

# EVENTOS ESTRESORES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS VENEZOLANOS

## *Stressful events in venezuelan university students*

**KARLA COLINA SULBARÁN**

Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo, Venezuela

E-mail: [karlacolinasul@gmail.com](mailto:karlacolinasul@gmail.com)

**ARANTXA PARRA VILLALOBOS**

Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo, Venezuela

E-mail: [arakpv6@gmail.com](mailto:arakpv6@gmail.com)

Recepción: 26/05/2021

Aceptación: 21/02/2022

### RESUMEN

La siguiente investigación tuvo como objetivo determinar cuáles son los eventos estresores más significativos en estudiantes universitarios venezolanos durante la crisis actual, basándose en la teoría de Lazarus y Folkman (1984) sobre el estrés y los procesos cognitivos. El estudio fue de tipo y nivel descriptivo, con diseño no experimental transeccional descriptivo, utilizando una muestra de 293 estudiantes de una universidad privada ubicada en la ciudad de Maracaibo. Se utilizó como instrumento la Escala de Eventos Estresores Venezolanos (ESVES), elaborada por las investigadoras, con la finalidad de medir la frecuencia con la que se presentan determinados eventos estresores relacionados a la crisis venezolana, así como medir el grado de malestar y limitación en la vida que puedan ocasionar. Los resultados señalaron que los eventos que generan mayor estrés en los estudiantes son fallas o interrupciones en el servicio eléctrico, problemas en las telecomunicaciones y escasez de gasolina.

**PALABRAS CLAVE:** eventos estresores, estudiantes universitarios, crisis venezolana.

### ABSTRACT

The following investigation had, as its main purpose, to determine which are the most significant stressful events that Venezuelan university students experiment during the current crisis, taking Lazarus and Folkman's (1984) theory about stress and the cognitive processes. This study was of a descriptive type and level, with a non-experimental transactional descriptive design, utilizing a sample of 293 students from a private university located in the city of Maracaibo. The used instrument was the Scale of Stressful Venezuelan Events (ESVES), elaborated by the investigators, with the intention of measuring the frequency with which determined events, related to the Venezuelan crisis, present themselves, and likewise measure the level of discomfort and life limitations they may cause. The results showed that the most significant stressful events are shortages or interruptions of electrical service, problems in telecommunications and scarcity of gasoline.

**KEY WORDS:** stressful events, university students, Venezuelan crisis.

## INTRODUCCIÓN

En Venezuela, a lo largo de la última década, la calidad de vida del venezolano promedio se ha deteriorado drásticamente debido a una creciente inestabilidad política, económica y social que atañe a la población (Vera, 2018). El impacto ocasionado por la situación en las áreas anteriormente mencionadas no excluye a la comunidad universitaria de tales afectaciones.

Los estudiantes universitarios afrontan vicisitudes tales como: problemas para la movilización hacia sus casas de estudio, ya que el servicio de transporte público es escaso; altos costos de los implementos necesarios para el estudio, dada la hiperinflación; dificultad para el estudio y completación de asignaciones, a causa de racionamiento frecuente y prolongado del servicio eléctrico; falta de una alimentación balanceada, debido a los altos costos de los alimentos; inseguridad debido a la delincuencia, entre otras; esas son solo algunas de las dificultades principales. El conjunto de estos factores ha influido en que una vasta cantidad de estudiantes abandone sus estudios, mayormente, en función de obtener mejores ingresos para enfrentar la crisis, o para emigrar del país.

Según la investigación realizada por De la Vega y Vargas (2017) el caso de Venezuela en materia migratoria es atípico en América Latina por varias razones, una de ellas siendo que representa la mayor pérdida per cápita de capital intelectual en países de la región, con el agravante relacionado a la ausencia de políticas públicas, de programas e instrumentos dirigidos a aminorar ese flujo considerado en el marco de la sociedad global del conocimiento como la mayor pérdida de competitividad de un país. Otra razón es la intención de emigración de los estudiantes venezolanos que están en los dos últimos años de carrera universitaria y que están pensando y planificando su futuro, en gran parte, en otras naciones (De la Vega, 2016). Según los resultados de dicha investigación, el 88,1% de los estudiantes en universidades públicas en 2015 tenían intención de emigrar, significando un incremento de 14,4% con respecto al resultado en 2013 de las universidades privadas

En el 2019 la Federación de Asociaciones de Profesores Universitarios de Venezuela (FAPUV), denunció el aumento de la deserción estudiantil en las universidades nacionales, señalando que únicamente el 16% de los estudiantes con plazas en universidades públicas se inscriben. Asimismo, afirman que parte del estudiantado no culmina estudios superiores, puesto que emigran del país dada la situación socioeconómica (García, 2019). Estas situaciones funcionan como posibles eventos estresores al ser evaluadas como demandas ambientales excesivas que suponen cambios y amenazas sustanciales para el desarrollo fructífero de la expectativa académica.

Goodyer (2001) define a los eventos estresores como cualquier hecho o circunstancia que ocurra en la vida de las personas, con un inicio y un final identificables, que tienen el potencial para alterar el estado mental actual o el bienestar físico. Según Lazarus (2000), una situación resulta estresante a raíz de las transacciones entre persona y entorno, que dependen del impacto del estresor ambiental. A su vez, dicho impacto está mediatizado por dos variables: en primer lugar, por las evaluaciones que hace la persona del agente estresor y, en segundo lugar, por los recursos personales, sociales o culturales que dispone la persona para enfrentarse a tal agente (Berra *et al.*, 2014). Villegas *et al.*, (2014) definen eventos estresores como acontecimientos que provocan alteraciones en las actividades normales de los individuos debido a la naturaleza o gravedad del evento por sí mismo.

En cuanto a lo que hace específicamente a una situación estresante, se han señalado algunas características de los eventos. Entre ellos destacan: la eminencia del evento, las transiciones vitales (casarse, iniciar una carrera, ser padre), la ambigüedad, la indeseabilidad de la situación y la incontrollabilidad personal sobre el evento (Sarafino, 1997). Estos acontecimientos psicosociales son

estresantes, no por su naturaleza, sino por el grado en que las mismas alteran o cambian el medio de vida y las actividades usuales del sujeto, exigiendo a este un reajuste sustancial o considerable en su conducta, sugiriéndose que el potencial estresante de un suceso vital está en función de la cantidad de cambio que conlleva (Sandín, 2008). Esta percepción o evaluación de una situación como excesiva es lo que realmente la convierte en estresante para un sujeto (Carrolles, 1996). En el mismo orden de ideas, los eventos estresores tienen como indicadores o dimensiones, la frecuencia con la que se presentan, la intensidad de malestar que puedan producir y las limitaciones a la vida diaria que puedan ocasionar.

Concerniente a la frecuencia, mientras más continua sea la exposición del organismo al agente estresor, este va agotándose y deteriorándose debido a la prolongada reacción de alarma y sobreesfuerzo a la que es sometido (Selye, 1936). Referente a la intensidad del malestar, suelen ocurrir respuestas emocionales negativas, ya que la emoción es activada junto a los cambios fisiológicos que caracterizan al síndrome de estrés cada vez que este es psicológicamente experimentado (Sandín, 2008). Por último, en cuanto a las limitaciones en la vida que puedan ocasionar, los eventos estresores pueden ser limitantes en sí mismos como, por ejemplo, poseer dinero insuficiente para la alimentación; aunque también pueden ser limitantes debido a sus consecuencias, ya que estos eventos podrían desorganizar al sujeto, generando conductas desadaptativas con desenlaces igualmente limitantes en la vida.

La investigación es de relevancia tomando en cuenta la falta de documentación que se tiene acerca de los eventos estresores, su impacto y su incidencia sobre la vida del venezolano, más específicamente, sobre los estudiantes. Este estudio arrojará luz sobre la manera en la que la variable afecta a los sujetos, permitiendo a profesionales tanto de salud mental como de otras disciplinas, reconocer con más precisión estos eventos para asistir a la población en función de ellos. También, representa una oportunidad de profundización sobre una variable que, si bien ha sido ampliamente estudiada antes, no posee un extenso repertorio de investigaciones análogas en el ámbito académico venezolano, que se hayan centrado en un método cuantitativo capaz de brindar información objetiva que pueda generalizarse y servir de futura referencia para siguientes estudios en la materia.

En el aspecto contemporáneo, este estudio resulta de importancia, ya que los eventos que suscitan estrés en la población son cotidianos, resultando en un detrimento para la salud pública y el funcionamiento de un sector que constituye el futuro del país, pudiendo así estancar el desarrollo nacional. Por lo tanto, los datos obtenidos en esta investigación servirán para estimar con especificidad el nivel de impacto del estrés, y así poder contrarrestarle por medio de acciones que permitan mermar sus consecuencias, gracias a un conocimiento más claro de la problemática.

Considerando lo previamente expuesto, puede decirse que existe una percepción social de estrés generalizado, más no hay datos concretos ni estudios que reporten cuáles son los eventos estresores que afectan con más frecuencia, ni el impacto que estos puedan tener a nivel de malestar y limitaciones a la vida, de los estudiantes universitarios en Venezuela, por lo que, en función de ello, la presente investigación se plantea como objetivo general: determinar cuáles son los eventos estresores en estudiantes universitarios durante la crisis venezolana. A fin de desglosar este objetivo general, también se plantea como objetivos específicos: describir la frecuencia de distintos eventos estresores en estudiantes universitarios, identificar la intensidad del malestar que producen distintos eventos estresores y describir el nivel de limitación en la vida que ocasionan distintos eventos estresores.

## MATERIALES Y MÉTODOS

La presente investigación utilizó el paradigma cuantitativo, siendo de nivel descriptivo utilizando un modelo de estudio de campo, ya que sistemáticamente buscó los datos pertinentes en una

situación no experimental. Por otro lado, el diseño de la investigación fue no experimental descriptivo transeccional teniendo como finalidad recolectar datos sobre el impacto de los eventos estresores en estudiantes universitarios durante un tiempo único y específico para posteriormente analizarlos y describir el fenómeno.

Con relación a la población de esta investigación, estuvo constituida por estudiantes de la Universidad Rafael Urdaneta de Maracaibo, estado Zulia, Venezuela. La muestra con la que se trabajó fue de 293 estudiantes del primero, quinto y noveno semestre de las carreras de: psicología, derecho, administración, contaduría, ingeniería química, ingeniería eléctrica, ingeniería civil, ingeniería en computación, ingeniería industrial y arquitectura. Esta muestra estuvo constituida por 149 hombres y 144 mujeres, en un rango de edad de 17 a 44 años y con una media de 19 años.

Se utilizó un muestreo no probabilístico, en el cual no todos los elementos de la población tuvieron la misma posibilidad de ser escogidos y se obtuvieron definiendo las características de la población y el tamaño de la muestra por medio de una selección arbitraria de las unidades de análisis. Más específicamente, se utilizó un muestreo no probabilístico por cuotas, en este sentido, se tomaron en cuenta la carrera, el género y el semestre cursado por los estudiantes. La muestra con la que se trabajó fue de 295 estudiantes del primero, quinto y noveno semestre de las carreras de: psicología, derecho, administración, contaduría, ingeniería química, ingeniería eléctrica, ingeniería civil, ingeniería en computación, ingeniería industrial y arquitectura

Como método de recolección de datos se utilizó la Escala de Eventos Estresores (ESVES), elaborada por las autoras de la investigación en conjunto con el tutor de esta, basando la construcción de algunos reactivos en la Escala de Estrés de Holmes y Rahe (1967) y la escala EVENRES de Bodden y Esqueda (1996), agrupándolos con aquellos originales de las investigadoras. El instrumento mide la frecuencia con la que se presentan determinados eventos estresores relacionados a la crisis venezolana, así como el de malestar y limitación a la vida que estos pueden, o no, ocasionar. Este instrumento se compone de 56 ítems, puede aplicarse de manera individual o grupal, es auto aplicable y puede responderse en aproximadamente 15 minutos. El instrumento fue validado a través del método de análisis de contenido mediante el criterio de jueces expertos, siendo significativos en cuanto a la opinión favorable de los jueces. Por otro lado, la confiabilidad se determinó a través de una prueba piloto con un Alfa de Cronbach de 0,96.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación se presentan los resultados obtenidos en la investigación Eventos Estresores en Estudiantes Universitarios Venezolanos, dando respuesta al objetivo general de determinar cuáles son los eventos estresores en estudiantes universitarios durante la crisis venezolana; y a los objetivos específicos de describir la frecuencia de distintos eventos estresores en estudiantes universitarios, identificar la intensidad del malestar que producen estos eventos estresores, describir el nivel de limitación en la vida que ocasionan, finalmente, comparar la frecuencia de estos distintos eventos estresores, la intensidad del malestar y limitaciones en la vida que producen en función a la variable demográfica de género. Para efectos prácticos de esta investigación se escogió presentar los diez eventos con mayor puntuación en cada dimensión.

**Tabla 1***Estadísticos descriptivos para Escala de Eventos Estresores*

Dimensión	Mínimo	Máximo	$\bar{X}$	s	Interpretación
Frecuencia	71	243	128,11	26,762	Muy pocas veces
Intensidad	61	296	131,94	35,431	Muy poca
Limitación	58	247	119,76	34,183	Me limita muy poco

Según Figueiredo *et al.*, (2009), la vida universitaria está compuesta por un gran número de factores estresantes, tales como, realización de exámenes, trabajos individuales y grupales, prácticas, fechas de entrega, establecimiento de relaciones sociales, etc., que pueden amenazar el bienestar, tanto físico como psicológico, de los estudiantes. Por ello, Salavera y Usán (2017) establecen que esto lleva a la necesidad de estrategias que les permita afrontarlos de manera adecuada. Los resultados del grupo encuestado refirieron, de manera general que la frecuencia con la que se presentan distintos eventos estresores en sus vidas es de muy pocas veces. Asimismo, denotaron que la intensidad del malestar que les es generada por estos eventos es muy poca y que, además, estos eventos les limitan muy poco en su vida diaria. Por tanto, puede decirse que la población encuestada manifiesta percibir a estos estresores psicosociales de manera leve, lo cual representa una característica positiva.

Cuando se ha estudiado el ámbito universitario, Frisch *et al.*, (2005), han comprobado que los estudiantes felices tienen más probabilidades de finalizar sus estudios universitarios. Medrano (2014) sostiene que la felicidad está en la base del cumplimiento de metas, del planteamiento de otras nuevas, como también guarda relación con la satisfacción de vida y la mejora de las expectativas personales, entre otros aspectos. De igual manera se ha demostrado, según Fredrickson y Joiner (2002) que los afectos positivos aumentan la resiliencia, la capacidad de superar situaciones adversas y estresantes, y de desarrollarse profesionalmente. Según Moyano y Ramos (2007) mejoran la capacidad de atención, producen una expansión y flexibilidad cognitiva al mismo tiempo, aumentan la intuición y la creatividad de las personas; pudiéndose afirmar que felicidad y bienestar suelen asociarse con la salud física, mental y la creatividad, siendo factores protectores de cuestiones tan relevantes como la depresión y el suicidio.

**Tabla 2***Puntuaciones más altas de los estresores en la dimensión de Frecuencia*

Estresores	$\bar{X}$	S	Interpretación
Fallas o interrupciones en el servicio eléctrico	4,77	1,506	Muchas veces
Problemas en las telecomunicaciones	4,66	1,567	Muchas veces
Emigración de familiares y/o amigos	4,58	1,409	Muchas veces
Depender económicamente de otras personas	4,29	1,873	Algunas veces
Escasez en el suministro de agua	4,03	1,738	Algunas veces
Escasez de gasolina	3,99	1,853	Algunas veces
Cambios significativos en los hábitos de sueño	3,65	1,798	Algunas veces
Dificultades para obtener dinero en efectivo	3,61	1,906	Algunas veces
Problemas en el servicio de recolección de basura	3,46	1,999	Pocas veces
Disminución del tiempo o actividades para la recreación	3,34	1,715	Pocas veces

Fierro (1997) define a los estresores mediante una triada básica, en la cual indica que dichas situaciones implican una pérdida, amenaza o daño. De esta manera se podría explicar por qué la prevalencia de estos acontecimientos con mayor puntuación como los más estresantes, ya que estas circunstancias implican una pérdida de servicios que provocan alteraciones en las actividades normales de los individuos. Se debe considerar que la muestra está conformada por estudiantes, hecho por el cual el servicio eléctrico y el acceso al internet se convierten en factores primordiales para el desarrollo académico y su ausencia puede ser percibida como un daño. Por otro lado, considerando la crisis socioeconómica que experimenta Venezuela, resulta comprensible el por qué la emigración de familiares y/o amigos es uno de los eventos estresores que se presenta con mayor frecuencia. En ese mismo orden de ideas, debido a las edades comprendidas en la muestra, las cuales tienen una media de 19 años, la dependencia económica es un hecho común, considerando la ya mencionada crisis nacional.

Estos resultados difieren con aquellos de la investigación de Guadarrama *et al.*, (2012) titulada “Eventos estresantes, una cuestión de salud en universitarios” donde la mayor frecuencia de sucesos estresantes fueron los relacionados a asuntos académicos y económicos, estando en primer lugar la época de exámenes u oposiciones, seguido de problemas económicos propios o familiares. Si bien la presente investigación contempla en cuarto lugar de frecuencia el depender económicamente de otros, este no necesariamente representa un problema económico en sí mismo, sino más bien una potencial solución a dichos problemas.

Por otro lado, según la teoría de estrés ambiental de Lazarus y Cohen (1997), los eventos estresores relacionados a asuntos académicos o económicos personales/familiares forman parte de la categoría de estresores denominada *cambios mayores que afectan solo a una persona o a unas pocas*, es decir, situaciones que pueden estar fuera del control del individuo; mientras que los estresores que se presentan con mayor frecuencia en la población de esta investigación, como las fallas en el servicio eléctrico, problemas con las telecomunicaciones, la diáspora venezolana, escasez en el suministro de agua, escasez de gasolina, dificultad para obtener dinero en efectivo y problemas en el servicio de recolección de basura, forman parte de la categoría denominada *cambios mayores que afecta a un gran número de personas*, la cual se refiere a situaciones que están fuera del control del individuo y que son tomados como estresantes de manera universal.

**Tabla 3**

*Puntuaciones más altas de los estresores en la dimensión de Intensidad del Malestar*

	$\bar{X}$	S	Interpretación
Fallas o interrupciones en el servicio eléctrico	4,60	1,544	Mucho
Problemas en las telecomunicaciones	4,43	1,565	Moderada
Emigración de familiares y/o amigos	4,31	1,442	Moderada
Escasez en el suministro de agua	4,09	1,697	Moderada
Escasez de gasolina	3,98	1,873	Moderada
Conflictos, discusiones o problemas familiares significativos	3,52	1,710	Moderada
Cambios significativos en los hábitos de sueño	3,47	1,808	Poca
Depender económicamente de otras personas	3,41	1,891	Poca
Dificultad para realizar trámites públicos	3,26	1,859	Poca
Problemas en el servicio de recolección de basura	3,25	1,889	Poca

Los resultados en la dimensión de Intensidad del Malestar difieren con los resultados obtenidos en la dimensión de Frecuencia a partir del cuarto lugar, siendo los eventos vitales de escasez de agua y escasez de gasolina más estresantes que depender económicamente de otras personas, aunque este último evento se presente con mayor frecuencia. Asimismo, el sexto ítem con mayor prevalencia en esta dimensión, es decir, los conflictos, discusiones o problemas familiares significativos, genera mayor malestar que depender económicamente de otras personas, aun cuando este último estresor se posiciona como el cuarto más frecuente.

Esta incongruencia podría explicarse entendiendo la crisis de abastecimiento de agua que vivencia la región zuliana, debido a que, al ser el agua un agente vital para aspectos básicos del día a día, como la higiene personal, la preparación de alimentos y el aseo de espacios, la ausencia de esta plantea un severo obstáculo para el desarrollo cotidiano de los sujetos. A su vez, la escasez de combustible repercute en la movilización diaria de los estudiantes, ya que escasea el transporte público y los carros particulares circulan menos seguido las largas filas en las estaciones de servicios para surtirse de combustible. De esta forma, los estudiantes se ven limitados al momento de trasladarse a sus casas de estudio o a cualquier sitio, generando mayores niveles de malestar.

Estos resultados se corresponden con la teoría de Lazarus y Folkman (1984), quienes definen al estrés en función de la interacción del individuo con el entorno, de tal manera que el estrés está determinado por las características del ambiente y los recursos disponibles en el sujeto para afrontarlo. Por ende, se entiende que los eventos estresores que causan mayor intensidad del malestar en el estudiante venezolano lo hacen por el hecho de hacer más difícil su adaptación a estas vicisitudes con los recursos comúnmente a su disposición, ya que no dependen directamente de ellos.

Estos resultados también coinciden con los de Uceró *et al.*, (2014), en su investigación “Estrés estudiantil en las áreas clínicas de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo”, donde se evidenció que los eventos más impactantes en la población son aquellos que afectan a un gran número de personas y se escapan del control personal al ser eventos mayormente determinados por políticas gubernamentales, como lo son las fallas en la prestación de servicios básicos de electricidad, combustible y agua.

**Tabla 4**

*Puntuaciones más altas de los estresores en la dimensión de Limitación en la Vida*

Estresores	$\bar{X}$	S	Interpretación
Problemas en las telecomunicaciones	4,29	1,642	Moderadamente
Fallas o interrupciones en el servicio eléctrico	4,26	1,611	Moderadamente
Escasez de gasolina	3,94	1,898	Moderadamente
Escasez en el suministro de agua	3,84	1,768	Moderadamente
Depender económicamente de otras personas	3,26	1,869	Poco
Dificultad para realizar trámites públicos	3,19	1,926	Poco
Cambios significativos en los hábitos de sueño	3,18	1,735	Poco
Dificultades para obtener dinero en efectivo	3,01	1,881	Poco
Conflictos, discusiones o problemas familiares significativos	2,80	1,608	Poco
Emigración de familiares y/o amigos	2,79	1,599	Poco

Al contrastar estos resultados con los de las dos dimensiones anteriores se denotan variaciones en el orden de los estresores con puntajes más altos, ya que, si bien son casi los mismos estresores, no se hallan en las misma posiciones en las tres dimensiones, lo que sugiere que a pesar de la reincidencia de un estresor y el nivel alto de malestar que pueda ocasionar, no necesariamente es limitante en su totalidad o en lo absoluto para los individuos.

Si bien estos eventos cualifican para pertenecer a la categoría de *cambios mayores que afectan a un gran número de personas* por el hecho de ser situaciones que han estado presentes de manera prolongada en la vida de la mayoría de la población, también pueden considerarse como *ajetresos diarios* definidos por Lazarus y Cohen (1997). Los ajetresos diarios consisten en pequeñas situaciones que se producen cotidianamente, generando irritación y preocupación, tal y como lo son los estresores con mayor prevalencia en las tres dimensiones. Por tanto, se puede decir que los cambios mayores que han afectado a la población, debido a su reincidencia y relevancia para la vida diaria, también son ajetresos diarios que se presentan durante la vida cotidiana de los estudiantes, generando estrés y obligándolos a buscar maneras inusitadas de afrontar dichos estresores.

De acuerdo con Lazarus y Folkman (1984), los ajetresos diarios tienen un impacto sobre el bienestar físico y psicológico. Estos autores argumentan que las razones probables de ello se deben a que este tipo de situaciones ocurren con mucha frecuencia y suelen ser acumulativas. Este efecto acumulativo supone una descarga constante del sistema nervioso simpático lo cual genera a una constante angustia.

Por otro lado, puede constatarse que los eventos vitales que se presentan con mayor frecuencia causan mayor intensidad del malestar y generan mayores limitaciones en las vidas de los estudiantes venezolanos son las fallas o interrupciones en el servicio eléctrico, los problemas en las telecomunicaciones y escasez de gasolina

**Tabla 5**

*Estadístico descriptivo de la Frecuencia, Intensidad del Malestar y Limitación en la Vida considerando el género*

<b>Dimensión</b>	<b>Género del encuestado</b>	<b>N</b>	$\bar{X}$	<b>S</b>	<b>Error típ. de la media</b>	<b>Interpretación</b>
<b>Frecuencia</b>	Femenino	144	127,60	28,410	2,367	Muy pocas veces
	Masculino	149	128,60	25,154	2,061	Muy pocas veces
<b>Intensidad del malestar</b>	Femenino	146	132,51	38,087	3,152	Muy poca
	Masculino	149	131,38	32,741	2,682	Muy poca
<b>Limitación en la vida</b>	Femenino	145	121,06	35,932	2,984	Muy poco
	Masculino	149	118,50	32,463	2,659	Muy poco

Al observar la Tabla 5 se apreció que las diferencias estadísticas en cuanto a la frecuencia con la que se presentan los estresores se encuentran a favor del género masculino, lo cual indica que los hombres manifiestan experimentar eventos estresores más seguido. Sin embargo, en cuanto a la intensidad del malestar que puedan provocar estos eventos, las diferencias estadísticas se inclinan a favor del género femenino, denotando que las mujeres son más proclives a reaccionar negativamente antes los mismos estresores. De igual manera, en referencia a las limitaciones en la vida que puedan ocasionar estos eventos vitales, las diferencias estadísticas se hallan a favor del género femenino, entendiéndose así que las mujeres perciben mayores limitaciones en sus vidas que los hombres, aun tratándose de los mismos estresores.

Tabla 6

*Estadísticos Inferencial T para Muestras Independientes de la Frecuencia, Intensidad del Malestar y Limitación en la Vida considerando el género*

Dimensión	Prueba t para la igualdad de medias					95% de intervalo de confianza de la diferencia	
	T	Sig.	G1	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	Límite inferior	Límite superior
<b>Frecuencia</b>	,826	,364	-,317	291	,751	-,993	3,132
<b>Intensidad del Malestar</b>	,350	,554	,274	293	,784	1,131	4,132
<b>Limitación en la Vida</b>	,165	,685	,641	292	,522	2,559	3,992

En vista de las diferencias de medias obtenidas entre ambos géneros, se decidió aplicar una prueba estadística para determinar si existía alguna diferencia significativa entre las medias de los dos grupos. Como describe la Tabla 6, se evidencia que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre el género femenino y el masculino. Es decir, tomando en cuenta la Tabla 5, hay diferencias a nivel cualitativo en cuanto a las medias obtenidas por ambos géneros, sin embargo, a nivel de significación estadística no están presentes.

#### CONCLUSIONES

Después de haber realizado el análisis y discusión de resultados se llegó a la conclusión de que, en cuanto al objetivo general de determinar cuáles son los eventos estresores en estudiantes universitarios durante la crisis venezolana, los eventos que generan mayor estrés en los estudiantes son fallas o interrupciones en el servicio eléctrico, los problemas en las telecomunicaciones, escasez de gasolina, escasez en el suministro de agua y la emigración de familiares y/o amigos.

Con relación al objetivo específico número uno, el cual busca establecer la frecuencia de los eventos estresores en los estudiantes universitarios, la población de la Universidad Rafael Urdaneta refiere que los eventos que se presentan con mayor frecuencia, presentándose muchas veces, son las fallas interrupciones en el servicio eléctrico, los problemas en las telecomunicaciones y la emigración de familiares y/o amigos.

De igual forma, con respecto al objetivo específico, que consiste en identificar la intensidad del malestar que producen diferentes eventos estresores en estudiantes universitarios, los integrantes de la comunidad estudiantil de la Universidad Rafael Urdaneta manifestaron mucho malestar con respecto a las fallas o interrupciones del servicio eléctrico; igualmente, prevalece un malestar moderado con respecto a los problemas en las telecomunicaciones, escasez de gasolina y escasez de agua y la emigración de familiares y amigos, concluyendo que los eventos más impactantes a nivel fisiológico y anímico en la población estudiantil, son aquellos que se escapan del control personal, puesto que no dependen directamente de ellos y son más difíciles de sobrellevar con los recursos de afrontamiento habituales.

Siguiendo el mismo orden de ideas, en referencia al objetivo específico número tres, que consiste en describir el nivel de limitación en la vida que ocasionan distintos eventos estresores, los participantes

del estudio reflejaron que las situaciones vitales que limitan moderadamente el curso regular de sus vidas son problemas en las telecomunicaciones, la escasez de gasolina y las fallas en el servicio eléctrico. Así como también, la escasez de agua, las dificultades para realizar trámites públicos y la dificultad para conseguir dinero en efectivo, este último siendo vital para el uso de transporte público.

Asimismo, es relevante mencionar que hubo disparidad entre los resultados de las tres dimensiones, puesto a que, si bien los estresores con mayor prevalencia en cada dimensión eran prácticamente los mismos, al analizar el resto de los estresores se pudo denotar que no se corresponden entre dimensiones, sugiriendo así que la frecuencia con la que se presenta un estresor, la intensidad del malestar que generan y las limitaciones en la vida que ocasionan pueden no ser directamente proporcionales y ser independientes entre sí.

Referente al último objetivo específico de comparar la frecuencia de estos distintos eventos estresores, y la intensidad del malestar y limitaciones en la vida que producen en función a las variables demográficas de género, se obtuvo que, aunque el género masculino pueda experimentar eventos estresores con mayor frecuencia, es el género femenino quien reporta experimentar mayor intensidad del malestar y limitaciones en la vida diaria.

A pesar de que claramente hay eventos estresores que constantemente impactan a la población estudiantil, esta parece percibir de manera general que la frecuencia con la que se presentan distintos eventos estresores en sus vidas es de muy pocas veces. Asimismo, denotaron que la intensidad del malestar que les es generado por estos eventos es muy poca y que, además, estos eventos les limitan muy poco en su vida diaria.

Los resultados anteriormente expuestos reflejan algo distinto a lo esperado por las investigadoras, ya que, si bien se esperaba que los eventos mencionados fuesen los de mayor puntaje debido a su incidencia en el desarrollo fructífero de la vida académica y personal, estos parecen no ser de tanta relevancia para los estudiantes a pesar de estar presentes en su día a día. Esto pudiese atribuírsele a diversos factores: uno de ellos es que los jóvenes universitarios venezolanos pertenecientes a un estrato económico favorecido se caracterizan por una dependencia y permanencia en sus familias de origen debido a una postergación de su autonomía frente a la exigencia cultural venezolana de una preparación universitaria a temprana edad.

A su vez, esta misma cultura de la familia venezolana de clase media se caracteriza por no atribuir muchas responsabilidades más allá de las académicas al joven estudiante, la cual puede ser otra razón por la que estos no se vean tan afectados por los distintos eventos estresores. Otro factor influyente podría ser la dificultad de acceso a un campo profesional que les permita ganar independencia económica, por ende, manteniéndose dependientes de otros y sin atribuciones que les sean difíciles de cumplir debido a la crisis nacional.

Asimismo, otro factor importante y vigente es la idiosincrasia venezolana y su respuesta ante la adversidad. Esta podría ser definida como resiliente, es decir, la capacidad de una persona o grupo para seguir proyectándose en el futuro a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y/o de traumas a veces graves (Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik, 2001). Siendo así, la resiliencia es un factor determinante en la percepción de los estudiantes venezolanos, ya que está altamente vinculada a un sesgo positivo que, por ende, desarrolla emociones positivas que ayudan a concebir y a afrontar la vida de un modo más optimista, entusiasta y enérgico. Así, se ha encontrado que las personas resilientes hacen frente a experiencias traumáticas utilizando el humor,

la exploración creativa y el pensamiento optimista (Fredrickson y Tugade, 2003), rasgos característicos de la venezolanidad.

Cabe destacar que lo expuesto anteriormente son hipótesis planteadas por las investigadoras y que no pudieron ser comprobadas en este estudio, dado que es una investigación de tipo descriptiva que tiene la finalidad de servir como un primer paso para investigaciones futuras que busquen comparar la percepción de los eventos estresores en otra población estudiantil, de incluso otros países de Latinoamérica que se encuentren en crisis, así como con jóvenes estudiantes de otras universidades con diferentes estatus económico.

Finalmente, habiendo concluido con la investigación resulta pertinente recomendar a la población de estudiantes universitarios venezolanos asistir a talleres psicoeducativos y consulta psicológica, tanto grupal como individual, con la finalidad de prevenir, identificar y abordar las distintas respuestas de estrés ante estas situaciones comunes, para así minimizar efectos adversos a su salud mental y física. También se recomienda realizar estudios futuros que permitan comparar los resultados obtenidos bajo otras circunstancias y otro tipo de población de diferentes edades, cultura, estatus socioeconómico y estudiantes universitarios de otros países, así como estudios cualitativos que busquen ahondar en las estrategias afrontamiento y factores que influyen en la percepción de estrés de la población universitaria.

#### NOTA ESPECIAL

Artículo de investigación derivado del Trabajo de Grado titulado: *Eventos estresores en estudiantes universitarios venezolanos*, presentado en la Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo, Venezuela.

#### REFERENCIAS

- Berra, E., Muñoz, S.I., Vega, C.Z., Rodríguez, A.S. y Gómez, G. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(1), Pp. 37-57.
- Caballero-García, P.A. & Sánchez-Ruiz, S. (2018). La felicidad en estudiantes universitarios. ¿Existen diferencias según género, edad o elección de estudios? *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 21(3), 1-18.
- Carrobbles, J. A. (1996). *Estrés y trastornos psicofisiológicos*. Madrid, España. Editorial Siglo XXI
- De la Vega, I (2014). *Tráfico pesado de venezolanos cualificados hacia múltiples destinos*. En Peralta RD, Lares Vollmer C, Kerdel Vegas F (Eds.) *Migración y Educación en Venezuela: Análisis y Propuestas*. TALVEN-FUNDACELAC. Valencia, Venezuela. pp. 57-88.
- De la Vega, I. (2016) *Estudio longitudinal de la emigración en Venezuela durante el siglo XXI*. IV Jornadas de la Sección de Estudios Venezolanos de Latin American Studies Association. Universidad Católica Andrés Bello. Caracas, Venezuela. pp. 1-15
- De la Vega, I. y Vargas, C (2017). La intención de emigración de estudiantes universitarios. Estudio comparado en cuatro universidades venezolanas. *Interciencia*, 42(12),798-804. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=339/33953770003>
- Fierro, A. (1997). *Estrés, afrontamiento y adaptación*. Editorial Promolibro
- Figueiredo-Ferraz, H., Cardona, S. y Gil-Monte, P. (2009). Desgaste psíquico y problemas de salud en estudiantes de psicología. *Psicología em Estudo*, 14(2), 349-35

- Frisch, M.B., Clark, M.P., Rouse, S.V., Rudd, M.D., Paweleck, J.K., Greenstone, A. y Kopplin, D.A (2005). Predictive and treatment validity of life satisfaction and the quality of life inventory. *Assessment*, 12(1), 66-78.
- Fredrickson, B.L. y Joiner, T. (2002). Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being, *Psychological science*, 13(2), 172-175.
- Fredrickson, B. L., Tugade, Michele M., Waugh, Christian E., Larkin, Gregory R. (2003). What good are positive emotions in crisis? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), Feb 2003, 365-376
2020. años y disminuir la timidez. medicamento, quehaceres del hoga García, L. (2019, 6 de agosto). *FAPUV alerta sobre altos índices de deserción universitaria en Venezuela. El Universal*. <http://www.eluniversal.com>
- Goodyer, I. (2001). *The depressed child and adolescent*. Cambridge University Press.
- Guadarrama, R., Márquez, O., Mendoza, S., Veytia, M., Serrano, J., Ruíz, J. (2012). Acontecimientos estresantes, una cuestión de salud en universitarios. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(4), Pp. 1540.
- Medrano, M. (2014). Concepto de felicidad en jóvenes. *Ajayu*, 12(1), 64-78.
- Moyano, E. y Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule. *Universum*, 22(2), 177-193.
- Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik, (2001). *La résilience: un regard qui fait vivre*. Université de Nancy.
- Holmes, T. H. y Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, Pp. 213-318.
- Lazarus, R. (2000) *Estrés y emoción: manejo e implicaciones en nuestra salud*. Editorial Descleé de Brouwer.
- Lazarus, R. y Cohen, J.B. (1997) *Environmental stress*. Editorial Plenum.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. Springer
- Sandín, B. (2008). *Manual de psicopatología*. Vol. 2. Madrid, España. Editorial McGraw-Hill.
- Salavera, C. y Usán, P. (2017). Repercusión de las estrategias de afrontamiento de estrés en la felicidad de los alumnos de Secundaria. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20(3), 65-77. DOI <http://dx.doi.org/10.6018/reifop.20.3.282601>
- Sarafino, E. (1997). *Health Psychology*. Nueva York, Estados Unidos. Editorial John Wiley.
- Selye, H. (1936). A syndrome produced by diverse nocuous agents. *Revista Nature*, 138, Pp. 32. Estados Unidos.
- Ucero, C., Tomich, D., Acosta, Y., Montero, M., Jiménez, R., González, G. (2014). Estrés estudiantil en las áreas clínicas de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo. *Revista ODOUS Científica*, 15 (1), Pp. 18-21.
- Vera, L. (2018). In search of stabilization and recovery: macro policy and reforms in Venezuela. *Journal of Post Keynesian Economics*, 40. Pp. 9-26.
- Villegas, M., Alonso, M., Alonso, B. y Guzmán, f. (2014). Eventos estresantes y la relación con el consumo de alcohol y tabaco en adolescentes. *Revista Ciencia y Enfermería*. 20(1), pp. 35-46.