal las previsiones contenidas en el Código de Deontología Odontológica vigente (1992)

Artículo 62: El Odontólogo que desea hacer un trabajo de investigación, comunicación o cualquier tipo de publicación relativo a pacientes, procedimientos o regímenes odontológicos o administrativos en una dependencia universitaria, sanitaria o asistencial, deberá presentar su plan de trabajo al Odontólogo-jefe responsable de aquella dependencia y solicitar autorización. Es deber del Odontólogo-jefe otorgar la autorización, siempre que considere que el propósito no perjudicará física o mentalmente a los pacientes o alterará la disciplina de dichas dependencias. Tanto el Odontólogo investigador, como el Odontólogo-jefe podrían acudir al Instituto de Investigaciones de cualquier Universidad Nacional como apoyo a la argumentación, o como árbitro si hubiere discrepancia.

Artículo 63: El Odontólogo que ejerce en un Centro Asistencial puede utilizar el archivo de Historias Clínicas de la Institución con fines de estudio o de investigación. En el informe, presentación o publicación de su trabajo debe mencionar el servicio a que corresponde. Cuando la documentación pertenece a otro Centro Asistencial, debe solicitar previamente la autorización escrita de la Dirección y del Jefe del Departamento o Servicio.

Artículo 90: Todo Odontólogo está en el deber de comunicar y discutir los resultados de sus experiencias científicas, dentro del ámbito de las instituciones de profesionales del

campo de la salud, y de solicitar, siempre que cumplan con los principios del método científico, su divulgación en las publicaciones periódicas correspondientes. Toda discrepancia debe ser discutida por dichos ambientes, a objeto de evitar que su difusión pública pueda provocar errores de interpretación, confusión de ideas, desconfianza sobre determinados regímenes, alarma no justificada sobre difusión de enfermedades o sobre el empleo de nuevos métodos diagnósticos y terapéuticos.

Artículo 91: La redacción y publicación de hechos científicos supone autoridad para tratar sobre el tema y contribuir al avance de la ciencia odontológica (en línea).

Definición de términos básicos

Bruxismo: rechinamiento de dientes involuntario que se produce generalmente durante el sueño o (Fugrone y Rodríguez, 2003, p. 123).

Estrategias de afrontamiento: son las diferentes formas como las personas reaccionan o enfrentan a sucesos estresantes (Castro y Restrepo, 2017, p. 13).

Estrés académico: es la reacción normal que tenemos frente a las diversas exigencias y demandas a las que nos enfrentamos en la Universidad, tales como pruebas, exámenes, trabajos, presentaciones, entre otros. Esta reacción nos activa y nos moviliza para responder con eficacia y conseguir nuestras metas y objetivos (Guerrero, 2017, p.23).

Patología pulpar y periapical: estados de enfermedad del sistema estomatognático, inducidos por un proceso infeccioso o no, y cuyo diagnóstico se caracteriza por la inflamación del órgano pulpar y el tejido periapical hasta su necrosis o destrucción (Menduburu, Medina y Cárdenas, 2016, p, 31)

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

El presente trabajo de investigación estuvo centrado en proponer estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, el abordaje y el seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en estudiantes que acuden al Postgrado de Endodoncia de la Universidad de Carabobo, se fundamentó en un marco metodológico, estableciendo tipo, diseño y nivel del estudio, asimismo las técnicas, instrumentos y procedimientos a ser empleados con el objeto de realizar la presente; permitiendo desarrollar un análisis a fin de alcanzar validez y confiabilidad. Según Hurtado (2012); “La metodología incluye los métodos, las técnicas, las tácticas, las estrategias y los procedimientos que utilizó el investigador para lograr los objetivos de su estudio” (p. 97). Por su parte, Patton (1990), devala

...el paradigma positivista indica y guía a sus seguidores en relación a lo que es legítimo, válido y razonable. El paradigma se convierte en las lupas que permitirán al investigador poder ver la realidad desde una perspectiva determinada, por tanto, éste determinará en gran medida, la forma en la que desarrolle su proceso investigativo. (p.10)

En relación a lo anteriormente expuesto Hernández, Fernández y Baptista (citados por Rivadeneira, 2017) determinan que el paradigma

...tiene como propósito describir y explicar, así como generalizar y extrapolar. Este tipo de investigación es secuencial, estructurada y probatoria. Adicionalmente, estudia hechos observables, medibles y replicables,

haciéndolo en un contexto controlado donde se utiliza un lenguaje con precisión matemática y modelos estadísticos, conllevando a la proporción de resultados confiables y seguros. (p. 117)

Con un enfoque cuantitativo en donde se ejecutó una medición objetiva y controlada orientada al resultado. De acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014), “reportan que el enfoque cuantitativo usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías” (p.4).

Diseño, tipo y nivel de la investigación

La presente investigación asumió un diseño no experimental en donde existe una observación de fenómenos tal cual y como se producen dentro del contexto natural, para luego ser analizados. En este sentido, Palella y Martins (2012), definen el diseño no experimental como: “...aquel que se ejecuta sin manipular en forma deliberada ninguna variable. Se observan los hechos tal y como se presentan en su contexto real y en un tiempo determinado para luego analizarlos” (p. 87).

A este respecto, de acuerdo a las intencionalidades mencionadas anteriormente la investigación asumida fué de campo bajo un nivel descriptivo. De acuerdo a lo expresado por Arias (2012) “consiste en la recolección de datos directamente de los sujetos investigados, o de la realidad donde ocurren los hechos (datos primarios), sin manipular o controlar variable alguna, es decir, el investigador obtiene la información, pero no altera las condiciones existentes” (p.31).

En otras palabras se recolectaron los datos donde ocurren los hechos sin controlar variables, ya que se perdería el ambiente natural donde se pone de manifiesto el hecho. Dichos

datos se obtuvieron con la aplicación del instrumento y fueron presentados en cuadros distributivos de frecuencias e índices porcentuales de las respuestas que arrojó cada ítem con la finalidad de desarrollar los objetivos planteados.

Por consiguiente, con respecto al objetivo general concerniente en proponer estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, el abordaje y el seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en estudiantes universitarios que acuden al Postgrado de Endodoncia de la Universidad de Carabobo, se caracterizó por ser *tecnicista* ya que trata de usar la experticia con un alto grado de optimización. En este sentido, Orozco, Labrador y Palencia (2002) revelan que consiste en: "...hallar la solución de un problema práctico (...), o satisfacer una necesidad detectada mediante la puesta en funcionamiento de un programa, plan, estrategia" (p. 21). Bajo la modalidad de proyecto factible donde la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL) (2003), expresa: "la investigación, elaboración y desarrollo de una propuesta de un modelo operativo viable para solucionar problemas, requerimientos o necesidades de organizaciones o grupos sociales; puede referirse a la formulación de políticas, programas, tecnologías, métodos o procesos." (p.16). Por cuanto a través de su desarrollo fueron propuestas alternativas en torno a la necesidad de un programa de intervención, inspección de la factibilidad y presentación de estrategias dirigidas a la prevención, destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental.

Procedimiento de la investigación

Fase Diagnóstica:

Se encargó de enfatizar los principales problemas y necesidades que enfrenta la población afectada, en este caso, los estudiantes universitarios con estrés académico que

acuden al Postgrado de Endodoncia de la Universidad de Carabobo. Para alcanzar este propósito, se aplicó el instrumento con el fin de diagnosticar la necesidad de un programa de intervención dirigido a la vigilancia del estrés académico que afecta la calidad de vida del estudiante universitario que acude al Postgrado de Endodoncia de la Universidad de Carabobo, en el periodo 2021-2022.

Fase de estudio de la factibilidad:

Para considerar la presente investigación bajo modalidad de proyecto factible fue realizada una exploración pertinente, para determinar su viabilidad desde el punto de vista financiero, académico, legal y social en torno a las estrategias implementadas que respondan a la necesidad previamente detectada.

Fase de Diseño de la propuesta:

Consiste en evaluar opciones, en este caso el diseño de estrategias dirigidas a la prevención, el abordaje y el seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental de los estudiantes universitarios que acuden al Postgrado de Endodoncia de la Universidad de Carabobo.

Escenario de la investigación

Población y muestra

La población se caracterizó por un conjunto finito de individuos representada por los estudiantes que acuden al Postgrado de Endodoncia de la Universidad de Carabobo. Dentro de

los criterios de inclusión se seleccionaron aquellos con estrés académico que presentaron trauma oclusal asociado a bruxismo deviniendo en enfermedades pulpares y periapicales.

Por su parte, Palella y Martins (2012) definen la muestra “como la escogencia de una parte representativa de una población, cuyas características reproduce de la manera más exacta posible” (p.106). Aunado a esto se implementó un muestreo no probabilístico intencional que se emplea en escenarios en el que la población es muy variable y donde el investigador establece previamente los criterios para seleccionar las unidades de análisis.

Vale destacar que la muestra estuvo constituida por 25 estudiantes universitarios en calidad de pacientes que acudieron al Postgrado de Endodoncia de la Universidad de Carabobo en el periodo 2021-2022. Asimismo, es importante acotar que no fue sencilla la aplicación del instrumento ya que eran poco los estudiantes que contaban con los criterios de inclusión para el estudio, sin embargo se logró recabar la información a través de los 25 participantes que cumplieron con los requisitos.

Técnica e instrumento de recolección de datos

Para el acopio de datos se utilizó la técnica de la encuesta, encargada de obtener datos de varios estudiantes cuyas opiniones interesan al investigador, a través de un instrumento caracterizado por el cuestionario, definido por Hernández, Fernández y Baptista (2010) como “un conjunto de preguntas respecto a una o más variables a medir” (p. 310); el mismo se perfiló bajo una escala de actitudes, tipo Likert con 19 ítems, cuyas afirmaciones u opciones de respuesta fueron: Totalmente de acuerdo, Medianamente de acuerdo, Escasamente de acuerdo y en Desacuerdo; y tuvieron asignado un valor numérico con el fin de obtener un puntuación.

Validez y confiabilidad del instrumento

Conocida como la ausencia de sesgo. En relación al instrumento es necesario considerar el grado en que los ítems son una muestra representativa que se desea medir; es decir, el instrumento midió lo que pretendía. Por consiguiente se efectuó la validez de contenido, criterio y constructo a través de tres (3) expertos: (1) odontólogo en el área, (1) profesor universitario y (1) experto en metodología; a fin de validar los criterios de contenido, redacción y pertinencia de cada ítem, de acuerdo a los objetivos del estudio, así como haber realizado sus respectivas recomendaciones.

Se sometió el instrumento al proceso de confiabilidad utilizando el coeficiente Alfa de Cronbach, un requisito mínimo de un buen instrumento de medición presentado con una escala tipo Likert, para ello, se le aplicó a una muestra piloto de 7 participantes obteniendo un coeficiente de 0,91 lo cual indicó una confiabilidad alta, la consistencia interna que estimó la confiabilidad del instrumento (ver anexo N° 1). Conforme Hernández, Fernández y Baptista (2010) alegan, el método de cálculo en este caso “requiere de una sola administración del instrumento de medición” (p.290). En ese sentido señalaron que dicho coeficiente varía entre 0 y 1, donde 0 significa nula confiabilidad y 1 representa un máximo de confiabilidad.

Procesamiento y análisis de los datos

En cuanto al procesamiento y análisis de los datos obtenidos una vez aplicado el instrumentos, “se definirán las técnicas lógicas (inducción, deducción, análisis-síntesis), o estadísticas (descriptivas o inferenciales), que serán empleadas para descifrar lo que revelan los datos recolectados.” (Arias, 2012, p.111). Permitiendo hacer interpretaciones respondiendo a los niveles de medición. Con la finalidad de sintetizar los logros obtenidos a los efectos de proporcionar mayor claridad y respuestas a las conclusiones.

En otras palabras, toda la información obtenida por medio de la presente metodología y correspondiente a los objetivos previamente definidos, se procesaron de manera cuantitativa. La información numérica recolectada se transformó en tablas y gráficos para efectuar una interpretación pertinente de cada uno de los ítems. Una vez analizados los datos se obtuvieron los resultados para elaborar las conclusiones y recomendaciones pertinentes al diagnóstico que originó el diseño de la propuesta.

Aspectos bioéticos

La presente investigación se regió a través de los aspectos éticos y bioéticos contemplados en el Código de Ética Profesional para la Vida (citado por Mogollón, 2020), los cuales son:

(...) a. Principios de Bioética y Bioseguridad: centrado en el accionar del investigador, sostiene la alteridad para investigar, facilitar las relaciones horizontales para superar la tradicional moral e incorpora el principio de responsabilidad, respeto a los derechos humanos y bienestar de la persona. b. Principio de Responsabilidad: Proporciona al investigador valores éticos y experiencias para dirigir las investigaciones: Amplía el ámbito social, cultural, académico y legal considerando las exigencias vinculadas al principio de solidaridad. Este principio fortalece el cumplimiento de los deberes y facilita las normas y funciones en las investigaciones. c. Principio de No Maleficencia: Está vinculado al principio de precaución para evitar riesgos en cada hecho investigativo científico. d. Principio de Justicia: Necesita fundamentalmente que las decisiones tomadas sean equilibradas e imparciales para beneficiar a la colectividad en general. e. Principio de Beneficencia: Estimula la solidaridad

humana en las comunidades que contribuyan a mejorar la calidad vida en lo social, político, cultural y espiritual. e. Principio de Autonomía: Fortalece la capacidad para discernir, pensar e investigar, cumplir órdenes y normas que resalten el cumplimiento de las normas con libertad, integración y equilibrio. Además, enfatiza la dignidad y el reconocimiento en sus derechos. f. Principio de Precaución: Prepara al investigador para tomar previsiones que afecten el desarrollo de las investigaciones. Considera el riesgo y evita los daños cuando sea necesario de manera inmediata (p. 106).

En este orden de ideas se puede decir que existe una amplia vinculación entre los aspectos éticos y los principios morales, con la finalidad de alcanzar una sociedad responsable, ética y honesta capaz de responder ante hechos durante el proceso investigativo. Por su parte, Babbie (citado por Mogollón 2020) resume los asuntos éticos en:

(...) a) Participación voluntaria: la investigación social representa la participación y sus actividades regulares por medio de la información que revelan los demás y sus estudios benefician a la comunidad en general. El hecho investigativo goza de libertad de palabra y participación, y cumple cabalmente la norma para no lastimar a los demás. b) No lastimar a los participantes: evitar revelación de información que incomode a los demás. El investigador debe cumplir fielmente la norma para evitar daños. c) Anonimato y confidencialidad: proteger los intereses y bienestar al resguardar la identidad e información obtenida. El anonimato debe seguir su metodología, mantener control de las cuestiones, garantizarla con honestidad para tener respuesta precisa. La confidencialidad, no publicar información

comprometedora sino garantizarla. d) Engañar a los sujetos: identificarse como investigador y justificar su participación en el encuentro. e) Análisis e informes: cumplir las obligaciones éticas en el estudio, conocer sus desventajas y fallas. f) Consejos institucionales de revisión: la ética se marca con las leyes que verifican y protegen los derechos e intereses. g) Código de ética Profesional: cumplir las normas, códigos y principios para la investigación en cualquier ámbito o contexto. (p.106).

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS, INTERPRETACIÓN Y PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En la presente se exhiben los resultados obtenidos de las tablas y gráficos en función de la variable Estrategias de afrontamiento, así como también en base a su dimensión, en este caso, estrés académico y patología pulpar y periapical. Tomando en cuenta que la intención del análisis ocurre en una serie de etapas para interpretar y discutir los datos obtenidos, con la finalidad de transformarlo en conclusiones que den respuesta a nuestra interrogante de investigación (Palella y Martins, 2012, p. 171).

Para ello, se realizó un instrumento representado por el cuestionario, el cual fue aplicado a 25 participantes. Bajo una escala tipo Likert de 19 ítems con opciones de respuesta: Totalmente de acuerdo, Medianamente de acuerdo, Escasamente de acuerdo y en Desacuerdo, el cual se le asignó un valor numérico, a través del cual se procedió a organizar y analizar los datos cuantitativos. Presentando dicha información en una tabla de distribución de frecuencia, plasmando la frecuencia en sus respuestas respecto al número y porcentaje relacionado a cada ítem.

Tabla N° 1: Distribución de frecuencia

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
1	21	84.00	2	8.00	1	4.00	1	4.00
2	21	84.00	4	16.00	0	0.00	0	0.00
3	23	92.00	2	8.00	0	0.00	0	0.00
4	21	84.00	3	12.00	0	0.00	1	4.00
5	23	92.00	1	4.00	0	0.00	1	4.00
6	11	44.00	13	52.00	1	4.00	0	0.00
7	11	44.00	9	36.00	2	8.00	3	12.00
8	19	76.00	5	20.00	1	4.00	0	0.00
9	24	96.00	1	4.00	0	0.00	0	0.00
10	20	80.00	5	20.00	0	0.00	0	0.00
11	20	80.00	2	8.00	2	8.00	1	4.00
12	21	84.00	4	16.00	0	0.00	0	0.00
13	12	48.00	10	40.00	0	0.00	3	12.00
14	14	56.00	6	24.00	4	16.00	1	4.00
15	17	68.00	5	20.00	3	12.00	0	0.00
16	13	52.00	10	40.00	2	8.00	0	0.00
17	12	48.00	9	36.00	2	8.00	2	8.00
18	12	48.00	7	28.00	3	12.00	3	12.00
19	22	88.00	2	8.00	1	4.00	0	0.00

Consecutivamente, una vez establecida la tabla de distribución de frecuencia, se procede a exhibir el análisis de cada ítem en atención a las variables antes descritas, dicho análisis consiste en presentar una tabla y gráfico individualizado que represente el porcentaje de respuestas en atención al instrumento diseñado por el investigador; a su vez, es revelada la interpretación de los datos; de acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014) sirve al investigador para “la toma de decisiones, basándonos en nuestra propia crítica y otros conocimientos disponibles para facilitar una clara respuesta al planteamiento del problema”(p.336).

Análisis de los resultados por indicadores

Variable: Estrategias de afrontamiento

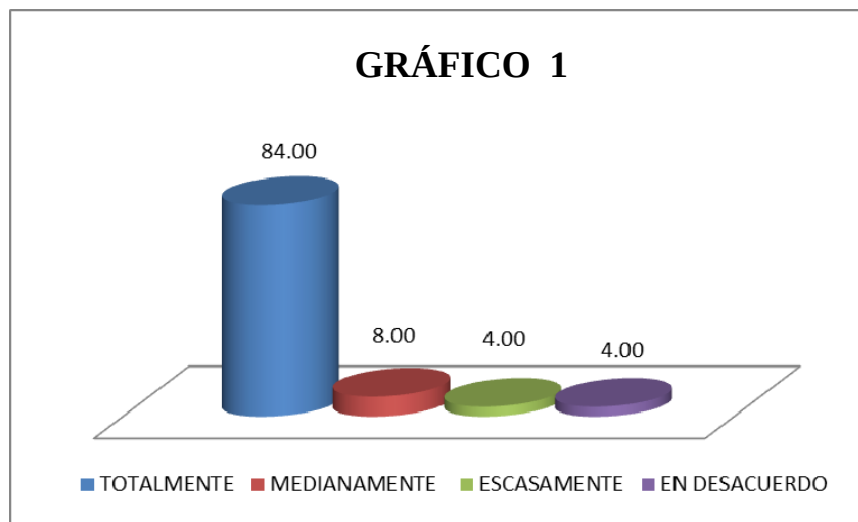
Dimensión: Estrés académico

Indicador: Conductas

Ítem N° 1: Según su perspectiva, las estrategias de afrontamiento son conductas que el individuo desarrolla para manejar demandas específicas, particularmente situaciones estresantes.

Tabla N° 2: Distribución de frecuencia para ítem N°1

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
1	21	84.00	2	8.00	1	4.00	1	4.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: De los estudiantes encuestados, se obtuvo que el 84 por ciento están totalmente de acuerdo en que las estrategias de afrontamiento son conductas desarrolladas para

manejar demandas específicas, particularmente situaciones estresantes. Del mismo modo lo corrobora Ruiz (citado por Espinosa, Rodríguez, Chacín y Bermúdez, 2020).

Variable: Estrategias de afrontamiento

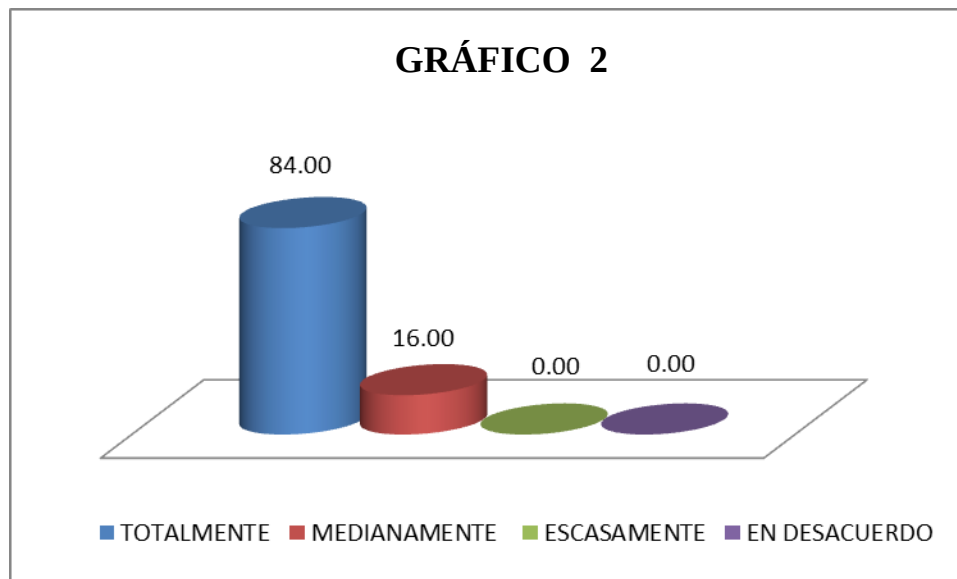
Dimensión: Estrés académico

Indicador: Plan

Ítems N° 2: Un plan de intervención ante el estrés académico en estudiantes es meritorio a nivel del subsistema de educación universitaria.

Tabla N° 3: Distribución de frecuencia para ítem N°2

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
2	21	84.00	4	16.00	0	0.00	0	0.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: En relación a ser meritorio un plan de intervención ante el estrés académico a nivel del subsistema de educación universitaria, los estudiantes estuvieron totalmente de acuerdo en un 84 por ciento y medianamente de acuerdo el 16 por ciento. Tal y como lo

expresa Cano, Rodríguez y García (citados por Vanegas, Rodríguez y Cantú, 2016) “al ser aplicados de manera adecuada los conocimientos, en este caso las estrategias de afrontamiento, pueden llevar a la resolución del problema” (p.298).

Variable: Estrategias de afrontamiento

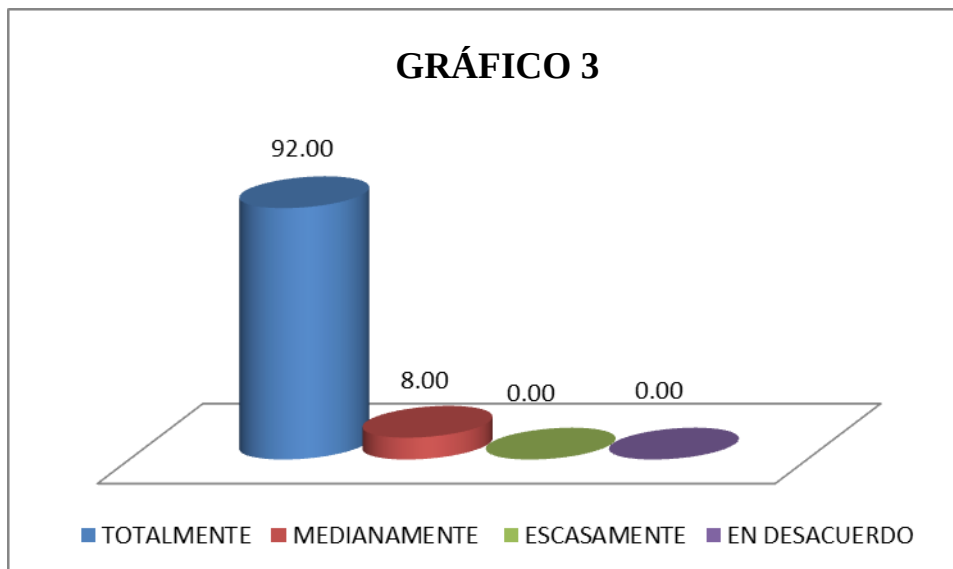
Dimensión: Estrés académico

Indicador: Plan

Ítems N° 3: Considera Usted factible la elaboración de estrategias de afrontamiento con el fin de ayudar al estudiante a reducir el estrés académico.

Tabla N° 4: Distribución de frecuencia para ítem N°3

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
3	23	92.00	2	8.00	0	0.00	0	0.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: Con respecto a la elaboración de estrategias de afrontamiento con el fin de ayudar a reducir el estrés académico, los estudiantes estuvieron totalmente de acuerdo en un 92 por ciento, poniéndose de manifiesto lo importante de la confección de un plan que contribuya a su bienestar psicológico, emocional y bucodental.

Variable: Estrategias de afrontamiento

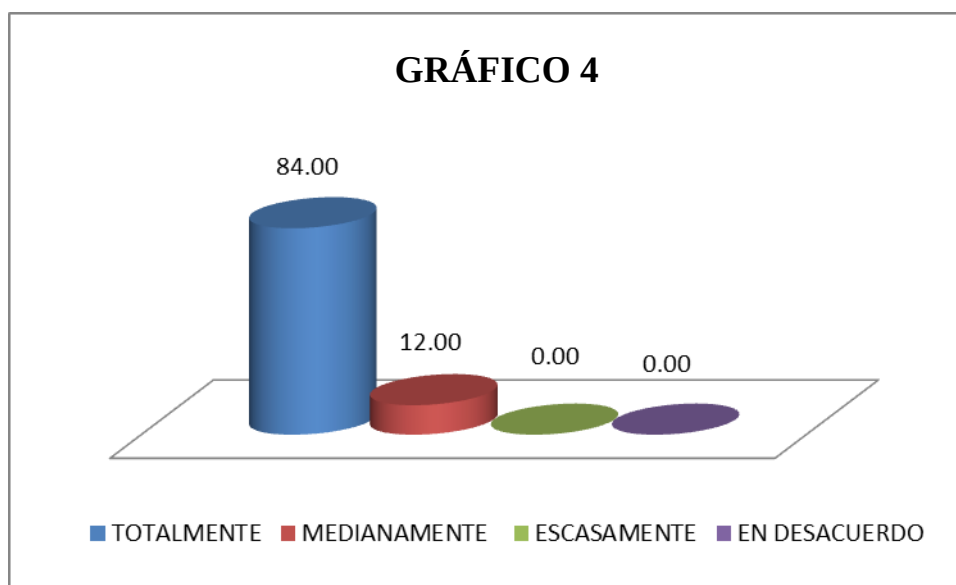
Dimensión: Estrés académico

Indicador: Prevención

Ítem N° 4: Cree Usted necesario el diseño de estrategias dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico.

Tabla N° 5: Distribución de frecuencia para ítem N°4

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
4	21	84.00	3	12.00	0	0.00	0	0.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: En cuanto a la necesidad del diseño de estrategias de afrontamiento, el 84 por ciento de los estudiantes encuestados coincidió en estar totalmente de acuerdo. Asimismo, McCubbin y Olson (citados por López y Vélez, 2018) “expresan que sirven para evitar o disminuir conflictos en los seres humanos, atribuyéndoles beneficios personales, por ende su aplicabilidad vale como un método preventivo” (p.5).

Variable: Estrategias de afrontamiento

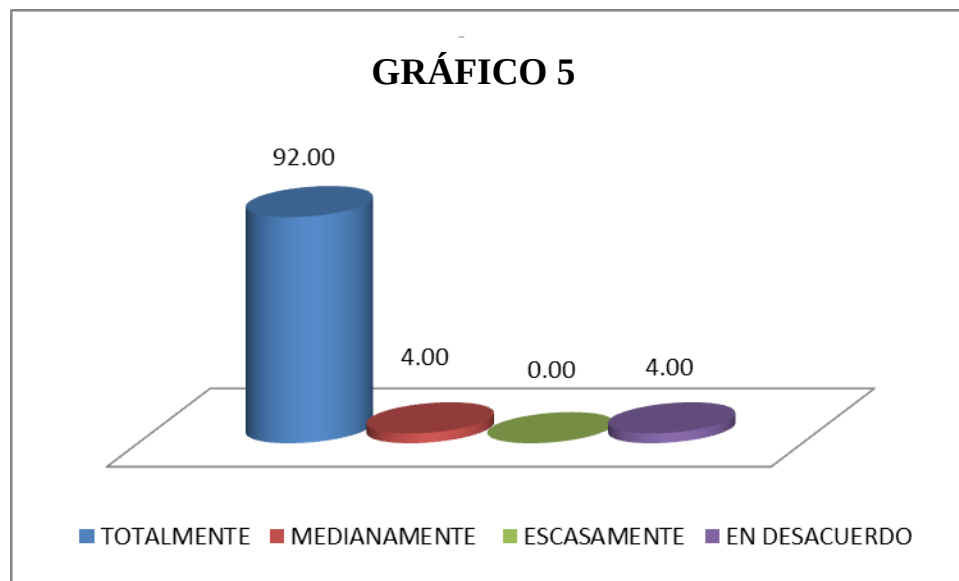
Dimensión: Estrés académico

Indicador: Control y regulador

Ítem N° 5: Durante el abordaje del estudiante ansioso o estresado, considera Usted factible controlar y regular dicha afección a través de estrategias de afrontamiento con el fin de evitar afecciones de tipo psicológicas, emocionales, entre otras patologías.

Tabla N° 6: Distribución de frecuencia para ítem N°5

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
5	23	92.00	1	4.00	0	0.00	1	4.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: El 92 por ciento de los estudiantes que participaron como muestra en la presente investigación consideran factible que el estrés y la ansiedad se pueden controlar y regular a través de estrategias de afrontamiento. Esto con el fin de mantener, y/o recuperar el equilibrio y garantizar el bienestar de los mismos.

Variable: Estrategias de afrontamiento

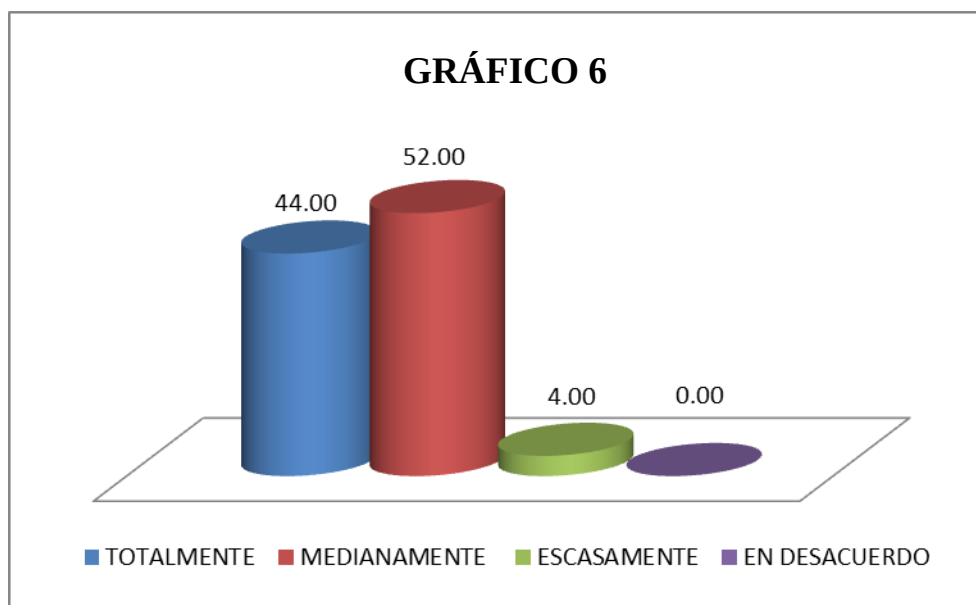
Dimensión: Estrés académico

Indicador: Proceso adaptativo, psicológico

Ítem N° 6: Para Usted, el estrés académico es un proceso de carácter adaptativo que está presente en el ámbito educativo debido a una sobrecarga de exigencias.

Tabla N° 7: Distribución de frecuencia para ítem N°6

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
6	11	44.00	13	52.00	1	4.00	0	0.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: En relación al estrés académico como un proceso de carácter adaptativo y psicológico debido a una sobrecarga de exigencias el 44 por ciento de los encuestados estuvo

totalmente de acuerdo, mientras que el 52 por ciento medianamente de acuerdo respecto a esta reacción considerada normal, pero tal y como lo expresa Osorio, (citado por Guerrero, 2017) “demasiadas exigencias al mismo tiempo, puede agudizar la respuesta y disminuir el rendimiento” (p.23).

Variable: Estrategias de afrontamiento

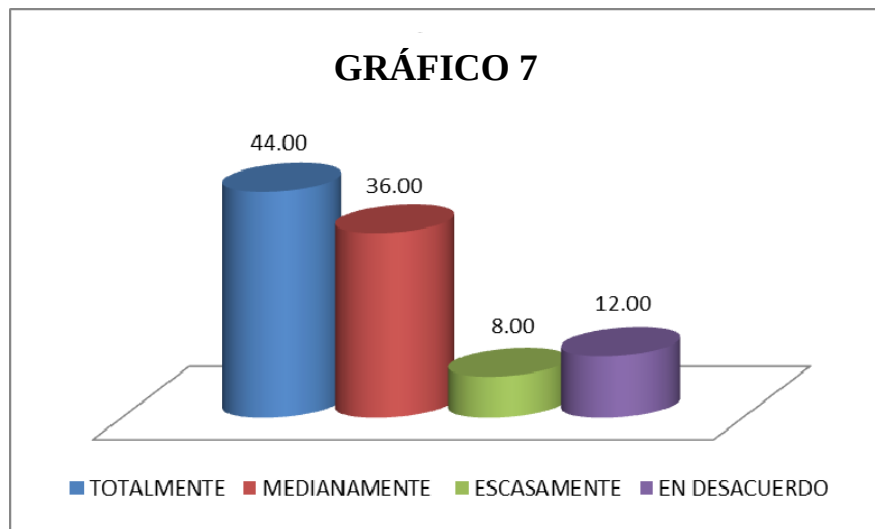
Dimensión: Estrés académico

Indicador: Estresores

Ítem N° 7: Considera Usted que los agentes estresores conllevan al individuo a crear su propia acción de afrontamiento para lograr restaurar el equilibrio perdido.

Tabla N° 8: Distribución de frecuencia para ítem N°7

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
7	11	44.00	9	36.00	2	8.00	3	12.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: En cuanto a los agentes estresores el 44 por ciento de los estudiantes encuestados estuvo totalmente de acuerdo en que conducen a establecer su propia acción de afrontamiento para lograr restaurar el equilibrio perdido. He ahí lo importante de la percepción y el saber qué estrategia de afrontamiento utilizar en determinado momento.

Variable: Estrategias de afrontamiento

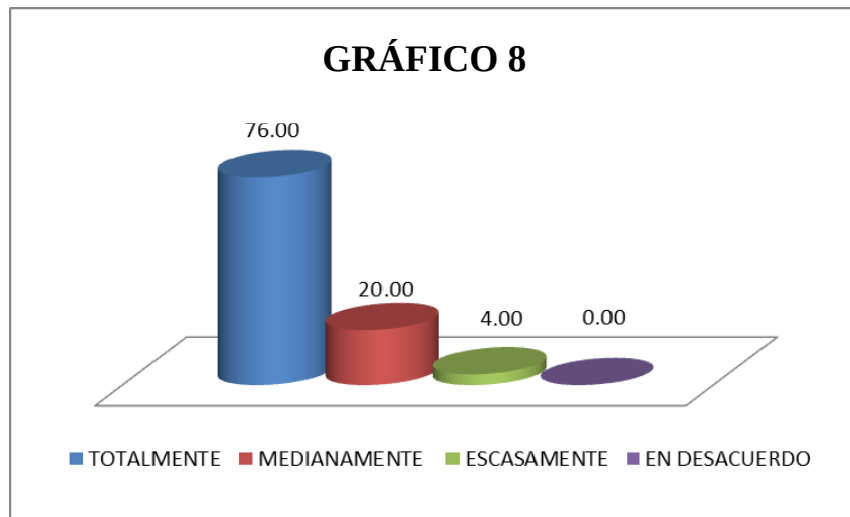
Dimensión: Estrés académico

Indicador: Estresores

Ítem N° 8: Opina Usted, el exceso de responsabilidad por cumplir obligaciones académicas, sobrecarga de trabajos académicos, tiempo limitado, entre otros, corresponden a agentes estresores.

Tabla N° 9: Distribución de frecuencia para ítem N°8

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
8	19	76.00	5	20.00	1	4.00	0	0.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: El 76 por ciento de los estudiantes encuestados coincidieron en estar totalmente de acuerdo en que los agentes estresores pueden estar determinados por el aumento

de la responsabilidad, sobrecarga de trabajos académicos, evaluaciones por parte del docente, tiempo limitado, entre otros. Coincidiendo con Meza (2011) donde exhibe que “todo estímulo, situación, valga la redundancia, agente estresor provoca una respuesta de estrés en el estudiante” (p.24).

Variable: Estrategias de afrontamiento

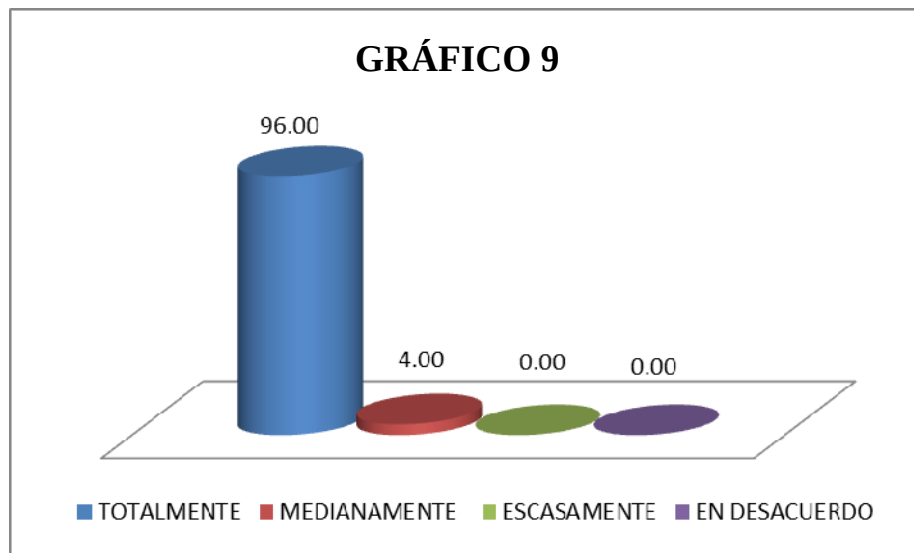
Dimensión: Estrés académico

Indicador: Estresores

Ítem N° 9: Cree Usted, las fallas de factores externos (internet, transporte, pandemia, electricidad, etc.) puedan incrementar el estrés académico.

Tabla N° 10: Distribución de frecuencia para ítem N°9

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
9	24	96.00	1	4.00	0	0.00	0	0.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: En relación al aspecto alusivo al incremento del estrés académico debido a factores externos como falla de internet, transporte, electricidad y la enseñanza sincrónica y asincrónica, el 96 por ciento respondió estar totalmente de acuerdo, mientras que el 4 por ciento medianamente de acuerdo. Hace un tiempo venimos arrastrando muchas fallas, sin embargo, con la llegada de la pandemia por covid-19, donde nos tocó adaptarnos y construir una nueva cultura de aprendizaje, todavía ha habido por parte de muchos la resistencia al cambio, conllevando un aumento del estrés académico.

Variable: Estrategias de afrontamiento

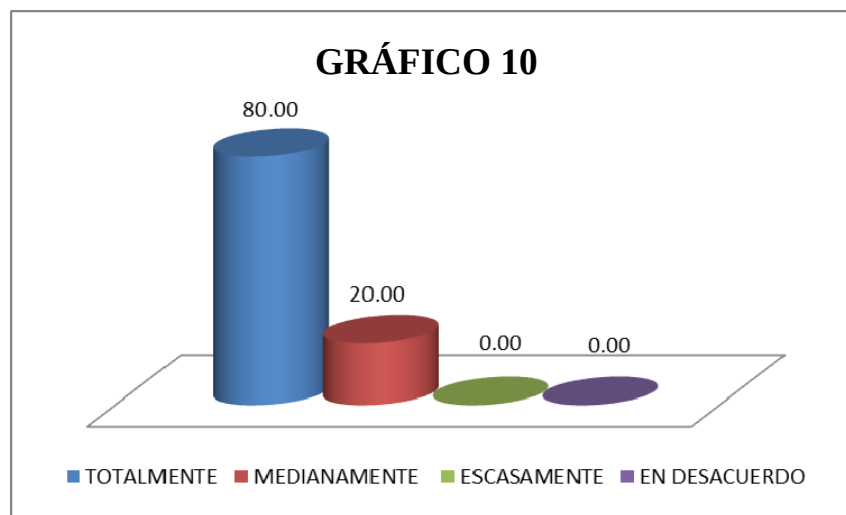
Dimensión: Estrés académico

Indicador: Desequilibrio

Ítem N° 10: El estrés académico continuo puede provocar un desequilibrio capaz de repercutir a nivel físico, emocional, psicológico y bucodental.

Tabla N° 11: Distribución de frecuencia para ítem N°10

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
10	20	80.00	5	20.00	0	0.00	0	0.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: En cuanto al siguiente aspecto el 80 por ciento de los estudiantes encuestados estuvo totalmente de acuerdo en que un continuo estrés académico puede repercutir a nivel físico, emocional, psicológico y bucodental. Medina (2018) “afirma que los agentes estresores producto del estrés académico provocan un desequilibrio sistémico que se manifiesta con una serie de síntomas” (p.21).

Variable: Estrategias de afrontamiento

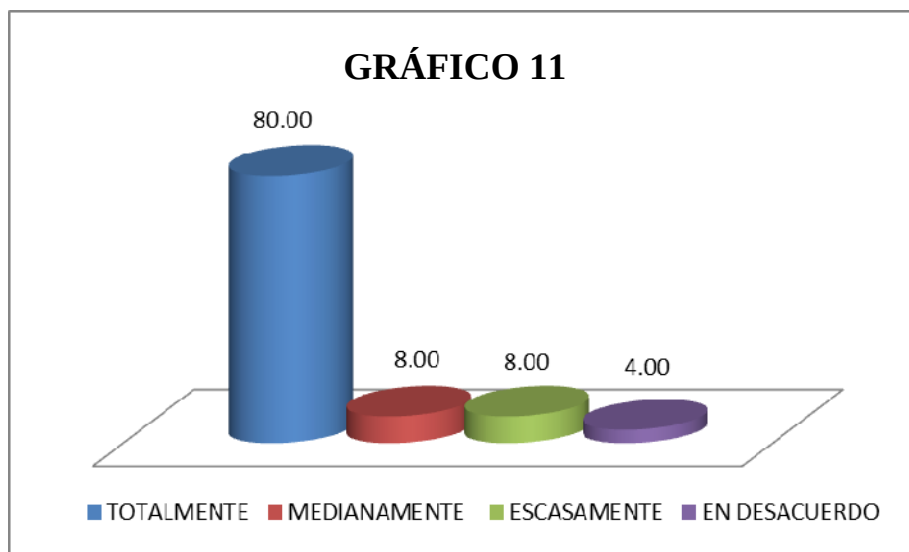
Dimensión: Estrés académico

Indicador: Desequilibrio

Ítem N° 11: Desde su punto de vista, el estrés académico puede considerarse un problema común en la población estudiantil del subsistema de Educación Universitaria.

Tabla N° 12: Distribución de frecuencia para ítem N°11

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
11	20	80.00	2	8.00	2	8.00	1	4.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: De los estudiantes encuestados, se obtuvo que el 80 por ciento de los mismos estiman al estrés académico como un problema común en la población estudiantil del subsistema de Educación Universitaria. Escobar, Mesa, López y Peñafiel (citado por Silva, López y Meza-Zamora, 2020) “refieren que la incorporación a la universidad constituye una experiencia estresante que implica una serie de cambios que pueden interpretarse en nerviosismo, tensión, cansancio, agobio, inquietud y otras sensaciones similares” (p.76).

Variable: Estrategias de afrontamiento

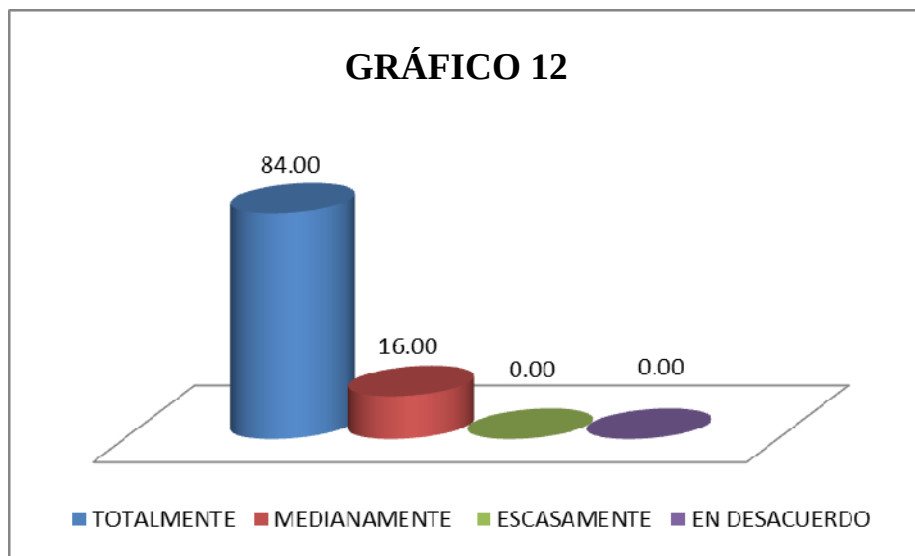
Dimensión: Estrés académico

Indicador: Desequilibrio

Ítem N° 12: Cree Usted, el estrés académico no sólo incide en el rendimiento estudiantil, sino también trae repercusiones en la salud.

Tabla N° 13: Distribución de frecuencia para ítem N°12

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
12	21	84.00	4	16.00	0	0.00	0	0.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: Con respecto a la siguiente proposición el 84 por ciento de los estudiantes estuvo totalmente de acuerdo, mientras que el 16 por ciento medianamente de acuerdo. Para Osorio (citado por Guerrero, 2017) “en ocasiones, podemos tener demasiadas exigencias al mismo tiempo, lo que puede agudizar la respuesta y disminuir el rendimiento académico” (p.23). Afirmando lo anteriormente expuesto, Rivas citado en Licht, ob. cit. (2021) expresan cuando el estrés académico “se presenta más allá de los niveles óptimos puede agotar las energías del estudiante, deteriorar su desempeño e incluso dañar su salud mental y física” (p.87).

Variable: Estrategias de afrontamiento

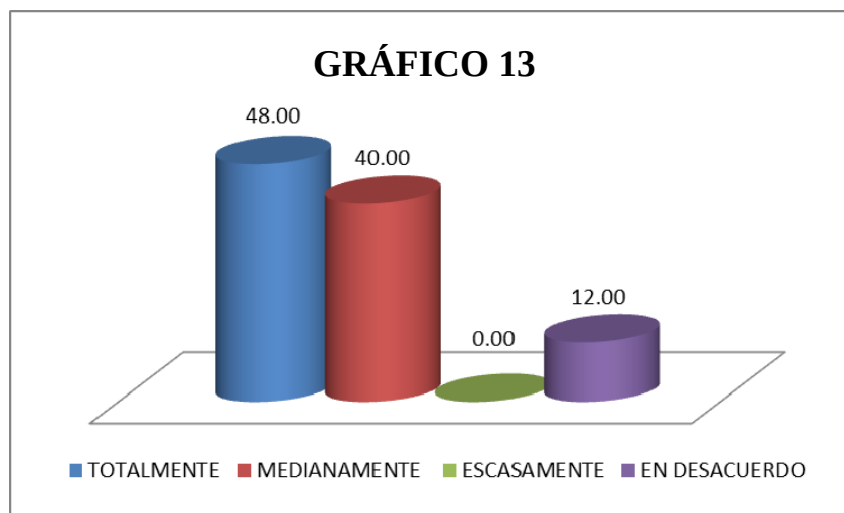
Dimensión: Patología pulpar y periapical

Indicador: Bruxismo

Ítem N° 13: Según su perspectiva, el estrés académico y los problemas dentales están íntimamente relacionados.

Tabla N° 14: Distribución de frecuencia para ítem N°13

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
13	12	48.00	10	40.00	0	0.00	3	12.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: En cuanto al aspecto alusivo a la íntima relación entre el estrés académico y los problemas dentales, el 48 por ciento de los encuestados estuvo totalmente de acuerdo, mientras que el 40 por ciento medianamente de acuerdo. Por su parte, Gutiérrez y Amador (citado por Silva, López y Meza-Zamora, 2020) “mencionan que dentro de las consecuencias que presenta el estrés académico, son manifestaciones físicas individuales, como el roce de dientes, incremento de la frecuencia cardíaca, transpiración y tensión muscular de brazos y piernas, trastornos del sueño, fatiga crónica, cefalea y problemas de digestión” (p.77).

Variable: Estrategias de afrontamiento

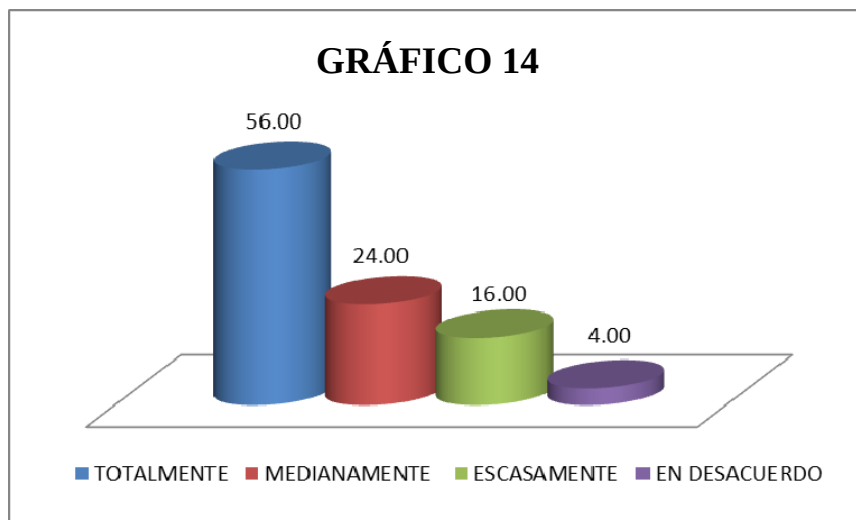
Dimensión: Patología pulpar y periapical

Indicador: Bruxismo

Ítem N° 14: Considera Usted, el bruxismo es el hábito de apretar o rechinar los dientes sin ninguna función fisiológica siendo el principal signo bucodental observado en estudiantes bajo estrés académico.

Tabla N° 15: Distribución de frecuencia para ítem N°14

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
14	14	56.00	6	24.00	4	16.00	1	4.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: Para este aspecto el 56 por ciento de los estudiantes encuestados respondieron estar totalmente de acuerdo, mientras que el 24 por ciento medianamente de acuerdo. A pesar, de que la Academia Americana del Dolor Orofacial (AAOP) e Isler (2014) afirman que es un hábito de origen multifactorial donde “las causas más comunes son la interferencia oclusal y el factor psicológico asociado al estrés” (p.13). Un poco menos de la mitad de la muestra exhibió desconocimiento de esta relación, manifestado como principal signo bucodental en estudiantes bajo estrés académico.

Variable: Estrategias de afrontamiento

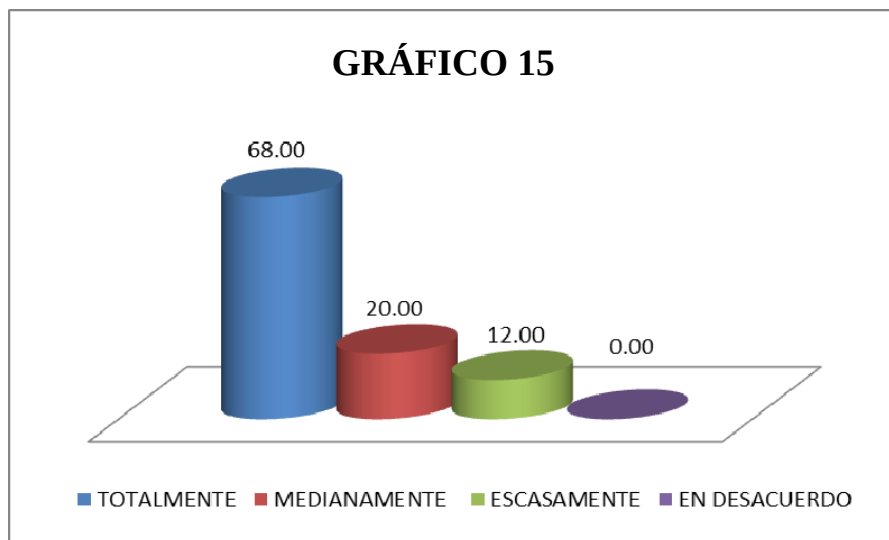
Dimensión: Patología pulpar y periapical

Indicador: Bruxismo

Ítem N° 15: Los trastornos del sueño, factores nutricionales, entre otros; podrían considerarse como estimulantes al sistema nervioso central, aumentando la ansiedad y el estrés en el estudiante universitario, llegando a provocar así la aparición del bruxismo.

Tabla N° 16: Distribución de frecuencia para ítem N°15

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
15	17	68.00	5	20.00	3	12.00	0	0.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: De los estudiantes encuestados, se obtuvo un 68 por ciento en contestar totalmente de acuerdo y un 20 por ciento medianamente de acuerdo. Demjaha, Kapusevska, Pejkovska, (2019) “afirman que el trastorno del sueño, factores psicológicos, nutricionales y ciertos hábitos estimulan el sistema nervioso central, aumentando la ansiedad y el estrés” (p.877), provocando el bruxismo.

Variable: Estrategias de afrontamiento

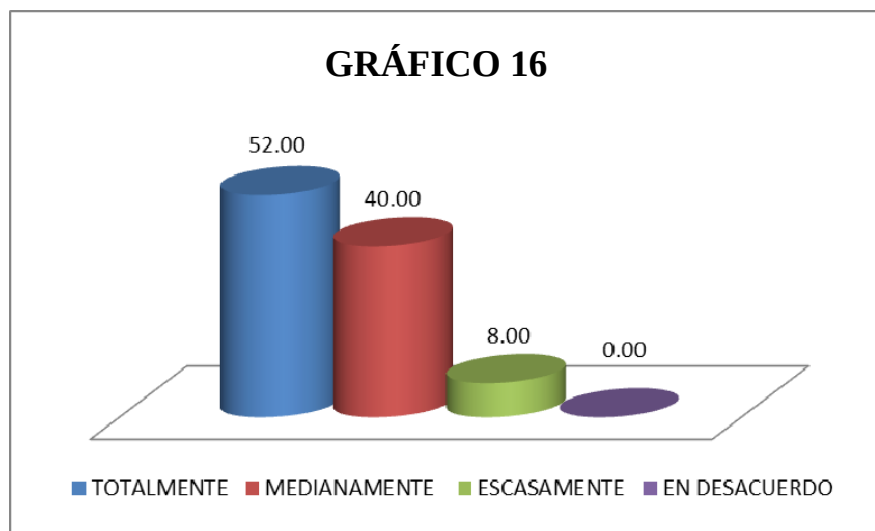
Dimensión: Patología pulpar y periapical

Indicador: Trauma oclusal

Ítem N° 16: Presentar un diagnóstico de bruxismo está asociado en su mayoría con lesiones de tipo trauma oclusal como resultado de una fuerza dental indebida. Cree Usted, el estrés académico sea uno de los agentes causales.

Tabla N° 17: Distribución de frecuencia para ítem N°16

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
16	13	52.00	10	40.00	2	8.00	0	0.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: Con respecto a que el estrés académico sea un agente causal del bruxismo asociado al trauma oclusal, el 52 por ciento de la muestra está totalmente de acuerdo y un 40 por ciento medianamente de acuerdo. Para Gutiérrez y Amador (citado por Silva, López y Columba, 2020) “el trauma producido por las fuerzas oclusales (bruxismo) son consecuencia del estrés académico” (p.77).

Variable: Estrategias de afrontamiento

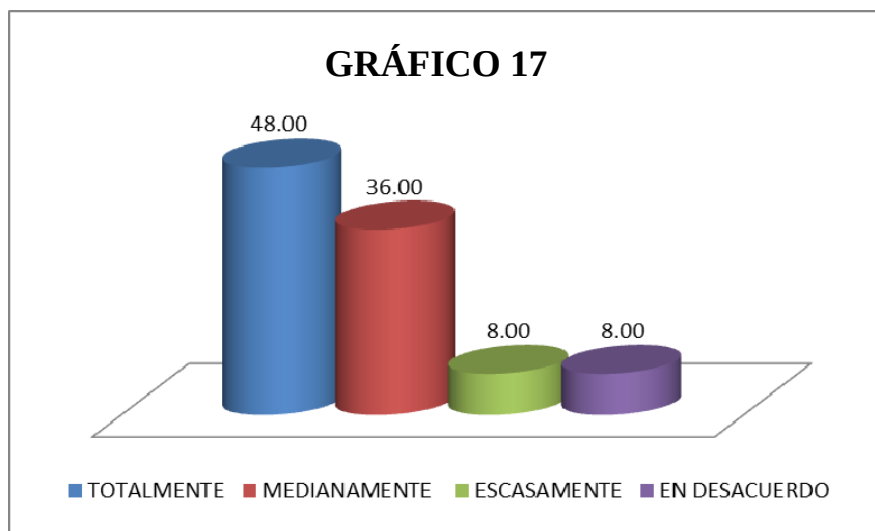
Dimensión: Patología pulpar y periapical

Indicador: Trauma oclusal

Ítem N° 17: Considera Usted, el trauma oclusal asociado a bruxismo produce cambios en el nervio dental y tejidos en torno a la raíz; y en consecuencia afecciones o patologías del mismo en estudiantes universitarios sometidos a un mayor grado de demandas y exigencias académicas.

Tabla N° 18: Distribución de frecuencia para ítem N°17

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
17	12	48.00	9	36.00	2	8.00	2	8.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: En relación a la presente el 48 por ciento de los estudiantes encuestados respondió estar totalmente de acuerdo, mientras que el 36 por ciento medianamente de acuerdo. Lang y Lindhe (citado por Palao et al. 2019) afirman que “el bruxismo asociado a trauma oclusal no solo afecta a los tejidos periodontales, sino también el tejido pulpar, la articulación temporomandibular y los músculos masticatorios” (p.97). Asimismo, Menduburu, Medina y Cárdenas (2016) refieren “La oclusión traumática asociada a bruxismo conlleva cambios en el complejo dentino-pulpar, que pueden progresar de una pulpitis reversible hasta una necrosis pulpar con o sin lesión periapical...” (p.30).

Variable: Estrategias de afrontamiento

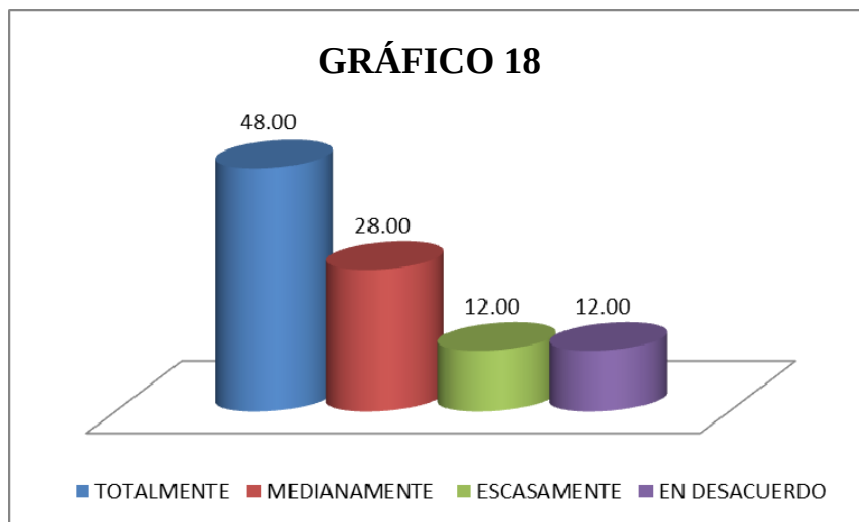
Dimensión: Patología pulpar y periapical

Indicador: Pulpitis, periodontitis

Ítem N° 18: Estar bajo estrés académico al momento de cursar estudios ya sea de pregrado o postgrado, pueden inducir a estímulos constantes en la unidad dental provocando estados inflamatorios de la pulpa y los tejidos en torno a la raíz generando una respuesta dolorosa.

Tabla N° 19: Distribución de frecuencia para ítem N°18

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
18	12	48.00	7	28.00	3	12.00	3	12.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: Para este aspecto el 48 por ciento de la muestra estuvo totalmente de acuerdo y un 28 por ciento medianamente de acuerdo. A pesar, de que menos de la mitad de los estudiantes encuestados afirmaron dicha preposición es importante resaltar que autores como Menduburu, Medina y Cárdenas (2016) si lo confirman, entonces, si está demostrado a través de la evidencia que “el estrés académico puede conllevar al bruxismo y luego desarrollar alteraciones tipo trauma oclusal, que dependiendo de la intensidad y duración pueden progresar de una pulpitis reversible hasta una necrosis pulpar con o sin lesión periapical...” (p.30). Toda esta cadena o proceso va a generar una respuesta dolorosa.

Variable: Estrategias de afrontamiento

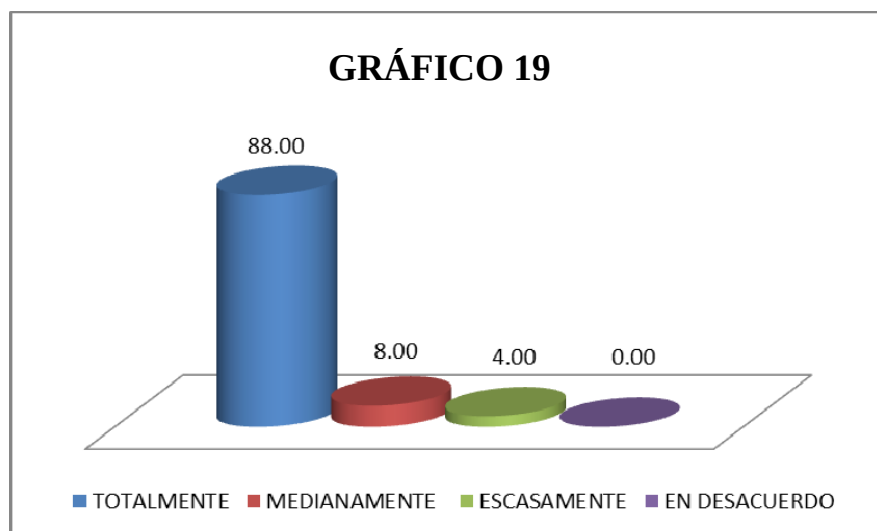
Dimensión: Patología pulpar y periapical

Indicador: Necrosis pulpar

Ítem N° 19: Cree Usted, pertinente la necesidad de tomar acciones dirigidas a la prevención de procesos inflamatorios en el diente los cuales pueden conllevar a la necrosis o muerte pulpar.

Tabla N° 20: Distribución de frecuencia para ítem N°19

Item	TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIANAMENTE DE ACUERDO		ESCASAMENTE DE ACUERDO		EN DESACUERDO	
	f	%	f	%	f	%	f	%
19	22	88.00	2	8.00	1	4.00	0	0.00



Fuente: Datos compilados por Fernández (2022)

Interpretación: En cuanto al aspecto alusivo a la necesidad de tomar acciones dirigidas a la prevención de este proceso, el 88 por ciento de los estudiantes coincidieron estar totalmente de acuerdo. Generando más razones para seguir investigando respecto a la temática y contribuir al estudiantado y sociedad.

Conclusiones

Al finalizar el proceso organizado y sistemático de investigación, donde se recaudó y analizó la información en cada una de las diferentes etapas, a través del cual se realizaron comparaciones respecto a los referentes teóricos y la realidad evidenciada, con el fin de dar respuesta a la interrogante desde la perspectiva de las dimensiones, las presentes serán presentadas a continuación:

Es necesario repensar como se está llevando a cabo el proceso de enseñanza desde la perspectiva del estudiante, ya que la misma va en concordancia con el aprendizaje adquirido, el cual se ha visto afectado debido a su íntima relación con el estrés académico, a través de indicios clave como el bajo rendimiento académico y problemas de salud emocional, conductual, psicológico y bucodental.

En relación al empleo de un plan de intervención ante el estrés académico a nivel del subsistema de educación universitaria, se pudo comprobar la necesidad de la implementación de estrategias de afrontamiento para manejar demandas específicas, y reducir el estrés académico, mediante la prevención, abordaje y seguimiento del mismo, con el fin de evitar o disminuir conflictos y a su vez coadyuve en el logro de los objetivos, atribuyéndoles beneficios personales.

Factores como los agentes estresores pueden conllevar a un desequilibrio sistémico en el estudiante cuyo efecto conduce a dar una respuesta y crear su propia acción de afrontamiento para lograr restaurar el equilibrio perdido.

Más de la mitad de los participantes encuestados coincidió que el estrés académico es un problema común en la población estudiantil del subsistema de Educación Universitaria. Generando una inestabilidad capaz de repercutir a nivel físico, emocional, psicológico y bucodental. En relación a esta última afección, un poco menos del 20 por ciento de la muestra desconoce que ciertos estímulos al sistema nervioso central pueden llegar a aumentar la ansiedad y el estrés académico, provocando la aparición del bruxismo asociado en su mayoría con lesiones de tipo trauma oclusal, que dependiendo de la intensidad y duración conlleva a cambios en el complejo dentino-pulpar, que generan una respuesta dolorosa y pueden progresar de una pulpitis reversible hasta una necrosis pulpar con o sin lesión periapical.

Por esta razón, resulta necesario la toma de acciones dirigidas a la prevención de procesos inflamatorios en el diente, así como, la de restaurar el equilibrio emocional y psicológico, a través de la reducción y/o control del estrés académico. Generando, en último término importantes razones para seguir investigando respecto a la temática y contribuir al estudiantado y a la sociedad en general.

Recomendaciones

El estrés constituye uno de los problemas de salud más generalizados actualmente, y no escapa de estar presente durante el curso de una carrera universitaria. En vista de que niveles altos de estrés académico pueden acarrear complicaciones para el adecuado desempeño del estudiante es necesario la actualización y divulgación de estrategias de afrontamiento, como son, la aproximación, la búsqueda de solución de problemas, la planificación, la concentración, la aceptación, entre otros. Poniendo de manifiesto las ventajas y beneficios que proveen y de esta forma apoyar en la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico, coadyuvando al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en el estudiante.

Surge como recomendación la siguiente propuesta "Método para el Manejo del Estrés Académico. *Tips y adecuación en el proceso de aprendizaje*", a través de un diagnóstico previo y de haber examinado la factibilidad de la misma, con el objeto de proponer estrategias de afrontamiento a los estudiantes que acuden al Postgrado de Endodoncia de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo, por repercusiones en su estado de salud bucodental, representado por los problemas parafuncionales tal cual el caso del bruxismo, que al estar combinado con el trauma oclusal pueden provocar un daño irreversible del órgano dental y su tejido de soporte.

Finalmente, se sugiere ampliar investigaciones referentes a la temática y continuar con esta línea de investigación hacia un tipo de investigación evaluativa, con la finalidad de

conocer si a través del empleo de las estrategias de afrontamiento descritas, los estudiantes logren la competencia o el reestablecimiento del equilibrio perdido.

CAPÍTULO V

MÉTODO PARA EL MANEJO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

TIPS Y ADECUACIÓN EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE

En este párrafo se presentó como propuesta MÉTODO PARA EL MANEJO DEL ESTRÉS ACADÉMICO *Tips y adecuación en el proceso de aprendizaje*. Un recurso de gran utilidad estructurado por una serie de estrategias de afrontamiento dirigidas a los estudiantes del subsistema de Educación Universitaria.

Presentación y justificación de la propuesta

La labor docente unida a la profesional de salud, específicamente, la odontológica con especialización en endodoncia, ha permitido tener una visión integral del estudiante que bajo una considerable carga de estrés académico puede provocar problemas a nivel emocional, conductual, psicológico y bucodental. La facultad de Odontología y Postgrado de Endodoncia de la Universidad de Carabobo han contribuido de manera importante en el proceso de la presente investigación.

Ante la observación de dicha problemática nace esta propuesta la cual subyace de los resultados obtenidos en el diagnóstico realizado y que a su vez responde a las necesidades previamente descritas, con la finalidad de que los estudiantes puedan contar con herramientas las cuales les faciliten un mejor desempeño académico y la preservación de su salud integral, en especial la bucodental.

Objetivos de la propuesta

Objetivo general

Proponer estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en estudiantes que acuden al Postgrado de Endodoncia, Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo.

Objetivos específicos

1. Presentar a los estudiantes del subsistema de Educación Universitaria un programa de intervención dirigido a la vigilancia del estrés académico.
2. Promover la implementación de estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico.

Misión y Visión de la propuesta

Misión

Proporcionar al estudiante del subsistema de Educación Universitaria estrategias de afrontamiento que le permitan prevenir y/o manejar la situación estresante, logrando la adaptación y transformación positiva de dicho proceso, así como también, tener el conocimiento y estar al tanto sobre el seguimiento del estrés académico debido a las posibles repercusiones que pueden traer consigo.

Visión

Lograr a través del método para el manejo del estrés académico la simplificación de procesos y un ambiente equilibrado que favorezca el estado de salud emocional, psicológica y

bucodental de los estudiantes que acuden al Postgrado de Endodoncia de la Universidad de Carabobo.

Fundamentación teórica

La presente propuesta se basó desde los postulados de Ruiz (citado por Espinosa, Rodríguez, Chacín y Bermúdez, 2020) los cuales exponen la conceptualización de la estrategia de afrontamiento y hacen hincapié sobre los efectos negativos de un mal manejo del estrés, “pudiendo repercutir en las relaciones personales y familiares, generando consecuencias que afectan al cuerpo, mente y emociones” (p 92).

Asimismo, se tomó en consideración los postulados de Demjaha, Kapusevska y Pejkovska-Shahpaska (2019) los cuales señalan que “el bruxismo es un hábito muy común en nuestra sociedad y cuya etiología está relacionada en gran medida a factores psicosociales como es el estrés, donde la anatomía, morfología y oclusión dental están íntimamente vinculadas, y que de no ser controlado a tiempo pueden devenir en fracturas dentales, dolor y cambios pulpares que terminan por destruir los tejidos de soporte del diente; por lo que coinciden sobre la importancia de un abordaje multidisciplinario” (p 877).

Fundamentación legal

Para efectos de esta propuesta es considerada la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999), la Ley Orgánica de Educación (2009) y el Código de Deontología Odontológica vigente (1992). De los cuales se citan algunos de sus artículos a continuación:

Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999) Artículo 102:

La educación es un derecho humano y un deber social fundamental, es democrática y obligatoria... De máximo interés en todas sus modalidades y como instrumento del conocimiento científico, humanístico y tecnológico al servicio de la sociedad. La educación es un servicio público y está fundamentada en el respeto a todas las corrientes del pensamiento, con la finalidad de desarrollar el potencial creativo de cada ser humano y el pleno ejercicio de su personalidad en una sociedad democrática basada en la valoración de su personalidad en una sociedad democrática basada en la valoración ética del trabajo y en la participación activa, consciente y solidaria en los procesos de transformación social consustanciados en los valores de la identidad nacional, y con una visión latinoamericana y universal. (p. 204)

Seguidamente, la Constitución expresa en su Artículo 103: “Toda persona tiene derecho a una educación integral, de calidad, permanente, en igualdad de condiciones y oportunidades, sin más limitaciones que las derivadas de sus aptitudes, vocación y aspiraciones”. (p. 205).

Asimismo, en su Artículo 109. El Estado reconocerá la autonomía universitaria como principio y jerarquía que permite a los profesores, profesoras, estudiantes, egresados y egresadas de su comunidad dedicarse a la búsqueda del conocimiento a través de la investigación científica, humanística (p.207)

Ley Orgánica de Educación (2009)

El sistema educativo Venezolano se rige además de la constitución previamente citada, por la Ley Orgánica de Educación (2009), por tal razón se encuentran presente en este basamento el artículo 14, el cual expresa en sus últimas líneas lo siguiente:

(...) La didáctica está centrada en los procesos que tiene como eje la investigación, la creatividad y la innovación, los cuales permite adecuar las estrategias, los recursos y la organización del aula, a partir de la diversidad de intereses y necesidades de los y las estudiantes (p. 12).

Respecto a la formación Artículo 38. La formación permanente es un proceso integral continuo que mediante políticas, planes, programas y proyectos, actualiza y mejora el nivel de conocimientos y desempeño de los y las responsables y los y las corresponsables en la formación de ciudadanos y ciudadanas. La formación permanente deberá garantizar el fortalecimiento de una sociedad crítica, reflexiva y participativa en el desarrollo y transformación social que exige el país (p.20).

Política Nacional de Estudios de Postgrado en Venezuela (1993)

Otro referente legal fundamental es aquel referido a la Política Nacional de Estudios de Postgrado en Venezuela aún vigente, resuelta en Caracas, el 27 de marzo de 1993; por el Consejo Nacional de Universidades Secretariado Permanente. La cual establece en su artículo 4:

Las orientaciones básicas para los estudios de postgrados, las cuales dan fundamento a esta investigación y consolidan aún más las líneas de acción para cumplir con el objetivo general de la misma planteado anteriormente; dichas orientaciones son:

- a. Cumplir con la demanda social de personal profesional altamente calificado en variados campos.
- b. Formar el personal para cubrir las necesidades nacionales de investigación científica, tecnológica, estética y humanística así como las exigencias de desarrollo académico de las instituciones de educación

superior. A fin de dar cumplimiento a estas orientaciones las instituciones deberán realizar de manera individual o corporativa, estudios sobre necesidades y demandas de recursos humanos e investigación de su entorno y región (en línea).

Finalmente, todo lo expresado tuvo vinculación con las intencionalidades de la investigación ya que toda persona tiene derecho a la formación integral en cualquiera de las modalidades de la educación, aunado a esto, para la formación integral se requiere del uso de herramientas propias para propiciar un ambiente a aprendizaje y atender a las necesidades emergentes.

Por otro lado, se consideraron como sustento legal las previsiones contenidas en el Código de Deontología Odontológica vigente (1992)

Artículo 62: El Odontólogo que desea hacer un trabajo de investigación, comunicación o cualquier tipo de publicación relativo a pacientes, procedimientos o regímenes odontológicos o administrativos en una dependencia universitaria, sanitaria o asistencial, deberá presentar su plan de trabajo al Odontólogo-jefe responsable de aquella dependencia y solicitar autorización. Es deber del Odontólogo-jefe otorgar la autorización, siempre que considere que el propósito no perjudicará física o mentalmente a los pacientes o alterará la disciplina de dichas dependencias. Tanto el Odontólogo investigador, como el Odontólogo-jefe podrían acudir al Instituto de Investigaciones de cualquier Universidad Nacional como apoyo a la argumentación, o como árbitro si hubiere discrepancia.

Artículo 63: El Odontólogo que ejerce en un Centro Asistencial puede utilizar el archivo de Historias Clínicas de la Institución con fines de estudio o de investigación. En el informe, presentación o publicación de su trabajo debe mencionar el servicio a que

corresponde. Cuando la documentación pertenece a otro Centro Asistencial, debe solicitar previamente la autorización escrita de la Dirección y del Jefe del Departamento o Servicio.

Artículo 90: Todo Odontólogo está en el deber de comunicar y discutir los resultados de sus experiencias científicas, dentro del ámbito de las instituciones de profesionales del campo de la salud, y de solicitar, siempre que cumplan con los principios del método científico, su divulgación en las publicaciones periódicas correspondientes. Toda discrepancia debe ser discutida por dichos ambientes, a objeto de evitar que su difusión pública pueda provocar errores de interpretación, confusión de ideas, desconfianza sobre determinados regímenes, alarma no justificada sobre difusión de enfermedades o sobre el empleo de nuevos métodos diagnósticos y terapéuticos.

Artículo 91: La redacción y publicación de hechos científicos supone autoridad para tratar sobre el tema y contribuir al avance de la ciencia odontológica (en línea).

Factibilidad de la aplicación de la propuesta

La presente etapa permitió la confirmación de la factibilidad de la propuesta mediante el estudio de algunos aspectos, como:

- Factibilidad didáctica: la propuesta le proveerá a los estudiantes del Subsistema de Educación Universitaria una herramienta atractiva que optimice un mejor desempeño académico y la preservación de su salud integral, en especial la bucodental.
- Factibilidad técnica: en base a los resultados obtenidos mediante el diagnóstico efectuado impulsa a develar una serie de estrategias de afrontamiento para el manejo de demandas específicas, reduciendo el estrés académico y restituyendo positivamente el desequilibrio sistémico.

- Factibilidad institucional y académica: el diseño de la presente propuesta le será de gran utilidad y beneficio a las instituciones universitarias para el mejor desenvolvimiento, disminución de conflictos y equilibrio emocional y sistémico de los estudiantes.
- Factibilidad económica: la propuesta es factible debido a que son estrategias de afrontamiento que pueden ser ubicadas y descargadas en línea a través del servidor de la Universidad de Carabobo.

Operatividad de la propuesta

La presente propuesta exhibida en el cuadro N° 1 cuenta con seis (6) apartados, donde se proponen diversas estrategias de afrontamiento procesadas en respuesta a las necesidades detectadas en el diagnóstico:

Cuadro N°1:

Tópicos Relevantes (Método para el manejo del estrés académico. <i>Tips y adecuación en el proceso de aprendizaje</i>)
I Planificación y Gestión del tiempo: Disciplina, simplificación y disposición al cambio.
II Aceptación: Manejo de emociones e Inteligencia emocional.
III Habilidad de estudio: Método de aprendizaje.
IV Autocontrol: Resolución de conflictos.
V Autoexamen: Adaptación y transformación.
VI Seguimiento: Relajación, ejercicios, apoyo psicológico, odontológico, fisioterapéutico y docente.

Fuente: Fernández (2023)

Para clarificar la propuesta anteriormente descrita se generó un cuadro N° 2 en donde se esclarecen algunas estrategias y/o actividades que se sugieren para cada tópico relevante:

Tópicos Relevantes (Estrategias y/o actividades sugeridas)	
I Planificación y Gestión del tiempo	Atención y concentración, Organización, Paciencia, Desconectarse de preocupaciones, Contar con una agenda, Cronograma de actividades, Establecer prioridades.
II Aceptación	Tolerancia, empatía, razonamiento, interacción, Motivación.
III Habilidad de estudio	Repetición activa, Relacionar la información que se recibe con el conocimiento previo, Resumir, Esquematizar, Mapa mental, Mapa conceptual, observar videos relacionados.
IV Autocontrol	Ejercicios de respiración y relajación, Reconocimiento, Organización, Sinergia, Trabajo en equipo, Apoyo social.
V Autoexamen	Reevaluación, Alternativas, ver la situación desde otra perspectiva, resaltar lo positivo.
VI Seguimiento	Hábitos saludables, Practicar yoga, ejercicios aeróbicos y cardiovasculares (caminar, trotar, bailar, nadar, etc.), meditación, ejercicios de visualización, relajación y respiración, masaje, ejercicios de flexibilidad (autopostura), movilización articular, técnicas de energía muscular, estimulación transcraneal, control odontológico, férula miorelajante, Método de aprendizaje, Aproximación, Planificación, Concentración, Supresión de actividades distractoras.

Fuente: Fernández (2023)



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



MÉTODO PARA EL MANEJO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

Tips y Adecuación en el Proceso de Aprendizaje

Autora:
Diana Fernández

Naguanagua, 2023



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



TÓPICO I

Planificación y Gestión del tiempo

Propósito: adquirir disciplina, concentración y organización para el logro de la simplificación de actividades académicas.



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSTGRADO
MAESTRIA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



Tópico Relevante I: Planificación y Gestión del tiempo		
Situación de estrés	Estrategias y/o actividades	Planificación
Tiempo limitado	Organización, agenda, cronograma de actividades, establecer prioridades	Atención y concentración, disciplina, simplificación y disposición al cambio.
Problemas con el transporte	Paciencia, búsqueda de alternativas	
Problemas de conectividad		
Sobrecarga de trabajo	Organización	

Fuente: Fernández (2023)



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



TÓPICO II

Aceptación

Propósito: manejo de las emociones para la resolución de conflictos en busca de potenciar una autoestima sana que permita la integración social de manera adecuada.





UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



TÓPICO III

Habilidad de estudio

Propósito: alcanzar el método de aprendizaje más apropiado para el manejo del estrés académico y desarrollo de competencias.



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSTGRADO
MAESTRIA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



Tópico Relevante III: Habilidad de estudio			
Temática	Actividades	Recursos	Tiempo de duración
Métodos de Aprendizaje	Inicio: Introducción y generalidades	Humano: Facilitador Material: Laptop, Video beam, Aula	Sesiones de 45 min.
	Desarrollo: Investigación , Enfoque crítico y reflexivo, Seminario, Participación e interacción, Discusión, Aprendizaje colaborativo		
	Cierre: Intercambio de ideas con los estudiantes Retroalimentación		

Fuente: Fernández (2023)



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



TÓPICO IV

Autocontrol

Propósito: capacidad de resolver algún conflicto a través de la evaluación psicológica, ejercicios respiratorios y de relajación para modular la intensidad, frecuencia y duración de la emoción positiva o negativa.

En la presente se exhibe un test psicológico (cuestionario con escala tipo Likert) que consta de 10 ítems los cuales permiten evaluar dos estrategias de regulación emocional: la reevaluación cognitiva (6 ítems) y la supresión expresiva (4 ítems), puntuables entre 1 y 7, donde la puntuación mínima es de 1 y la máxima de 7. El resultado nos aproxima con la vida emocional, específicamente, sobre cómo controla sus emociones y logra la autorregulación.

Nº	ÍTEMS	TOTALMENTE EN DESACUERDO	EN DESACUERDO	LIGERAMENTE EN DESACUERDO	NI DE ACUERDO NI DESACUERDO	LIGERAMENTE DE ACUERDO	DE ACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO
1	Cuando quiero incrementar mis emociones positivas (p.ej. alegría, diversión), cambio el tema sobre el que estoy pensando.							
2	Guardo mis emociones para mí mismo.							
3	Cuando quiero reducir mis emociones negativas (p.ej. tristeza, enfado), cambio el tema sobre el que estoy pensando.							
4	Cuando estoy sintiendo emociones positivas, tengo cuidado de no expresarlas							
5	Cuando me enfrento a una situación estresante, intento pensar en ella de un modo que me ayude a mantener la calma.							
6	Controlo mis emociones no expresándolas.							
7	Cuando quiero incrementar mis emociones positivas, cambio mi manera de pensar sobre la situación							
8	Controlo mis emociones cambiando mi forma de pensar sobre la situación en la que me encuentro.							
9	Cuando estoy sintiendo emociones negativas, me aseguro de no expresarlas							
10	Cuando quiero reducir mis emociones negativas, cambio mi manera de pensar sobre la situación.							



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



TÓPICO V

Autoexamen

Propósito: la reevaluación para el manejo y control de las emociones que puedan experimentar los estudiantes universitarios con el fin de aliviar el impacto de las mismas.

A continuación se muestra una adaptación de la prueba psicométrica COPE (cuestionario de afrontamiento) original y la versión COPE-48 en una escala tipo Likert. Con cuatro alternativas de respuesta que va de 0-3 puntos y las opciones de respuesta son: "nunca hago esto = 0", "un poco=1", "bastante=2", "hago siempre esto=3"

N°	ÍTEMS	NUNCA HAGO ESTO	UN POCO	BASTANTE	SIEMPRE HAGO ESTO
1	Concentro mis esfuerzos en hacer algo acerca de ello.				
2	Elaboro un plan de acción.				
3	Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.				
4	Me critico a mí mismo.				
5	Tomo medidas para intentar que la situación mejore.				
6	Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.				
7	Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				
8	Me centro en hacer frente a este problema, y si es necesario dejo otras cosas un poco de lado.				
9	Intento firmemente evitar que otras cosas interfieran con mis esfuerzos por hacer frente a esto.				
10	Llevo a cabo una acción directa en torno al problema.				
11	Dejo de lado otras actividades para concentrarme en esto.				
12	Medito profundamente acerca de qué pasos tomar.				
13	Hago lo que ha de hacerse, paso a paso.				



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



TÓPICO VI

Seguimiento

Propósito: Lograr el bienestar, buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en estudiantes universitarios.

En último término se ofrece un video para educar y reconocer cuales son las áreas de apoyo que tenemos a nuestro alcance, así como las estrategias a poner en práctica para disminuir los niveles de estrés académico, alcanzando la armonía y bienestar integral.



Disponible: <https://youtu.be/ZliIyOdmaCM>

REFERENCIAS DE LA PROPUESTA

- Boemo, T., Nieto I., Vasquez,C., Sanchez, A. (2022). Relations between emotion regulation strategies and affect in daily life: A systematic review and meta-analysis of studies using ecological momentary assessments. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 139 p. 1-16. Disponible:
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2022.104747>
- Cassaretto M., Chau C. (2016) Evaluación Psicológica RIDEP. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación* 42(2) p.98.
- Martínez-Ortega Y., Gomà-i-Freixanet M., Fornieles-Deu A. (2018) Escalas del COPE-48. *Terapia Psicológica*. 36(1) p.15.
- Castañeda, M. y Jiménez, R. (2016). Uso de férulas oclusales en pacientes con trastornos temporomandibulares. *MEDISAN*, 20 (4).
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192016000400014
- Espindola, A., López, R., Miranda, M., Ruiz, J., G Díaz. Estrategia didáctica para disminuir el estrés académico hacia el contenido estadístico en los estudiantes de medicina. *Humanidades Médicas* 2014; 14(2):499-521.
- Gross, J. J.; John, O. P. (citado por Jessica Navarro, M. Dolores Vara, Ausias Cebolla, & Rosa M. Baños 2018). *Revista de psicología clínica con niños y adolescentes*. 5(1) p. 9-15. Disponible:
https://www.revistapcna.com/sites/default/files/1_1.pdf
- López, G., Vélez, J. (2018). Estrategias de afrontamiento de los estudiantes de la universidad cooperativa de Colombia sede Villavicencio. (Trabajo de grado). Psicología, Villavicencio: Universidad Cooperativa de Colombia. Disponible:
<https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/5440>

Macías, A., Gonzales, L., Madero, A., Cazeres, F. (2019) El estrés académico en alumnos de odontología. *Revista mexicana de estomatología*. 6(1) p.12-26.

<https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/issue/view/12>

Vallejo-Slocker L, Vallejo M. (2016) Sobre la desensibilización sistemática. Una técnica superada o renombrada. *Acción Psicológica*. 13(2) p. 157-168.

<https://scielo.isciii.es/pdf/acp/v13n2/1578-908X-acp-13-02-00157.pdf>

Rodríguez, E. (2018). Técnicas de relajación en el paciente con ansiedad. Moreno Gea, *XIX Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría*, virtual.

www.interpsiquis.com

REFERENCIAS

- Academia Americana del Dolor Orofacial (AAOP) (2008). *Guidelines for assessment, diagnosis, and management*. 4th ed. Chicago: Quintessence Publishing.
- Águila, B., Calcines, M., Monteagudo de la Guardia, R. y Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *Edumecentro*, 7(2), p.163-178. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2077-28742015000200013&script=sci_abstract
- Arias, F. (2006). *El proyecto de investigación. Inducción a la metodología científica*. (5^a ed.). Venezuela: Episteme.
- Arias, F. (2012). *El proyecto de investigación. Introducción a la metodología científica* (6^a ed.) Venezuela: Episteme.
- Asamblea Nacional de la República Bolivariana de Venezuela. (2009, 15 agosto). *Ley Orgánica de Educación*. Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela, 5.929 (Extraordinario).
- Balestrini, M. (2002). *Como se elabora el proyecto de investigación*. (6^a ed.). Venezuela: Consultores Asociados B.L.
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en estudios de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. Disponible. <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>
- Barrio J.A, García M.R, López M, Bedia M. (2006). Control de estrés. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2 (1), p. 429-439. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832312036.pdf>

- Cabanach R, Valle A, Rodríguez S, Piñero I, Freire C. (2010) Escala de Afrontamiento del Estrés Académico (A-CEA) *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 2010, 1(1): 51-64 <http://www.redalyc.org/pdf/2451/245116411005.pdf>
- Castañeda, M. y Jiménez, R. (2016). Uso de férulas oclusales en pacientes con trastornos temporomandibulares. *MEDISAN*, 20 (4). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192016000400014
- Castro Barrera, J. J., Restrepo, N. (2017). Estrés académico, estrategias de afrontamiento y relación con el rendimiento académico en universitarios. Estudio teórico (Tesis de pregrado). Universidad Cooperativa de Colombia, Villavicencio. Recuperado de <http://repository.ucc.edu.co/handle/ucc/12225>
- Código de Deontología Odontológica. Colegio de Odontólogos de Venezuela. [Documento en línea]. XXXIX Convención Nacional San Felipe, Estado Yaracuy, Agosto 1992. Disponible en URL: <https://www.elcov.org/ley2.htm>
- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela. Gaceta Oficial de la República de Venezuela, 36.860 (Extraordinario), Diciembre 30, 1999.
- De La Rosa, G., Chang, S., Delgado, L., Oliveros, L., Murillo, D., Ortiz, R., Vela, G., Yhuri, N. (2015). Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas. *Gaceta Médica De México*, 151(1), p. 443-449. Recuperado: www.anmm.org.mx/%2FGMM%2F2015%2Fn4%2FGMM_151_2015_4_443-449.pdf&usg=AFQjCNH2VPgNdCJMyEBAKCj2ETHnYaSolw

De la Torre, S. y Barrios, O. (2000). *Estrategias didácticas innovadoras*. Barcelona, España: Octaedro.

Demjaha G, Kapusevska B, Pejkovska-Shahpaska B. (2019). Bruxism Unconscious Oral Habit in Everyday Life. *Journal of Medical Sciences*, 7(5), p. 876-881. Disponible: https://www.researchgate.net/publication/332016687_Bruxism_Unconscious_Oral_Habit_in_Everyday_Life

Espinosa J, Hernández J, Rodríguez J, Chacín M, Bermúdez V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 39(1),p, 92-98. Disponible: https://biblat.unam.mx/hevila/Archivosvenezolanosdefarmacologiayterapeutica/2020/vol_39/no1/14.pdf

Fugrone RE, Rodríguez C. (2013). Bruxismo. *Avances en Odontoestomatología*. 19(3), p, 123- 130. Disponible: <https://scielo.isciii.es/pdf/odonto/v19n3/original2.pdf>

Gómez V. (2005). Richard Stanley Lazarus (1922-2002). *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37(1), p. 207-209. Disponible: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80537112>

Guerrero G. (2017). El estrés académico y su correlación con la ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de medicina de la ciudad de Ambato. Ecuador: Ambato. Disponible: <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2151/1/76573.pdf>

- Gutiérrez H, Amador M. (2016). Estudio del estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. *Quipuramayoc*, 24(45), p, 23-28. Disponible: <https://doi.org/10.15381/quipu.v24i45.12457>
- Hernández R, Fernández C, Baptista M.P. (2010). *Metodología de la Investigación* (5ª Ed.). México: McGraw Hill Educación.
- Hernández R, Fernández C, Baptista M.P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a. ed.). México: McGraw Hill Educación.
- Hernández, F., y Monroy, F. (2015). A preliminary study of teachers' perception of core competencies for undergraduate students. *Psicología Educativa*, 21(1), p.11- 16. Disponible: <http://dx.doi.org/10.1016/j.pse.2015.02.001>
- Hurtado, J. (2012). *Metodología de la investigación holística*. (7ª ed.) Venezuela: Quirón.
- Isler A. (2014). *Estabilidad del tratamiento con férula miorelajante en pacientes con bruxismo en la fase preortodóncica*. Universidad de Carabobo. Facultad de Odontología, Valencia, Venezuela. <http://riuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/123456789/663/1/lisler.pdf>
- Kamdar, R. (2018). Stress in Dentistry: Review article. *Acta Scientific Dental Sciences*, 2 (12), p. 79-82. <https://medicopublication.com/index.php/ijfmt/article/download/13066/12032>
- Ley Orgánica de Educación (2009), Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela. N°. 5928. (Extraordinario), Agosto 15,2009.
- Licht, V., Soto, S. y Ángulo, R. (2021). Nivel de estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios que trabajan y los que no. *Espacios*, 42 (07), p. 82-90. <https://www.researchgate.net/publication/351174138>

López, G., Vélez, J. (2018). Estrategias de afrontamiento de los estudiantes de la universidad cooperativa de Colombia sede Villavicencio. (Trabajo de grado). Psicología, Villavicencio: Universidad Cooperativa de Colombia. Disponible:

<https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/5440>

Macías, A., Gonzales, L., Madero, A., Cazeres, F. (2019) El estrés académico en alumnos de odontología. *Revista mexicana de estomatología*. 6(1) p.12-26.

<https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/issue/view/12>

Martínez, J. (2016). La enseñanza de las ciencias en el nuevo milenio. Retos y sugerencias. *Revista Universidad y Sociedad*, 8(1), p.169-176. Disponible:

<http://rus.ucf.edu.cu>

McRae, K., Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1-9. Disponible:

<http://dx.doi.org/10.1037/emo0000703>

Medina J. (2018). *Los mandalas, representaciones artísticas para la salud mental de estudiantes universitarios*. Universidad de Carabobo. Facultad de Ciencias de la Educación, Valencia, Venezuela.

<http://mriuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/handle/123456789/7315/TEG%20MEDINA%20JA>

[VI](#) ANA.2018.pdf?sequence=1

Menduburu, C., Medina, S., Cárdenas, A. (2016). Afecciones pulpares de origen no infeccioso en órganos dentarios con oclusión traumática. *Rev Cubana Estomatol*, 53 (2), p. 29-36.

<https://www.medigraphic.com/cgibin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=66317>

Meza M. (2011) *Influencia del estrés en la periodontitis apical persistente*. Trabajo de Ascenso a Escalafón de Asistente en la FOUC. Universidad de Carabobo. Valencia, Venezuela.

<http://mriuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/handle/123456789/2318/mezaplatt.pdf?sequence=1>

Mogollón, A, (2020). Ética e investigación en educación universitaria. *Revista Estudios Culturales*, 13 (25), p.101-112.

http://servicio.bc.uc.edu.ve/multidisciplinarias/estudios_culturales/num25/art08.pdf

Organización Mundial de la Salud. (28 de abril de 2016). *Estrés laboral es una carga para los individuos, los trabajadores y las sociedades*.

https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=11973:workplace-stress-takes-a-toll-on-individuals-employers-and-societies&Itemid=135&lang=es

Orozco C, Labrador M, Palencia A. (2002). *Manual teórico práctico de metodología para tesis, asesores, tutores y jurados de trabajos de investigación y ascenso*. Venezuela: Ofimax.

Palao D, Albertini M, Cabezas M, Jiménez D, Blasi G, Nart J. (2019). Trauma oclusal. Literatura clásica frente a la literatura más actual. Diagnóstico y plan de tratamiento en pacientes con enfermedad periodontal. *Periodoncia y Odontología Restauradora*. 1, p.96- 109.

https://www.researchgate.net/publication/332655816_Trauma_oclusal_Literatura_clasica_frente_a_la_literatura_mas_actual_Diagnostico_y_plan_de_tratamiento_en_pacientes_con_enfermedad_periodontal

- Palella S, Martins F. (2012). *Metodología de la Investigación Cuantitativa*. Venezuela: FEDUPEL.
- Patton, M. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. (2ª ed.) Newbury Park: Sage.
- Platt, C., Meza, M., Padrón, Y. (2016). Estrés y enfermedades endoperiodontales. *ODOUS Científica*,17(1),p.8-17.Disponible:
<http://servicio.bc.uc.edu.ve/odontologia/revista/vol17-n1/art01.pdf>
- Piemontesi, S., Heredia, D., Furlan, L., Sánchez, J., y Martínez, M. (2012). Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Anales de Psicología*, 28(1), 89-96. Recuperado de:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16723161011>
- Rivadeneira, E. (2017). Lineamientos teóricos y metodológicos de La investigación cuantitativa en ciencias sociales. *In Crescendo. Institucional*, 8(1), p. 115-121.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6042332.pdf>
- Reyes, V., Alcazar, R., Reidl, L. (2017). Las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes ante situaciones que provocan miedo. *Psicogente*, 20 (38),p. 240-255.
<http://doi.org/10.17081/psico.20.38.2544>)
- Silva M, López J, Meza-Zamora M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes*, 28(79), p. 75-83.Disponible:
[https://www.researchgate.net/publication/341793612 Estres academico en estudi](https://www.researchgate.net/publication/341793612_Estres_academico_en_estudi)
antes_universitarios

Solomon, RC. (1976). *The Passions: The Myth and Nature of Human Emotion*. Nueva York, EEUU: Anchor Press, Doubleday. Disponible:

<https://www.redalyc.org/pdf/185/18551075001.pdf>

Universidad Pedagógica Experimental Libertador. UPEL. (2006). *Manual de Trabajo de Grado de Especialización y Maestría*. Venezuela: FEDUPEL.

Vanegas, M., Gonzales, M., Cantú, R. (2016). Regulación del estrés y emociones con actividades gráficas y narrativa expresiva. *Revista de Psicología*, 34 (2), p. 293- 312.

https://www.researchgate.net/publication/305218647_Regulacion_del_estres_y_emociones_con_actividades_graficas_y_narrativa_expresiva

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

[illegible]

[Anexo N 2]

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA SUJETOS DE INVESTIGACIÓN

Estimado(a) participante

En esta reunión previa convocatoria, por medio de la presente se le informa que usted ha sido seleccionado como un sujeto de investigación en el marco del estudio titulado: **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN, ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA.**

Cuyo propósito final es: *Proponer estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en estudiantes que acuden al Postgrado de Endodoncia, Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo.*

La referida investigación se realiza en el marco del trabajo de grado para optar al título de Magister en Investigación Educativa en la Facultad de Ciencias la educación de la Universidad de Carabobo. La metodología del trabajo es de carácter cuantitativo, siendo una investigación descriptiva de campo, tipo tecnicista cuya modalidad es un proyecto factible, por lo cual la principal técnica de recolección de información es la encuesta. Ante esto, solicitamos su valiosa colaboración en aceptar la participación como sujeto de investigación.

Si usted decide aceptar, debe estar informado de los siguientes aspectos:

1. Su participación consistirá en responder el cuestionario que le realizará el investigador.

2. El tiempo de aplicación será breve.
3. La información ofrecida será confidencial. No se divulgarán sus nombres y demás datos personales, a menos que el sujeto de la investigación lo solicite o esté de acuerdo en que aparezcan en el estudio.
4. La participación es voluntaria, no implica remuneración o retribución monetaria alguna.
5. Si en cualquier momento decide cesar su participación en el estudio es libre de hacerlo.

El investigador se compromete a no publicar información alguna que pueda vulnerar la integridad, el bienestar y los intereses de los sujetos participantes en la investigación. Los resultados de esta investigación permitirán enriquecer el acervo de conocimientos en el área de la Educación

6. Para ello se ha informado al director de Postgrado en la Facultad de Ciencias de la Educación, el cual aprobó el proyecto de investigación; asimismo se solicitó el permiso correspondiente ante la Institución Educativa Escuela Samuel Robinson

7. Los resultados serán publicados solo bajo la aprobación de los sujetos encuestados o de sus representantes para los fines de la investigación.

8. Usted no tiene riesgo alguno de lesiones físicas si participa en este estudio; el riesgo potencial es que se pierda la confidencialidad de sus datos personales. Sin embargo, se hará el mayor esfuerzo para mantener su información en forma confidencial.

9. Los datos que lo identifiquen serán tratados en forma confidencial como lo exige la Ley. Salvo para quienes estén autorizados a acceder a sus datos personales, Ud. No podrá ser identificado.

10. En caso de que los resultados de este estudio sean publicados en revistas científicas o presentados en congresos, su identidad no será revelada. Se utilizará un seudónimo.

11. El presente consentimiento informado fue sometido a revisión por parte de la Comisión Operativa de Bioética de la Facultad de Ciencias de la Educación.

12. El presente consentimiento informado cumple con lo previsto en el Código de Ética para la Vida (2011) de la República Bolivariana de Venezuela, publicado por el Ministerio del Popular para la Ciencia, Tecnología e Industrias intermedias, específicamente en la Parte II, Capítulo 2, que trata sobre el consentimiento informado, siguiendo lo indicado en los numerales: 1.1, 1.2, 1.4, 1.5, 1.7, 1.8, 1.9.

Luego de brindar la información necesaria, por favor marque con una X la opción de su preferencia con respecto a la aceptación o no, de participar en la investigación antes mencionada en calidad de sujeto de investigación que conforma la muestra de la misma:

Acepto participar en la investigación, por lo cual doy mi consentimiento: _____

No acepto participar en la investigación, por lo cual no doy mi consentimiento: _____

El Investigador: _____

C.I. V- _____ Nro. Telefónico: _____

Correo: _____ Fecha: _____

Sujeto participante: _____ Firma: _____

C.I. V- _____ N° Telefónico: _____

Testigo 1: _____

Testigo 2: _____



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSTGRADO
MAESTRIA EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA**



Estimado Participante:

La presente actividad tiene como finalidad recabar información necesaria y pertinente relacionada con la investigación titulada: **Estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico en estudiantes del Subsistema de Educación Universitaria**. La información que usted aporte es totalmente confidencial y será de utilidad para alcanzar los objetivos planteados; por lo que se agradece su colaboración y sinceridad.

INSTRUCCIONES

- La actividad consta de diecinueve (19) ítems con opciones de respuesta bajo la escala de estimación totalmente de acuerdo, medianamente de acuerdo, escasamente de acuerdo y en desacuerdo.
- Seleccione con una equis (x) la opción que Usted considera frecuente.
- Evite responder al azar.

Nº	ÍTEMS	TOTALMENTE DE ACUERDO	MEDIANAMENTE DE ACUERDO	ESCASAMENTE DE ACUERDO	EN DESACUERDO
1	Según su perspectiva, las estrategias de afrontamiento son conductas que el individuo desarrolla para manejar demandas específicas, particularmente situaciones estresantes				
2	Un plan de intervención ante el estrés académico en estudiantes es necesario a nivel del subsistema de Educación Universitaria				
3	Considera Usted factible la elaboración de estrategias de afrontamiento con el fin de ayudar al estudiante a reducir el estrés académico				
4	Cree Usted necesario el diseño de estrategias dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico				
5	Durante el abordaje del estudiante ansioso o estresado, considera Usted factible controlar y regular dicha afección a través de estrategias de afrontamiento con el fin de evitar afecciones de tipo psicológicas, emocionales, entre otras patologías				
6	Para Usted, el estrés académico es un proceso de carácter adaptativo que está presente en el ámbito educativo debido a una sobrecarga de exigencias				
7	Considera Usted que los agentes estresores conllevan al individuo a crear su propia acción de afrontamiento para lograr restaurar el equilibrio perdido				
8	Opina Usted, el exceso de responsabilidad por cumplir obligaciones académicas, sobrecarga de trabajos académicos, tiempo limitado, entre otros, corresponden a agentes estresores				
9	Cree Usted, las fallas de factores externos (internet, transporte, pandemia, electricidad, entre otros) puedan incrementar el estrés académico				
10	El estrés académico continuo puede provocar un desequilibrio capaz de repercutir a nivel físico, emocional, psicológico y bucodental				
11	Desde su punto de vista, el estrés académico puede considerarse un problema común en la población estudiantil del subsistema de Educación Universitaria				
12	Cree Usted, el estrés académico no sólo incide en el rendimiento estudiantil, sino también trae repercusiones en la salud				
13	Según su perspectiva, el estrés académico y los problemas dentales están íntimamente relacionados				
14	Considera Usted, el bruxismo es el hábito de apretar o rechinar los dientes sin ninguna función fisiológica siendo el principal signo bucodental observado en estudiantes bajo estrés académico				
15	Los trastornos del sueño, factores nutricionales, entre otros; podrían considerarse como estimulantes al sistema nervioso central, aumentando la ansiedad y el estrés en el estudiante universitario, llegando a provocar así la aparición del bruxismo				
16	Presentar un diagnóstico de bruxismo está asociado en su mayoría con lesiones de tipo trauma oclusal como resultado de una fuerza dental indebida. Cree Usted, el estrés académico sea uno de los agentes causales				
17	Considera Usted, el trauma oclusal asociado a bruxismo produce cambios en el nervio dental y tejidos en torno a la raíz; y en consecuencia afecciones o patologías del mismo en estudiantes universitarios sometidos a un mayor grado de demandas y exigencias académicas				
18	Estar bajo estrés académico al momento de cursar estudios ya sea de pregrado o postgrado, pueden inducir a estímulos constantes en la unidad dental provocando estados inflamatorios de la pulpa y los tejidos en torno a la raíz generando una respuesta dolorosa				

19	Cree Usted, pertinente la necesidad de tomar acciones dirigidas a la prevención de procesos inflamatorios en el diente los cuales pueden conllevar a la necrosis o muerte pulpar				
----	--	--	--	--	--

INSTRUMENTO	CUESTIONARIO
INVESTIGACIÓN	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN, ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA

- Aspectos relacionados con los ítems

Nº	Aspectos específicos	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	La redacción del ítem es clara	X		X		X		X		X		X		X		X		X		X	
2	El ítem tiene coherencia interna	X		X		X		X		X		X		X		X		X		X	
3	El ítem induce a la respuesta		X		X		X		X		X		X		X		X		X		X
4	El ítem mide lo que pretende	X		X		X		X		X		X		X		X		X		X	

Nº	Aspectos específicos	11		12		13		14		15		16		17		18		19	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	La redacción del ítem es clara	X		X		X		X		X		X		X		X		X	
2	El ítem tiene coherencia interna	X		X		X		X		X		X		X		X		X	
3	El ítem induce a la respuesta		X		X		X		X		X		X		X		X		X
4	El ítem mide lo que pretende	X		X		X		X		X		X		X		X		X	

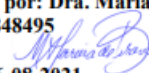
Nº	ASPECTOS GENERALES	SI	NO	OBSERVACIONES
5	El instrumento contiene instrucciones para responder	X		
6	Los ítems permiten el logro del objetivo relacionado con el diagnóstico	X		Se recomienda mejorar la redacción los ítems 2,5,7,8,9,11,14 y 18 para ser más explícitos
7	Los ítems están presentados de una forma lógica y secuenciada	X		
8	El número de ítems es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera el (los) ítems que falta (n).	X		

Observación General: Mejorar la redacción los ítems 2, 5, 7, 8, 9, 11,14 y 18

Validado por: **Dra. Maria Adilia Ferreira**

C.I: V-6848495

Firma:



Fecha: 26-08-2021

Correo Electrónico: profmariaferreira2020@gmail.com

VALIDEZ	
Aplicable	☐
Aplicable atendiendo las observaciones	☒
No aplicable	☐

INSTRUMENTO	CUESTIONARIO
INVESTIGACIÓN	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN, ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA

• Aspectos relacionados con los ítems

N°	Aspectos específicos	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	La redacción del ítem es clara	x		x		x		x		x		x		x		x		x		x	
2	El ítem tiene coherencia interna	x		x		x		x		x		x		x		x		x		x	
3	El ítem induce a la respuesta		x		x		x		x		x		x		x		x		x		x
4	El ítem mide lo que pretende	x		x		x		x		x		x		x		x		x		x	

N°	Aspectos específicos	11		12		13		14		15		16		17		18		19	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	La redacción del ítem es clara	x		x		x		x		x		x		x		x		x	
2	El ítem tiene coherencia interna	x		x		x		x		x		x		x		x		x	
3	El ítem induce a la respuesta		x		x		x		x		x		x		x		x		x
4	El ítem mide lo que pretende	x		x		x		x		x		x		x		x		x	



N°	ASPECTOS GENERALES	SI	NO	OBSERVACIONES
5	El instrumento contiene instrucciones para responder	x		
6	Los ítems permitan el logro del objetivo relacionado con el diagnóstico	x		
7	Los ítems están presentados de una forma lógica y secuenciada	x		
8	El número de ítems es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera el (los) ítems que falta (n).	x		

Observación General: _____

Validado por: Rosaura Malpica

C.I: 13.469.086

Firma: _____

Fecha: 8 septiembre 2021

Correo Electrónico: rosauramalpica@gmail.com

VALIDEZ	
Aplicable x	☒
Aplicable atendiendo las observaciones	☐
No aplicable	☐

INSTRUMENTO	CUESTIONARIO
INVESTIGACIÓN	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN, ABORDAJE Y SEGUIMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA

- Aspectos relacionados con los ítems

N°	Aspectos específicos	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	La redacción del ítem es clara	X		X		X		X		X		X		X		X		X		X	
2	El ítem tiene coherencia interna	X		X		X		X		X		X		X		X		X		X	
3	El ítem induce a la respuesta		X		X		X		X		X		X		X		X		X		X
4	El ítem mide lo que pretende	X		X		X		X		X		X		X		X		X		X	

N°	Aspectos específicos	11		12		13		14		15		16		17		18		19	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	La redacción del ítem es clara	X		X		X		X		X		X		X		X		X	
2	El ítem tiene coherencia interna	X		X		X		X		X		X		X		X		X	
3	El ítem induce a la respuesta		X		X		X		X		X		X		X		X		X
4	El ítem mide lo que pretende	X		X		X		X		X		X		X		X		X	

N°	ASPECTOS GENERALES	SI	NO	OBSERVACIONES
5	El instrumento contiene instrucciones para responder	X		
6	Los ítems permiten el logro del objetivo relacionado con el diagnóstico	X		Revisar y corregir ítems 2, 5, 9 y 11. Revisar que quieres obtener de información con los ítems del 14 al 19.
7	Los ítems están presentados de una forma lógica y secuenciada	X		
8	El número de ítems es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera el (los) ítems que falta (n).	X		

Observación General: Mejorar los ítems que corresponde

Validado por: Kelly Dayhana Bravo Ferreira

C.I: 18 446 144

Firma: _____

Fecha: 03 de septiembre de 2021

Correo Electrónico: bravo.kelly753@gmail.com

VALIDEZ	
Aplicable	☐
Aplicable atendiendo las observaciones	☒
No aplicable	☐

Tabla de Operacionalización del instrumento

Objetivo General	Definición del constructo	Dimensión	Indicadores	Ítems
Proponer estrategias de afrontamiento dirigidas a la prevención, abordaje y seguimiento del estrés académico destinadas al buen estado de salud emocional, psicológica y bucodental en estudiantes que acuden al Postgrado de Endodoncia, Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo.	<i>Estrategias de afrontamiento</i> Esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar demandas específicas y enfrentar un problema determinado (Ruiz, 2020, p.93).	Estrés académico	Conductas Plan Prevención Control, regulador Proceso adaptivo, psicológico Estresores Desequilibrio	1 2,3 4 5 6 7,8,9 10,11,12
		Patología pulpar y periapical	Bruxismo Trauma oclusal Pulpitis, Periodontitis Necrosis pulpar	13,14,15 16,17 18 19