

**FUENTES DE ESTRÉS PERCIBIDO Y NIVELES DE MORBILIDAD
PSICOLÓGICA ENTRE ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA
UNIVERSITARIA EN COLOMBIA**

Corte transversal Multicentrico

Investigadores

**DIANA FRANCINA HENAO
SARA CASTILLO CARVAJAL
DAVID MENDOZA ROJAS**

**Trabajo de Grado para Optar el Título de
Odontólogo (a)**

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA COLEGIOS DE COLOMBIA

UNICOC

COLEGIO ODONTOLÓGICO COLOMBIANO

BOGOTÁ D.C

I-2013

**FUENTES DE ESTRÉS PERCIBIDO Y NIVELES DE MORBILIDAD
PSICOLÓGICA ENTRE ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA
UNIVERSITARIA EN COLOMBIA**

Corte transversal Multicentrico

Investigadores

**DIANA FRANCINA HENAO
SARA CASTILLO CARVAJAL
DAVID MENDOZA ROJAS**

Asesor metodológico

**DRA DIANA PARRA GALVIS
Od. Especialista en epidemiologia**

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA COLEGIOS DE COLOMBIA

UNICOC

COLEGIO ODONTOLÓGICO COLOMBIANO

BOGOTÁ D.C

I-2013

Bogotá, julio del 2013

DEDICATORIA

Principalmente damos gracias a Dios por la fuerza incondicional día a día, para seguir a delante, con inteligencia, capacidad y entendimiento necesario para llevar a cabo el desarrollo de este valioso proyecto.

A nuestros padres por ser esa columna vertebral en nuestra vida y en todo lo que realizamos, por esa paciencia y apoyo incondicional en los momentos y dediciones difíciles de la vida, y agradecemos a dios por permitir crecen en medio de una familia que se respeta y demuestra su afecto incondicional.

A nuestro grupo de trabajo, más que un grupo fue una amistad y apoyo incondicional. A la doctora Diana Parra quien con su sabiduría dedicación y apoyo en la elaboración completa de nuestro proyecto, haciendo posible la culminación de este.

Y todas las personas que de una u otra forma participaron en la elaboración de este proyecto.

AGRADECIMIENTOS

Este proyecto no habría sido posible sin el apoyo y colaboración de distintas personas a las que agradezco profundamente por participación en cada momento de la elaboración de este, así como en diferentes etapas de mi vida.

A la institución universitaria colegios de Colombia UNICOC que nos brindó la enseñanza y dedicación que requeríamos para poder solucionar y desarrollar este proyecto.

Agradecemos a la doctora Diana Parra que con su sabiduría, dedicación, preocupación y supervisión fue posible el desarrollo de este proyecto. Por todos los momentos en que nos guiaba, dentro y fuera de la institución.

A mis amigos y grupo de trabajo, que trabajaron día a día en la elaboración de este, con su dedicación y empeño por el bien de nuestra formación académica de pregrado.

Por ultimo agradecemos a mi familia y los seres más queridos que sin el apoyo moral y de apoyo no hubiese sido posible por eso y muchas cosas más mil gracias a todos.

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

	Página
1 ASPECTOS TEÓRICO - CIENTÍFICOS	5
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	5
1.1.1 Pregunta de investigación	6
1.2 JUSTIFICACIÓN	7
1.3 PROPÓSITO	8
1.4 MARCO TEÓRICO	8
1.4.1 Definición de estres.....	8
1.4.2 Síndrome de Burnout	10
1.4.3 Factores de riesgo de estrés en estudiantes de odontología.....	12
1.4.4 Distintos factores de estres como manifestación en el organismo.....	13
1.4.5 Recomendaciones para la prevención del stress y burnout del odontologo.....	15
1.5 OBJETIVOS	18
1.5.1 OBJETIVO GENERAL	18
1.5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	18
2 ASPECTOS METODOLÓGICOS	19
2.1 TIPO DE ESTUDIO	19

2.2 OBJETO DE ESTUDIO	19
2.3 CRITERIOS DE SELECCIÓN.....	19
2.3.1 Criterios de inclusión.....	19
2.3.2 Criterios de exclusión.....	19
2.4 PROCEDIMIENTO.....	20
3 RESULTADOS	22
4 DISCUSIONES	24
5 CONCLUSIONES	25
6 BIBLIOGRAFÍA	26

INTRODUCCIÒN

El estrés es uno de los conceptos que se definen como múltiples factores mecanismos relacionados entre sí de una forma compleja. Distintos autores se han dedicado al trabajo sobre el planteamiento teórico, respecto al estrés en los últimos 50 años basados en la respuesta, estímulo e interacción social ⁽¹⁾.

El estrés se ha definido como la respuesta general del organismo ante cualquier estímulo estresor. Actualmente la conceptualización del estrés psicológico, desarrollado en 1984 por Richard Lazarus y Susan Folkman, está enfocada al comportamiento, por lo cual los cambios experimentales por los individuos deben ser interpretados según una estrecha relación entre la persona (física y psicológicamente), ambiente físico y social que lo rodea, ⁽²⁾ y es el resultado de una relación particular entre individuo y entorno que es evaluada por aquel como amenazante o desbordante de sus recursos, y que pone en peligro su bienestar. ⁽³⁾

El estrés en estudiantes universitarios es un tema del que se trata hoy en día, siendo una consecuencia laboral que se ha estudiado en diferentes conglomerados de trabajadores como el síndrome de burnout, que es un concepto tridimensional que se describe como el deterioro mental de los profesionales que ofrecen servicios asistenciales. ⁽⁴⁾

El paso del colegio a la universidad constituye un cambio relevante para los jóvenes, ya que implica una adaptación a un nuevo estilo de vida. La universidad exige a los estudiantes variadas habilidades, tales como la toma de decisiones, adecuada distribución del tiempo personal, seguridad en sí mismo ⁽⁵⁾, exigencias académicas como preparar sus clases, presentar exámenes, intervenir en clase,

exponer temas, hablar con profesores y administrar su tiempo⁽⁴⁾. De este modo, los estudiantes van configurando su propia personalidad, en la cual confluyen aspectos tanto biológicos, ambientales y sociales⁽⁵⁾. La población estudiantil universitaria es considerada por diversos autores como particularmente vulnerable al desarrollo de ciertas psicopatologías, como el estrés por verse expuesta a una serie de factores estresantes, tales como presiones académicas, preocupaciones económicas, dificultades relacionales y falta de apoyo familiar ⁽⁵⁾. Por tanto, en su formación se les somete a estrés y en la mayoría de las veces determina la adquisición de comportamientos de riesgo para la salud (exceso en el consumo de cafeína, tabaco, estimulantes o tranquilizantes, ingesta de dietas hipercalórica, hiper sódica o hiperlipida) ⁽⁴⁾. Estos estilos de vida les convierte en sujetos vulnerables a alteraciones, tanto a nivel fisiológico, cognitivo-afectivo, como conductual; generando cansancio emocional como la expresión básica del burnout que se relaciona directamente con el estrés académico ⁽⁴⁾.

Por consiguiente el objetivo de esta investigación es: Determinar las fuentes de estrés percibido y los niveles de morbilidad psicológica entre estudiantes de odontología de la universidad Instituciones unidas de Colombia.

1. ASPECTO TEORICO CIENTIFICO

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El estrés es uno de los conceptos que se definen como múltiples factores y mecanismos relacionados entre sí de una forma compleja. Distintos autores se han dedicado al trabajo sobre el planteamiento teórico, respecto al estrés en los últimos 50 años basados en la respuesta, estímulo e interacción social ⁽¹⁾.

Selye definió al estrés como la respuesta general del organismo ante cualquier estímulo estresor. Actualmente la conceptualización del estrés psicológico, desarrollado en 1984 por Richard Lazarus y Susan Folkman, está enfocada al comportamiento, por lo cual los cambios experimentales por los individuos deben ser interpretados según una estrecha relación entre la persona (física y psicológicamente), ambiente físico y social que lo rodea, ⁽²⁾ y es el resultado de una relación particular entre individuo y entorno que es evaluada por aquél como amenazante o desbordante de sus recursos, y que pone en peligro su bienestar. ⁽³⁾

La palabra estrés, significa diferentes cosas para diferentes autores, de tal manera que su definición es muy difícil según Selye publicado en su libro stress without distress. ⁽²⁾

El estrés en estudiantes universitarios se está hablando hoy en día, siendo una consecuencia laboral que se ha estudiado en diferentes conglomerados de trabajadores es el síndrome de burnout, que es un concepto tridimensional que se describe como el deterioro mental de los profesionales que ofrecen servicios asistenciales. ⁽⁴⁾

El paso del colegio a la universidad constituye un cambio relevante para los jóvenes, ya que implica una adaptación a un nuevo estilo de vida. La universidad exige a los estudiantes variadas habilidades, tales como la toma de decisiones, adecuada distribución del tiempo personal, seguridad en sí mismo ⁽⁵⁾, exigencias académicas como preparar sus clases, presentar exámenes, intervenir en clase, exponer temas, hablar con profesores y administrar su tiempo⁽⁴⁾. De este modo, los estudiantes van configurando su propia personalidad, en la cual confluyen aspectos tanto biológicos, ambientales y sociales ⁽⁵⁾. La población estudiantil universitaria es considerada por diversos autores como particularmente vulnerable al desarrollo de ciertas psicopatologías, como el estrés por verse expuesta a una serie de factores estresantes, tales como presiones académicas, preocupaciones económicas, dificultades relacionales y falta de apoyo familiar ⁽⁵⁾. Por tanto, en su formación se les somete a estrés y en la mayoría de las veces determina la adquisición de comportamientos de riesgo para la salud (exceso en el consumo de cafeína, tabaco, estimulantes o tranquilizantes, ingesta hipercalórica, hipersódica o hiperlipídica) ⁽⁴⁾. Estos estilo de vida les convierte en sujetos vulnerables a alteraciones, tanto a nivel fisiológico, cognitivo-afectivo, como conductual; generando cansancio emocional como la expresión básica del *burnout* que se relaciona directamente con el estrés académico ⁽⁴⁾.

1.1.1 PREGUNTA DE INVESTIGACION

¿Cuáles son las fuentes de estrés percibido y los niveles de morbilidad psicológica entre estudiantes del colegio odontológico UNICOC?

1.2 JUSTIFICACION

La importancia que requiere identificar los factores que inciden a estrés en estudiantes de odontología se enfoca a situaciones en particular a las que están sometidos los estudiantes de odontología y que nos conllevan a identificar causas que desencadenen el estrés en estos factores son: cargas académicas prolongadas que le requieren desarrollar actividades todo el día. Deben asistir a cursos teóricos entre seis u ocho horas al día y realizar prácticas en alguna institución que les exige ciertos comportamientos y actividades productivas ⁽⁴⁾.

Implica atender a pacientes, mantener el cuidado e higiene del instrumental, reportar las actividades ante sus profesores y además ante los responsables de las clínicas donde realizan su función. Con todo ello, no todos los estudiantes se verán afectados por el estrés, sin embargo, la respuesta a las exigencias de su actividad dependerá de la disposición personal para afrontar las demandas de su profesión ⁽⁴⁾.

Diferentes factores como personales y psicosociales, Dentro de estos últimos, el apoyo social ha sido ampliamente estudiado debido a su influencia en el bienestar psicológico de las personas. Esto cobra mayor relevancia a la luz de la evidencia encontrada acerca del desgaste emocional propio de la labor odontológica ⁽⁵⁾.

Es importante definir por que Los estudiantes manifestaron sentirse alienados en su actividad, refirieron sentir los cambios como riesgos y amenazantes para su equilibrio y expresaron tener poco control con los acontecimientos más relevantes

en su vida diaria, por lo que en estas circunstancias son vulnerables al padecimiento del síndrome de burnout⁽⁴⁾

“Estos factores sociales, medioambientales, culturales y personales deben ser individualmente identificados y aclarados para darle un enfoque de solución a los estudiantes de odontología que padecen de estrés”.

1.3 PROPOSITO

Plantear, determinar e identificar de manera clara, breve y confiable las fuentes de estrés percibido y niveles de morbilidad psicológica entre estudiantes de odontología universitaria en Colombia, obteniendo información necesaria y útil como herramienta para la parte académica y de investigación acerca del tema a desarrollar, identificando los factores que conlleven a que los estudiantes de odontología en Colombia padezcan de estrés o síndrome de burnout.

1.4 MARCO TEORICO

El estrés es uno de los conceptos que se definen como múltiples factores y mecanismos relacionados entre sí de una forma compleja. Distintos autores se han dedicado al trabajo sobre el planteamiento teórico, respecto al estrés en los últimos 50 años basados en la respuesta, estímulo e interacción social ⁽¹⁾.

Desde que Hans Selye, médico canadiense y eminente autoridad en estrés introdujo, en 1926, el término *stress*, éste se ha convertido en uno de los más utilizados por los diferentes profesionales de la Salud y también empleado en el lenguaje coloquial ⁽²⁾.

Selye definió al estrés como la respuesta general del organismo ante cualquier estímulo estresor. La conceptualización actual del estrés psicológico, desarrollada en 1984 por Richard Lazarus y Susan Folkman, está adscrita a un enfoque transaccional del comportamiento, por el cual los cambios experimentados por los individuos deben ser interpretados según una estrecha relación entre la persona (física y psicológicamente) y el ambiente físico y social que le rodea. De este modo, experimentar tensión no es únicamente producto de la ocurrencia de eventos externos o internos del sujeto, sino de la manera como se interpreten dichos eventos ⁽²⁾, es el resultado de una relación particular entre individuo y entorno que es evaluada por aquél como amenazante o desbordante de sus recursos, y que pone en peligro su bienestar.⁽³⁾

La palabra estrés fue adecuadamente presentada por Selye en su libro *Stress without distress*. “La palabra estrés, al igual que éxito, fracaso o felicidad, significan diferentes cosas para diferente gente, de tal manera que su definición es muy difícil⁽²⁾.”

Los tipos de estrés suelen ser clasificados tomando como base la fuente del estrés, en términos de Orlandini, *El tema traumático*. En ese sentido se puede hablar del estrés amoroso y marital, del estrés sexual, del estrés familiar, del estrés por duelo, del estrés médico, del estrés ocupacional, del estrés académico, del estrés militar y del estrés por tortura y encarcelamiento. En el presente estudio la atención se centra en el estrés académico ⁽²⁾. Según Barraza Macias, “El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos: Primero: el

alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores. Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante), que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio). Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico ⁽²⁾.

1.4.2 SÍNDROME DE BURNOUT

Las investigadoras Maslach y Jackson (1981) describen un síndrome de aparición frecuente en los profesionales de la salud ⁽³⁾.

El Síndrome Burnout es una respuesta al estrés laboral crónico de gran prevalencia en los profesionales de la salud, integrada por sentimientos y actitudes negativos hacia las personas con las que se trabaja (actitudes de despersonalización) y hacia el propio rol profesional (falta de realización personal en el trabajo) así como por agotamiento emocional. La despersonalización se refiere al desarrollo de actitudes, sentimientos y respuestas negativas, distantes y frías hacia los pacientes; la falta de realización personal en el trabajo se refiere a la tendencia de los profesionales de la salud a evaluarse negativamente afectando la habilidad para realizar el trabajo y el trato con los pacientes, así mismo se sienten descontentos consigo mismos e insatisfechos con sus resultados laborales; el agotamiento emocional es una disminución de la energía o los recursos emocionales propios, debido al contacto diario y mantenido con los pacientes ⁽⁸⁾.

DIFERENTES DENOMINACIONES ⁽⁸⁾

- Síndrome de quemarse por el trabajo.
- Síndrome del quemado.
- Desgaste psíquico en el trabajo.
- Desgaste profesional.
- Desgaste ocupacional.
- Estrés laboral.
- Asistencial o estrés profesional.

En 1989 Patricia D'Angelo diseñó un programa de prevención y un tratamiento específico contra el síndrome de Burnout, valiéndose para esto de entrevistas diseñadas, así como de análisis de protocolos individuales y grupales en los cursos que dictó a más de dos mil odontólogos¹. En el 2003 Cartagena y otros² mostraron un estudio sobre el Burnout, el cual desde 1974 se ha venido investigando, definiéndose como un nuevo fenómeno que afecta exclusivamente a profesionales que ejercen sus labores en una relación de ayuda o servicio hacia terceras personas, entre los que se cuentan los profesionales de la salud. Este fenómeno fue descrito como Síndrome de Burnout, enfermedad que se ha transformado en un problema creciente, que abarca alteraciones físicas, somáticas y psicológicas, pudiendo llevar a la depresión. Este síndrome es causa de ausentismo laboral recurrente y de la baja drástica en la calidad de su atención, siendo incluso reconocido como un accidente laboral, causante de millonarias pérdidas para el Estado ⁽⁶⁾.

Hernández de la Cruz y colaboradores ⁽³⁾ realizaron un estudio sobre el Burnout entre odontólogos de práctica general y especialistas, encontrando que de 110 cuestionarios MBI realizados, se observó que el 10,90% del total de odontólogos presentó el síndrome; en los cuales se apreció una mayor incidencia hacia el síntoma de baja realización personal manifestándose en un 75% de los participantes, seguido por un 16,6% de incidencia del síntoma de agotamiento emocional y sólo en un 8,3% se presentó el síntoma de la despersonalización.

1.4.3 FACTORES DE RIESGO DE ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA

El paso del colegio a la universidad constituye un cambio relevante para los jóvenes, ya que implica la adaptación a un nuevo estilo de vida. El sistema universitario exige de los sujetos el despliegue de variadas habilidades, tales como la toma de decisiones, adecuada distribución del tiempo personal, seguridad en sí mismo, Diversos estudios han demostrado que el estilo de vida de los estudiantes, futuros profesionales que ofrecerán servicios asistenciales, se ve modificado por las exigencias académicas como preparar sus clases, presentar exámenes, intervenir en clase, exponer temas, hablar con profesores y administrar su tiempo^(12,13). Por tanto, en su formación se les somete a estrés y en la mayoría de las veces determina la adquisición de comportamientos de riesgo para la salud (exceso en el consumo de cafeína, tabaco, estimulantes o tranquilizantes, ingesta hipercalórica, hipersódica o hiperlipida). Este estilo de vida les convierte en sujetos

vulnerables a alteraciones, tanto a nivel fisiológico, cognitivo-afectivo, como conductual; generando cansancio emocional como la expresión básica del *burnout* que se relaciona directamente con el estrés académico⁽⁴⁾ De este modo, los estudiantes van configurando su propia personalidad, en la cual confluyen aspectos tanto biológicos como ambientales y sociales (Pervin, 1998, citado en Reynaldos y Saavedra, 2006). La población estudiantil es considerada por diversos autores como particularmente vulnerable al desarrollo de ciertas psicopatologías, por verse expuesta a una serie de factores estresantes, tales como presiones académicas, preocupaciones económicas, dificultades relacionales y falta de apoyo familiar ⁽⁵⁾.

NO CONOCIMIENTO DEL PROCEDIMIENTO

- La carencia de técnicas y procedimientos para resolver con excelencia y seguridad los problemas que se presentan en la práctica diaria (por ejemplo, muchísimos dentistas tienen miedo a que sus técnicas anestésicas causen dolor o fracasen)⁽³⁾.
- La falta de formación en lo relacional, ya que cada paciente y su familia pueden generar un problema al dentista si no se tiene un método profesional para vincularse⁽³⁾.

SOBRECARGA EN LAS ACTIVIDADES A REALIZAR

- Laboral⁽³⁾.

- Superposición del trabajo con momentos críticos en el ciclo vital de la persona y/o de la familia- (casamiento, crianza de los niños, atención de enfermos o ancianos, divorcios, mudanzas, migraciones) ⁽³⁾

CONFLICTO RELACIONADOS CON LA CARRERA DE ODONTOLOGIA

- No le gusta la profesión o ciertos aspectos que no puede dejar de practicar⁽³⁾.
- No recibe las gratificaciones esperadas:
 1. Económicas
 2. Resultado de los tratamientos
 3. Relación con los pacientes
 4. Relación con los colegas
 5. Valoración social
- Conflicto entre distintos roles: madre/profesional profesional/docente⁽³⁾.
- Conflicto moral: no estar haciendo el trabajo como piensa que se debería hacer⁽³⁾.
- Conflicto generado por la estructura del sistema asistencial: entornos competitivos, mal pago, exigencias desmedidas de parte del ambiente y del propio profesional a sí mismo⁽³⁾.

Las profesiones ligadas a la salud exhiben un amplio y complejo universo, donde cohabitan, toda una gama de situaciones y experiencias que pueden perturbar el estado de vigor emocional y por consecuente físico del mismo profesional, que en

teoría, debería encontrarse en un estado de salud óptimo para lograr brindar, atención oportuna y con calidad a la población. El caso de los odontólogos en este contexto, no es muy distinto ⁽⁹⁾.

Así mismo, durante los últimos años se ha confirmado que el padecimiento psicossomático provocado por asuntos laborales más frecuentemente encontrado en odontólogos es sin duda alguna el estrés, enfermedad que hace gala de manifestaciones clínicas de patología bien definidas en el organismo, las cuales pueden iniciar con estados de ansiedad, insomnio o irritabilidad provocando un estadio de patología al organismo⁽⁹⁾.

1.4.4 DISTINTOS FACTORES DE ESTRES COMO MANIFESTACIÓN EN EL ORGANISMO

Se presentan signos y síntomas como dolores de cabeza y músculos, hasta grandes repercusiones ligadas ya no solo al aspecto biológico del individuo como migrañas o espasmos musculares, sino también alteraciones en las relaciones sociales y psicológicas con los demás individuos como conductas agresivas y de aislamiento ⁽⁹⁾.

Existen situaciones denominadas factores estresantes que predisponen a los sujetos a estos estados patológicos, algunos de estos factores son:

Entornos que fuerzan a procesar información rápidamente, estímulos ambientales dañinos, alteraciones en las funciones fisiológicas (enfermedades, etcétera), conductas de aislamiento y confinamiento, entre otros⁽⁹⁾. La mayoría de estas situaciones se encuentran en los problemas diversos a los que están sujetos los odontólogos casualmente y estos a su vez están determinados por el conflicto

generado por la estructura del sistema asistencial público y privado⁴(entornos competitivos, mal pago, exigencias desmedidas de parte del ambiente y del propio profesional a sí mismo) ⁽⁹⁾.

El paso del colegio a la universidad constituye un cambio relevante para los jóvenes, ya que implica la adaptación a un nuevo estilo de vida. El sistema universitario exige de los sujetos el despliegue de variadas habilidades, tales como la toma de decisiones, adecuada distribución del tiempo personal, seguridad en sí mismo, etc. ⁽⁵⁾. De este modo, los estudiantes van configurando su propia personalidad, en la cual confluyen aspectos tanto biológicos como ambientales y sociales ⁽⁵⁾. La población estudiantil es considerada por diversos autores como particularmente vulnerable al desarrollo de ciertas psicopatologías, por verse expuesta a una serie de factores estresantes, tales como presiones académicas, preocupaciones económicas, dificultades relacionales y falta de apoyo familiar ⁽⁵⁾.

1.4.5 RECOMENDACIONES PARA LA PREVENCION DEL STRESS Y BURNOUT DEL ODONTOLOGO

- Elija un campo de trabajo y asegúrese una formación e información suficientes. Esto disminuye la angustia por los imprevistos y por los malos resultados⁽³⁾.
- Establezca un ritmo de trabajo que sea llevadero para usted ⁽³⁾.
- Cultive una buena comunicación con sus colegas, en su lugar de trabajo y/o fuera de él⁽³⁾.
- Un equipo que funciona protege a sus integrantes y puede mejorar su

producción⁽³⁾.

- Esté alerta para tomar en serio todos los indicios de stress apenas comienzan a manifestarse⁽³⁾.
- Identifique claramente estos indicios, y converse con personas que puedan reflexionar con usted, a fin de comprender y modificar *las situaciones y los contextos* en que el stress se reitera⁽³⁾.
- Si no puede cambiar el marco de su trabajo, es necesario que cambie usted⁽³⁾.
- Asuma el compromiso y la prioridad de realizar actividades para la salud, física y mental, en forma periódica y continuada. Elija algo que verdaderamente le guste⁽³⁾.
- Aprenda a encarar y resolver sus conflictos familiares y personales. Nada hay más estresante que tener miedo de volver a casa ⁽³⁾...
- Diferencie responsabilidad de omnipotencia. Comprender sus responsabilidades, permite “devolver” a los demás las que les corresponden. La omnipotencia conduce a la angustia, la parálisis y la impotencia⁽³⁾.
- Cuando se sienta mal, pregúntese:
 1. ¿Qué es lo mejor que está ocurriendo aquí
 2. ¿Qué es lo que hace que me sienta mal?
 3. ¿En qué pactos se enmarcan mis acciones?
 4. ¿Cuáles son mis prioridades?
 5. ¿Qué es lo que puedo resolver? ⁽³⁾

1.5 OBJETIVOS

1.5.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar las fuentes de estrés percibido y los niveles de morbilidad psicológica entre estudiantes de odontología de la universidad Instituciones unidas de Colombia.

1.5.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Analizar las características socio demográficas de la población encuestada.
- Determinar si las fuentes percibidas de estrés se asocian con mayores niveles de angustia psicológica entre estudiantes colombianos de odontología.
- Examinar fuentes percibidas de estrés en estudiantes colombianos de odontología.

2. ASPECTO METODOLOGICO

2.1 TIPO DE ESTUDIO

El tipo de estudio a realizar es multicentrico

2.2 POBLACION DE ESTUDIO

La población de estudio que se tuvo en cuenta fueron los alumnos de la institución universitaria colegios de Colombia UNICOC que están cursando segundo semestre en adelante hasta decimo semestre de odontología.

2.3 CRITERIOS DE ESTUDIO

2.3.1 CRITERIOS DE INCLUSION

- Estudiantes de odontología de la institución universitaria colegios de Colombia UNICOC.
- Estudiantes que se encuentren matriculados en el programa de odontología del colegio odontológico Colombiano UNICOC.
- Estudiantes del programa de odontología del colegio odontológico UNICOC que estén cursando segundo hasta decimo semestre de odontología.

2.3.2 CRITERIOS DE EXCLUSION

- Estudiantes que no estén matriculados en la facultad de odontología de la institución universitaria colegios de Colombia UNICOC.
- Estudiantes de la facultad de odontología del colegio odontológico UNICOC que se encuentren cursando primer semestre de odontología.

2.4 PROCEDIMIENTO

Búsqueda de la evidencia: Se realizó la búsqueda de la literatura a través de revistas científica indexadas contenidas en las siguientes bases de datos PUBMED, EBSCO y SCIELO. Se incluyeron las palabras clave o descriptores de búsqueda en las bases de datos y se registró el número de títulos por palabra clave.

Descriptores de búsqueda: los descriptores de búsqueda o palabras clave fueron Estrés, estudiantes, odontología, síndrome de burnout.

Búsqueda y selección de la información: se seleccionaron inicialmente los artículos que en el título incluían los términos de búsqueda, y se analizó su información.

La selección de artículos fue realizada por todos los investigadores, uno analizo la base de datos EBSCO, uno PUBMED y el otro SCIELO. Inicialmente se tomaron todos los títulos que se relacionaban con el tema, posteriormente los articulo fueron puestos a disposición al asesor científico para la selección detallada de cada uno de estos, aquí se detectaron y eliminaron los repetidos y aquellos que en el contenido no incluían relación con el tema.

Los artículos seleccionados fueron nuevamente revisados por el asesor científico y metodológico, los elegidos se incluyeron en una matriz bibliográfica.

Luego Se hizo una calibración entre docente y estudiantes para la unificación de conceptos para poder responder las preguntas sin generar ningún tipo de sesgo

por falta de información, luego se procedió a la aplicación de la encuesta a los estudiantes de la institución universitaria colegios de Colombia UNICOC colegio odontológico que se encuentren matriculados en el programa de odontología y que estén cursando los semestres de segundo a decimo, esta encuesta fue aplicada a los estudiantes con ayuda de los docentes de los respectivos semestres.

3 RESULTADOS

Del total de estudiantes matriculados en la facultad de Odontología se logró encuestar un $n=287$ cuya edad promedio fue de 21 años, son más las mujeres $n=220$ (77%) con respecto a los hombres $n=65$ (23%), con un estrato socioeconómico entre $3n=128$ y $4n=74$ con recursos propios para costear sus estudios.

Respecto al análisis de los principales factores generadores de estrés en los estudiantes, se evidenció que el miedo a reprobar un curso o un año y falta de tiempo para relajarse son las de mayor frecuencia (69%), seguidos del incumplimiento de pacientes; evaluaciones y calificaciones con un promedio del 52% $n=282$ y los otros factores analizados con un promedio del 35% $n=87$)

En la categoría número 1 la cual evaluó los factores que generan estrés, se evidenció que un $n=279$ dieron respuesta a esta sección de la encuesta, de los cuales $n=197$ responden que el principal factor es "el miedo a reprobar un curso o un año que equivale a un 69%, la impuntualidad de los pacientes $n=154$ que representa un 58%, para el criterio de "falta de tiempo para relajarse" se encontró que un $n=149$ que representa un 53%. "evaluaciones y calificaciones" 47% $n=134$. "Requisitos de graduación" $n=114$, 42%.

En la categoría número 2 se evaluó factores que lo han afectado durante los últimos siete días el resultado fue: sentirse bajo de energías o decaído $n=93$ 32%, llorar fácilmente $n=74$ 25%, dolores en la parte baja de la espalda $n=85$ 30%, sentirse triste $n=81$ 28%, preocuparse demasiado por las cosas $n=123$ el resultado 42%.

Al analizar cada una de las variables se puede llegar al resultado que los factores principales generadores de estrés para los estudiantes son el miedo a reprobado sus semestres y la falta de tiempo para descansar, debido a que la actividad académica es muy extensa y requiere de bastante tiempo para llegar a aprobarse con satisfacción. Esto conlleva al disminuir el rendimiento de los estudiantes, disminuye la calidad de vida y puede llegar a frustrar al futuro profesional.

4 DISCUSIÓN

Se ha evidenciado que autores como Hans Selye ⁽²⁾ refieren que uno de los factores estresores que se encuentra con mayor frecuencia es la falta de tiempo para dar término a sus actividades académicas ^(1,2), lo cual puede indicar que el factor tiempo puede ser determinante para generar la posible pérdida del semestre o nivel en el que se encuentre puesto que es necesario dar cumplimiento a las actividades mínimas para poder ser promovido.

Otro aspecto que se evidenció durante la realización de las encuestas, se relaciona con el componente personal como un factor generador de estrés, el cual no es relevante dentro de los resultados hallados en la institución pero, según Richard Lazarus y Susan Folkman es uno de los principales mecanismos desencadenantes de conductas secundarias al estrés ⁽²⁾.

5 CONCLUSIONES

De acuerdo con los objetivos de este trabajo, se da como conclusión que el estrés académico en estudiantes universitarios, es hoy en día uno de los aspectos más estudiados por su tendencia a aumentar. Es interesante constatar cómo son las situaciones relacionadas con la sobrecarga académica y la falta de tiempo las que provocan un mayor nivel de estrés por encima incluso de las situaciones de evaluación. En el sentido de que la sensación de no poder abarcar todo lo que han de hacer acentuará la sensación de falta de control y generar así situaciones de estrés.

6 BIBLIOGRAFIA

1. Stefano Vinaccia Alpi, Análisis de las condiciones generadoras de estrés diario de profesionales, estudiantes y personal auxiliar de odontología: revisión de dos investigadores. Revista CES odontología vol. 14-No 2 2001.soporte en línea Disponible en: 201.234.78.173:8080/gruplac/jsp/visualiza/visualizagr.jsp?nro.
2. Yaneth Díaz Martin, Estrés Académico y afrontamiento en estudiantes de medicina, Rev. Hum Med v.10 n.1 Ciudad de Camaguey ene.-abr. 2010.soporte en línea Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S172781202010000100007&script=sci_arttext
3. Ps Patricia Cecilia D' Angelo, Diagnostico, Prevención y tratamiento del estrés profesional y el Burnout del odontólogo. soporte en línea Disponible en: <http://www.patriciadangelo.com.ar/articulos/stressyburnout.htm>
4. María de Laurdes, Pregado Serranoy, Juan Manuel Vazquez-Goñi, Perfil de estrés y síndrome de Burnout en estudiantes Mexicanos de odontología de una universidad pública, REV CHIL NEURO-PSIQUIAT 2010; 48 (1): 11-19 soporte en línea Disponible en: www.sonepsyn.cl
5. Lic. Ps Araceli DvailaFigueras Lic. Ps Rocio Ruiz Celis, Niveles de Ansiedad, Depresión y Percepción de apoyo social en estudiantes de odontología de la universidad de chile año 2010.soporte en línea Disponible en: www.revistas.uchile.cl/index.php/RDP/article/.../17937/18749
6. Alfonso Bedoyo, Tania Díaz, Danilo Dong, Guido Guillinta Pablo Moncadas, Síndrome de Burnout en cirujanos dentista año 2008. Artículo original Kiru 5(2), 2008 ISSN 1812-7886. Disponible en:

http://revistas.concytec.gob.pe/scielo.php?pid=S1812-78862008000200004&script=sci_arttext

7. Armando Grau, Daniel Fichtentrer Rosa Soñer, María Prats y Florencia Braga, Influencia de factores personales, profesionales y transnacionales en el síndrome de burnout en personal sanitario hispanoamericana y español, 2007 Revista Esp Salud Publico 2009 N 2 Marzo abril 2009. Disponible en: www.msc.es/.../publicaciones/.../resp/revista...2/RS832C_215.pdf
8. Ronald Robles Velásquez Lita Cáceres Gutiérrez, Síndrome Burnout en cirujanos dentistas de hospitales de lima metropolitana, Odontol. Sanmarquina 2010; 13(1):7. Disponible en: http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/odontologia/2010_n1/pdf/a02v13n1.pdf
9. Gonzales Bello Javier, Olvera Bravo Ingrid, Estudio comparativo de la frecuencia de estrés crónico acumulativo en odontólogos del sector privado en el estado de México. Soporte en línea Disponible en: <http://odontologia.iztacala.unam.mx/20coloquio/CARTELES/1307%20Cartel.ht>
10. Ponce C, El síndrome del “quemado” por estrés laboral asistencial en grupos de docentes universitarios. Revista IIPSI Facultad de Psicología UNMSM. 2005; 8 (2): 87-112.
11. Fontes de Oliva Costa E, Andrade Santos S, Vieira de Melo E,II and Matos de Andrade T, Burnout Syndrome and associated factors among medical students: a cross-sectional study. Clinics (Sao Paulo). 2012 June; 67(6): 573–579. doi: 10.6061/clinics/2012(06)05 PMID: PMC3370307

12. Campos JA, Jordani PC, Zucoloto ML, Bonafé FS, Maroco J, Burnout, syndrome among dental students. Departamento de Odontología Social, Faculdade de Odontología de Araraquara, Universidade Estadual Paulista. jucampos@foar.unesp.br Rev. Bras Epidemiol. 2012 Mar; 15(1):155-65.
13. Prinz P, Hertrich K, Hirschfelder U, de Zwaan M. Burnout, depression and depersonalisation--psychological factors and coping strategies in dental and medical students. GMS Z Med Ausbild. 2012; 29(1):Doc10. Epub 2012 Feb 15.
14. Humphris G, Blinkhorn A, Freeman R, Gorter R, Hoad-Reddick G, Psychological stress in undergraduate dental students: baseline results from seven European dental schools. Article first published online: 4 MAR 2002 DOI: 10.1034/j.1600-0579.2002.060105.x European Journal of Dental Education Volume 6, Issue 1, pages 22–29, February 2002
15. Silverstein ST, Kritz-Silverstein D. A longitudinal study of stress in first-year dental students. Department of Family and Preventive Medicine, School of Medicine, University of California, San Diego, 9500 Gilman Drive, 0631-C, La Jolla, CA 92093, USA. J Dent Educ. 2010 Aug; 74(8):836-48.
16. Divaris K, Lai CS, Polychronopoulou A, Eliades T, Katsaros C. Stress and burnout among Swiss dental residents. Department of Pediatric Dentistry. University of North Carolina, Chapel Hill, NC, USA. 2012;122(7-8):610-5
17. Duaibis RB, Oweis T, Badran DH. Burnout among the clinical dental students in the Jordanian universities. Faculty of Dentistry, University of Jordan. J Clin Med Res. 2009 Oct; 1(4):207-11. Epub 2009 Oct 16

18. Gorter R, Freeman R, Hammen S, Murtooma H, Blinkhorn A, Psychological stress and health in undergraduate dental students: fifth year outcomes compared with first year baseline results from five European dental schools. *Eur J Dent Educ.* 2008 May;12(2):61-8. Department of Social Dentistry & Behavioural Sciences, Academic Centre for Dentistry Amsterdam (ACTA), Amsterdam, the Netherlands. r.gorter@acta.nl
19. Costa EF, Santos SA, Santos AT, Melo EV, Andrade TM. Burnout Syndrome and associated factors among medical students: a cross-sectional study. *Clinics (Sao Paulo).* 2012; 67(6):573-80. Program of Post-Graduate Medicine and Health, Federal University of Bahia-Brazil, Salvador, BA, Brazil. edmeaolivacosta@gmail.com
20. Divaris K, Polychronopoulou A, Taoufik K, Katsaros C, Eliades T, Stress and burnout in postgraduate dental education. Department of Pediatric Dentistry, School of Dentistry, University of North Carolina-Chapel Hill, Chapel Hill, NC 27599, USA. divarisk@dentistry.unc.edu *Eur J Dent Educ.* 2012 Feb;16(1):35-42. doi: 10.1111/j.1600-0579.2011.00715.x. Epub 2011 Oct 10.
21. Alemany Martínez A, Berini Aytés L, Gay Escoda C. The burnout syndrome and associated personality disturbances. The study in three graduate programs in Dentistry at the University of Barcelona. 2008 Jul 1;13(7):E444-50. University of Barcelona Dental School, Spain.
22. Montero Marín J, Casas M, Román J, Tomas L, Gili M, Burnout síndrome entre los estudiantes de odontología: una versión corta de " Burnout Cuestionario subtipo clínico ", adaptada para estudiantes (BCSQ-12-SS). *BMC Medical*

Education. 2011 Dec 12; 11:103. Departamento de Psiquiatría, Facultad de Medicina de Zaragoza, España. jmontero@unizar.es.

23. Costa EF, Santos SA, Santos AT, Melo EV, Andrade TM. Burnout Syndrome and associated factors among medical students: a cross-sectional study. Clinics (Sao Paulo). 2012;67(6):573-80. Program of Post-Graduate Medicine and Health, Federal University of Bahia-Brazil, Salvador, BA, Brazil. edmeaolivacosta@gmail.com.

24. Omigbodun OO, Odukogbe AT, Omigbodun AO, OB Yusuf, TT Bella, Olayemi O. Los factores estresantes y los síntomas psicológicos en los estudiantes de medicina y de profesiones relacionadas con la salud en Nigeria. Soc. Psiquiatría PsychiatrEpidemiol2006; 41 (5): 415 -21. Medline

25. Humphris G, Blinkhorn A, Freeman R, R Gorter, Hoad-G Reddick, Murtomaa H, et al. El estrés psicológico en estudiantes de odontología de pregrado: resultados iniciales de las siete facultades de odontología europeas. Eur J Dent Educ 2002 ; 6 (1): 22 -29. Medline.