Artículo Original/ Original Article

ISSN (Impreso): 1812 - 7886 ISSN (Digital): 2410-2717

KIRU.2024 abr-jun;21(2): 61-70
https://doi.org/10.24265/kiru.2024.v21n2.03

Relación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes de odontología de una universidad peruana, 2019

Relationship between procrastination and academic stress in dental students from a Peruvian university, 2019

Silvana Anduaga Lescano de Scerpella [1a]
[1] Universidad de San Martín de Porres, Facultad de Odontología, Lima, Perú.
[a] Cirujano Dentista

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de Odontología. **Materiales y Métodos:** Estudio de tipo observacional, descriptivo, transversal y correlacional en 61 estudiantes del IV semestre de la Facultad de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima, Perú. Las variables fueron evaluadas mediante el Inventario SISCO de estrés académico y la Escala de Procrastinación Académica – EPA. La relación entre las variables se determinó mediante la correlación de Spearman. **Resultados**: El 95,1% de los estudiantes indicaron tener estrés académico. Los alumnos que presentaron mayores niveles de autorregulación académica utilizaron las estrategias para enfrentar al estrés (p=0,028). Se determinó que los alumnos que tienen el hábito de postergación académica con mayor incidencia, tienden también a reportar reacciones psicológicas asociadas al estrés (p=0,033). Asimismo, se identificó que los estudiantes que contaron con estrategias para afrontar el estrés (p=0,004) fueron lo que menos postergaron las labores académicas. **Conclusiones:** El 95,1% de estudiantes describieron haber presentado episodios de angustia, preocupación, ansiedad o nerviosismo en el tiempo que cursaron el semestre académico. Los alumnos que presentaron mayores niveles de autorregulación académica fueron los que contaron con habilidades para hacer frente al estrés. De igual manera se determinó que los estudiantes que aplican las estrategias de afrontamiento del estrés son los que presentaron con menor frecuencia el hábito de postergación académica.

Palabras clave: Estrés Académico; Estudiantes de Odontología; Perú. (Fuente: DeCS BIREME)

ABSTRACT

Objectives: To determine the relationship between procrastination and academic stress in Dentistry students. **Materials and Methods:** Observational, descriptive, cross-sectional and correlational study in 61 students of the IV semester of the Faculty of Dentistry of the University of San Martín de Porres, Lima, Peru. The variables were evaluated using the SISCO Inventory of academic stress and the Academic Procrastination Scale – EPA. The relationship between the variables was determined using Spearman's correlation. **Results:** 95.1% of the students indicated they had academic stress. Students who presented higher levels of academic self-regulation used strategies to cope with stress (p=0.028). It was determined that students who have a higher incidents of academic procrastination with also tend to report psychological reactions associated with stress (p=0.033). Likewise, it was identified that students who had strategies to cope with stress (p=0.004) were the least likely to postpone academic work. **Conclusions:** 95.1% of the students described having experienced episodes of anguish, worry, anxiety or nervousness during the academic semester. The students who presented higher levels of academic self-regulation were those who had skills to cope with stress. Likewise, it is determined that students who apply stress coping strategies are those who present the habit of academic procrastination less frequently.

Keywords: Academic stress; Students, Dental; Peru. (Source: MeSH NLM)

Recibido: 22 de enero 2024 **Aprobado:** 12 de marzo 2024 **Publicado:** 30 de abril 2024

Correspondencia
Silvana Anduaga Lescano de Scerpella
Correo electrónico: sanduagal@usmp.pe

© Los autores. Este artículo es publicado por la Universidad de San Martín de Porres (Lima, Perú) Es un artículo de acceso abierto distribuido bajo la licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.es

Citar como: Anduaga Lescano de Scerpella SA. Relación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes de odontología de una universidad peruana, 2019. KIRU.2024 abr-jun; 21(2): 61-70. https://doi.org/10.24265/kiru.2024.v21n2.03

INTRODUCCIÓN

La carrera de odontología implica una experiencia de aprendizaje que conlleva cierto nivel de estrés, producto de factores como los requerimientos académicos, la relación docente – alumno, la interacción con pacientes que suelen acudir a la consulta con ansiedad, exposicióna riesgos (sustancias biocontaminadas, tóxicas, radiación y contaminación sonora), espacio limitado y cerrado de trabajo, así como situaciones que no pueden controlar, como el incumplimiento de los pacientes o del técnico que procesa sus trabajos. Sin embargo, uno de los principales estresores referidos por los alumnos suele ser la faltade tiempo [(1)]. Aunque en la mayoría de los casos, este fenómeno suele atribuirse a una deficiente organización, también existe otro factor que pudiera estar presente como estresor, como lo es la procrastinación académica, la cual está definida como una preferencia o predisposición para prorrogar o suspender la ejecución de alguna actividad académica significativa y realizar en su lugar otra que sea irrelevante. Esta situación trae como consecuencia un estado de ansiedad, rendimiento académico deficiente, y un impacto negativo sobre la autoeficacia percibida [(2)].

En el modelo conceptual formulado por Barraza [(3)] se considera que en el proceso del estrés existentres componentes: las estrategias de afrontamiento,estresores (fuentes de estrés) y síntomas asociados al estrés. La conducta procrastinadora está relacionada significativamente con los agentes estresores y con algunos síntomas del mismo, como lo es “la imagen que cada persona proyecta de sí mismo, dificultad para la atención y la concentración, inapetencia, agotamiento, dolor de cabeza, sueño, pesadez, irritabilidad, sentimientos de angustia, depresión y desolación” [(4)]. La estrategia de afrontamiento también puede estar asociada a la procrastinación académica: la mayoría de los sujetos con proceder procrastinador generalmente suelen utilizar la estrategia del afrontamiento proactivo para recurrir frecuentemente al afrontamiento de evitación [(4)].

El objetivo de este estudio fue evaluar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de Odontología, lo cual orientará el desarrollo de programas educativos.

MATERIALES Y MÉTODOS

Tipo de investigación y muestra de estudio. Se realizó un estudio de tipo observacional, descriptivo, transversal y correlacional. La población de estudio estuvo conformada por los 80 estudiantes matriculados en el IV semestre de la Facultad de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres (FO-USMP), en Lima, Perú, en el año 2019. Se eligió este grupo por su accesibilidad al investigador. Se trabajó con una muestra no probabilística integrada por 61 estudiantes, los cuales presentaron su consentimiento informado y cumplieron los criterios de inclusión: estar matriculado y cursando el IV semestre de estudios, en el periodo académico 2019-II. Fueron excluidos aquellos estudiantes que estuvieran recibiendo tratamiento o medicación psicológica y que no llenaron correctamente el cuestionario.

Procedimiento de recolección de datos. La técnica de recolección fue la encuesta, se utilizaron dos instrumentos.

Inventario SISCO del Estrés Académico, creado por Arturo Barraza Macías, es un cuestionario que cuentacon cinco ítems: el primero se propone como objetivodeterminar a la población de estudiantes que pudieran encontrarse de alguna manera estresados, los cuales responderán el cuestionario. En la segunda pregunta se podrá definir qué cantidad de estrés es autopercibido por los estudiantes. En la tercera implica el conocimiento que puedan tener referente a los agentes estresores; la cuarta, conocer qué sintomatología podría estar presente; la quinta consiste en el entendimiento de las estrategias con las que cuentan los estudiantes para hacer frente. Las preguntas 3, 4 y 5 corresponden a una escala de tipo Likert [(3)].

El inventario SISCO presenta buenas propiedades psicométricas: a) Una confiabilidad por mitades de 0,83 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de 0,90; b) Una organización tridimensional garantizada por intermedio de un estudio factorial, en resultados concuerda con la prueba conceptual creada para esta investigación del estrés académico desde una perspectiva sistémico-cognoscitivista y; c) En los ítems se estableció una uniformidad y direccionalidad única, a través del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados [(3)].

La confiabilidad del instrumento ha sido confirmada en algunos estudios [(5,6)]. En la presente investigación al instrumento seleccionado (SISCO) se administró una muestra piloto de 15 estudiantes, consiguiendo una adecuada confiabilidad (alfa de Cronbach= 0,853).

En cuanto a la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko, adaptada por Domínguez et al. [(7)] considera 12 ítems divididos en dos subescalas: a) Autorregulación académica (9 ítems); b) Postergación de actividades (3 ítems). En ambos casos se puede tener una evaluación global de cada dimensión.

Cada ítem es evaluado a través de una escala Likert de cinco puntos. Las opciones de respuestas son: “nunca”, “pocas veces”, “a veces”, “casi siempre” y “siempre”. El puntaje para cada dimensión equivale a la suma aritmética de los puntajes de cada ítem. La interpretación de los puntajes es directa; de este modo, el mayor puntaje obtenido en la prueba, indicará una conducta más elevada de procrastinación [(5)].

Domínguez et al. [(7)] autores de la versión adaptada que se aplicará en el presente estudio - encontraron que el instrumento presenta una estructura bifactorial, con un adecuado nivel de confiabilidad (alfa de Cronbach: 0,816 para la escala total, 0,821 para el factor “Autorregulación académica”, y 0,752 para el factor “Postergación de actividades”).

La confiabilidad del instrumento de Busko ha sido confirmada en diversos estudios [(4-6,8)].

https://doi.org/10.24265/kiru.2024.v21n2.03

Para el presente estudio se aplicó el instrumento a una muestra piloto de 15 estudiantes, obteniéndose una adecuada confiabilidad (alfa de Cronbach: 0,702).

Aspectos éticos. En la presente investigación se contó con la aprobación del ICED-USMP y de la FO-USMP,Lima Perú. Se recabó consentimiento informado de los participantes según el modelo aceptado y revisado por el comité de ética de la FO-USMP. Toda información obtenida en esta investigación fue de carácter reservada.

Análisis estadístico. Los datos obtenidos se registraron inicialmente en una base de datos de Microsoft Excel. Seguidamente se realizó el análisis descriptivo de cada variable mediante tablas de distribución de frecuencias. Para evaluar la relación entre las variables se empleóel análisis de correlación no paramétrico de Spearmancon un nivel de significancia de 5%. El procesamientode datos se realizó mediante el Programa SPSS paraWindows versión 25.

RESULTADOS

De los 61 estudiantes encuestados, 39 (63,9%) fueron del sexo femenino y 22 (36,1%) del masculino, la edad media fue 20,4 años (DE: 3,0).

De toda la muestra, 58 alumnos indicaron que en algún momento han sentido inquietud, preocupación y/o nerviosismo en el desarrollo del semestre académico (95,1%). Considerando el nivel de escalas del 1 al 5,se encontró que la intensidad media del estrés fue 3,34 (DE:0,95) y la mediana fue 3,5 (nivel medio). Los estresores de mayor frecuencia fueron: sobrecarga de tareas y trabajos, evaluaciones de los profesores,y tiempo limitado de trabajos (medias de 3,67, 3,38 3,36 y las medianas de 3,5, 3, 3 respectivamente). Las manifestaciones físicas más recurrentes del estrés fueron: somnolencia o mayor necesidad de dormir y fatiga crónica (medias 3,36, 3,12 y medianas 3 y 3 respectivamente); las manifestaciones psicológicas más usuales fueron: ansiedad, angustia o desesperación, problemas de concentración, e inquietud (medias de 3,03, 2,90 y 2,83; medianas 3,3 y 3 respectivamente); las manifestaciones del comportamiento de mayor frecuencia fueron: aumento o reducción en el consumo de alimentos y desgano para realizar las labores (medias de 2,91 y 2,66; medianas de 3 y 3 respectivamente). Las estrategias para afrontar el estrés que utilizaron los estudiantes fueron: habilidad asertiva y elaboración de un plan y ejecución de ideas (medias de 3,24 y 3,17; medianas de 3 y 3 respectivamente) (Tabla 1).

Tabla 1. Medidas de resumen del estrés académico en estudiantes de odontología, Lima – Perú, 2019

Estrés académico		Media	Mediana	DE*
Intensidad del estrés			**3,5**	**0,95**
Frecuencia del estrés: Dimensión estresores				
Competencia con los compañeros		2,47	3	1,05
Sobrecarga de tareas y trabajos		3,67	3,5	0,93
Personalidad y carácter de los profesores		2,88	3	1,01
Evaluaciones de los profesores		3,38	3	0,95
Tipo de trabajo que piden los profesores		3,07	3	1,07
No entender los temas que se abordan en clase		2,81	3	1,07
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, entre otras)		2,76	3	1,06
Tiempo limitado para hacer trabajos		3,36	3	1,07
	Total	3,41	3	2,68
Frecuencia del estrés: Dimensión síntomas				
Reacciones físicas				
Trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)		2,52	2	1,21
Fatiga crónica (cansancio permanente)		3,12	3	1,04
Dolores de cabeza o migraña		2,78	3	1,08
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea		2,14	2	1,10
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc		2,71	2,5	1,41
Somnolencia o mayor necesidad de dormir		3,36	3	1,07
	Total	2,77	2,8	0,73
Reacciones psicológicas				
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo		2,83	3	0,90
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)		2,76	3	0,94
Ansiedad, angustia o desesperación		3,03	3	1,09
Problemas de concentración		2,90	3	0,95
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad		2,59	3	1,16
	Total	2,81	2,8	0,74

https://doi.org/10.24265/kiru.2024.v21n2.03

Reacciones comportamentales			
Conflictos o tendencia para polemizar o discutir	2,28	2	0,85
Aislamiento de los demás	2,07	2	0,97
Desgano para realizar las labores	2,66	3	1,02
Aumento o reducción del consumo de alimentos	2,91	3	1,08
Evaluación de la dimensión síntomas (reacciones comportamentales)	2,50	2,5	0,71
Frecuencia del estrés: Dimensión estrategias			
Habilidad asertiva (defender nuestras ideas o sentimientos sin dañar a otros)	3,24	3	0,98
Elaboración de un plan y ejecución de ideas	3,17	3	0,88
Elogios a sí mismo	2,02	3	1,05
Religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	2,62	3	0,78
Búsqueda de información sobre la situación	3,05	3	0,78
Ventilación y confidencia (verbalización de la situación que nos preocupa)	3,03	3	0,99
Total	3,03	3,1	0,66

En el estrés académico el nivel “algunas veces” fue preponderante en referencia a la intensidad del estrésque perciben los estudiantes, siendo la sumatoria de los niveles casi siempre y siempre el mayor porcentaje, llegando a más del 50% de los estudiantes (Tabla 2).

Tabla 2. Distribución de frecuencia del estrés académico en estudiantes de odontología, Lima – Perú, 2019

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
Estrés académico	**n**	**%**	**n**	**%**	**n**	**%**	**n**	**%**	**n**	**%**
Intensidad del estrés	**1**	**1,17**	**3**	**5,2**	**25**	**43,1**	**16**	**27,6**	**13**	**22,4**
Frecuencia del estrés: Dimensión estresores										
Competencia con los compañeros	12	20,7	16	27,6	24	41,4	3	5,2	3	5,2
Sobrecarga de tareas y trabajos	0	0	4	6,9	25	43,1	15	25,9	14	24,1
Personalidad y carácter de los profesores	3	5,2	21	36,2	17	29,3	14	24,1	3	5,2
Evaluaciones de los profesores	0	0	11	19,0	22	37,9	17	29,3	8	13,8
Tipo de trabajo que piden los profesores	3	5,2	14	24,1	25	43,1	8	13,8	8	13,8
No entender los temas que se abordan en clase	5	8,6	20	34,5	18	31,0	11	19,0	4	6,9
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, entre otras)	6	10,3	18	31,0	23	39,7	6	10,3	5	8,6
Tiempo limitado para hacer trabajos	2	3,4	9	15,5	24	41,4	12	20,7	11	19,0
Total	31	6,7	113	24,4	178	38,4	86	18,5	56	12,1
Frecuencia del estrés: Dimensión síntomas										
Reacciones físicas										
Trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)	13	22,4	20	34,5	11	19,0	10	17,2	4	6,9
Fatiga crónica (cansancio permanente)	4	6,9	12	20,7	19	32,8	19	32,8	4	6,9
Dolores de cabeza o migraña	5	8,6	21	36,2	19	32,8	8	13,8	5	8,6
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	19	32,8	21	36,2	12	20,7	3	5,2	3	5,2
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc	15	25,9	14	24,1	11	19,0	9	15,5	9	15,5
Somnolencia o mayor necesidad de dormir	3	5,2	8	13,8	21	36,2	17	29,3	9	15,5
Total	59	17,0	96	27,6	93	26,7	66	19,0	34	9,8

https://doi.org/10.24265/kiru.2024.v21n2.03

Reacciones psicológicas										
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo	2	3,4	20	34,5	25	43,1	8	13,8	3	5,2
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	5	8,6	16	27,6	28	48,3	6	10,3	3	5,2
Ansiedad, angustia o desesperación	5	8,6	13	22,4	20	34,5	15	25,9	5	8,6
Problemas de concentración	4	6,9	14	24,1	27	46,6	10	17,2	3	5,2
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad	12	20,7	15	25,9	20	34,5	7	12,1	4	6,9
Total	28	9,7	78	26,9	120	41,4	46	15,9	18	6,2
Reacciones comportamentales										
Conflictos o tendencia para polemizar o discutir	12	20,7	21	36,2	22	37,9	3	5,2	0	0
Aislamiento de los demás	20	34,5	18	31,0	17	29,3	2	3,4	1	1,7
Desgano para realizar las labores	6	10,3	21	36,2	22	37,9	5	8,6	4	6,9
Aumento o reducción del consumo de alimentos	6	10,3	13	22,4	24	41,4	10	17,2	5	8,6
Total	44	19	73	31.5	85	36.6	20	8,6	10	4,3
Frecuencia del estrés: Dimensión estrategias										
Habilidad asertiva (defender nuestras ideas o sentimientos sin dañar a otros)	2	3,4	11	19,0	21	36,2	19	32,8	5	8,6
Elaboración de un plan y ejecución de ideas	1	1,7	12	20,7	24	41,4	18	31,0	3	5,2
Elogios así mismo	5	8,6	12	20,7	22	37,9	15	25,9	4	6,9
Religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	15	25,9	10	17.2	20	34.5	8	13,8	5	8,6
Búsqueda de información sobre la situación	3	5,2	5	8,6	38	65,5	10	17,2	2	3,4
Ventilación y confidencia (verbalización de la situación que nos preocupa)	6	10,3	6	10,3	29	50,0	14	24,1	3	5,2
Total	32	9,2	56	16,1	154	44,3	84	24,1	22	6,3

Se encontró un predominio del nivel algunas veces en relación con los estresores presentes que identifican los estudiantes, siendo la sumatoria de los niveles casi siempre y algunas veces el mayor porcentaje, llegando a más del 56,9 % de los estudiantes. En relación con las reacciones físicas que presentaron los estudiantes se identificó un mayor porcentaje en los niveles rara vez (27,6%) y algunas veces (26,7%). En las reacciones psicológicas percibidas por los estudiantes se observó que el nivel algunas veces fue el más frecuente (41,4%). El nivel de algunas veces fue el que predominó (36,6%) en las reacciones comportamentales del estrés de los estudiantes y en la sumatoria, los niveles nunca y rara vez fueron los que obtuvieron el mayor porcentaje (68,1%). La mayoría de los estudiantes (44,3%) estuvieron en el nivel de algunas veces al ser consultados por la aplicación de estrategias de afrontamiento del estrés (Tabla 2).

Respecto a la procrastinación, las dimensiones autorregulación académica y postergación de actividades tuvieron valores medios de 3,5 y 2,99 respectivamente (niveles medio en ambos casos, a nivel global), las medianas fueron 3,35 y 3 respectivamente. Los indicadores más frecuentes de autorregulación académica fueron “asisto regularmente a clases” y “trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio” (medias de 4,62 y 3,74; medianas de 5 y 4 respectivamente). El indicador más frecuente de postergación de actividades fue: “cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto” (media 3,14 y mediana 3) (Tabla 3)

Tabla 3. Procrastinación académica en estudiantes de Odontología, Lima – Perú, 2019

Procrastinación académica		Media	Mediana	DE*
Autorregulación académica				
Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes		2,78	3	0,96
Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda		3,38	3	1,06
Asisto regularmente a clasesz		4,62	5	0,70
Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible		3,51	3,5	0,94
Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio		3,66	4	0,89
Invierto el tiempo necesario para estudiar aun cuando el tema sea aburrido		3,09	3	0,84
Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio		3,74	4	0,91
Trato de terminar mis trabajos con tiempo de sobra		3,19	3	0,93
Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas		3,64	4	1,10
	Total	3,50	3,35	0,58

https://doi.org/10.24265/kiru.2024.v21n2.03

Postergación de actividades				
Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto		3,14	3	0,87
Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan		2,88	3	1,03
Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan		2,98	3	1,07
	Total	2,99	3	0,79

*DE= Desviación estándar

Tabla 4. Procrastinación académica en estudiantes de Odontología, Lima – Perú, 2019

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
Estrés académico	**n**	**%**	**n**	**%**	**n**	**%**	**n**	**%**	**n**	**%**
Autorregulación académica										
Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes	1	1,7	11	19,0	29	50,0	13	22,4	4	6,9
Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda	4	6,9	20	34,5	21	36,2	11	19,0	2	3,4
Asisto regularmente a clases	3	5,2	6	10,3	25	43,1	14	24,1	10	17,1
Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible	1	1,7	0	0	1	1,7	16	27,6	40	69,0
Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio	1	1,7	6	10,3	22	37,9	20	34,5	9	15,5
Invierto el tiempo necesario para estudiar aun cuando el tema sea aburrido	5	8,6	17	29,3	18	31,0	16	27,6	2	3,4
Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio	5	8,6	14	24,1	20	34,5	15	25,9	4	6,9
Trato de terminar mis trabajos con tiempo de sobra	0	0	5	8,6	21	36,2	21	36,2	11	19,0
Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas	1	1,7	12	20,7	29	50,0	13	22,4	3	5,2
Total	21	4,0	91	17,4	186	35,6	139	26,6	85	16,3
Postergación de actividades										
Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto	1	1,7	3	5,2	18	31,0	24	41,4	12	20,7
Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan	0	0	13	22,4	28	48,3	10	17,2	7	12,1
Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan	2	3,4	6	10,3	19	32,8	15	25,9	16	27,6
Total	3	1,7	22	12,6	65	37,4	49	28,2	35	20,1

Se identificó que en la autorregulación académica y la postergación de actividades el nivel “algunas veces” fue el que predominó (35,6% y 37,4% respectivamente), sin embargo, la suma de las frecuencias de los niveles casi siempre y siempre presentaron el mayor porcentaje (42,9% y 48,3% respectivamente) (Tabla 4).

Tabla 5. Relación entre el estrés académico con la autorregulación académica y la postergación de actividades en estudiantes Odontología, Lima – Perú, 2019

	Autorregulación académica			Postergación de actividades		
Estrés académico	**n**	**Valor p**	**rho**	**n**	**Valor p**	**rho**
Intensidad del estrés	**58**	**0,489**	**0,093**	**58**	**0,776**	**-0,038**
Frecuencia del estrés: Dimensión estresores	58	0,921	0,013	58	0,221	-0,163
Frecuencia del estrés: Dimensión síntomas						
Reacciones físicas	58	0,093	0,222	58	0,489	0,093
Reacciones psicológicas	58	0,033	0,280	58	0,626	0,065
Reacciones comportamentales	58	0,213	0,166	58	0,911	0,015
Frecuencia del estrés: Dimensión estrategias	58	0,028	0,289	58	0,004	0,373

Al relacionar la intensidad del estrés y las tres dimensiones de la frecuencia del estrés con la autorregulación académica solo se encontró que las reacciones psicológicas (p=0,033) de la dimensión síntomas y la dimensión estrategias (p=0,028) se encontraban correlacionadas de manera directa y con una intensidad media, es decir, que a mayor

https://doi.org/10.24265/kiru.2024.v21n2.03

nivel de autorregulación académica se encontró mayor frecuencia de las reacciones psicológicas (rho=0,033) y de las estrategias para afrontar el estrés (rho=0,028) (Tabla 5).

Asimismo, al relacionar la intensidad del estrés y las tres dimensiones de la frecuencia del estrés con la postergación de actividades solo se encontró correlación directa y de intensidad media entre **é**sta y la dimensión estrategias (p=0,004), es decir, que a mayor nivel de la postergación de actividades se encontró mayor frecuencia de las estrategias para afrontar el estrés (rho=0,373) (Tabla 5).

DISCUSIÓN

La presente investigación encontró que el 95,1% de los estudiantes manifestaron algunos incidentes de estrés en el desarrollo del semestre académico, siendo estos de una intensidad de nivel medio. De igual manera se identificó que los estudiantes utilizaron con mayor frecuencia algunas estrategias para hacer frente al estrés como: "habilidad asertiva" y "elaboración de un plan y ejecución de ideas"

En referencia a ello, Picasso *et al*. [1] ejecutaron un estudio con 82 estudiantes de la FO-USMP, utilizando el instrumento de esta investigación, encontrando que el 93,9% de los evaluados indicaron que en el desarrollo del semestre académico manifestaron síntomas de estrés, con una intensidad promedio de nivel medio. De igual manera las estrategias con las que cuentan los estudiantes para afrontar el estrés mostraron resultados parecidos a la presente investigación.

Asimismo, Córdova y Santa María [5] evaluaron a 140 estudiantes de odontología de Lima, encontrando que el 75,7% presentaba estrés, siendo mayor en el nivel clínico que en el preclínico.

El síndrome de Burnout (SB) es una consecuencia del estrés, presenta manifestaciones físicas, psicológicas ydel comportamiento como lo es el cansancio emocional, despersonalización y una desvaloración de su desempeño profesional y personal. En una investigación anterior donde se evaluó a 140 estudiantes del IV semestre de la FO-USMP, Picasso *et al.* [9] determinaron que de la población de estudiantes evaluados 30,7% presentaron SB en grado severo, y 23,6% en grado moderado. El 45,0% obtuvo un porcentaje mayor de cansancio emocional, 41,4% un nivel alto de cinismo y 45,7% obtuvo un porcentaje muy bajo de eficacia académica. Referente a los síntomas y manifestaciones fisiológicas que están relacionadas al estrés durante el semestre académico, se evidenció que 81,4% presentaron sintomatología musculoesquelética, 84,3% de tipo psicosomáticas, 45,7% gastrointestinal y 3,6% cardiovascular.

Estudios en Perú refieren alta prevalencia de este síndrome en estudiantes universitarios. García y Espino [10] tuvieron como muestra a 46 estudiantes de odontología de Lima, con una prevalencia de 22,5%. Asimismo, se evidenció que el 57% obtuvo una alta prevalencia de cansancio emocional, 25% un nivel alto de despersonalización y 22,5% un nivel bajo de realización personal.

Reyes [11] afirma que el estrés tiene implicancia en los profesionales y los profesores en las profesiones de la salud; estudió una muestra de 25 docentes de la carrera de odontología, este estudio determinó que nadie tuvo las manifestaciones del SB. Sin embargo, 16% tuvo una alta prevalencia de cansancio emocional y 8% un nivel alto de despersonalización, aunque ninguno presentó baja realización personal.

Asimismo, Robles y Cáceres [12] trabajando en una muestra de 117 odontólogos de Lima y Callao, encontraron que 44,6 % presentó SB en grado severo y 14,5 % en moderado. Bendezú [13] estudió a 50 odontólogos que trabajaban en la Red Asistencial Almenara ESSALUD, evidenció una prevalencia de SB de 24% en grado severo y 36% en medio. El 18% obtuvo un grado de cansancio emocional, 20% un nivel alto de despersonalización, y 76% un nivel bajo de realización personal.

En algunas provincias del Perú se han identificado cifras elevadas de SB. Aramburú [14] en una muestra de 80 odontólogos de Cusco, halló una prevalencia de SB de 42,5%; el 51,2% presentó un grado alto de cansancio emocional, 51,2% un nivel alto de despersonalización, y 50% un grado bajo de realización personal. Díaz y Muñoz [15] en Cajamarca evaluaron una muestra de 267 odontólogos, con resultados del 14,2% con un grado alto de cansancio emocional, 15,4% un grado alto de despersonalización, y el 10,9% un grado bajo de realización personal. De igual manera, Hanco [16] en Puno estudió a 80 odontólogos, obteniendo como resultado una prevalencia de SB de 55% en nivel medio y de 42,5% en nivel alto.

En diversos estudios [17-19] en México se encontraron prevalencia moderada de SB en odontólogos, mientras que en Paraguay un estudio [20] encontró una baja prevalencia. En España, Varela *et al*. [21] evaluaron el SB en 35 odontólogos encontrando que el 54,3% presentó agotamiento emocional, 55,6% despersonalización y 6,9% baja realización personal. Asimismo, Ríos *et al*. [22] evaluaron el SB en una muestra de 284, los cuales fueron miembros de la Sociedad Española de Periodontología, encontrando que el 40% presentaba agotamiento emocional, 20% despersonalización y 11,2% nivel bajode realización personal. Estos datos son preocupantes debido a que este síndrome, asociado al estrés, tiene una influencia directa en el estado de la salud física y mental, afectando todo ello en la calidad de vida del alumnado, docentes y profesionales.

En relación con la procrastinación, la presente investigación encontró valores promedio de autorregulación académica y postergación de actividades en un nivel medio. Los estudios en Perú relacionados a la procrastinación académica son escasos en estudiantes de ciencias y específicamente con estudiantes de la carrera de odontología. Caljaro [23], por ejemplo, en una muestra de 142 estudiantes de Tacna-Perú encontró que los estudiantes que procrastinaban fueron los que tuvieron un nivel muy bajo de autoeficacia. Sepúlveda [24] trabajó con 130 alumnos de Lima, y halló que los estudiantes que procrastinaban eran los que evidenciaron un nivel de estrés muy alto. Madhan *et al*. [25] y

https://doi.org/10.24265/kiru.2024.v21n2.03

Lakshminarayan *et al*. [26] evaluaron a 174 y 209 estudiantes en la India respectivamente, evidenciando que aquellos que contaban con un deficiente rendimiento académico fueron los que tenían la predisposición a procrastinar mientras que los estudiantes con mejor rendimiento no procrastinaron.

En estudios con universitarios se ha evaluado la relación de la procrastinación con algunas características de la personalidad (como el ser extrovertido, neuroticismoy psicoticismo [27], creencias obsesivas y factores metacognitivos [28]), con los niveles bajos de autoestima [29], deficiente regulación emocional [8], tipo de crianza negativos establecidos por la rigurosidad el castigo o rechazo [30], adicción al alcohol [31] o a las redes sociales [32]. Kim *et al*. [33] reportaron que los alumnos con una perspectiva de tiempo orientada al presente tienden a evidenciar un menor nivel de autocontrol, lo que aumenta la tendencia a procrastinar y la adicción al internet, mientras que con las personas con perspectiva de tiempo orientada a futuro ocurre lo contrario.

La mayoría de los estudios coincide en relacionar la conducta procrastinadora con un bajo rendimiento académico, tanto en escolares como en universitarios [25,34-36]. Por el contrario, la autorregulación académica está asociada al buen estado general de salud, y puede predecir la tendencia a procrastinar en los alumnos [37].

El estilo de enseñanza también puede estar relacionado con la conducta procrastinadora del alumno. Codina*et al*. [38] evaluaron la relación entre ambas variables, encontrando que los comportamientos de enseñanza que se apoyan en la autonomía se asocian positivamente con la necesidad de brindar una satisfacción de las necesidades psicológicas, y de forma negativa con la procrastinación. Asimismo, De Palo *et al.* [39] reportaron que las estrategias de aprendizaje pueden predecir la tendencia a procrastinar, a la vez que pueden mediar la relación entre las creencias metacognitivas y la procrastinación.

La procrastinación en adolescentes y adultos no solo se da a nivel académico. Hen y Goroshit [40] evaluaron a 430 universitarios de Israel, encontrando que el 40% procrastinaba en temas de salud, 9,5% en temas de crianza de los hijos y el 1% presentaba una tendencia general a procrastinar. El 14% manifestó que la postergación influyó en su salud, el 12% en su carrera y educación, y el 11% en su vida familiar y sentimental.

La conducta procrastinadora suele estar asociada a sentimientos de responsabilidad moral y culpa (a diferencia de la demora o retraso), puede motivar que el alumno haga trampas en sus tareas y exámenes [41] y puede llegar a ser un factor asociado a la deserción universitaria [42]. Sin embargo, es importante diferenciar la procrastinación del retraso activo, la cual es la postergación intencional de un trabajo como una estrategia útil para estudiar [43].

Miranda [44] evaluó a 133 estudiantes de secundaria deLima, encontrando que los alumnos que presentaban un mayor nivel de *mindfullness* rasgo presentaban una menor tendencia a procrastinar. El *mindfullness* es un concepto que procede de la meditación budista *vipassana*, cuyo objetivo es tomar conciencia absoluta del momento presente, y no estar absorbido por problemas, distinguiendo entre los pensamientos útiles y los perjudiciales.

La presente investigación determinó de manera significativa que los alumnos que utilizaron con gran frecuencia las estrategias para afrontar el estrés fueron los que obtuvieron un mayor nivel en la autorregulación académica. Siendo esto probablemente por el apoyo brindado a los estudiantes por el área de tutoría de la FO-USMP, en el cual es designado un profesor tutor desde el I al X semestre a los estudiantes que puedan presentar algún inconveniente académico.

Asimismo, un gran porcentaje del alumnado contaba con autorregulación académica adecuada y presentaron menores síntomas del estrés como reacciones psicológicas. Se presume que esto fue posible debido a que los estudiantes de la FO-USMP cuentan con un seguimiento y apoyo del departamento Psicopedagógico desde el I semestre donde se les realiza una evaluación de entrada y de acuerdo con los resultados se realiza el seguimiento y soporte académico.

De igual manera los estudiantes que aplican estrategias para afrontar el estrés son los que menos postergan las actividades académicas pendientes, posiblemente porque utilizaron con mayor frecuencia algunas estrategias para hacer frente al estrés como: “habilidad asertiva” y “elaboración de un plan y ejecución de ideas” [2].

Al respecto, la mayoría de los estudios coinciden en señalar que los estudiantes, escolares o universitarios, cuyo resultado fue una mayor predisposición a procrastinar fueron los que presentaron un alto nivel de ansiedad y estrés [2,5,621,28,32,45].

Entre las limitaciones del estudio se encuentra el hecho que, por tratarse de un estudio transversal, no es posible determinar relaciones de causalidad entre las variables. Asimismo, no fue posible validar la información manifestada por los estudiantes, debido a que se utilizó como instrumento un cuestionario de autollenado.

Se concluye que existe relación entre las variables procrastinación y estrés académico en estudiantes del IV semestre de la FO-USMP, específicamente entrelos síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica; las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica; y entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades.

Roles de contribuciones según CRediT

Conceptualización, Metodología, Análisis formal, Investigación, Recursos, Redacción – Borrador original, Administración del proyecto: SALS

Fuente de financiamiento: Autofinanciado.

Conflictos de interés: La autora declara no tener conflicto de interés.

https://doi.org/10.24265/kiru.2024.v21n2.03

REFERENCIAS

1. Picasso MA, Lizano C, Anduaga S. Estrés académico e Inteligencia Emocional en estudiantes de Odontología de una universidad peruana. Kiru. 2016;13(2):155-164.
2. Cardona LC. Relaciones entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes universitarios. [tesis de bachiller]. [Medellín]: Universidad de Antioquia; 2015.
3. Barraza A. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. 2006;9(3):110-129.
4. Barraza A, Barraza S. Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. CPU-e, Revista de Investigación Educativa. 2019;28:132-151. doi: 10.25009/cpue.v0i28.2602.
5. Mamani SE. Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima metropolitana. [tesis de bachiller]. [Lima]: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2017.
6. Gil L, Botello V. Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. CASUS. 2018;18;3(2):89-96.
7. Dominguez Lara SA, Villegas García G, Centeno Leyva SB. Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. Liberabit. 2014;*20*(2):293-304.
8. Durán CT. Relación entre la procrastinación académica y la autorregulación emocional en una muestra de estudiantes universitarios de Psicología: Caso PUCESA. [tesis de bachiller]. [Ambato]: Pontificia Universidad Católica del Ecuador; 2017. 152 p.
9. Picasso M, Huillca N, Ávalos J, Omori E, Gallardo A, Salas M. Síndrome de burnout en estudiantes de odontología de una universidad peruana. Kiru. 2012;9(1),51-58.
10. García LS, Espino LC. Prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes de pregrado de la Facultad de Estomatología de la UCSUR, Lima 2013. Rev Cient Odontol (Lima). 2014;2:92-101.
11. Reyes M. Síndrome de burnout en docentes cirujanos dentistas, enfermeros y médicos de la facultad de ciencias de la salud de la Universidad Señor de Sipán - Chiclayo, 2017. [tesis de bachiller]. [Pimentel]: Universidad Señor de Sipán; 2017. 47 p.
12. Robles R, Cáceres L. Síndrome Burnout en cirujanos dentistas de hospitales de Lima Metropolitana. Odontol Sanmarquina. 2010;13(1):7-10.
13. Bendezú L. Nivel de estrés laboral en cirujanos dentistas procedentes de la Red Asistencial Almenara ESSALUD, usando el cuestionario Maslach Burnout Inventory. Lima-2016. [tesis de bachiller]. [Lima]: Universidad Privada Norbert Wiener; 2016. 101 p.
14. Aramburú, L. Síndrome de burnout en odontólogos del Ministerio de Salud Cusco, 2011. [tesis de bachiller]. [Cusco]: Universidad Nacional San Antonio de Abad del Cusco; 2012. 60 p.
15. Díaz I, Muñoz Y. Prevalencia del síndrome de burnout en cirujanos dentistas del sector privado, Cajamarca, Perú, 2019. [tesis de bachiller]. [Cajamarca]: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo; 2019.
16. Hanco R. Síndrome de burnout en cirujanos dentistas que laboran en consulta privada en la provincia de San Román - Juliaca, 2018. [tesis de bachiller]. [Puno]: Universidad Nacional del Altiplano; 2018.
17. Preciado M, Vázquez J. Perfil de estrés y síndrome de Burnout en estudiantes mexicanos de odontología de una universidad pública. Rev. Chil Neuro-Psiquiat. 2010;48(1):11-19.
18. Díaz R, Pérez E, Lartigue T. Desgaste profesional en un grupo de Odontólogos. Revista ADM. 2006;63(6):220-224.
19. Castañeda E, García JE. Prevalencia del síndromede desgaste profesional (burnout) en odontólogos mexicanos del sector educativo y privado. Med Segur Trab (Internet). 2012;58(228):246-260.
20. Ogdon MA, Díaz CV. Síndrome de Burnout en odontólogos de la XVIII Región Sanitaria del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social, Paraguay. Rev Salud Pública Parag. 2017;7(1):21-27.
21. Varela P, Fontao L, Martínez A, Pita A, Valín M. Desgaste profesional entre los odontólogos y estomatólogos del Servicio Gallego de Salud. Aten Primaria. 2005;35(6):301-305.
22. Rios JV, Reyes M, López A, Morillo JM, Bullon P. Burnout and depression among Spanish periodontology practitioners. Med Oral Patol Oral Cir Bucal. 2010;15(5):813-819.
23. Caljaro SM. Autoeficacia y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de Odontología de la Universidad Privada de Tacna, 2018. [tesis de maestría]. [Tacna]: Universidad Privada de Tacna; 2018. 157 p.
24. Sepúlveda V. Procrastinación académica y estrés académico en los alumnos de tercer y cuarto año de odontología de la Universidad Peruana Los Andes, Lima 2018. [tesis de maestría]. [Lima]: Universidad César Vallejo; 2018. 130 p.
25. Madhan B, Kumar CS, Naik ES, Panda S, Gayathri H, Barik AK. Trait procrastination among dental students in India and its influence on academic performance. J Dent Educ. 2012;76(10):1393-98. doi: 10.1002/j.0022-0337.2012.76.10.tb05397.x
26. Lakshminarayan N, Potdar S, Reddy SG. Relationship between procrastination and academic performance among a group of undergraduate dental students in India. J Dent Educ. 2013;77(4):524-528.

https://doi.org/10.24265/kiru.2024.v21n2.03

27. Bastidas JG. Procrastinación y rasgos de personalidad en estudiantes de una universidad privada de Lima este. [tesis de bachiller]. [Lima]: Universidad Peruana Unión; 2017. 89 p.
28. Sadeghi H, Hajloo N, Babayi K, Shahri M. The relationship between metacognition and obsessive beliefs, and procrastination in students of Tabriz and Mohaghegh Ardabili Universities, Iran. Iran J. Psychiatry Behav Sci. 2014;8(1):42-50.
29. Chen B, Shi Z, Wang Y. Do Peers Matter? Resistance to peer influence as a mediator between self-esteem and procrastination among undergraduates. Front Psychol. 2016;7:1529. doi: 10.3389/fpsyg.2016.01529.
30. Khalid A, Zhang Q, Wang W, Ghaffari AS, Pan F. The relationship between procrastination, perceived stress, saliva alpha-amylase level and parenting styles in Chinese first year medical students. Psychol Res Behav Manag. 2019;12:489–498.
31. Westgate EC, Wormington SW, Oleson KC, Lindgren KP. Productive procrastination: academic procrastination style predicts academic and alcohol outcomes. J Appl Soc Psychol. 2017;47(3):124-135.
32. Lian S, Sun X, ZhouI Z, Fan C, Niu G, Liu G. Social networking site addiction and undergraduate students' irrational procrastination: The mediating role of social networking site fatigue and the moderating role of effortful control. PLoS One. 2018;13(12):e0208162. doi: 10.1371/journal.pone.0208162
33. Kim J, Hong H, Lee J, Hyun M. Effects of time perspective and self-control on procrastination and Internet addiction. J Behav Addict. 2017;6(2):229–236. doi: 10.1556/2006.6.2017.017
34. Paechter M, Macher D, Martskvishvili K, Wimmer S, Papousek I. Mathematics anxiety and statistics anxiety. Shared but also unshared components and antagonistic contributions to performance in statistics. Front Psychol. 2017;8:1196.
35. Cerezo R, Esteban M, Sánchez-Santillán M, Núñez JC. Procrastinating behavior in computer-based learning environments to predict performance: A case study in Moodle. Front. Psychol. 2017;8:1403.
36. Humensky J, Kuwabara SA, Fogel J, Wells C, Goodwin B, Van Voorhees BW. Adolescents with depressive symptoms and their challenges with learning in school. J Sch Nurs. 2010;26(5):377–392.
37. Garzón-Umerenkova A, de la Fuente J, Amate J, Paoloni PV, Fadda S, Pérez JF. A linear empirical model of self-regulation on flourishing, health, procrastination, and achievement, among university students. Front. Psychol. 2018;9:536.
38. Codina N, Valenzuela R, Pestana JV, Gonzalez-Conde J. Relations between student procrastination and teaching styles: autonomy-supportive and controlling. Front Psychol. 2018;9:809. doi. 10.3389/fpsyg.2018.00809.
39. De Palo V, Monacis L, Miceli S, Sinatra M, Di Nuovo S. Decisional procrastination in academic settings: The role of metacognitions and learning strategies. Front. Psychol. 2017;8:973.
40. Hen M, Goroshit M. General and life-domain procrastination in highly educated adults in Israel. Front Psychol. 2018;9:1173.
41. Ip EJ, Nguyen K, Shah BM, Doroudgar S, Bidwal MK. Motivations and Predictors of Cheating in Pharmacy School. Am J Pharm Educ. 2016;80(8):133. doi: 10.5688/ajpe808133.
42. Garzón A, Gil J. El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria. Rev Complut Educ. 2017;28(1):307-324.
43. Lindt SZ, Corkin DM, Yu SL. Using multiple methods to distinguish active delay and procrastination in college students. Am Int J Contemp Res. 2014;4(2):28-32.
44. Miranda GL. Procrastinación y mindfulness rasgoen adolescentes de un colegio particular de Lima metropolitana. [tesis de maestría]. [Lima]: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2019. 119 p.
45. Gil L, Botello V. Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. CASUS. 2018;18;3(2):89-96.

Silvana Anduaga Lescano de Scerpella
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-7154-2921
Correo: sanduagal@usmp.pe

https://doi.org/10.24265/kiru.2024.v21n2.03