



*Universidad*  
**LATINA** *de Panamá*  
SUMMUM DESIDERIUM SAPIENTIA

**UNIVERSIDAD LATINA DE PANAMÁ**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y DESARROLLO HUMANO**

" ANÁLISIS DE LAS AFECTACIONES DE ESTRÉS EN EL RENDIMIENTO  
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DEL SÉPTIMO  
CUATRIMESTRE DURANTE LA PRÁCTICA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD  
AMERICANA DE PANAMÁ ENERO-MARZO 2026."

**PROYECTO FINAL DE GRADUACIÓN PRESENTADO COMO REQUISITO PARA  
OPTAR POR EL TÍTULO DE MAESTRÍA EN DOCENCIA SUPERIOR DE LA  
UNIVERSIDAD LATINA DE PANAMÁ**

ANTHONY ANIBAL BARROSO GONZÁLEZ

4-783-1598

PROF. GIULIANO MAZZANTI

PANAMÁ, REPÚBLICA DE PANAMÁ

2026

## **DEDICATORIA**

Mi proyecto está dedicado a Dios: como ser supremo, y creador nuestro. A mis tíos, Marilyn González y Edmundo Cianca, por ser la base sólida sobre la cual he construido parte de mi vida.

A mis profesores, compañeros, a los estudiantes que colaboraron en las encuestas, y a todos los que brindaron consejos para crecer profesionalmente cada día.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco, primeramente, a Dios por darme la salud y la paciencia en el transcurso de mi carrera, a mis tíos por el apoyo brindado en cada momento.

A las profesoras y asesoras por su vocación brindada para culminar con éxito este proyecto. También a cada uno de mis compañeros por los consejos para seguir adelante y alcanzar nuestro objetivo durante la carrera.

## **DECLARACIÓN JURADA**

**Yo, Anthony Aníbal Barroso González, portador de la cédula de identidad personal No. 4-783-1598, estudiante de la Maestría en Docencia Superior de la Universidad Latina de Panamá, declaro bajo juramento que el trabajo de tesis titulado:**

**“Análisis de las afectaciones de estrés en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre durante la práctica clínica de la Universidad Americana de Panamá enero-marzo 2026” ha sido realizado por mi persona de manera individual, con fines académicos y como requisito para optar por el título de Magíster en Docencia Superior.**

**Declaro que el contenido del presente trabajo es original, que he citado adecuadamente todas las fuentes utilizadas conforme a las normas de citación académica vigentes, y que no ha sido presentado previamente para la obtención de otro título académico.**

**Asimismo, me comprometo a asumir la responsabilidad legal y académica en caso de comprobarse cualquier tipo de plagio, falsedad o uso indebido del contenido aquí presentado.**

**En fe de lo anterior, firmo la presente declaración en la ciudad de Panamá, a los 12 días de abril del año 2026.**

**Firma:**

**Nombre completo: Anthony Aníbal Barroso González**

**Cédula: 4-783-1598**

<b>DEDICATORIA .....</b>	<b>2</b>
<b>AGRADECIMIENTO .....</b>	<b>3</b>
<b>DECLARACIÓN JURADA.....</b>	<b>4</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>13</b>
<b>RESUMEN .....</b>	<b>15</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>17</b>
<b>CAPÍTULO 1.0 EL PROBLEMA.....</b>	<b>18</b>
<b>1.1 Antecedentes o estado del arte. ....</b>	<b>18</b>
NACIONALES .....	18
<b>1.2 Planteamiento del problema. ....</b>	<b>29</b>
1.2.1 Delimitación o alcance del proyecto.....	29
<b>1.3 Justificación de la investigación. ....</b>	<b>30</b>
1.3.1 Importancia.....	30
1.3.2 Aportes del proyecto. ....	32
<b>1.4 Objetivos. ....</b>	<b>34</b>
<b>1.4.1 Objetivos generales. ....</b>	<b>34</b>
1.4.2 Objetivos específicos. ....	34
<b>1.5 Limitaciones o restricciones de la investigación. ....</b>	<b>34</b>
<b>1.6 Hipótesis.....</b>	<b>35</b>
<b>CAPÍTULO 2.0 MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>36</b>

<b>2.1 Bases teóricas del estrés en el Ámbito Académico .....</b>	<b>36</b>
2.1.1 Definición y fisiología del estrés.....	36
2.1.2 El Modelo Cognitivo del Estrés Académico .....	37
2.1.3 La Paradoja del rendimiento .....	38
2.2.1 Dimensiones del Burnout en enfermería.....	39
2.2.2 El “Costo de la perfección”.....	40
2.2.3 La Deshumanización como mecanismo de defensa .....	41
<b>2.3 La Práctica clínica y la seguridad del paciente.....</b>	<b>42</b>
2.3.1 La Transición del aula al hospital .....	42
<b>2.3.2 El Miedo al error Ético-Profesional.....</b>	<b>42</b>
<b>2.3.3 El Fenómeno de “visión de túnel” .....</b>	<b>43</b>
<b>2.4 Resiliencia y estrategias de afrontamiento.....</b>	<b>44</b>
2.4.1 Resiliencia emocional como Competencia Técnica .....	44
2.4.2 Estrategias de afrontamiento en estudiantes de salud.....	45
<b>2.5 Bases legales y normativas .....</b>	<b>47</b>
2.5.1 Normativas de Formación de Profesionales de Enfermería en Panamá ...	47
2.5.2 Responsabilidad Ética de las Instituciones de Docencia Superior .....	47
<b>CAPÍTULO 3.0 MARCO METODOLÓGICO .....</b>	<b>49</b>
<b>3.1 Tipo y diseño de la investigación .....</b>	<b>49</b>
<b>3.2 Población y muestra .....</b>	<b>49</b>

3.2.1 Población .....	49
3.2.2 Muestra .....	50
<b>3.3 Variables .....</b>	<b>50</b>
3.3.1 Variables cuantitativas .....	50
<input type="checkbox"/> <b>Variable independiente: Estrés académico .....</b>	<b>50</b>
<input type="checkbox"/> <b>Variable dependiente: Rendimiento académico .....</b>	<b>50</b>
3.3.2 Variables de la encuesta .....	50
3.3.3 Categorías cualitativas de la entrevista.....	51
3.4 Descripción de los instrumentos .....	51
3.4.1 Entrevista.....	51
3.4.2 Encuesta.....	52
3.4.3 Recolección documental.....	52
<b>3.5 Recolección de la información .....</b>	<b>53</b>
3.5.1 Fase 1: Recolección documental .....	53
3.5.2 Fase 2: Aplicación de la encuesta.....	53
3.5.3 Fase 3: Entrevista al experto .....	53
<b>3.6 Tratamiento de la información .....</b>	<b>53</b>
3.6.1 Datos cuantitativos .....	53
3.6.2 Datos cualitativos.....	54
3.6.3 Triangulación .....	54

<b>CAPÍTULO 4.0 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS .....</b>	<b>55</b>
<b>4.1 Instrumento No. 1: Encuesta aplicada a estudiantes .....</b>	<b>55</b>
4.1.1 Análisis de resultados de la encuesta .....	55
<b>Base de Datos: Encuesta aplicada a estudiantes .....</b>	<b>56</b>
<b>ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS .....</b>	<b>57</b>
<b>4.1 Datos sociodemográficos .....</b>	<b>57</b>
Sexo .....	57
Edad .....	58
P1 Ansiedad anticipatoria .....	59
P2 Carga teórica .....	61
P3 Síntomas físicos .....	63
P4 Miedo al error .....	64
P5 Agotamiento emocional .....	66
P6 Desconexión emocional .....	67
P7 Presión docente .....	69
P8 Sacrificio personal .....	70
P9 Entorno hospitalario .....	72
P10 Afrontamiento .....	73
4.3.1 Rendimiento académico .....	74
4.3.2 Deserción .....	76

4.4.1 Situaciones de estrés .....	78
4.4.2 Influencia del estrés .....	78
4.4.3 Propuestas .....	79
<b>4.5 TRANSCRIPCIÓN DE LA ENTREVISTA AL PROFESIONAL.....</b>	<b>80</b>
4.2.1 Análisis de las respuestas del experto .....	84
4.6 Prueba de hipótesis .....	88
Análisis de la hipótesis .....	88
Conclusión de la hipótesis .....	89
<b>4.7 Conclusiones .....</b>	<b>89</b>
<b>4.8 Recomendaciones .....</b>	<b>92</b>
<b>CAPÍTULO 5.0 LA PROPUESTA .....</b>	<b>94</b>
<b>5.1 Introducción .....</b>	<b>94</b>
<b>5.2 Fundamentación de la propuesta .....</b>	<b>95</b>
5.2.1 Fundamentación pedagógica .....	95
5.2.2 Fundamentación psicológica .....	95
5.2.3 Fundamentación clínica-formativa .....	96
<b>5.3 Justificación de la propuesta.....</b>	<b>96</b>
5.3.1 Pertinencia social.....	96
5.3.2 Pertinencia académica.....	96
5.3.3 Pertinencia institucional .....	97

5.3.4 Pertinencia profesional .....	97
<b>5.4 Objetivos de la propuesta .....</b>	<b>97</b>
5.4.1 Objetivo general.....	97
5.4.2 Objetivos específicos .....	97
<b>5.5 Análisis costo-beneficio .....</b>	<b>98</b>
5.5.1 Costos estimados .....	98
5.5.2 Beneficios estimados .....	98
<b>5.6 Implementación de la propuesta .....</b>	<b>98</b>
5.7 Cronograma de actividades .....	99
<b>5.8 Presupuesto .....</b>	<b>100</b>
<b>Referencias.....</b>	<b>101</b>
<b>Definición de términos.....</b>	<b>102</b>
Conceptos de salud mental y estrés .....	102
Entorno y formación clínica .....	103
Conceptos de rendimiento y metodología.....	103
<b>Anexos .....</b>	<b>105</b>
<b>Cronograma: .....</b>	<b>105</b>
Entrevista a experto.....	107
Encuesta aplicada a estudiantes .....	113

## Índice de Tabla

Ilustración 1 Sexo .....	57
Ilustración 2 Edad .....	58
Ilustración 3 Ansiedad anticipatoria.....	59
Ilustración 4 Carga teórica .....	61
Ilustración 5 Síntomas físicos.....	63
Ilustración 6 Miedo al error .....	64
Ilustración 7 Agotamiento emocional .....	66
Ilustración 8 Desconexión emocional .....	67
Ilustración 9 Presión docente .....	69
Ilustración 10 Sacrificio personal .....	70
Ilustración 11 Entorno hospitalario .....	72
Ilustración 12 Afrontamiento.....	73
Ilustración 13 Rendimiento académico .....	74
Ilustración 14 Deserción.....	76
Ilustración 15 Cronograma de actividades.....	99

## Índice de tablas

Tabla 1 Encuesta aplicada a estudiantes.....	56
Tabla 2 Sexo.....	57
Tabla 3 Edad.....	58
Tabla 4 Ansiedad anticipatoria .....	59
Tabla 5 Carga teórica .....	61
Tabla 6 Síntomas físicos .....	63
Tabla 7 Miedo al error.....	64
Tabla 8 Agotamiento emocional .....	66
Tabla 9 Desconexión emocional .....	67
Tabla 10 Presión docente.....	69
Tabla 11 Sacrificio personal.....	70
Tabla 12 Entorno hospitalario.....	72
Tabla 13 Afrontamiento.....	73
Tabla 14 Rendimiento académico .....	74
Tabla 15 Deserción.....	76
Tabla 16 Presupuesto.....	100
Tabla 17 Presupuesto.....	100
Tabla 18 Cronograma: .....	106

## INTRODUCCIÓN

El estrés académico constituye uno de los principales desafíos en la formación de profesionales de la salud, especialmente en estudiantes de enfermería que enfrentan altos niveles de exigencia durante su proceso educativo. Esta situación se intensifica en etapas críticas como la práctica clínica, donde el estudiante debe integrar conocimientos teóricos con habilidades prácticas en un entorno real, caracterizado por la presión, la responsabilidad y la toma de decisiones inmediatas.

En este contexto, la presente investigación tiene como propósito analizar las afectaciones del estrés académico en el rendimiento durante la práctica clínica en estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre de la Universidad Americana de Panamá, durante el periodo enero–marzo de 2026. Se parte de la premisa de que el estrés no solo influye en el desempeño académico, sino que también impacta la salud física, emocional y la calidad del aprendizaje práctico.

Asimismo, este estudio busca comprender cómo factores como la ansiedad anticipatoria, el miedo al error, la carga académica y el entorno hospitalario inciden en el rendimiento del estudiante, así como identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas para manejar dichas situaciones. A través de un enfoque descriptivo-correlacional, se pretende aportar evidencia que permita fortalecer la docencia superior mediante la implementación de estrategias pedagógicas y de apoyo emocional. Esta investigación adquiere relevancia al contribuir al mejoramiento de la formación integral del estudiante de enfermería, promoviendo no solo el desarrollo de

competencias técnicas, sino también el bienestar emocional, elemento clave para garantizar una atención de salud segura, humana y de calidad.

## RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo analizar las afectaciones del estrés académico en el rendimiento durante la práctica clínica en estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre de la Universidad Americana de Panamá, durante el periodo enero-marzo 2026. La investigación se desarrolló bajo un enfoque descriptivo-correlacional, con un diseño no experimental y transversal.

La población estuvo conformada por 15 estudiantes, a quienes se les aplicó una encuesta estructurada y una entrevista a un experto en el área de salud mental, con el fin de obtener información cuantitativa y cualitativa. Los resultados evidenciaron que el estrés académico se manifiesta principalmente a través de la ansiedad anticipatoria, el miedo al error, el agotamiento emocional y la presión del entorno hospitalario.

Asimismo, se identificó que el estrés influye de manera significativa en el rendimiento académico, generando tanto efectos negativos como la disminución de la concentración y el bienestar, como también una paradoja del rendimiento, donde algunos estudiantes mantienen altos niveles académicos a costa de su salud física y emocional.

Se concluye que el estrés académico constituye un factor determinante en el desempeño de los estudiantes durante la práctica clínica, por lo que se hace necesario implementar estrategias de acompañamiento emocional, fortalecimiento de la resiliencia y mejora de los procesos pedagógicos, con el fin de garantizar una formación integral y segura.

Palabras clave: estrés académico, rendimiento académico, práctica clínica, estudiantes de enfermería, burnout, resiliencia.

## ABSTRACT

This study aimed to analyze the effects of academic stress on performance during clinical practice among seventh-semester nursing students at the Universidad Americana de Panamá during the January–March 2026 period. The research was conducted using a descriptive-correlational approach with a non-experimental and cross-sectional design.

The population consisted of 15 students, to whom a structured survey and an expert interview in the field of mental health were applied to obtain both quantitative and qualitative data. The results showed that academic stress is mainly manifested through anticipatory anxiety, fear of making mistakes, emotional exhaustion, and pressure from the hospital environment.

Furthermore, it was found that stress significantly influences academic performance, generating negative effects such as decreased concentration and well-being, as well as a performance paradox, where some students maintain high academic achievement at the expense of their physical and emotional health.

In conclusion, academic stress is a determining factor in students' performance during clinical practice. Therefore, it is necessary to implement emotional support strategies, strengthen resilience, and improve pedagogical processes to ensure comprehensive and safe training.

Keywords: academic stress, academic performance, clinical practice, nursing students, burnout, resilience.

## CAPÍTULO 1.0 EL PROBLEMA

### 1.1 Antecedentes o estado del arte.

#### NACIONALES

Delgado, R., & Agudo, Q. (2024). El Estrés en el Rendimiento de Estudiantes de Ciencias de la Salud (UDELAS, 2024): Los estudiantes panameños presentan niveles moderados de estrés debido a la falta de estrategias de afrontamiento, lo que impacta su salud emocional antes de las rotaciones clínicas.

La salud emocional antes de la praxis: Delgado & Agudo (2024) Este estudio, se realizó en la Universidad de las Américas (UDELAS), el cual tiene un enfoque fundamental dentro de nuestros antecedentes, ya que busca analizar el estado inicial del estudiante antes de ingresar a sus prácticas en hospitales. Además, considerando las aportaciones y notas de los autores se pueden notar que indican el estrés académico como un factor clave que se mantiene presente en muchos casos y no que es un evento súbito que ocurre directamente solo en las prácticas. Este se presenta más bien como una carga de acumulaciones teóricas mal gestionadas o inclusive de una mala formación dentro de los temas impartidos.

- Detalles Metodológicos: utilizaron un diseño descriptivo-transversal con una muestra de estudiantes de Ciencias de la Salud. Su enfoque se centró en la medición de estrategias de afrontamiento.
- Resultados Clave: identificaron que la falta de herramientas psicopedagógicas previas crea un aumento drástico y significativo la

ansiedad anticipatoria. Esto sugiere que el estudiante de la UAM llega al séptimo cuatrimestre ya vulnerable, lo que potencia de gran manera el impacto de la práctica clínica.

- Aporte: se podría validar la necesidad de tu estudio al demostrar que el estrés es un fenómeno presente en la academia panameña y que requiere intervención docente superior.

Ngwa, B. (2024). Impacto del síndrome de burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería en la Universidad de Panamá. Existe una relación directa entre el agotamiento emocional y el bajo rendimiento académico. El estudio destaca que las prácticas clínicas son el mayor estresor debido al miedo a cometer errores con los pacientes.

El agotamiento y el miedo al error: Ngwa (2024) Esta Investigación fue centrada en la Universidad de Panamá, aquí se introduce una variable crítica, el Síndrome de Burnout. Ngwa logra establecer una conexión directa entre el desgaste emocional y la seguridad del paciente.

- Hallazgo Central: este estudio destacó que las prácticas clínicas se deben considerar como estresor principal, debido al miedo a cometer errores. Este miedo no es solo académico, puesto que se puede perder la materia, sino más bien al daño ético profesional. Esto se debe a el miedo latente que presentan los estudiantes a causar lesiones, afectar de alguna manera a los pacientes, ya que están iniciando con sus prácticas de la teoría y se sienten inexpertos y con poca capacidad para poder llevar a cabo una acción a veces considerada sencilla, esto es influyente y va correlacionado con el estudio

realizado por Delgado, R., & Agudo, Q. (2024); ya que muestra e indica que el estrés en las prácticas clínicas no viene directamente de ellas o se crea de forma espontánea, lo cual indica que la acumulación del cansancio, el estrés causado por mantener un índice o inclusive tratar de salvar la materia podría acumular el estrés suficiente para hacer que los estudiantes se sientan temerosos a realizar funciones que no han cumplido con anterioridad y esto a su vez, va causando un bajo rendimiento dentro de sus prácticas, puesto que consideran más notorio realizar sus actividades bien aunque cause retraso para poder mantener el daño ético-profesional al mínimo de incidencias.

- Relación con el rendimiento: aquí se puede demostrar estadísticamente que un estudiante con agotamiento emocional alto y cansancio físico acumulado presenta una disminución en su capacidad de retención de protocolos, lo que podría explicar la alta incidencia de promedios bajos en rotaciones clínicas de alta complejidad.

Flores, M. (2025). Percepción del entorno de aprendizaje clínico y su relación con el estrés en estudiantes de Enfermería en Panamá. [Tesis de Grado]. Universidad Latina de Panamá.

Se Considera que este estudio puede ser un complemento perfecto para la investigación, debido a que se enfoca en el sector de universidades privadas en la Ciudad de Panamá. Aquí el autor analiza el estrés que no proviene únicamente de la carga académica, también analiza en estrés provocado por los climas sociales de los hospitales donde realizaran los estudiantes sus prácticas clínicas. En estos casos los estudiantes han llegado a reportar que

han presentado falta de apoyo por parte del personal de enfermería de planta lo que llega a mostrar un apoyo o compañerismo nulo o casi nulo. Esto se puede tomar como un indicador del aumento de sus niveles de cortisol antes de realizar cualquier procedimiento, ya que, al tener poca experiencia práctica de estos, pueden llegar a presentar fallas y miedo a equivocarse. El error y el miedo conlleva a accidentes en los pacientes a los cuales les realizan los procedimientos correspondientes.

Con su estudio Flores concluyó que había identificado que en un 68% de los estudiantes había una percepción del entorno como hostil para un óptimo aprendizaje. Esto llega a reforzar la idea de que existe una coraza emocional, lo que indica que los estudiantes optan por tomar una actitud desvinculada hacia los pacientes, lo que a su vez los encaminada en desconectarse de su proceso de aprendizaje para que de esta forma puedan evitar el ser juzgados o señalados por el personal de salud con el que se encuentran bajo supervisión al realizar sus prácticas clínicas.

Considero valiosa esta investigación, ya que puede aportar una validación al hecho de que el estrés que se manifiesta en los estudiantes del séptimo cuatrimestre presenta un componente relacional y ambiental, debido a que este impacto que se genera por parte del rechazo generado por el personal de salud que se encuentra a cargo de los estudiantes y también por las cargas generadas por pasar de un ambiente donde en su mayoría o totalidad las actividades se generaban en un ambiente teórico y controlado; sin embargo en el ambiente práctico es más complicado presentar errores o inconvenientes,

puesto que estos podrían ocasionar accidentes graves e irreparables para los pacientes a los cuales se les encarga acompañar hasta su mejoría.

## **INTERNACIONALES**

Cota Valenzuela. Estrés Académico y Rendimiento en Enfermería (México/Regional, 2024): Utilizando el inventario SISCO, se encontró que el 86.3% de los estudiantes presentan niveles de estrés moderado a profundo. Curiosamente, en algunos casos, el rendimiento académico se mantiene alto a costa de un deterioro severo en la salud física (cefaleas y fatiga).

El costo físico del rendimiento: Cota Valenzuela (México, 2024). En este estudio regional realizado en México en 2024 es de suma importancia por su hallazgo contraintuitivo. Aquí utilizan el Inventario SISCO, el investigador encontró que el 86.3% de los alumnos de enfermería sufren estrés profundo.

- La paradoja del rendimiento: el autor de esta investigación observa que algunos estudiantes mantienen notas excelentes, lo que indica que poseen rendimiento alto, a pesar de estar sufriendo deterioro fisiológico severo (cefaleas crónicas, fatiga, problemas gástricos). Estos síntomas de pronto podrían ser causados por el alto nivel de esfuerzo que deben presentar los estudiantes de enfermería al momento de prepararse tanto para sus exámenes y prácticas como para su vida laboral que será principalmente influenciada por el desempeño que logren demostrar ante sus supervisores en las prácticas clínicas.

- **Relevancia:** este estudio muestra un panorama bastante común o un estereotipo que existe en la actualidad ante diversas situaciones el cual es que no se debe juzgar el "éxito" de un estudiante solo por su calificación, sino que además debemos investigar a qué costo físico y mental está logrando ese rendimiento. Lo que nos lleva a desarrollar esta investigación, ya que se debe tomar en consideración los factores que causan el bajo rendimiento en las prácticas clínicas e inclusive podría demostrarnos una forma más eficiente y practica de solventar y disminuir riesgos por parte de los nuevos estudiantes que estén iniciando prácticas. Con esto se podría implementar diferentes alternativas replicables a futuro para crear una transición más segura entre estudiante y practicas clínicas

Guevara Rodríguez, K. B., & Guadalupe Núñez, S. V. (2026). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería durante sus prácticas preprofesionales. Concluye que la transición clínica es la etapa de mayor exigencia emocional. El contacto con el sufrimiento humano y la presión de la evaluación clínica disparan los niveles de ansiedad, afectando el aprendizaje práctico.

La transición preprofesional y la depresión: Guevara & Guadalupe (2026). Este es un estudio más reciente y prioriza su enfoque específicamente en la etapa de transición clínica, es bastante significativo de mencionar ya que realiza un enfoque similar, este se basa en la población del séptimo cuatrimestre de estudios ya que estos son los principios de las practicas clínicas donde se

pueden observar de forma más claras los factores estresores que se presentan directamente en los estudiantes.

Enfoque Psicológico: los autores de esta investigación concluyen que el contacto con el sufrimiento humano y la muerte crea y aumenta diversos cuadros de ansiedad y síntomas depresivos. La presión de la evaluación docente constante actúa como un catalizador que "dispara" estos niveles, afectando directamente el aprendizaje práctico. Lo que indica que las acumulaciones de diversos factores pueden causar un desgaste físico y emocional por igual, no solo causando el estrés, sino que desatando otras afectaciones en los estudiantes que tratan de aprender todo lo necesario para su vida profesional y manteniendo un rendimiento alto en sus actividades estudiantiles, causando mayores índices de cansancio y dolencias al momento de culminar sus prácticas.

Dimensión del Ser: aquí los autores argumentan que, si la docencia superior no provee un soporte emocional, el estudiante termina por "deshumanizar" su práctica para protegerse del estrés, lo cual afecta la calidad del cuidado.

la docencia tiene una responsabilidad que no puede seguir ignorando: la salud mental de quienes se están formando. Es evidente que, ante el estrés del hospital y la falta de apoyo real, el estudiante termina creando una "coraza" que lo deshumaniza solo para poder aguantar el turno. Esta desconexión no es falta de vocación, es un grito de auxilio emocional que distorsiona lo que significa ser enfermero y pone en riesgo la calidad de la atención. Pienso que el acompañamiento psicológico debe dejar de ser un "extra" y convertirse en una

parte esencial de la enseñanza. Si no cuidamos a los que cuidan, terminaremos graduando profesionales muy eficientes en lo técnico, pero tristemente desconectados de la realidad humana de su trabajo.

Este fragmento plantea la fibra más sensible de nuestra carrera. A veces olvidamos que los estudiantes no son máquinas; cuando los lanzamos al hospital sin herramientas para manejar el dolor que ven, les estamos obligando indirectamente a "desconectarse" para no sufrir. Me parece preocupante que, por protegernos del estrés, terminemos viendo al paciente como un número o una enfermedad de la cama X, en lugar de una persona. Esto es una señal clara de que algo en la docencia está fallando: nos enseñan a poner una vía a la perfección, pero nadie nos enseña qué hacer con la ansiedad de cometer un error o con la tristeza de una pérdida. Al final, si la universidad no da ese soporte emocional, se corre el riesgo de convertirnos en técnicos muy rápidos, pero con el corazón blindado, lo que tarde o temprano termina afectando la seguridad y el cariño que el paciente merece recibir.

Viendo de una manera más amplia el panorama presentado en estos estudios, queda claro que el estrés en enfermería no es algo que surge de repente al pisar un hospital, sino una carga silenciosa que los estudiantes arrastran desde las aulas por una teoría acumulada, muchas veces, mal gestionada emocionalmente. Como bien señalan Delgado y Agudo, nuestros estudiantes llegan al séptimo cuatrimestre con una vulnerabilidad previa acumulada; no son una "hoja en blanco", sino personas que ya cargan con la ansiedad anticipatoria de un entorno que saben exigente. Es precisamente en ese punto de transición

donde el miedo al error, ese temor ético y profundamente humano de lastimar a alguien que menciona Ngwa, deja de ser una idea abstracta para convertirse en un peso paralizante que afecta la seguridad en cada procedimiento.

Resulta doloroso y contradictorio observar lo que Cota Valenzuela define como la "paradoja del rendimiento": nos encontramos con chicos que muestran notas brillantes y un desempeño académico envidiable, pero que por dentro están lidiando con batallas físicas invisibles como gastritis crónica, migrañas constantes y un cansancio extremo que sobrepasa lo normal. Esto nos demuestra que un promedio alto puede estar ocultando un deterioro físico y mental preocupante, donde el éxito académico se paga con la propia salud. Lo más alarmante de todo este panorama es que, ante el roce constante con el sufrimiento humano, la muerte y la presión implacable de ser evaluados en cada movimiento, el estudiante termina creando una "coraza" emocional para no sentir. Esta deshumanización no es falta de vocación, sino un mecanismo de defensa desesperado para poder aguantar el turno sin quebrarse. Sin embargo, este blindaje emocional distorsiona la esencia misma de nuestra profesión. Esto dice con claridad que, si como docentes de educación superior no cuidamos la salud mental de quienes están aprendiendo a cuidar, se terminarán graduando técnicos impecables y expertos en procedimientos, pero con el corazón blindado y desconectado, poniendo en un riesgo altísimo lo que más debería importarnos: el trato humano cálido y la seguridad integral del paciente.

Martínez, P., & Santos, L. (2024). La resiliencia y el rendimiento académico: El impacto del estrés clínico en estudiantes de último año. *Revista Latinoamericana de Enfermería (Colombia)*.

El estudio de Martínez y Santos (2024) se sitúa frente a una realidad que, por años, ha pasado desapercibida en los pasillos de las facultades de enfermería: la fragilidad del estudiante "estrella". Tradicionalmente, la academia ha asumido que una calificación alta es sinónimo de éxito y competencia. Sin embargo, esta investigación desmantela esa premisa al revelar una correlación preocupante: a menudo, cuanto más alto es el rendimiento académico, menor es la resiliencia emocional del estudiante.

Esto obliga a mirar más allá de la hoja de calificaciones. El estudiante que domina la teoría y ejecuta los procedimientos con precisión técnica, muchas veces está librando una batalla interna contra niveles de ansiedad debilitantes. En la transición al séptimo cuatrimestre, este "rendimiento sobresaliente" se convierte en una carga pesada. El estudiante no solo debe lidiar con la complejidad del cuidado al paciente, sino con el terror de que un solo error empañe su historial de perfección. Martínez y Santos nos advierten que estamos formando profesionales que saben cómo "aprobar", pero que no han aprendido cómo "procesar" el impacto emocional del entorno hospitalario. Es una excelencia basada en la presión, no en el equilibrio.

Uno de los puntos más desgarradores del análisis de Martínez y Santos es el concepto del "Costo de la Perfección". Cuando el estudiante de enfermería se enfrenta a la práctica clínica, la ansiedad anticipatoria ese miedo que carcome

antes de entrar al turno no siempre se manifiesta en un examen reprobado. Al contrario, el estudiante perfeccionista suele sobre esforzarse para compensar su inseguridad, logrando notas impecables. El costo de ese sobreesfuerzo es orgánico y tangible.

La investigación destaca la somatización como el lenguaje del estrés. El insomnio, las migrañas y las afecciones dermatológicas (como dermatitis nerviosas) no son simples molestias físicas; son el grito de un sistema nervioso que ha superado su límite. El "bloqueo cognitivo" que mencionan los autores es particularmente peligroso en enfermería: es ese instante de parálisis frente al paciente donde el estudiante sabe qué hacer teóricamente, pero su cuerpo está en estado de alerta (lucha o huida). Este bloqueo no afecte la nota final porque el alumno logra "reaccionar" a tiempo, no significa que el daño no esté ocurriendo. Estamos viendo a jóvenes de 20 o 21 años envejecer prematuramente bajo el peso de una responsabilidad para la que su mente, privada de resiliencia, aún no está lista. La relación de este estudio con la investigación que estamos desarrollando en la Universidad Americana de Panamá es fundamental. Esto permite cuestionar el sistema de evaluación actual: ¿Estamos midiendo aprendizaje o estamos midiendo resistencia al dolor? Si el rendimiento académico no se mide por la "eficiencia emocional", estamos fallando como formadores.

El aporte de Martínez y Santos es un llamado a la humanización de la docencia superior. Un estudiante que logra un 95/100 pero que termina su rotación clínica con un cuadro de gastritis crónica y despersonalización, no es un éxito

académico; es un riesgo profesional a largo plazo. La resiliencia emocional debe dejar de ser una "habilidad blanda" opcional para convertirse en el eje central de la transición clínica. Si no se enseña al estudiante del séptimo cuatrimestre a perdonarse por ser aprendiz, a manejar la frustración y a entender que la perfección es imposible en un sistema humano tan caótico como un hospital, seguiremos graduando profesionales técnicamente impecables, pero emocionalmente rotos. La verdadera meta de nuestra tesis en la UAM debe ser proponer una enfermería donde el cuidado del paciente comience, invariablemente, por el cuidado de la salud mental de quien ofrece ese cuidado.

## 1.2 Planteamiento del problema.

¿En qué medida afecta el estrés académico en su rendimiento durante la práctica clínica en estudiantes del séptimo cuatrimestre de la Universidad Americana de Panamá?

### 1.2.1 Delimitación o alcance del proyecto.

- Contexto físico o geográfico: Panamá, Ciudad de Panamá.
- Contexto institucional: Universidad Americana de Panamá.
- Contexto temporal: diciembre 2025- marzo 2026.
- Contexto instrumental: entrevista y encuestas.

### 1.3 Justificación de la investigación.

#### 1.3.1 Importancia.

Esta investigación adquiere una relevancia crítica, debido a que el estrés académico no es solo una variable psicológica aislada o un estado transitorio de nerviosismo frente a los exámenes. Por el contrario, representa un factor determinante y transversal en el rendimiento y la seguridad clínica de los estudiantes de Enfermería durante su etapa de formación más vulnerable: la transición al entorno hospitalario.

El estrés debe entenderse como una respuesta sistémica que, al cronificarse, altera los procesos cognitivos superiores. En el estudiante de séptimo cuatrimestre, esta carga emocional puede nublar la percepción y ralentizar la respuesta motora. Por ello, este estudio no solo busca medir niveles de ansiedad, sino comprender cómo el estrés se convierte en una barrera invisible que se interpone entre el conocimiento teórico adquirido en el aula y la ejecución segura de procedimientos en el paciente.

#### Incidencia en el aprendizaje práctico y el juicio clínico

Comprender su incidencia y manifestaciones específicas permitirá identificar situaciones de riesgo que afectan directamente el aprendizaje práctico. En el entorno hospitalario, la capacidad de juicio para la toma de decisiones clínicas es el activo más valioso de un enfermero. Bajo condiciones de estrés mal gestionado, el estudiante puede experimentar el fenómeno de "visión de túnel", donde la capacidad de procesar múltiples estímulos (signos vitales, alarmas de monitores, lenguaje corporal del paciente) se ve severamente disminuida.

Al identificar los momentos exactos de la práctica donde el estrés se dispara, esta investigación facilita la creación de entornos de aprendizaje más seguros. No se trata de eliminar el estrés pues la presión es inherente a la atención hospitalaria sino de evitar que este sobrepase el umbral de tolerancia del estudiante, impidiéndole desarrollar el pensamiento crítico necesario para salvar vidas en entornos de alta presión.

#### La Docencia Superior como herramienta diagnóstica y preventiva

Al abordar esta problemática desde la perspectiva de la docencia superior, el estudio trasciende la mera recopilación de datos estadísticos. Se posiciona, en cambio, como una herramienta diagnóstica institucional que busca mitigar errores procedimentales antes de que ocurran. La universidad tiene la responsabilidad ética de no solo "lanzar" al estudiante al hospital, sino de monitorear su salud mental como parte integral de su récord académico.

Este enfoque permite a la Universidad Americana de Panamá (UAM) ajustar sus metodologías de acompañamiento. Si la investigación revela que ciertos procedimientos o servicios hospitalarios generan picos de estrés incontrolables, la docencia superior puede intervenir mediante simulaciones clínicas previas o programas de debriefing emocional, fortaleciendo así la calidad del cuidado sanitario que los futuros egresados brindarán a la población panameña.

#### El Fortalecimiento de la resiliencia en el Sistema Hospitalario Panameño

La importancia de este estudio radica en su visión a largo plazo: la formación de profesionales que no solo sean técnicamente competentes, sino también

emocionalmente estables y resilientes ante las demandas del sistema hospitalario panameño. Panamá enfrenta desafíos únicos en su red sanitaria, desde la saturación de servicios hasta la escasez de recursos, factores que exacerban el estrés profesional.

Si el estudiante de enfermería no desarrolla estrategias de afrontamiento efectivas durante su formación, es probable que se convierta en un profesional con síndrome de *Burnout* a pocos años de graduarse. Por tanto, esta investigación justifica la necesidad de un currículo humanizado que entienda la resiliencia no como una característica innata, sino como una competencia técnica que debe ser enseñada y evaluada. Al cuidar la salud mental del estudiante hoy, se está garantizando un sistema de salud más humano, seguro y eficiente para el mañana.

### 1.3.2 Aportes del proyecto.

El estudio aportará información relevante para la mejora de las estrategias pedagógicas, el acompañamiento emocional y el diseño de programas de apoyo psicológico dirigidos a estudiantes en etapa clínica, fortaleciendo la calidad educativa y el bienestar estudiantil. Esta investigación trascenderá la simple identificación de estresores, al ofrecer una base empírica sólida que permita a los gestores académicos de la Universidad Americana de Panamá reestructurar los modelos de supervisión en el entorno hospitalario.

Al desglosar las manifestaciones del estrés, el proyecto facilitará la creación de mecanismos de intervención temprana que protejan la salud mental del alumno, evitando fenómenos de deserción o agotamiento prematuro. Asimismo, los resultados

permitirán que la docencia superior transite hacia un enfoque más integral, donde la formación técnica se vea robustecida por una gestión emocional efectiva; esto garantiza que los futuros profesionales de enfermería no solo posean las competencias procedimentales requeridas, sino también la resiliencia necesaria para enfrentar los desafíos éticos y asistenciales del sistema de salud nacional, elevando así los estándares de seguridad y humanización en la atención al paciente.

## 1.4 Objetivos.

### 1.4.1 Objetivos generales.

- Analizar las afectaciones del estrés académico en el rendimiento durante la práctica clínica en estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre de la Universidad Americana de Panamá, periodo 2026

### 1.4.2 Objetivos específicos.

- Desglosar los efectos del estrés académico en los estudiantes del séptimo cuatrimestre de enfermería durante sus prácticas clínicas.
- Juzgar el rendimiento de los estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre durante su práctica clínica
- Cotejar las afectaciones del estrés académico en el rendimiento durante la práctica clínica en estudiantes del séptimo cuatrimestre de la Universidad Americana de Panamá periodo 2025-2026.

## 1.5 Limitaciones o restricciones de la investigación.

- Propósito de la investigación: Determinar cómo el estrés académico afecta la práctica clínica para proponer mejoras en el acompañamiento académico y emocional.
- Sujetos del estudio: Estudiantes de séptimo cuatrimestre de Enfermería de la UAM Panamá 2025-2026
- Población y muestra:
  - Población: Todos los estudiantes de séptimo cuatrimestre de Enfermería.

- Muestra: Grupo seleccionado de estudiantes en práctica clínica durante 2025-2026.
- Limitaciones: Tiempo reducido de aplicación de instrumentos, disposición de los estudiantes y factores externos propios del entorno hospitalario.

#### 1.6 Hipótesis.

- P- El estrés académico afecta el rendimiento de los estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre en su práctica clínica de la Universidad Americana de Panamá
- N- No existe una relación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre en su práctica clínica de la Universidad Americana de Panamá.

## CAPÍTULO 2.0 MARCO TEÓRICO

### 2.1 Bases teóricas del estrés en el ámbito académico

#### 2.1.1 Definición y fisiología del estrés

El estrés es un proceso fisiológico y psicológico que se activa cuando el individuo percibe que las demandas del entorno superan sus recursos personales para afrontarlas. Según la Organización Mundial de la Salud, el estrés es una reacción natural del organismo ante situaciones desafiantes o amenazantes, pero cuando se mantiene de forma prolongada puede afectar la salud física y mental.

Desde el punto de vista fisiológico, el estrés implica la activación del eje hipotálamo-hipófisis-adrenal (HHA), generando la liberación de hormonas como el cortisol y la adrenalina. Estas sustancias preparan al organismo para responder ante situaciones de peligro; sin embargo, su exposición constante provoca alteraciones en el sistema inmunológico, trastornos del sueño, fatiga crónica y dificultades cognitivas (Panamá, 2021)

En el contexto académico, este fenómeno se intensifica, debido a la acumulación de responsabilidades, evaluaciones constantes y presión por el rendimiento. De acuerdo con la Universidad Nacional Autónoma de México, el estrés académico puede evolucionar hacia una forma crónica cuando no se gestiona adecuadamente, afectando la memoria, la concentración y la toma de decisiones.

Por tanto, el estrés en estudiantes de enfermería no solo debe entenderse como una respuesta emocional momentánea, sino como un proceso sistémico que puede deteriorar progresivamente su desempeño durante la práctica clínica.

### 2.1.2 El Modelo cognitivo del estrés académico

El modelo cognitivo del estrés, propuesto por Richard Lazarus y Susan Folkman, plantea que el estrés no depende únicamente del estímulo externo, sino de la interpretación que el individuo hace de la situación.

Este modelo se basa en dos evaluaciones:

- **Evaluación primaria:** el estudiante determina si la situación representa una amenaza.
- **Evaluación secundaria:** analiza si posee los recursos para enfrentar dicha situación.

Cuando el estudiante percibe que no cuenta con las habilidades suficientes, se activa una respuesta de estrés. Según la Universidad de Granada, en el ámbito universitario las principales fuentes de estrés incluyen:

- Sobrecarga académica
- Evaluación constante
- Falta de tiempo
- Exigencias prácticas

En estudiantes de enfermería, estas demandas se intensifican durante la práctica clínica, donde además del componente académico, existe un factor emocional vinculado al contacto con pacientes reales.

En consecuencia, el modelo cognitivo permite comprender que el estrés académico no es uniforme en todos los estudiantes, sino que depende de la percepción individual y de las estrategias de afrontamiento que posea cada uno.

### 2.1.3 La Paradoja del rendimiento

La paradoja del rendimiento hace referencia a una situación en la que los estudiantes logran mantener altos niveles académicos a pesar de experimentar un deterioro significativo en su salud física y emocional.

Según investigaciones de la Universidad de Antioquia, muchos estudiantes de enfermería presentan síntomas como:

- Fatiga crónica
- Insomnio
- Cefaleas
- Ansiedad

Aun así, continúan obteniendo calificaciones elevadas, debido a mecanismos de sobreesfuerzo y autoexigencia.

Este fenómeno está estrechamente relacionado con el perfeccionismo académico, donde el estudiante asocia su valor personal con su rendimiento, lo que lo lleva a ignorar señales de agotamiento físico y emocional.

De acuerdo con la Ministerio de Salud de Colombia, esta situación representa un riesgo, ya que el mantenimiento del rendimiento a costa de la salud puede desencadenar trastornos más graves como ansiedad generalizada, depresión o síndrome de burnout.

En el caso de los estudiantes de enfermería, esta paradoja es particularmente peligrosa, ya que un deterioro emocional puede afectar directamente la seguridad del paciente, comprometiendo la calidad de la atención.

## 2.2 El Síndrome de burnout y el agotamiento emocional

### 2.2.1 Dimensiones del burnout en enfermería

El síndrome de burnout es un trastorno psicológico asociado a la exposición prolongada a situaciones de estrés, especialmente en contextos académicos y laborales exigentes como el área de la salud. Según la Organización Mundial de la Salud, el burnout es un fenómeno ocupacional caracterizado por el agotamiento emocional, el distanciamiento mental del trabajo y la disminución del rendimiento profesional.

El modelo más aceptado para su estudio es el propuesto por Christina Maslach, quien identifica tres dimensiones fundamentales:

- **Agotamiento emocional:** sensación de fatiga extrema y desgaste psicológico.
- **Despersonalización:** actitud fría o distante hacia las personas (en este caso, pacientes).
- **Baja realización personal:** percepción de ineficacia o fracaso.

En estudiantes de enfermería, estas dimensiones se manifiestan desde la etapa formativa, especialmente durante la práctica clínica. De acuerdo con la Universidad de Barcelona, los estudiantes pueden experimentar agotamiento incluso antes de insertarse formalmente en el campo laboral, debido a la presión académica y emocional.

Este fenómeno resulta particularmente relevante, ya que el burnout no solo afecta al estudiante, sino que también puede comprometer la calidad del cuidado brindado al paciente.

### 2.2.2 El “costo de la perfección”

El perfeccionismo académico es un rasgo común en estudiantes de enfermería, quienes enfrentan altos niveles de exigencia personal y social. Sin embargo, cuando este perfeccionismo se vuelve desadaptativo, puede convertirse en un factor de riesgo para la salud mental.

Según la Universidad Autónoma de Madrid, los estudiantes con altos niveles de autoexigencia tienden a:

- Sobrecargarse de tareas
- Evitar cometer errores a toda costa
- Experimentar ansiedad constante
- Sacrificar descanso y bienestar

Este fenómeno se conoce como el “costo de la perfección”, donde el estudiante logra buenos resultados académicos, pero a expensas de su salud física y emocional.

Además, el Ministerio de Salud de España señala que la autoexigencia extrema está relacionada con trastornos como ansiedad, depresión y agotamiento crónico.

En el contexto clínico, este perfeccionismo puede generar un miedo paralizante al error, afectando la toma de decisiones y el desempeño práctico del estudiante.

### 2.2.3 La Deshumanización como mecanismo de defensa

La deshumanización es un proceso psicológico en el cual el individuo reduce la empatía hacia otras personas como forma de protección emocional. En estudiantes de enfermería, este fenómeno surge como un mecanismo de defensa ante el contacto constante con el sufrimiento, la enfermedad y la muerte.

Según la Organización Panamericana de la Salud, el desgaste emocional prolongado puede provocar que los profesionales de la salud adopten actitudes impersonales para evitar el impacto psicológico del entorno hospitalario.

En la etapa de formación, los estudiantes pueden comenzar a desarrollar esta “coraza emocional”, manifestándose en:

- Distanciamiento afectivo del paciente
- Reducción de la empatía
- Automatización del cuidado
- Enfoque exclusivamente técnico

La Universidad de Chile advierte que este proceso, aunque inicialmente funcional, puede afectar negativamente la calidad del cuidado y la relación enfermero-paciente.

Por tanto, la deshumanización no debe interpretarse como falta de vocación, sino como una respuesta adaptativa ante el estrés no gestionado. Sin embargo, si no se interviene, puede convertirse en un problema estructural en la formación del profesional de enfermería.

## 2.3 La práctica clínica y la seguridad del paciente

### 2.3.1 La Transición del aula al hospital

La transición del entorno académico al entorno hospitalario representa una de las etapas más críticas en la formación del estudiante de enfermería. Este cambio implica pasar de un ambiente controlado y teórico a uno dinámico, complejo y altamente demandante.

Según la Universidad Nacional de Colombia, los estudiantes experimentan altos niveles de ansiedad durante esta fase debido a:

- Inseguridad en la ejecución de procedimientos
- Falta de experiencia práctica
- Exposición a situaciones reales de salud
- Evaluación constante por parte del docente

Esta transición genera una vulnerabilidad emocional significativa, ya que el estudiante se enfrenta por primera vez a la responsabilidad directa sobre el bienestar de un paciente.

### 2.3.2 El Miedo al error Ético-Profesional

El miedo a cometer errores es uno de los principales factores de estrés en estudiantes de enfermería durante la práctica clínica. Este temor no solo está relacionado con el rendimiento académico, sino con la posibilidad de causar daño real a un paciente.

De acuerdo con la Ministerio de Sanidad de España, la seguridad del paciente es un principio fundamental en la atención sanitaria, lo que incrementa la presión sobre los estudiantes en formación.

Este miedo puede generar:

- Bloqueo cognitivo
- Dudas constantes
- Lentitud en la ejecución de procedimientos
- Evitación de responsabilidades

En consecuencia, el estudiante puede priorizar “no equivocarse” sobre “aprender”, lo que afecta su desarrollo profesional y su confianza.

### 2.3.3 El Fenómeno de “visión de túnel”

El fenómeno de “visión de túnel” ocurre cuando el estrés elevado limita la capacidad del individuo para procesar múltiples estímulos simultáneamente, reduciendo su campo de atención.

Según la Organización Panamericana de la Salud, el estrés intenso puede afectar funciones cognitivas clave como:

- Atención

- Memoria
- Toma de decisiones
- Coordinación motora

En el entorno clínico, esto puede traducirse en:

- Omisión de signos importantes del paciente
- Errores en la aplicación de protocolos
- Respuestas tardías ante emergencias

Este fenómeno es especialmente peligroso en estudiantes, ya que aún se encuentran en proceso de formación y consolidación de habilidades clínicas.

## 2.4 Resiliencia y estrategias de afrontamiento

### 2.4.1 Resiliencia emocional como competencia técnica

La resiliencia es la capacidad del individuo para adaptarse positivamente ante situaciones adversas, estrés o presión prolongada. En el contexto de la formación en enfermería, esta habilidad no debe considerarse únicamente como un rasgo personal, sino como una competencia que puede ser desarrollada mediante procesos educativos.

Según la Organización Panamericana de la Salud, la resiliencia permite a los profesionales de la salud mantener un equilibrio emocional frente a situaciones críticas, favoreciendo la toma de decisiones y el bienestar psicológico.

En el ámbito académico, especialmente en estudiantes de enfermería, la resiliencia cumple un papel fundamental durante la práctica clínica, donde el contacto con el sufrimiento humano y la presión del entorno hospitalario exigen una alta estabilidad emocional.

De acuerdo con la Universidad de Salamanca, los estudiantes con mayor nivel de resiliencia presentan:

- Mejor adaptación al entorno clínico
- Mayor capacidad de manejo del estrés
- Mejor rendimiento académico
- Menor riesgo de desarrollar burnout

Por tanto, la resiliencia debe ser incorporada en la formación académica como una competencia técnica evaluable, mediante estrategias como simulaciones clínicas, acompañamiento psicológico y programas de apoyo emocional.

#### 2.4.2 Estrategias de afrontamiento en estudiantes de salud

Las estrategias de afrontamiento son los esfuerzos cognitivos y conductuales que los individuos emplean para manejar situaciones estresantes. Estas pueden clasificarse en dos tipos principales:

- **Afrontamiento centrado en el problema:** busca resolver la situación que genera estrés.
- **Afrontamiento centrado en la emoción:** busca regular las emociones asociadas al estrés.

Según Richard Lazarus y Susan Folkman, la efectividad de estas estrategias depende de la percepción del individuo y de los recursos disponibles.

En estudiantes de enfermería, las estrategias más utilizadas incluyen:

- Organización del tiempo
- Apoyo social (compañeros y docentes)
- Técnicas de relajación
- Reestructuración cognitiva

La Universidad Nacional Autónoma de México señala que los estudiantes que emplean estrategias activas de afrontamiento logran reducir significativamente los niveles de ansiedad y mejorar su desempeño académico.

Sin embargo, cuando predominan estrategias evitativas (como el aislamiento o la negación), el estrés tiende a incrementarse, afectando el rendimiento y la salud mental del estudiante.

En este sentido, es fundamental que las instituciones educativas promuevan el desarrollo de estrategias de afrontamiento adecuadas como parte del proceso formativo.

## 2.5 Bases legales y normativas

### 2.5.1 Normativas de Formación de Profesionales de Enfermería en Panamá

En Panamá, la formación de profesionales de enfermería está regulada por diversas normativas que garantizan la calidad educativa y la seguridad en la práctica clínica.

La Ministerio de Salud de Panamá establece lineamientos para la formación del personal de salud, asegurando que los estudiantes desarrollen competencias técnicas y éticas necesarias para el ejercicio profesional. (Panamá, 2021)

Asimismo, la Consejo Técnico de Salud de Panamá regula el ejercicio de las profesiones sanitarias, incluyendo la enfermería, estableciendo requisitos de formación, supervisión y práctica.

Estas normativas enfatizan la importancia de la práctica clínica como parte esencial del proceso formativo, garantizando que los estudiantes adquieran experiencia en entornos reales bajo supervisión profesional.

### 2.5.2 Responsabilidad ética de las Instituciones de Docencia Superior

Las instituciones de educación superior tienen la responsabilidad ética de garantizar no solo la formación académica, sino también el bienestar integral del estudiante.

Según la Constitución Política de Panamá, el Estado debe velar por la salud y educación de la población, lo que incluye la protección del bienestar físico y mental de los estudiantes.

Por su parte, la Organización Mundial de la Salud destaca que las universidades deben implementar políticas de apoyo psicológico y prevención del estrés, especialmente en carreras de alta exigencia como las ciencias de la salud.

En el contexto de esta investigación, esta responsabilidad se traduce en:

- Monitoreo de la salud mental del estudiante
- Implementación de programas de apoyo emocional
- Diseño de estrategias pedagógicas adaptadas
- Prevención del burnout académico

Por tanto, la docencia superior no debe limitarse a la transmisión de conocimientos, sino que debe asumir un rol activo en la formación integral del estudiante, incluyendo su estabilidad emocional.

## CAPÍTULO 3.0 MARCO METODOLÓGICO

### 3.1 Tipo y diseño de la investigación

La presente investigación se enmarca en un enfoque **descriptivo-correlacional**, ya que busca, por un lado, describir las manifestaciones del estrés académico en estudiantes de enfermería y, por otro, analizar la relación existente entre dicha variable y el rendimiento académico durante la práctica clínica.

El estudio es de tipo **no experimental**, debido a que no se manipulan las variables objeto de estudio, sino que se observan tal como ocurren en su contexto natural. Asimismo, presenta un diseño **transversal**, ya que la recolección de los datos se realizó en un único momento del tiempo, permitiendo analizar la situación actual de los estudiantes durante su periodo de práctica clínica.

### 3.2 Población y muestra

#### 3.2.1 Población

La población de estudio está conformada por **15 estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre de la Universidad Americana de Panamá**, quienes se encontraban realizando su práctica clínica durante el periodo enero-marzo 2026.

### 3.2.2 Muestra

Dado que la población es reducida, se trabajó con la totalidad de los sujetos, por lo que la muestra coincide con la población, es decir, **15 estudiantes**.

El tipo de muestreo utilizado fue **no probabilístico por conveniencia**, ya que se seleccionaron los estudiantes disponibles que cumplieran con las características del estudio y que aceptaron participar voluntariamente.

### 3.3 Variables

#### 3.3.1 Variables cuantitativas

- **Variable independiente:** estrés académico
- **Variable dependiente:** rendimiento académico

El estrés académico se analiza a través de indicadores como ansiedad anticipatoria, agotamiento emocional, síntomas físicos y presión académica.

El rendimiento académico se evalúa mediante la percepción del desempeño durante la práctica clínica.

#### 3.3.2 Variables de la encuesta

Las variables incluidas en la encuesta se estructuran en función de las dimensiones del estudio:

- Ansiedad anticipatoria
- Carga académica
- Síntomas físicos (fatiga, cefaleas)

- Miedo al error
- Agotamiento emocional
- Deshumanización
- Presión docente
- Sacrificio personal (sueño/alimentación)
- Entorno hospitalario
- Estrategias de afrontamiento

Estas variables fueron medidas mediante una escala tipo Likert con opciones de frecuencia: **frecuente, a veces y nunca**.

### 3.3.3 Categorías cualitativas de la entrevista

Para el análisis cualitativo, se establecieron las siguientes categorías:

- Estrés y desempeño clínico
- Errores asociados al estrés
- Relación entre rendimiento y salud mental
- Impacto del agotamiento en la seguridad del paciente

Estas categorías permitieron interpretar la percepción del experto en relación con el fenómeno estudiado.

## 3.4 Descripción de los instrumentos

### 3.4.1 Entrevista

Se utilizó una entrevista estructurada dirigida a un **docente o profesional del área de enfermería**, con el objetivo de obtener información cualitativa sobre el impacto del estrés en el desempeño clínico de los estudiantes.

La entrevista incluyó preguntas cerradas tipo Likert y preguntas abiertas, permitiendo recoger tanto datos cuantificables como experiencias y opiniones del experto.

#### 3.4.2 Encuesta

Se aplicó una encuesta digital dirigida a los estudiantes, con una duración aproximada de **10 minutos**.

El instrumento estuvo compuesto por:

- Datos sociodemográficos
- Preguntas tipo Likert
- Preguntas de opción múltiple
- Preguntas abiertas

La encuesta permitió identificar los niveles de estrés académico y su relación con el rendimiento durante la práctica clínica.

#### 3.4.3 Recolección documental

La investigación se apoyó en la revisión de **artículos científicos**, los cuales permitieron sustentar teóricamente el estudio, identificar antecedentes relevantes y fortalecer el análisis de los resultados.

### 3.5 Recolección de la información

#### 3.5.1 Fase 1: Recolección documental

En esta fase se realizó la búsqueda y análisis de artículos científicos relacionados con el estrés académico, burnout, práctica clínica y rendimiento académico en estudiantes de enfermería.

#### 3.5.2 Fase 2: Aplicación de la encuesta

Se aplicó la encuesta de manera digital a los **15 estudiantes**, garantizando la confidencialidad de la información y la participación voluntaria.

#### 3.5.3 Fase 3: Entrevista al experto

Se realizó una entrevista a un profesional del área de enfermería, con el fin de complementar la información cuantitativa con una perspectiva cualitativa basada en la experiencia.

### 3.6 Tratamiento de la información

#### 3.6.1 Datos cuantitativos

Los datos obtenidos de la encuesta fueron procesados utilizando **Microsoft Excel**, mediante:

- Tablas de frecuencia
- Cálculo de porcentajes
- Elaboración de gráficas

Esto permitió analizar la distribución de las respuestas y establecer tendencias en relación con las variables estudiadas.

### 3.6.2 Datos cualitativos

La información obtenida de la entrevista fue analizada mediante un proceso de categorización, identificando patrones y temas recurrentes relacionados con el estrés y el rendimiento académico.

### 3.6.3 Triangulación

Se realizó una triangulación de datos, integrando:

- Resultados de la encuesta (cuantitativos)
- Opinión del experto (cualitativo)
- Sustento teórico (documental)

Esto permitió obtener una visión más completa del fenómeno estudiado y fortalecer la validez de los resultados.

## CAPÍTULO 4.0 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

### 4.1 Instrumento No. 1: Encuesta aplicada a estudiantes

El primer instrumento consistió en una encuesta estructurada aplicada a **15 estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre**, con el objetivo de analizar la influencia del estrés académico en el rendimiento durante la práctica clínica.

La encuesta incluyó preguntas tipo Likert, permitiendo identificar niveles de estrés, factores asociados y su impacto en el desempeño académico.

#### 4.1.1 Análisis de resultados de la encuesta

Los resultados de la encuesta fueron organizados en conjuntos o “sets” de análisis, con el propósito de interpretar de manera más estructurada los factores que influyen en el estrés académico y su impacto en el rendimiento de los estudiantes de enfermería durante la práctica clínica.

Base de datos: Encuesta aplicada a estudiantes

Tabla 1 Encuesta aplicada a estudiantes

ID	Sexo	Edad	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10
1	F	18-23	F	AV	AV	F	AV	N	F	F	AV	AV
2	F	18-23	F	AV	AV	F	AV	N	AV	AV	N	N
3	F	18-23	F	AV	AV	AV	AV	N	AV	F	AV	N
4	F	24-29	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV
5	F	24-29	F	AV	F	F	F	AV	AV	F	AV	AV
6	F	18-23	AV	AV	N	AV	AV	AV	AV	F	F	AV
7	F	18-23	AV	AV	F	AV	N	AV	AV	F	F	N
8	F	24-29	N	AV	AV	AV	—	AV	F	AV	AV	AV
9	M	24-29	AV	AV	F	AV	F	F	F	F	F	F
10	M	18-23	AV	AV	F	AV	F	F	AV	F	F	N
11	M	24-29	AV	F	AV	F	AV	AV	F	F	AV	AV
12	M	24-29	F	F	AV	F	F	AV	F	F	F	AV
13	F	18-23	AV	F	AV	F	AV	AV	AV	AV	F	AV
14	M	30+	F	F	AV	AV	F	F	AV	AV	F	F
15	M	24-29	N	AV	N	AV	AV	AV	N	AV	N	F

## ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

### 4.1 Datos sociodemográficos

#### 1. DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

##### Sexo

Opción	Frecuencia	%
Femenino	9	60%
Masculino	6	40%

Tabla 2 Sexo

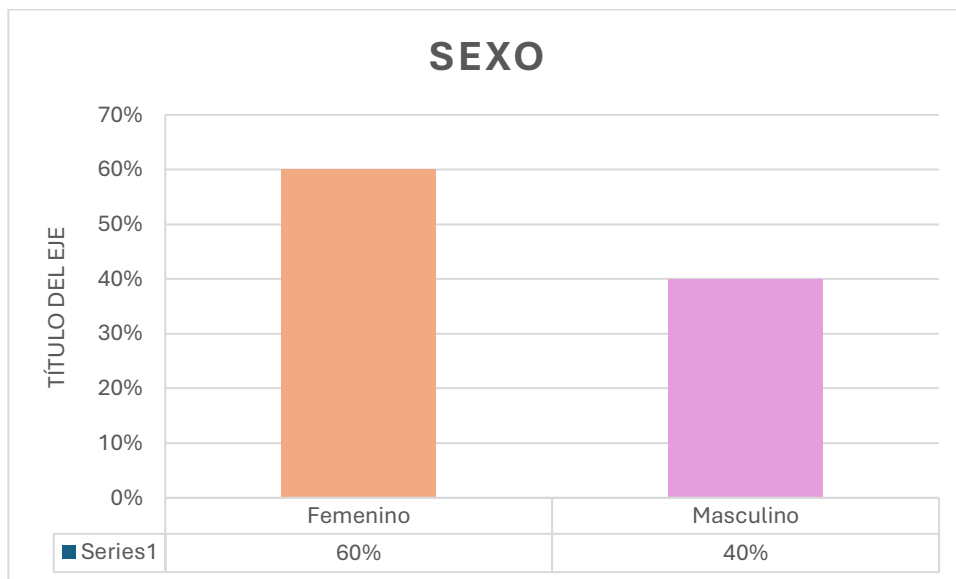


Ilustración 1 Sexo

##### **Análisis:**

Predomina el sexo femenino (60%), lo cual es coherente con la composición habitual de la carrera de enfermería.

## Edad

Opción	Frecuencia	%
18-23	6	40%
24-29	8	53.3%
30 o más	1	6.7%

Tabla 3 Edad

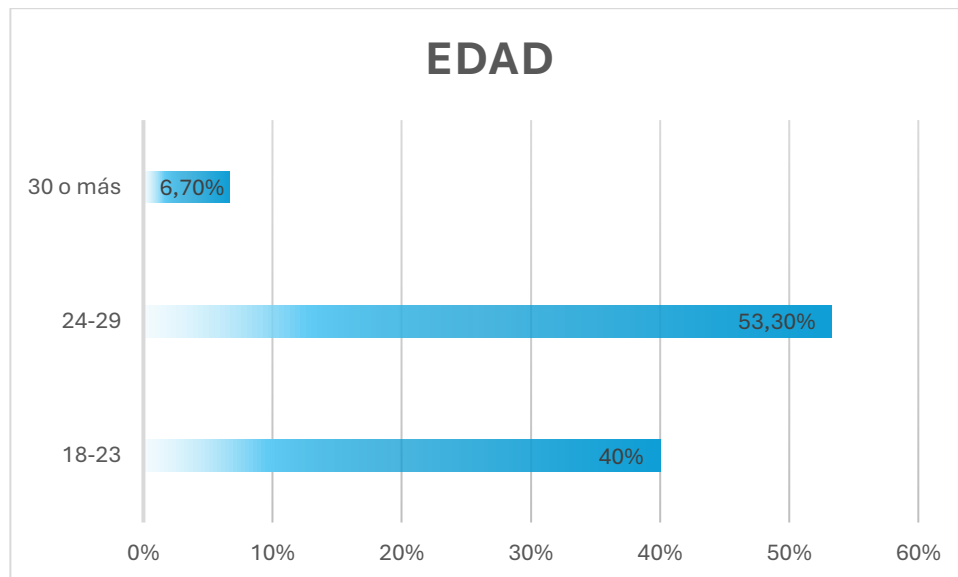


Ilustración 2 Edad

### Análisis:

La mayoría se encuentra entre 24-29 años, lo que indica estudiantes en etapa de consolidación académica.

## 2. RESULTADOS CUANTITATIVOS

### P1 Ansiedad anticipatoria

Opción	Frecuencia	%
Frecuentemente	7	46.7%
A veces	6	40%
Nunca	2	13.3%

Tabla 4 Ansiedad anticipatoria

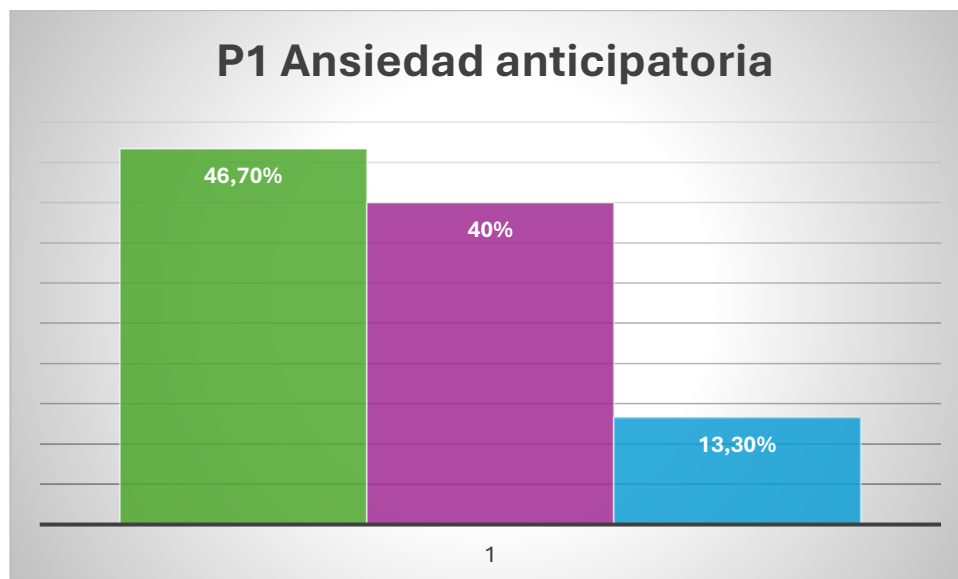


Ilustración 3 Ansiedad anticipatoria

### Análisis:

Los resultados evidencian que la ansiedad anticipatoria es una condición ampliamente presente en los estudiantes, lo cual indica que el estrés comienza antes de la interacción directa con el paciente. Este fenómeno puede interpretarse como una respuesta emocional frente a la incertidumbre, la responsabilidad clínica y el temor a no cumplir con las expectativas académicas y profesionales.

La elevada frecuencia de esta variable sugiere que los estudiantes no se sienten completamente preparados para enfrentar el entorno clínico, lo que refleja una posible debilidad en la transición entre la formación teórica y la práctica. Además, esta ansiedad puede afectar negativamente la seguridad, la toma de decisiones y el desempeño inicial en la práctica, generando un círculo de estrés continuo.

## P2 Carga teórica

Opción	Frecuencia	%
Frecuentemente	4	26.7%
A veces	11	73.3%
Nunca	0	0%

Tabla 5 Carga teórica

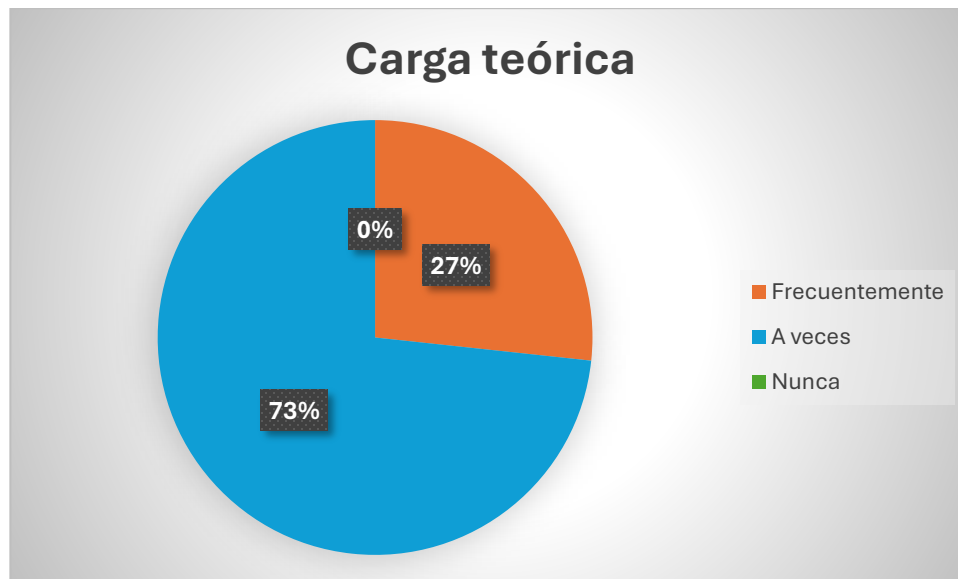


Ilustración 4 Carga teórica

### Análisis:

El hecho de que la totalidad de los estudiantes perciba que la carga teórica influye en su desempeño indica que existe una saturación cognitiva que dificulta la adecuada asimilación y aplicación del conocimiento. Sin embargo, más que un exceso de contenido, este resultado puede estar relacionado con la falta de tiempo efectivo para

el estudio y la reflexión, lo cual limita la capacidad del estudiante para transferir la teoría a la práctica.

Este hallazgo sugiere la necesidad de revisar no solo la cantidad de contenido, sino también la forma en que se organiza distribuye y aplica dentro del proceso educativo.

### P3 Síntomas físicos

Opción	Frecuencia	%
Frecuentemente	4	26.7%
A veces	9	60%
Nunca	2	13.3%

Tabla 6 Síntomas físicos

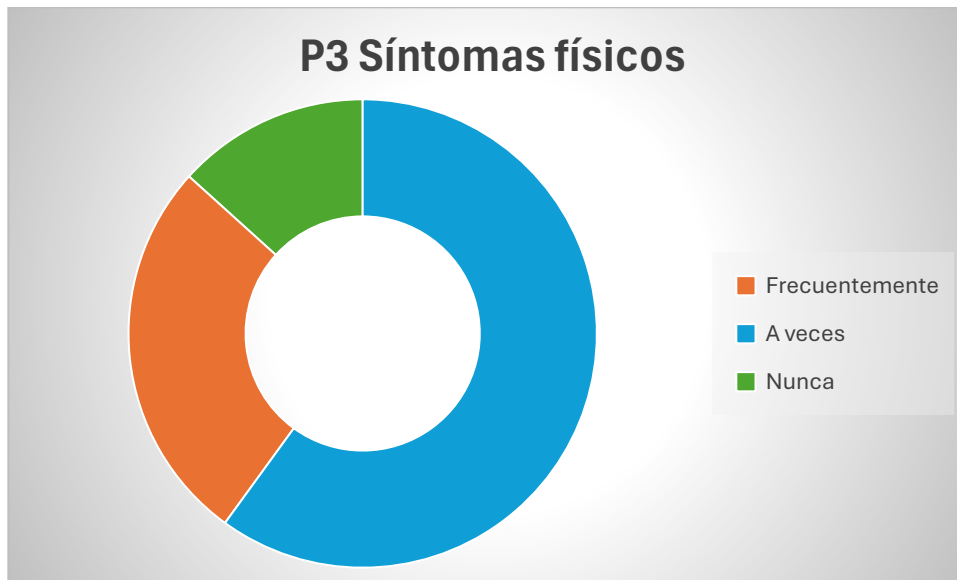


Ilustración 5 Síntomas físicos

#### **Análisis:**

La presencia significativa de síntomas físicos asociados al estrés evidencia que el impacto del estrés académico trasciende lo emocional, afectando directamente la salud del estudiante. Esto confirma que el estrés no es un fenómeno abstracto, sino una condición real que se manifiesta en el organismo, comprometiendo la energía, la concentración y la capacidad de respuesta.

Este resultado refuerza la importancia de abordar el estrés desde una perspectiva integral, considerando tanto la salud mental como la física.

## P4 Miedo al error

Opción	Frecuencia	%
Frecuentemente	6	40%
A veces	9	60%
Nunca	0	0%

Tabla 7 Miedo al error

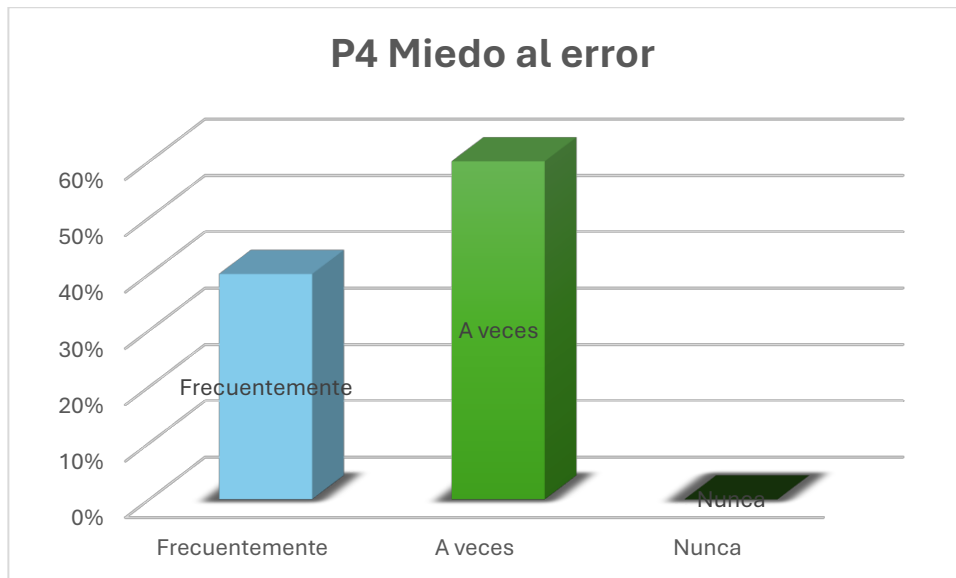


Ilustración 6 Miedo al error

### Análisis:

El hecho de que el 100% de los estudiantes experimente miedo al error refleja la alta presión que implica la práctica clínica, donde las acciones del estudiante pueden tener consecuencias reales sobre el paciente. Este temor no solo responde a la responsabilidad ética, sino también a la inseguridad derivada de la falta de experiencia.

Más que un factor negativo en sí mismo, el miedo al error puede ser interpretado como un indicador de conciencia profesional; sin embargo, cuando no es gestionado

adecuadamente, puede convertirse en un obstáculo para el aprendizaje y el desempeño.

## P5 Agotamiento emocional

Opción	Frecuencia	%
Frecuentemente	6	36.7%
A veces	8	57.1%
Nunca	1	7.1%

Tabla 8 Agotamiento emocional

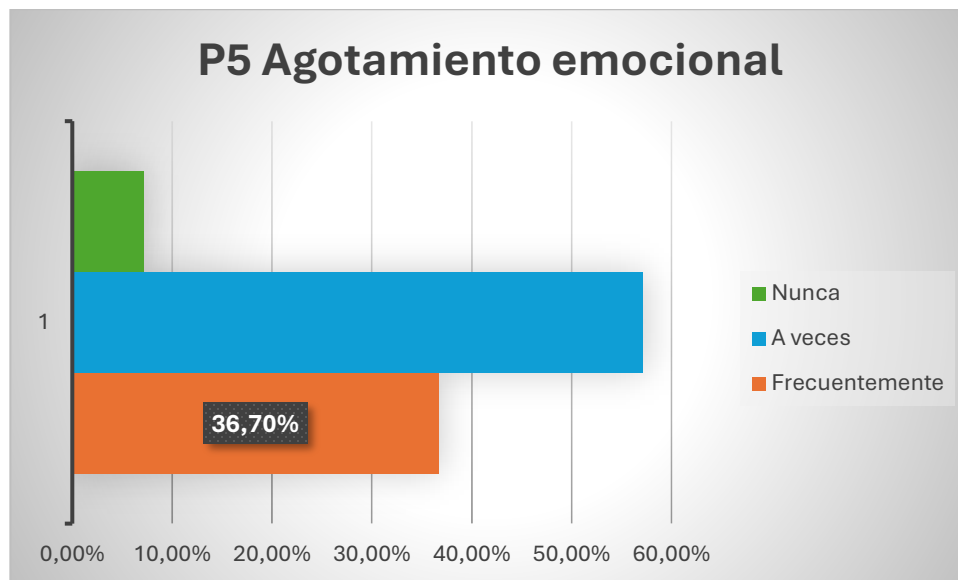


Ilustración 7 Agotamiento emocional

### Análisis:

El alto nivel de agotamiento emocional evidencia que los estudiantes están expuestos a una carga psicológica considerable, producto de la exigencia académica y la presión del entorno clínico. Este desgaste emocional puede afectar la motivación, el compromiso y la capacidad de adaptación, generando una disminución en la calidad del aprendizaje.

Además, el agotamiento emocional constituye un factor de riesgo para el desarrollo de burnout, lo cual puede tener consecuencias a largo plazo en la formación profesional.

## P6 Desconexión emocional

Opción	Frecuencia	%
Frecuentemente	3	20%
A veces	9	60%
Nunca	3	20%

Tabla 9 Desconexión emocional

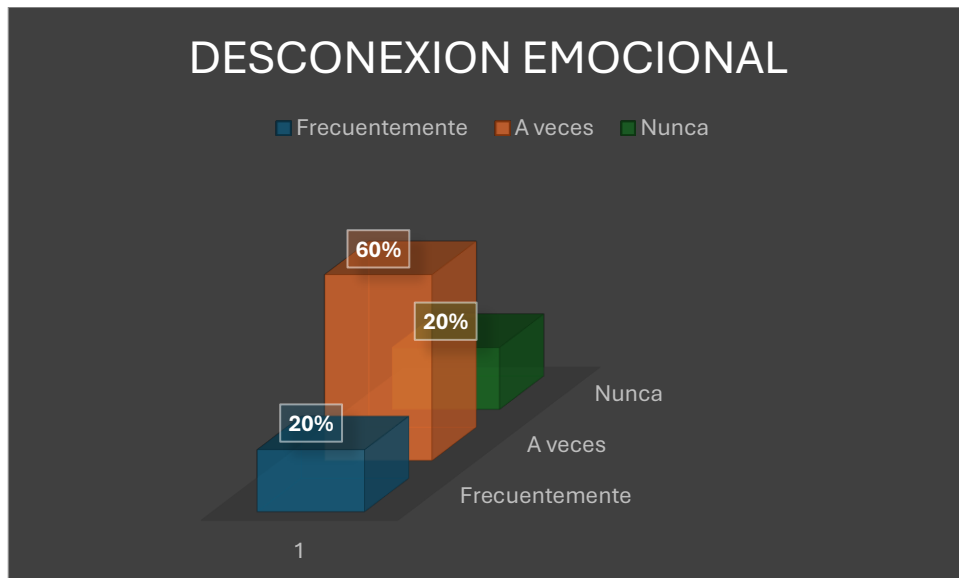


Ilustración 8 Desconexión emocional

### Análisis:

La desconexión emocional observada en los estudiantes puede interpretarse como un mecanismo de defensa frente al estrés, donde el individuo busca reducir la carga emocional mediante el distanciamiento. Sin embargo, esta respuesta puede afectar la empatía y la calidad del cuidado brindado al paciente.

Este resultado sugiere la necesidad de fortalecer la formación humanística en la carrera, promoviendo el equilibrio entre la competencia técnica y la sensibilidad emocional.

## P7 Presión docente

Opción	Frecuencia	%
Frecuentemente	5	33.3%
A veces	9	60%
Nunca	1	6.7%

Tabla 10 Presión docente

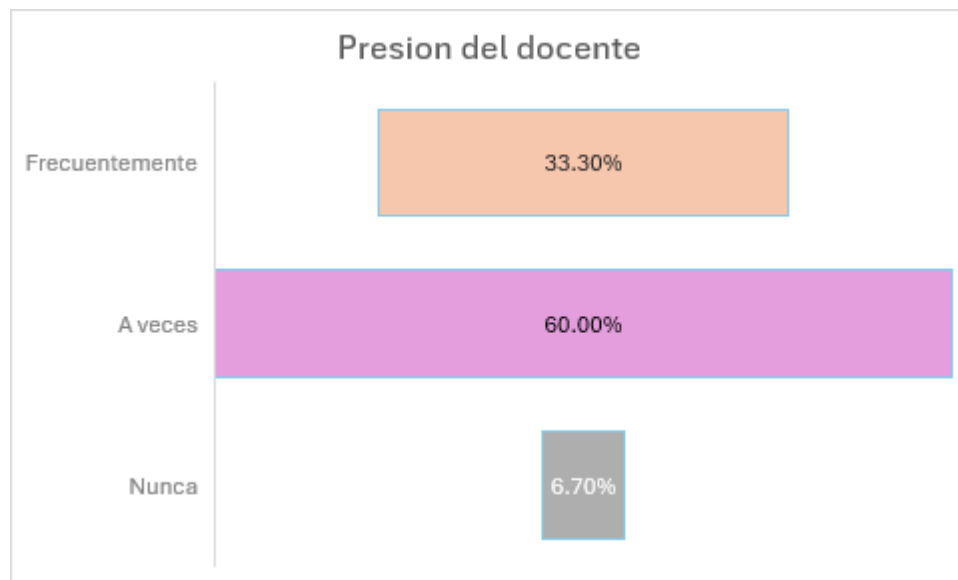


Ilustración 9 Presión docente

### Análisis:

La percepción de la evaluación docente como un factor estresante evidencia que la dinámica de evaluación influye directamente en la experiencia del estudiante. Este resultado indica que el rol del docente no solo es académico, sino también emocional, ya que puede contribuir a aumentar o disminuir el nivel de estrés.

Por tanto, se hace necesario promover evaluaciones formativas que orienten el aprendizaje en lugar de generar presión excesiva.

## P8 Sacrificio personal

Opción	Frecuencia	%
Frecuentemente	9	60%
A veces	6	40%
Nunca	0	0%

Tabla 11 Sacrificio personal

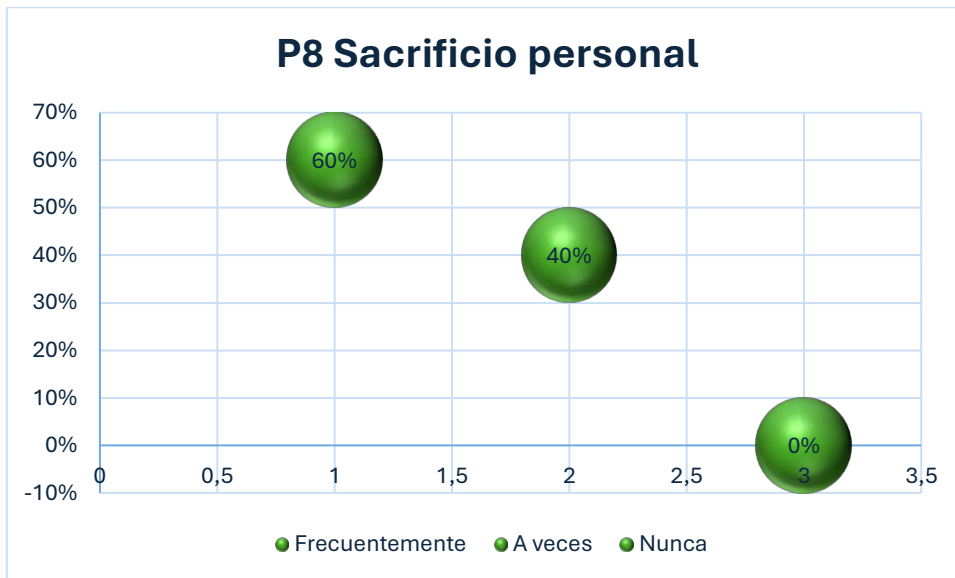


Ilustración 10 Sacrificio personal

### Análisis:

El hecho de que todos los estudiantes reporten sacrificio personal refleja un desequilibrio significativo entre las exigencias académicas y el bienestar individual. Este resultado evidencia que el rendimiento académico se está logrando a costa de la salud, lo que plantea una problemática importante en el sistema educativo.

Este hallazgo confirma la existencia de condiciones de sobrecarga que deben ser atendidas para garantizar una formación sostenible.

## P9 Entorno hospitalario

Opción	Frecuencia	%
<b>Frecuentemente</b>	<b>7</b>	<b>46.7%</b>
<b>A veces</b>	<b>6</b>	<b>40%</b>
<b>Nunca</b>	<b>2</b>	<b>13.3%</b>

Tabla 12 Entorno hospitalario

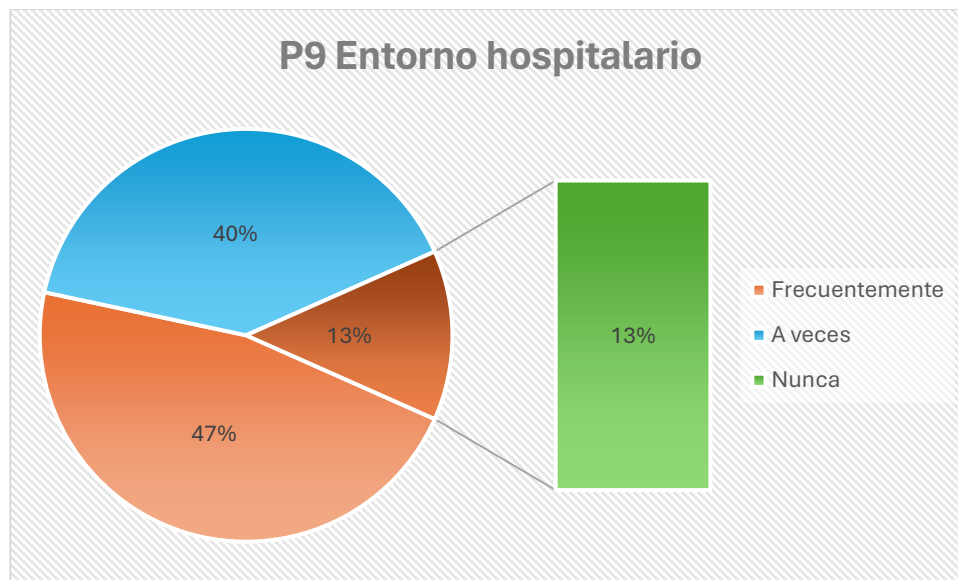


Ilustración 11 Entorno hospitalario

### Análisis:

El entorno hospitalario es percibido como un factor altamente estresante, debido a su complejidad, exigencia y responsabilidad. Este resultado indica que el estudiante enfrenta un contexto real para el cual no siempre se encuentra completamente preparado, lo que incrementa la ansiedad y la presión.

Este hallazgo refuerza la importancia de una transición progresiva entre el aula y el hospital.

## P10 Afrontamiento

Opción	Frecuencia	%
<b>Frecuentemente</b>	<b>4</b>	<b>26.7%</b>
<b>A veces</b>	<b>8</b>	<b>53.3%</b>
<b>Nunca</b>	<b>3</b>	<b>20%</b>

Tabla 13 Afrontamiento

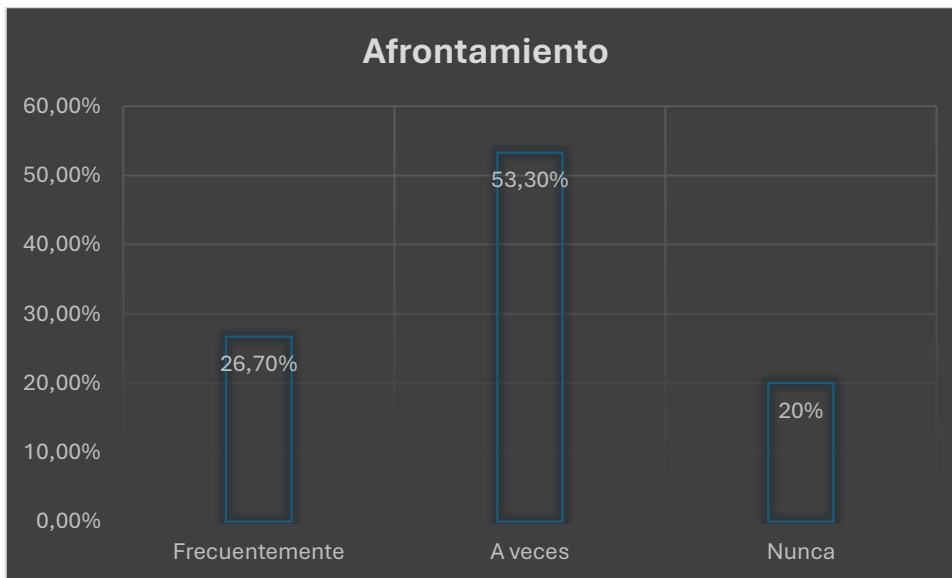


Ilustración 12 Afrontamiento

### **Análisis:**

La falta de herramientas de afrontamiento en los estudiantes evidencia una debilidad en la formación integral, donde no se están desarrollando competencias emocionales necesarias para enfrentar el estrés. Esto limita la capacidad del estudiante para manejar situaciones complejas y adaptarse al entorno clínico.

Este resultado destaca la necesidad de incorporar programas de manejo del estrés dentro del currículo académico.

### 4.3 Variables complementarias

#### 4.3.1 Rendimiento académico

Opción	Frecuencia	%
Alto con deterioro	4	26.7%
Moderado	9	60%
Bajo por estrés	2	13.3%

Tabla 14 Rendimiento académico

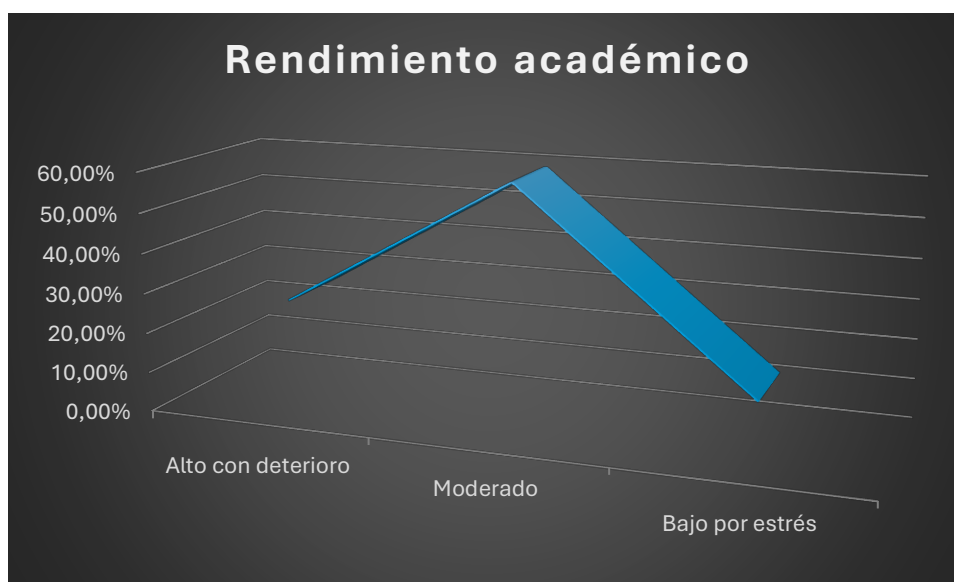


Ilustración 13 Rendimiento académico

#### **Análisis:**

La distribución de respuestas sobre el rendimiento académico muestra un hallazgo relevante para la investigación: aunque la mayoría de los estudiantes se ubica en un rendimiento moderado, existe un grupo importante que manifiesta mantener un rendimiento alto a pesar de experimentar deterioro físico o emocional. Este resultado sugiere que el rendimiento no siempre refleja bienestar, sino que en algunos casos

puede sostenerse mediante sobreesfuerzo, privación del descanso y presión constante por cumplir con las exigencias de la práctica clínica.

Asimismo, el porcentaje de estudiantes que reporta un rendimiento bajo, debido al impacto del estrés confirma que esta variable afecta directamente la capacidad de concentración, la seguridad al ejecutar procedimientos y la confianza en el entorno hospitalario. En ese sentido, el estrés académico no actúa de manera uniforme: en algunos estudiantes impulsa un mayor esfuerzo, mientras que en otros disminuye su desempeño.

Este comportamiento permite identificar la llamada paradoja del rendimiento, donde el éxito académico aparente puede coexistir con desgaste físico y emocional significativo. Por ello, no basta con valorar únicamente las calificaciones como indicador de desempeño, sino que resulta necesario considerar las condiciones en las que ese rendimiento se alcanza.

### 4.3.2 Deserción

Opción	Frecuencia	%
Sí	5	33.3%
No	10	66.7%

Tabla 15 Deserción

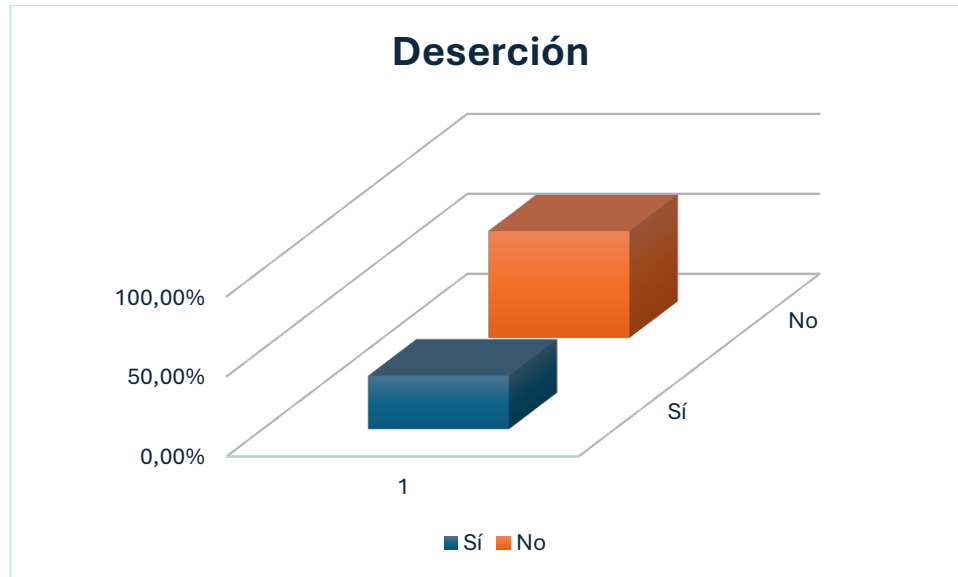


Ilustración 14 Deserción

#### Análisis:

Los resultados relacionados con la intención de abandono permiten observar que, aunque la mayoría de los estudiantes no ha considerado desertar, existe un porcentaje significativo que sí ha pensado en abandonar la carrera debido a la carga emocional de las prácticas clínicas. Este hallazgo es de alta relevancia, ya que demuestra que el estrés académico no solo repercute en el rendimiento inmediato, sino también en la permanencia estudiantil y en la continuidad del proyecto profesional.

La intención de deserción puede interpretarse como un indicador de saturación emocional, agotamiento acumulado y percepción de insuficiencia frente a las

demandas académicas y clínicas. En otras palabras, cuando el estudiante siente que no cuenta con apoyo suficiente, herramientas de afrontamiento o condiciones adecuadas para adaptarse al entorno hospitalario, el abandono de la carrera comienza a visualizarse como una alternativa para aliviar esa presión.

Aunque el porcentaje mayoritario corresponde a quienes no han considerado desertar, el hecho de que una proporción importante sí lo haya pensado indica que el problema no debe minimizarse. Esto refleja que el estrés académico alcanza niveles capaces de comprometer no solo la calidad del aprendizaje, sino también la motivación, la estabilidad emocional y el compromiso con la formación profesional. Por tanto, esta variable complementaria evidencia que el fenómeno estudiado tiene implicaciones institucionales serias, ya que una gestión inadecuada del estrés puede traducirse en pérdida de talento humano en formación y afectar la eficiencia del proceso educativo.

#### *4.4 Análisis cualitativo*

##### 4.4.1 Situaciones de estrés

En conjunto, los resultados evidencian que el estrés en los estudiantes de enfermería durante la práctica clínica no proviene de un solo factor, sino de la interacción entre aspectos técnicos, emocionales, académicos y personales.

El miedo al error, la falta de experiencia práctica y la exposición a situaciones clínicas reales se posicionan como los principales detonantes del estrés, lo que confirma que la transición del aula al hospital representa una etapa crítica en la formación profesional.

Asimismo, se evidencia la necesidad de fortalecer la preparación práctica, el acompañamiento docente y el apoyo emocional, con el fin de reducir los niveles de estrés y mejorar el desempeño de los estudiantes en el entorno clínico.

##### 4.4.2 Influencia del estrés

###### **Análisis:**

En términos generales, los resultados evidencian que el estrés académico influye significativamente en el rendimiento de los estudiantes de enfermería, predominando sus efectos negativos.

Si bien en algunos casos actúa como un motivador que impulsa el esfuerzo y la superación, en la mayoría de los estudiantes se asocia con fatiga, ansiedad, disminución de la concentración y deterioro del bienestar físico y mental.

Asimismo, se confirma la presencia de la paradoja del rendimiento, donde algunos estudiantes logran mantener buenas calificaciones a costa de su salud, lo cual representa un riesgo tanto para su formación como para la calidad del cuidado que brindan en la práctica clínica.

#### 4.4.3 Propuestas

##### **Análisis:**

En conjunto, las respuestas evidencian que los estudiantes demandan una formación más práctica, humanizada e integrada, donde se priorice tanto el desarrollo de habilidades técnicas como el bienestar emocional.

Las principales estrategias sugeridas se centran en la simulación clínica, el acompañamiento docente, la integración teoría-práctica y la mejora de la organización académica, lo que indica que la transición del aula al hospital requiere un enfoque más estructurado y adaptado a la realidad del entorno clínico.

Estos hallazgos refuerzan la necesidad de implementar cambios en la docencia superior, orientados a reducir el estrés académico y mejorar el rendimiento en la práctica clínica.

#### 4.5 TRANSCRIPCIÓN DE LA ENTREVISTA AL PROFESIONAL

**Investigador:**

Buenas tardes. Hoy estaremos realizando un análisis de las afectaciones del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre durante la práctica clínica de la Universidad Americana de Panamá, periodo enero-marzo 2026.

En esta ocasión contamos con la participación de la Licenciada Argelis Pulen, especialista en salud mental, psiquiatría, docencia universitaria y andragogía.

¿Cómo se encuentra, profesora?

**Entrevistada (Lic. Argelis Pulen):**

Estoy bastante bien, gracias a Dios, evolucionando todavía en el área académica.

**Investigador:**

Perfecto, profesora. Antes de iniciar, le informo que esta entrevista forma parte de un estudio académico. Su participación es voluntaria y puede retirarse en cualquier momento. ¿Está de acuerdo en participar?

**Entrevistada:**

Sí, estoy totalmente de acuerdo. Me parece muy importante que se realicen estudios sobre este tema, ya que constantemente los estudiantes expresan inconformidades, pero no se investiga a profundidad el efecto del estrés en su rendimiento académico, especialmente integrando la salud mental con el ámbito educativo en Panamá.

## **Desarrollo de la entrevista**

### **Pregunta 1:**

**¿Observa usted que los estudiantes presentan ansiedad anticipatoria antes de la práctica clínica?**

### **Respuesta:**

Totalmente de acuerdo. Se manifiesta en que los estudiantes se alejan del paciente, se angustian, presentan temblores físicos, temor y dudas al momento de acercarse, incluso cuando el profesor los invita. Hay muchas manifestaciones de ansiedad.

### **Pregunta 2:**

**¿Considera que la carga teórica influye en la retención de protocolos?**

### **Respuesta:**

No estoy totalmente de acuerdo. La carga teórica es necesaria y planificada. El problema es el tiempo que tiene el estudiante para asimilarla. Muchos estudiantes tienen largas jornadas, poco descanso y dificultades de traslado, lo que impide procesar y aplicar la teoría en la práctica.

### **Pregunta 3:**

**¿El miedo al error es el principal paralizador en la práctica clínica?**

### **Respuesta:**

El miedo es un efecto secundario. Surge porque el estudiante no se siente seguro en la práctica. Si tuviera mayor dominio práctico, tendría menos temor.

### **Pregunta 4:**

**¿Los estudiantes con mejores notas presentan mayor burnout?**

**Respuesta:**

No necesariamente. El burnout puede presentarse en estudiantes con buenas o malas notas. Influyen factores emocionales, familiares, económicos y ambientales.

**Pregunta 5:**

**¿La evaluación docente es un estresor?**

**Respuesta:**

Depende. Si es justa y bien aplicada, puede ser positiva. Pero si es excesiva o injusta, se vuelve agotadora.

**Pregunta 6:**

**¿Existe deshumanización como mecanismo de defensa?**

**Respuesta:**

No considero que sea deshumanización. Más bien es falta de satisfacción personal, aislamiento o desinterés. La enfermería es un arte y se ha descuidado la humanización del cuidado.

**Pregunta 7:**

**¿Las dolencias físicas son producto del estrés?**

**Respuesta:**

Sí, totalmente. Los estudiantes presentan síntomas físicos como consecuencia de la mala gestión del estrés.

**Pregunta 8:**

**¿La transición del aula al hospital genera vulnerabilidad?**

**Respuesta:**

Sí, es completamente normal. Se pasa de un entorno conocido a uno desconocido, lo que genera inseguridad.

**Pregunta 9:**

**¿El rendimiento se ve afectado por falta de herramientas de afrontamiento?**

**Respuesta:**

Sí, en cierto nivel. La simulación ayuda, pero no reemplaza la experiencia real con el paciente.

**Pregunta 10:**

**¿El acompañamiento psicológico debe ser obligatorio?**

**Respuesta:**

Sí, obligatorio. El estudiante no debe estar solo. Debe haber acompañamiento constante y progresivo.

**Pregunta 11:**

**¿Qué errores ha observado por estrés?**

**Respuesta:**

Errores en procedimientos como aplicar mal una inyección, omitir pasos o leer mal medicamentos. Son errores por estrés, no por desconocimiento.

**Pregunta 12:**

**Relación entre calificaciones y desempeño práctico**

**Respuesta:**

No siempre están relacionados. Hay estudiantes con buenas notas que fallan en la práctica y otros con notas medias que son excelentes clínicamente.

**Pregunta 13:**

**Impacto del estrés en la seguridad del paciente**

**Respuesta:**

Es mínimo cuando hay supervisión docente. Los estudiantes pueden tener temor, pero con acompañamiento se evita que afecte al paciente. En general, los pacientes valoran positivamente el trabajo de los estudiantes.

**Cierre de la entrevista**

**Investigador:**

Gracias, profesora, por su tiempo y por compartir su experiencia.

**Entrevistada:**

Gracias a usted por tomarme en cuenta.

**4.2.1 Análisis de las respuestas del experto**

A partir de la entrevista realizada a la especialista en salud mental, psiquiatría y docencia universitaria, se identificaron diversos elementos clave que permiten comprender de manera más profunda la relación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes de enfermería durante la práctica clínica.

En primer lugar, la experta confirma la presencia significativa de ansiedad anticipatoria en los estudiantes, manifestada a través de conductas como el temor al paciente, la inseguridad en la ejecución de procedimientos, la evitación del contacto clínico y respuestas físicas como temblores y angustia. Este hallazgo coincide con los resultados obtenidos en la encuesta, lo que permite validar que el estrés no es únicamente una percepción subjetiva del estudiante, sino un fenómeno observable que afecta directamente su comportamiento en el entorno clínico.

Por otra parte, la especialista plantea que el estrés académico no depende exclusivamente de la carga teórica, sino que está condicionado por factores externos como la falta de tiempo para el estudio, las largas jornadas académicas, el cansancio acumulado y las dificultades de traslado. Esta perspectiva amplía el enfoque del estudio, evidenciando que el estrés es un fenómeno multifactorial que no puede ser explicado únicamente desde el ámbito académico, sino que involucra condiciones personales, sociales y estructurales que influyen en la capacidad del estudiante para procesar y aplicar el conocimiento.

En relación con el miedo al error, la experta introduce un aporte fundamental al señalar que este no constituye la causa principal del bajo rendimiento, sino una consecuencia de la falta de seguridad en la práctica. Es decir, la inseguridad derivada de la escasa experiencia práctica genera duda, y esta a su vez produce temor. Este planteamiento permite redefinir el problema central de la investigación, orientándolo hacia la necesidad de fortalecer el dominio práctico como estrategia para reducir el estrés y mejorar el desempeño del estudiante.

Asimismo, la especialista destaca el papel del docente como un elemento determinante en la experiencia del estudiante, indicando que la evaluación puede actuar tanto como un estímulo positivo como un factor estresante, dependiendo de su aplicación. Cuando la evaluación es formativa, orientadora y justa, contribuye al aprendizaje; sin embargo, cuando se percibe como excesiva o punitiva, incrementa los niveles de ansiedad. Esto evidencia la importancia de promover prácticas pedagógicas que favorezcan un ambiente de aprendizaje más seguro y menos presionante.

Otro aspecto relevante identificado en la entrevista es la relación entre el estrés y la salud física de los estudiantes. La experta confirma que las dolencias físicas como cefaleas, fatiga, náuseas y tensión corporal son consecuencia directa de la mala gestión del estrés, lo cual coincide con los resultados cuantitativos del estudio. Este hallazgo refuerza la idea de que el estrés académico tiene un impacto integral, afectando tanto la dimensión emocional como la fisiológica del estudiante.

En cuanto a la transición del aula al hospital, la especialista señala que este proceso representa un momento de alta vulnerabilidad emocional, ya que el estudiante pasa de un entorno conocido a uno desconocido, donde debe enfrentarse a situaciones reales que implican responsabilidad y toma de decisiones. Esta transición genera inseguridad y ansiedad, lo que confirma que la práctica clínica es el principal detonante del estrés en la formación de enfermería.

De igual manera, se resalta que la simulación clínica, aunque útil, no sustituye completamente la experiencia real con el paciente, lo que explica por qué los estudiantes continúan presentando inseguridad incluso después de recibir formación

práctica en laboratorio. Este hallazgo evidencia la necesidad de implementar estrategias que faciliten una transición progresiva y acompañada hacia el entorno clínico.

En relación con el desempeño académico, la especialista establece que las calificaciones no siempre reflejan la competencia real del estudiante en la práctica clínica, ya que existen estudiantes con altos promedios que presentan dificultades en la ejecución de procedimientos, y otros con rendimiento académico medio que destacan en el ámbito práctico. Este resultado cuestiona la validez de las calificaciones como único indicador de rendimiento.

Finalmente, la experta enfatiza la importancia del acompañamiento psicológico y docente durante la práctica clínica, señalando que el estudiante no debe enfrentarse solo a este proceso, sino que requiere orientación constante, supervisión y apoyo emocional. Asimismo, indica que el impacto del estrés en la seguridad del paciente puede ser mínimo cuando existe una adecuada supervisión, lo que resalta el papel del docente en la prevención de errores y en el fortalecimiento del aprendizaje.

En conjunto, los resultados de la entrevista permiten concluir que el estrés académico en los estudiantes de enfermería es un fenómeno complejo y multifactorial, en el que intervienen factores académicos, emocionales, personales y formativos. Estos hallazgos no solo complementan la información obtenida en la encuesta, sino que la profundizan, ofreciendo una visión más integral del problema y evidenciando la necesidad de implementar estrategias que fortalezcan la formación práctica, el acompañamiento docente y el apoyo emocional en el proceso educativo.

#### 4.6 Prueba de hipótesis

La hipótesis general planteada en esta investigación fue:

- **Hipótesis positiva ( $H_1$ ):** El estrés académico afecta el rendimiento de los estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre en su práctica clínica de la Universidad Americana de Panamá.
- **Hipótesis nula ( $H_0$ ):** No existe relación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre en su práctica clínica.

#### Análisis de la hipótesis

A partir de los resultados obtenidos en la encuesta, se evidencia que los estudiantes presentan altos niveles de estrés académico, reflejados en ansiedad anticipatoria, miedo al error, agotamiento emocional y síntomas físicos.

Asimismo, se observa que este estrés influye en el rendimiento académico, manifestándose en dificultades de concentración, inseguridad en la práctica clínica y deterioro del bienestar físico y emocional.

Por otra parte, los resultados muestran que un porcentaje significativo de estudiantes mantiene su rendimiento académico a costa de su salud, lo que confirma la existencia de una relación entre el estrés y el desempeño.

De igual manera, la entrevista al experto respalda estos hallazgos, al señalar que la falta de seguridad práctica y la presión académica influyen directamente en el desempeño del estudiante, afectando su capacidad de respuesta en el entorno clínico.

## Conclusión de la hipótesis

En función de los resultados obtenidos, se **acepta la hipótesis positiva ( $H_1$ )**, ya que se evidencia que el estrés académico influye significativamente en el rendimiento de los estudiantes de enfermería durante la práctica clínica.

Por consiguiente, se **rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ )**, debido a que los datos demuestran la existencia de una relación directa entre el estrés académico y el desempeño estudiantil.

## 4.7 Conclusiones

A partir del análisis e interpretación de los resultados obtenidos mediante la encuesta aplicada a los estudiantes y la entrevista realizada al experto, se establecen las siguientes conclusiones:

### **a) Alta presencia de estrés académico en estudiantes de enfermería**

Se concluye que los estudiantes del séptimo cuatrimestre presentan niveles elevados de estrés académico, evidenciados a través de ansiedad anticipatoria, miedo al error, presión docente y sobrecarga académica. Este fenómeno se manifiesta de manera constante durante la práctica clínica, convirtiéndose en un elemento determinante en su proceso formativo.

### **b) Impacto integral del estrés en la salud del estudiante**

El estrés académico no solo afecta el rendimiento, sino también el bienestar físico y emocional de los estudiantes, generando síntomas como fatiga, cefaleas, agotamiento emocional y alteraciones del sueño. Además, se evidencia que los estudiantes

sacrifican aspectos personales fundamentales, como el descanso y la alimentación, para cumplir con las exigencias académicas.

### **c) La práctica clínica como principal detonante del estrés**

Se identifica que el entorno hospitalario constituye el principal escenario generador de estrés, debido a la responsabilidad sobre el paciente, la presión por no cometer errores y la exposición a situaciones reales de salud. La transición del aula al hospital representa una etapa crítica que incrementa la vulnerabilidad emocional del estudiante.

### **d) Falta de integración entre teoría y práctica**

Los resultados evidencian una brecha significativa entre la formación teórica y su aplicación en la práctica clínica, lo que genera inseguridad en los estudiantes. La falta de experiencia práctica adecuada se posiciona como uno de los principales factores que incrementan el estrés y el miedo al error.

### **e) Influencia del estrés en el rendimiento académico**

Se concluye que el estrés académico influye directamente en el rendimiento de los estudiantes, afectando su concentración, toma de decisiones y desempeño en la práctica clínica. No obstante, se observa la existencia de la “paradoja del rendimiento”, donde algunos estudiantes logran mantener un buen desempeño a costa de su salud.

### **f) Limitaciones en las estrategias de afrontamiento**

Se evidencia que los estudiantes no cuentan con herramientas suficientes para manejar el estrés, lo que dificulta su adaptación al entorno clínico. Esta carencia

representa una debilidad en el proceso formativo, ya que el manejo del estrés es una competencia fundamental en el área de la salud.

#### **g) Importancia del rol docente y del acompañamiento**

Se concluye que el docente desempeña un papel fundamental en la experiencia del estudiante, pudiendo actuar como facilitador o generador de estrés. Asimismo, se destaca la necesidad de un acompañamiento constante, tanto académico como emocional, durante la práctica clínica.

#### **h) Relación entre estrés y permanencia estudiantil**

Se evidencia que el estrés académico influye en la intención de abandono de la carrera, lo que representa un riesgo para la permanencia estudiantil. Este hallazgo resalta la necesidad de implementar estrategias que reduzcan el impacto del estrés en los estudiantes.

## 4.8 Recomendaciones

En función de los resultados obtenidos, se proponen las siguientes recomendaciones:

### **a) Fortalecer la formación práctica**

Incrementar el uso de simulaciones clínicas, talleres prácticos y experiencias reales supervisadas, con el fin de mejorar la seguridad del estudiante y reducir el miedo al error.

### **b) Implementar programas de apoyo psicológico**

Establecer programas obligatorios de acompañamiento psicológico para los estudiantes de enfermería, que les permitan desarrollar habilidades de manejo del estrés y adaptación emocional al entorno clínico.

### **c) Mejorar la integración teoría-práctica**

Alinear los contenidos teóricos con las actividades prácticas, asegurando que los estudiantes puedan aplicar los conocimientos adquiridos de manera efectiva en el entorno hospitalario.

### **d) Optimizar la organización académica**

Revisar la carga académica y la distribución de evaluaciones, con el fin de evitar la sobrecarga y permitir que los estudiantes dispongan de tiempo suficiente para el descanso y el estudio.

### **e) Capacitación docente**

Capacitar a los docentes en metodologías de enseñanza y evaluación formativa, promoviendo un enfoque más orientador y menos punitivo, que contribuya a reducir el estrés en los estudiantes.

**f) Fomentar el desarrollo de estrategias de afrontamiento**

Incluir en el currículo académico contenidos relacionados con el manejo del estrés, inteligencia emocional y autocuidado, como parte de la formación integral del estudiante.

**g) Promover la humanización del cuidado**

Fortalecer la enseñanza del componente humanístico en la formación de enfermería, resaltando la importancia del trato empático y la conexión emocional con el paciente.

**h) Monitoreo del bienestar estudiantil**

Implementar sistemas de seguimiento que permitan evaluar periódicamente el estado emocional de los estudiantes, con el fin de identificar riesgos y aplicar intervenciones oportunas.

## CAPÍTULO 5.0 LA PROPUESTA

### 5.1 Introducción

El análisis realizado en la presente investigación permitió evidenciar que el estrés académico constituye un factor significativo que afecta el rendimiento de los estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre durante la práctica clínica en la Universidad Americana de Panamá. Dicho fenómeno se manifiesta a través de múltiples dimensiones, incluyendo ansiedad anticipatoria, agotamiento emocional, síntomas físicos, miedo al error y dificultades en la adaptación al entorno hospitalario.

Asimismo, los resultados revelaron que la práctica clínica representa el principal escenario generador de estrés, debido a la responsabilidad directa sobre el paciente, la presión por cumplir con estándares académicos y la falta de integración efectiva entre la teoría y la práctica. A esto se suma la insuficiente preparación en estrategias de afrontamiento emocional, lo que limita la capacidad del estudiante para manejar situaciones de alta exigencia.

De igual manera, se identificó que el estrés académico no solo impacta el rendimiento, sino también el bienestar integral del estudiante, afectando su salud física, emocional y su permanencia en la carrera. Este hallazgo evidencia la necesidad de implementar estrategias que permitan mejorar las condiciones de formación y reducir los efectos negativos del estrés.

Con base en estos resultados, se plantea una propuesta integral orientada a fortalecer la formación práctica, el acompañamiento emocional y la gestión del estrés académico, mediante la implementación de programas estructurados que contribuyan

a mejorar el rendimiento y bienestar de los estudiantes de enfermería en el contexto clínico.

## 5.2 Fundamentación de la propuesta

La fundamentación de la propuesta se organiza en tres ejes principales derivados del diagnóstico realizado:

### 5.2.1 Fundamentación pedagógica

Los resultados de la investigación evidenciaron una brecha significativa entre la formación teórica y su aplicación en la práctica clínica, lo cual genera inseguridad en los estudiantes y aumenta los niveles de estrés. Esta situación justifica la necesidad de fortalecer los procesos de enseñanza mediante metodologías activas, aprendizaje basado en la práctica y simulación clínica.

Asimismo, se destaca la importancia del rol docente como facilitador del aprendizaje, siendo necesario promover estrategias de acompañamiento, retroalimentación constructiva y evaluación formativa, que contribuyan a reducir la presión académica y mejorar la confianza del estudiante.

### 5.2.2 Fundamentación psicológica

El estudio demostró que los estudiantes presentan altos niveles de estrés, acompañados de síntomas físicos y emocionales, lo que evidencia la necesidad de incorporar programas de apoyo psicológico dentro del proceso formativo.

La ausencia de estrategias de afrontamiento adecuadas limita la capacidad del estudiante para manejar la presión académica, por lo que se justifica la

implementación de talleres, asesorías y seguimiento psicológico que permitan fortalecer su bienestar emocional y su adaptación al entorno clínico.

### 5.2.3 Fundamentación clínica–formativa

La práctica clínica representa un entorno de alta exigencia donde el estudiante debe aplicar conocimientos, tomar decisiones y asumir responsabilidades en situaciones reales. Sin embargo, los resultados evidencian que la simulación y la preparación previa no son suficientes para garantizar la seguridad y confianza del estudiante.

Por ello, se fundamenta la necesidad de fortalecer la formación práctica mediante una transición progresiva del aula al hospital, acompañada de supervisión constante y estrategias que permitan desarrollar competencias clínicas de manera efectiva.

## 5.3 Justificación de la propuesta

### 5.3.1 Pertinencia social

La propuesta contribuye al bienestar de los estudiantes, reduciendo los niveles de estrés y mejorando su calidad de vida durante el proceso formativo, lo que impacta positivamente en la atención brindada a los pacientes.

### 5.3.2 Pertinencia académica

Permite mejorar el rendimiento académico mediante el fortalecimiento de la formación práctica, la integración teoría-práctica y la implementación de estrategias de apoyo emocional.

### 5.3.3 Pertinencia institucional

Proporciona a la universidad herramientas para optimizar sus procesos educativos, fortaleciendo la calidad de la formación en enfermería y reduciendo los niveles de deserción estudiantil.

### 5.3.4 Pertinencia profesional

Contribuye a la formación de profesionales más preparados, seguros y competentes, capaces de enfrentar las exigencias del entorno clínico.

## 5.4 Objetivos de la propuesta

### 5.4.1 Objetivo general

Diseñar un programa integral de intervención académica y emocional que permita reducir el estrés académico y mejorar el rendimiento de los estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre durante la práctica clínica.

### 5.4.2 Objetivos específicos

- a) Implementar programas de simulación clínica previos a la práctica hospitalaria.
- b) Desarrollar talleres de manejo del estrés y bienestar emocional.
- c) Fortalecer el acompañamiento docente durante la práctica clínica.
- d) Mejorar la integración entre teoría y práctica.
- e) Promover estrategias de afrontamiento en los estudiantes.

## 5.5 Análisis costo-beneficio

### 5.5.1 Costos estimados

- a) Implementación de talleres psicológicos
- b) Capacitación docente
- c) Materiales de simulación
- d) Recursos didácticos
- e) Seguimiento académico

### 5.5.2 Beneficios estimados

- a) Reducción del estrés académico
- b) Mejora del rendimiento estudiantil
- c) Disminución de la deserción
- d) Formación de profesionales más competentes
- e) Mejor calidad en la atención al paciente

## 5.6 Implementación de la propuesta

### *Fase 1: Preparación (0–2 meses)*

- Diseño del programa
- Capacitación docente
- Planificación de talleres

### *Fase 2: Ejecución (3–6 meses)*

- Aplicación de talleres
- Simulación clínica

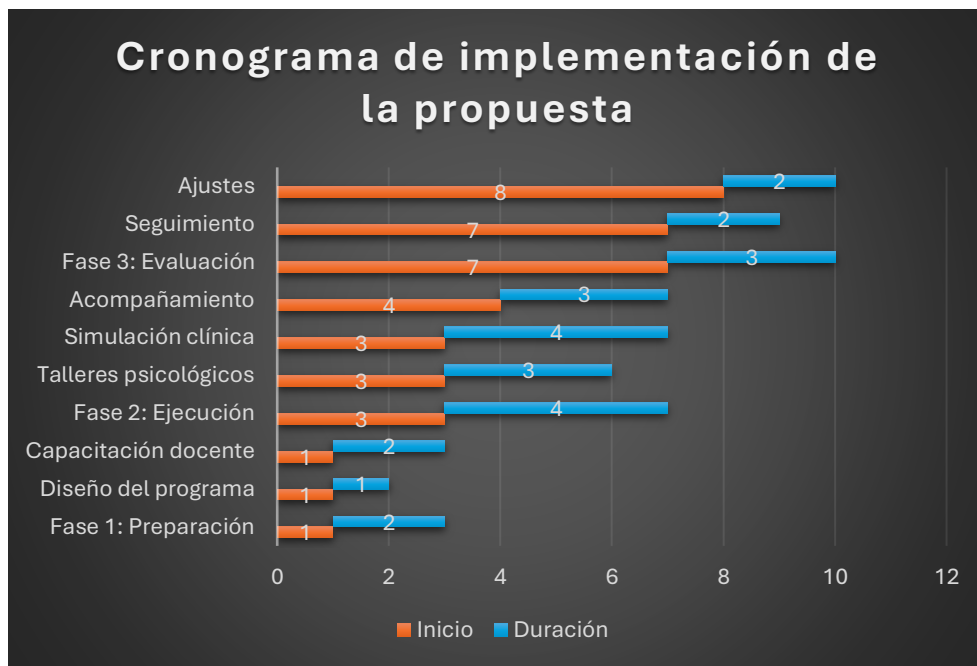
- Acompañamiento académico

*Fase 3: Evaluación (7–9 meses)*

- Seguimiento de resultados
- Evaluación del impacto
- Ajustes al programa

5.7 Cronograma de actividades

*Ilustración 15 Cronograma de actividades*



*Gráfico: 1 Cronograma de actividades*

## 5.8 Presupuesto

<b>Rubro</b>	<b>Costo estimado</b>
Talleres psicológicos	B/. 1,000 – 2,000
Capacitación docente	B/. 1,000 – 2,000
Simulación clínica	B/. 2,000 – 4,000
Materiales didácticos	B/. 500 – 1,000
Seguimiento	B/. 500 – 1,000
<b>Total, estimado</b>	<b>B/. 5,000 – 10,000</b>

Tabla 16 Presupuesto

Tabla 17 Presupuesto

## Referencias bibliográficas

Panamá, C. T. (2021). *Regulación de las profesiones de salud en Panamá*. Obtenido de Ministerio de Salud de Panamá: <https://www.minsa.gob.pa>

Constitución Política de la República de Panamá. (2004). *Constitución Política de la República de Panamá*. Asamblea Nacional de Panamá.

Consejo Técnico de Salud de Panamá. (2021). *Regulación de las profesiones de salud en Panamá*. Ministerio de Salud de Panamá. <https://www.minsa.gob.pa>

Ministerio de Salud de Panamá. (2020). *Normativas del sistema de salud en Panamá*. Gobierno de Panamá. <https://www.minsa.gob.pa>

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Salud mental en estudiantes*. <https://www.who.int>

Organización Panamericana de la Salud. (2021). *Salud mental y resiliencia*. <https://www.paho.org>

Universidad de Salamanca. (2021). *Resiliencia en estudiantes universitarios*. <https://www.usal.es>

Universidad Nacional Autónoma de México. (2022). *Estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios*. <https://www.unam.mx>

Definición de términos.

### Conceptos de Salud Mental y Estrés

- **Estrés Académico:** reacción física, emocional y cognitiva ante las demandas y exigencias del entorno universitario.
- **Síndrome de Burnout:** estado de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal que ocurre en entornos laborales o de práctica de alta presión.
- **Ansiedad Anticipatoria:** estado emocional caracterizado por el miedo o preocupación excesiva ante un evento futuro (como la primera práctica clínica).
- **Estrategias de Afrontamiento:** esfuerzos cognitivos y conductuales que los estudiantes utilizan para manejar situaciones de estrés.
- **Agotamiento Emocional:** sensación de no poder dar más de sí mismo a nivel afectivo debido a la sobrecarga de demandas.
- **Factores Estresores:** estímulos o situaciones del ambiente académico o clínico que desencadenan la respuesta de estrés.
- **Salud Emocional:** estado de bienestar que permite al estudiante manejar el estrés diario y trabajar de forma productiva.
- **Desgaste Psíquico:** pérdida progresiva de la energía mental debido a la exposición prolongada a estresores académicos.

## Entorno y Formación Clínica

- **Práctica Clínica:** periodo de formación donde el estudiante de enfermería integra la teoría en el cuidado directo de pacientes reales.
- **Transición Clínica:** proceso de adaptación del estudiante al pasar del aula controlada al entorno complejo del hospital.
- **Praxis:** la unión entre la teoría y la acción práctica; la aplicación del conocimiento en el campo de trabajo.
- **Daño Ético-Profesional:** perjuicio moral que siente el estudiante al considerar que ha fallado en sus deberes o valores hacia el paciente.
- **Seguridad del Paciente:** conjunto de elementos que buscan minimizar el riesgo de sufrir un evento adverso durante el proceso de atención de salud.
- **Protocolos Clínicos:** guías e instrucciones paso a paso que el estudiante debe seguir para realizar procedimientos de enfermería de forma segura.
- **Habilidades Blandas:** capacidades no técnicas (comunicación, empatía, resiliencia) vitales para el manejo del paciente y del propio estrés.

## Conceptos de Rendimiento y Metodología

- **Rendimiento Académico:** evaluación del conocimiento y competencias alcanzadas por el estudiante, generalmente expresada en calificaciones.
- **Carga Académica:** volumen total de trabajo (teoría, laboratorios y prácticas) que el estudiante debe cumplir en un tiempo determinado.
- **Prevalencia:** proporción de individuos de un grupo que presentan una característica o condición determinada (en este caso, estrés) en un momento dado.

- **Incidencia:** la frecuencia con la que ocurre un fenómeno o efecto (como el bajo rendimiento) debido a una causa específica.
- **Correlación:** relación recíproca o vínculo entre dos variables (estrés y rendimiento).
- **Estudio Descriptivo-Transversal:** diseño de investigación que observa variables en un solo momento del tiempo sin manipularlas.
- **Muestra:** subconjunto representativo de la población de estudiantes que participarán en la investigación.
- **Cotejar:** acción de comparar los datos obtenidos para identificar diferencias o similitudes.
- **Hipótesis:** proposición tentativa sobre la relación entre el estrés y el rendimiento que el estudio busca confirmar o negar.
- **Variable Interveniente:** factor que puede alterar los resultados de la investigación (ej. problemas personales del alumno) pero que no es el objeto de estudio principal.

Anexos

Cronograma:

Fase	Actividades	Ene. (12-14 / 19-21/26-28)	Feb. (02-04/ 09-11/16-18/23-25)	Mar. (02-04)
Actividades Desarrollo de la idea de investigación siguiendo los pasos del método científico	Definición de variables y Planteamiento	■		
	Búsqueda y selección de contenidos y fuentes científicas	■		
	Revisión de los lineamientos y pautas institucionales	■		
	Formulación del planteamiento del problema	■		
	Elaboración de propuestas de investigación	■		
	Redacción de los objetivos generales y específicos	■		
Aplicación del método científico para describir,	Selección de escalas (LICKER) y Validación		■	

explicar y predecir la realidad educativa utilizando el proceso de investigación	Revisión teórica		■	
	Reducción del marco teórico		■	
	Solicitud de permisos hospitalarios		■	
Planificación de la recolección y el ordenamiento de los datos, tratamiento de la información y el análisis de las conclusiones para firmar o rechazar las hipótesis formuladas	Aplicación de encuestas a estudiantes		■	
	Procesamiento de datos (Excel)		■	
	Redacción de resultados (Cap. IV)		■	
	Discusión de hallazgos y cruce de variables		■	
	Marco metodológico			■
	Conclusiones y Recomendaciones			■
	Formato APA y Revisión Final			■
	<b>Entrega de Tesis Finalizada</b>			<b>Final Marzo</b>

Tabla 18 Cronograma:

Entrevista a experto



Universidad Latina De Panama

Facultad De Ciencias De La Educación Y Desarrollo Humano

Maestría En Docencia Superior

Consentimiento Informado para participar en la entrevista

Título del proyecto:

“ANÁLISIS DE LAS AFECTACIONES DE ESTRÉS EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO CUATRIMESTRE DURANTE LA PRÁCTICA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD AMERICANA DE PANAMÁ ENERO-MARZO 2026”

Investigador Responsable: Lic. Anthony A. Barroso G.

Contacto: 6211-6017

Objetivo de la entrevista: Usted está siendo invitado(a) a participar en una entrevista que forma parte del proyecto mencionado anteriormente. El objetivo de esta entrevista es recopilar información cuantitativa y cualitativa, desde la experiencia y conocimiento

sobre las afectaciones de estrés en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería.

Procedimiento: La entrevista durará aproximadamente 45 minutos y se llevará a cabo de manera Presencial. Con su consentimiento, la entrevista será grabada en audio para facilitar el análisis posterior.

Riesgos y beneficios: No se anticipan riesgos significativos por participar. Su participación es voluntaria y no habrá compensación económica, aunque su colaboración contribuirá al desarrollo de propuestas para mejorar en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería.

Confidencialidad: La información proporcionada será tratada con estricta confidencialidad. Sus respuestas serán utilizadas únicamente con fines académicos y/o de divulgación científica. En los resultados, su nombre y cualquier dato que permita identificarla serán omitidos o codificados, salvo que usted autorice expresamente su divulgación.

Voluntariedad: Su participación es completamente voluntaria. Usted puede negarse a responder cualquier pregunta o retirar su participación en cualquier momento, sin consecuencias negativas.

Consentimiento:

He leído y comprendido la información proporcionada anteriormente. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y se me han aclarado satisfactoriamente. Doy mi

consentimiento para participar en esta entrevista.

Acepta usted participar de la Entrevista. Sí \_\_\_/ No \_\_\_

Nombre del profesional:

Fecha:

Hora:

Firma del entrevistado/a:

I. Dimensión: Observación del Desempeño y Estrés

Preguntas basadas en la escala Likert para cuantificar la percepción del experto.

(Opciones: Totalmente de acuerdo / De acuerdo / En desacuerdo)

1- ¿Observa usted que los estudiantes del séptimo cuatrimestre muestran signos de ansiedad anticipatoria antes de realizar sus prácticas clínicas?

- A. Totalmente de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo

¿Por qué?

2- ¿Considera que el nivel de estrés acumulado por la carga teórica influye directamente en la pérdida de retención de protocolos de los alumnos?

- A. Totalmente de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo

¿Por qué?

3- ¿Está de acuerdo con que el miedo al error ético-profesional es el principal paralizador del rendimiento en la práctica clínica?

- A. Totalmente de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo

¿Por qué?

4- ¿Percibe usted que los estudiantes con mejores notas suelen ser los que presentan mayores síntomas de agotamiento emocional (Burnout)?

- A. Totalmente de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo

¿Por qué?

5- ¿Considera que la presión de la evaluación docente constante actúa más como un estresor que como un estímulo para el aprendizaje práctico?

- A. Totalmente de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo

¿Por qué?

6- ¿Nota usted una tendencia en los estudiantes a "deshumanizar" la atención al paciente como mecanismo de defensa ante el sufrimiento?

- A. Totalmente de acuerdo

- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo

¿Por qué?

7- ¿Cree que las dolencias físicas reportadas por los estudiantes (migrañas, fatiga) son una consecuencia directa de la mala gestión del estrés académico?

- A. Totalmente de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo

¿Por qué?

8- ¿Es la transición del aula al hospital el punto de mayor vulnerabilidad emocional para el estudiante de enfermería?

- A. Totalmente de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo

¿Por qué?

9- ¿Considera que el rendimiento clínico actual de los estudiantes de la UAM se ve comprometido por la falta de herramientas de afrontamiento previas?

- A. Totalmente de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo

¿Por qué?

10- ¿Está de acuerdo en que el acompañamiento psicológico debe ser un componente obligatorio y no opcional?

- A. Totalmente de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo

¿Por qué?

II. Preguntas Abiertas (Cualitativas): Diseñadas para que el estudiante aporte su experiencia.

En su experiencia supervisando prácticas:

- 1- ¿Cuáles son los errores procedimentales más comunes que usted atribuye directamente al estrés y no a la falta de conocimiento?
- 2- ¿Cómo describe la relación entre el "éxito académico" (calificaciones) y la salud mental que ha observado en los estudiantes de último año?
- 3- ¿Qué impacto tiene el agotamiento emocional del estudiante en la seguridad integral del paciente bajo su cuidado?

Encuesta aplicada a estudiantes



Universidad Latina De Panama

Facultad De Ciencias De La Educación Y Desarrollo Humano

Maestría En Docencia Superior

Universidad Latina De Panama

Facultad De Ciencias De La Educación Y Desarrollo Humano

Maestría En Docencia Superior

Consentimiento Informado para participar en la Encuesta

Título del proyecto:

“ANÁLISIS DE LAS AFECTACIONES DE ESTRÉS EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO CUATRIMESTRE DURANTE LA PRÁCTICA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD AMERICANA DE PANAMÁ ENERO-MARZO 2026”

Investigador Responsable: Lic. Anthony A. Barroso G.

Contacto: 6211-6017

Objetivo de la entrevista: Usted está siendo invitado(a) a participar en una encuesta que forma parte del proyecto mencionado anteriormente. El objetivo de esta entrevista es recopilar información cuantitativa y cualitativa, desde la experiencia y conocimiento sobre las afectaciones del estrés.

Procedimiento:

La encuesta durará aproximadamente 30-50 minutos y se llevará a cabo de manera Presencial y digital.

Riesgos y beneficios:

No se anticipan riesgos significativos por participar. Su participación es voluntaria y no habrá compensación económica, aunque su colaboración contribuirá al desarrollo de propuestas para mejorar en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería.

Confidencialidad:

La información proporcionada será tratada con estricta confidencialidad. Sus respuestas serán utilizadas únicamente con fines académicos y/o de divulgación científica. En los resultados, su nombre y cualquier dato que permita identificarla serán omitidos o codificados, salvo que usted autorice expresamente su divulgación.

Voluntariedad:

Su participación es completamente voluntaria. Usted puede negarse a responder

cualquier pregunta o retirar su participación en cualquier momento, sin consecuencias negativas.

Consentimiento:

He leído y comprendido la información proporcionada anteriormente. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y se me han aclarado satisfactoriamente. Doy mi consentimiento para participar en esta encuesta.

Acepta usted participar de la Encuesta. Sí\_\_ / No\_\_

Nombre del Estudiante:

Fecha:

Hora:

Firma del Estudiante:

I. Datos sociodemográficos:

1- Sexo:

A. Masculino

B. Femenino

C. Otro:

2- Edad:

A. 18-23

B. 24-29

C. 30 o más.

II. Dimensión: Observación del desempeño y estrés

Preguntas basadas en la escala Likert para cuantificar la percepción de los Estudiantes. Por favor, marque con un Circulo "O" la opción que mejor describa su experiencia actual. (Opciones: Frecuentemente / A veces / Nunca)

1. ¿Experimenta ansiedad anticipatoria (nerviosismo extremo) antes de iniciar su turno en el hospital?

- a) Frecuentemente
- b) A veces
- c) Nunca

¿Por qué?

2. ¿Siente que la carga de teoría acumulada en cuatrimestres anteriores dificulta su desempeño práctico actual?

- a) Frecuentemente
- b) A veces
- c) Nunca

¿Por qué?

3. ¿Presenta síntomas físicos como cefaleas, fatiga crónica o problemas gástricos debido a la exigencia de la rotación?

- a) Frecuentemente
- b) A veces
- c) Nunca

¿Por qué?

4. ¿El miedo a cometer un error que afecte la seguridad del paciente le impide actuar con seguridad en sus procedimientos?

- a) Frecuentemente
- b) A veces
- c) Nunca

¿Por qué?

5. ¿Se siente emocionalmente agotado o con la sensación de no poder dar más al finalizar su jornada clínica?

- a) Frecuentemente
- b) A veces
- c) Nunca

¿Por qué?

6. ¿Ha sentido la necesidad de "desconectarse" emocionalmente del sufrimiento del paciente para poder completar sus tareas?

- a) Frecuentemente
- b) A veces
- c) Nunca

¿Por qué?

7. ¿Considera que la presión de ser evaluado constantemente por el docente disminuye su capacidad de concentración?

- a) Frecuentemente

b) A veces

c) Nunca

¿Por qué?

8. ¿Ha sacrificado horas de sueño o alimentación para mantener un promedio académico alto durante su práctica?

a) Frecuentemente

b) A veces

c) Nunca

¿Por qué?

9. ¿Percibe que el entorno hospitalario es un factor estresante que afecta su retención de protocolos clínicos?

a) Frecuentemente

b) A veces

c) Nunca

¿Por qué?

10. ¿Siente que cuenta con las herramientas psicopedagógicas necesarias para manejar situaciones de alta presión?

a) Frecuentemente

b) A veces

c) Nunca

¿Por qué?

### III. Preguntas de Opción Múltiple / Dicotómicas

1. ¿Cómo calificaría su rendimiento académico actual frente a su bienestar físico y mental?
  - 1) Rendimiento alto a pesar de un deterioro físico/mental severo.
  - 2) Rendimiento moderado con bienestar físico/mental estable.
  - 3) Rendimiento bajo debido al impacto del estrés.
2. ¿Ha considerado alguna vez el abandono o deserción de la carrera debido a la carga emocional de las prácticas?
  - ( ) Sí
  - ( ) No

### IV. Abiertas (Cualitativas)

Estas preguntas buscan profundizar en la percepción subjetiva del estudiante.

- 1- ¿Cuál ha sido la situación clínica específica que más estrés le ha generado durante este séptimo cuatrimestre y por qué?
- 2- Desde su perspectiva, ¿de qué manera el estrés académico ha influido positiva o negativamente en sus calificaciones de práctica?
- 3- ¿Qué estrategias Preguntas de apoyo emocional o pedagógico sugeriría a la Universidad Americana para mejorar la transición entre el aula y el hospital?

Panamá, 20 de abril de 2026

Profesores

Facultad de Ciencias de la Educación y Desarrollo Humano

Universidad Latina de Panamá

Ciudad

Respetados señores:

La suscrita profesora **Olga Díaz Castillo**, con cédula **8-771-1155**, Licenciada en español certifica que el trabajo final de graduación titulado: **Análisis de las afectaciones de estrés académico en el rendimiento durante la práctica clínica en estudiantes de enfermería del séptimo cuatrimestre de la Universidad Americana de Panamá periodo 2026**, del estudiante Anthony Anibal Barroso González con cédula 4-783-1598; ha sido revisado y cuenta con las normas de estilos en redacción y ortografía; cumpliendo así con los méritos suficientes para su presentación y evaluación.

Atentamente,



Olga Díaz  
Profesora de Español



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ



\*0036060\*

# UNIVERSIDAD DE PANAMÁ

## LA FACULTAD DE Humanidades

EN VIRTUD DE LA POTESTAD QUE LE CONFIEREN LA LEY Y EL ESTATUTO UNIVERSITARIO,  
HACE CONSTAR QUE

REPÚBLICA DE PANAMÁ  
MINISTERIO DE EDUCACION

Dirección Regional de Panamá Centro

Panamá, 9 de junio de 2010.

Nombre del Donante del Diploma: **OLGA DIAZ CASTILLO**

Folio 1052, Bajo el No. 32566

*Soabel C. Ojeda*  
Oficial de Registro

### Olga Diaz Castillo

HA TERMINADO LOS ESTUDIOS Y CUMPLIDO CON LOS REQUISITOS  
QUE LE HACEN ACREEDOR AL TÍTULO DE

### Licenciada en Humanidades con Especialización en Español

Y EN CONSECUENCIA SE LE CONCEDE TAL GRADO CON TODOS LOS DERECHOS,  
HONORES Y PRIVILEGIOS RESPECTIVOS, EN TESTIMONIO DE LO CUAL SE LE EXPIDE  
ESTE DIPLOMA EN LA CIUDAD DE PANAMÁ, A LOS **veintea**  
DÍAS DEL MES DE **abril** DEL AÑO DOS MIL **diez**.

Diploma **176 173**  
Identificación Personal  
**8-771-1155**

*[Signature]*  
Secretario General

*[Signature]*  
Decano

*[Signature]*  
Rector

