



MIEMBRO DE LA RED  
**ILUMNO**

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO  
FACULTAD DE SOCIEDAD, CULTURA Y CREATIVIDAD  
GRUPO DE INVESTIGACIÓN DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y CULTURA  
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN PSICOLOGÍA EDUCATIVA-CLÍNICA  
DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA  
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

PROYECTO DE PRÁCTICA II – INVESTIGACIÓN APLICADA

Enfoque psicosocial en los estudiantes del curso de estado mayor de la escuela superior de guerra  
y su incidencia en la formación académica.

PRESENTA:

Vivian Vanessa Marín Palacios Código: 100130980

Leidy Alejandra Aguilar Guerrero Código:100232156

María del Pilar Vásquez Montenegro Código:100204556

Luis Carlos Riascos Cilima Código: 100192414

SUPERVISOR:

Stephania Carvajal Chavez. MGS.

BOGOTÁ, agosto - diciembre de 2022

**Tabla de Contenidos**

Resumen.	1
Capítulo 1. Introducción.	2
Descripción del contexto general del tema.	2
Planteamiento del problema	2
Pregunta de investigación.	2
Objetivo general.	2
Objetivos específicos.	3
Justificación.	3
Capítulo 2. Marco de referencia.	4
Marco conceptual.	4
Título nivel 3.	4
Marco teórico.	4
Título nivel 3.	4
Marco Empírico.	5
Título nivel 3.	5
Capítulo 3. Metodología.	6
Tipo y diseño de investigación.	6
Participantes.	6
Instrumentos de recolección de datos.	6
Estrategia del análisis de datos.	6
Consideraciones éticas.	6
Capítulo 4. Resultados.	7
Discusión.	7
Conclusiones.	7
Limitaciones.	7
Recomendaciones.	7
Referencias bibliográficas	8
Anexos.	9

## **Resumen.**

El contexto militar presenta diferentes espacios y dinámicas que son de interés, ya que la vida militar requiere de una formación rigurosa que exige desafíos emocionales y psicológicos que aumentan en el desempeño de la misma, teniendo en conjunto factores biológicos, físicos y psicofísicos con la finalidad de obtener un militar integral con compromiso, disciplina y servicio, es así como esta investigación tiene como objetivo principal identificar la relación entre los niveles de estrés y los factores psicosociales asociados al rendimiento académico de los estudiantes del curso de estado mayor de la escuela superior de guerra del año 2022, donde surge el interés de establecer el impacto de dichos factores en el área académica de la población escogida, apoyando esta investigación en fuentes teóricas que ayuden a dar posibles respuestas al interrogante investigativo, así mismo aplicando pruebas psicométricas que den cuenta de los niveles de estrés y los enfoques psicosociales, analizando la relación existente entre esas dos variantes ubicando los hallazgos más sobresalientes que den cuenta de cómo en conjunto afectan de forma negativa académicamente y cuáles son las posibles soluciones a dicho problema generando con ello un estudio de carácter mixto.

***Palabras clave:*** Estrés mental, rendimiento académico, Psicología de la educación, educación militar.

## **Abstract**

Military context counts with different items and dynamics that are a matter of interest, since military life requires a rigorous training which demands emotional and physical challenges that increase through its development; taking together biological, physical and psychophysical factors in order to obtain an integral soldier characterized by commitment, discipline and service. Therefore, the main objective of this research is to identify the relationship between the levels of stress and the psychosocial factors associated to the academic performance of the students from the course 'Estado mayor de la escuela superior de guerra' of 2022, as well as to establish the impact of these aspects in the academic execution of the selected population. Aiming to achieve this, the current investigation is supported in theoretical sources that help to provide possible answers to the research question and applies psychometric testing to measure the stress levels and the psychosocial profiles of the above-mentioned population. Finally, through a mixed research approach, it was possible to analyze the connection between the main variables, to locate the most remarkable results that show evidence on how, altogether, they negatively affect academic performance, and to indicate possible solutions to this issue.

**Keywords:** Mental stress, academic performance, educational psychology, military education.

## **Capítulo 1.**

### **Introducción.**

La presente investigación tiene como finalidad identificar los factores psicosociales asociados al estrés y al rendimiento académico de la población seleccionada, la cual se compone de militares de rango oficial de las Fuerzas Militares de Colombia que se encuentran en proceso de capacitación académica en el curso de estado mayor del año 2022; para lo cual se realizará una prueba psicométrica con el fin de identificar cuáles son los niveles de estrés que los estudiantes presentan y cómo éste incide en el rendimiento académico. Los factores psicosociales están directamente relacionados con situaciones laborales que alteran la conducta del individuo, generando un desequilibrio a nivel conductual, fisiológico emocional y cognitivo por esta razón es necesario analizar los diferentes factores de riesgo que se desencadenan bajo un estrés producido por rendimiento académico (Villegas, 2020, p. 14) La vida militar requiere una formación rigurosa la cual exige desafíos emocionales que se exacerbaban en el desarrollo de la misma; posee componentes biológicos, físicos y psicofísicos que entrenan cuerpo y mente con la finalidad de lograr un militar integral exigiendo compromiso, servicio y disciplina, exponiéndose las 24 horas del día a un nivel de estrés que logre obtener los resultados esperados en cada individuo que permitan dar ejemplo de moral y capacidad física como instituciones castrenses a la población civil (Sandoval, 2015, p. 36)

#### **Descripción del contexto general del tema.**

La problemática que se plantea, en Colombia ha sido estudiada en diferentes poblaciones como lo son menores de edad en edades escolares de básica primaria, adolescentes en bachillerato y universitarios en diferentes programas académicos y modalidades; específicamente de la población militar no se cuenta con registros autóctonos pues, los países de la región donde se han investigado temáticas similares son Perú y México,

aunque su población es la universitaria (en las escuelas de formación). Así las cosas, tomando como referencia lo afirmado por Caldera, Pulido y Martínez (2007, como se menciona en García & Zea, 2011) “en el mundo uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés y [...], se estima que el 50 por ciento de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo”; dado lo anterior es más que relevante el identificar prontamente si el personal de oficiales que próximamente se desempeñarán en cargos directivos de las Fuerzas Armadas de Colombia, podrían verse afectados en su rendimiento académico en medio de su preparación académica, debido al estrés, y de ser así, las consecuencias que pueden derivarse de ello, así mismo algunas recomendaciones que permitan reducir su impacto.

### **Planteamiento del problema.**

Surge el interés de establecer el impacto del estrés en una comunidad académica que, profesionalmente, se encuentra preparada y adiestrada para manejar altos niveles de este pero que, en el desarrollo de actividades académicas su rendimiento y factores psicosociales podrían verse o no afectados debido al anterior fenómeno, situación de la cual no se cuenta con evidencias académicas siendo con ello una razón más para buscar posibles respuestas al interrogante investigativo. En palabras de Martínez y Díaz (2017, como se menciona en Armenta, et al., 2020) “[...] el fenómeno del estrés se lo suele interpretar en mención a una amplia gama de experiencias, entre ellas se destaca el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud y otras sensaciones similares” (p. 403); los cuales, desencadenan de manera directa e indirecta comportamientos atípicos en quien los experimenta ya que no es posible, su ocultamiento e inexpressión, toda vez que existen mecanismos fisiológicos, biológicos y psicológicos que están ligados a dichas percepciones y experiencias sensoriales. Así mismo, Armenta, *et al.* (2020), afirman que “[...] se denomina estrés a las emociones o

actitudes que genera la carga académica” (p. 403) siendo con ello una posible fuente de comportamientos atípicos en los estudiantes de cualquier condición académica, edad y profesión.

### **Pregunta de investigación.**

- ¿Cuáles son los niveles de estrés y los factores psicosociales asociados al rendimiento académico de los estudiantes del curso de estado mayor de la escuela superior de guerra del año 2022?

### **Objetivo general.**

Identificar la relación entre los niveles de estrés y los factores psicosociales asociados al rendimiento académico de los estudiantes del curso de estado mayor de la escuela superior de guerra del año 2022

### **Objetivos específicos.**

- Describir cuales son las causas psicosociales que afectan la formación educativa de los oficiales (estudiantes) que integran el curso del año 2022.
- Determinar el nivel de estrés que presentan los estudiantes del curso de estado mayor del año 2022 relacionado a su rendimiento académico.
- Analizar la relación existente desde la perspectiva estudiantil, entre los factores psicosociales y los niveles de estrés asociados descritos en la revisión teórica y aplicados en la población descrita.

### **Justificación.**

La exposición a situaciones adversas pueden generar niveles de estrés que desencadenan respuestas que afectan los procesos cognitivos dentro de los diferentes ámbitos de desempeño, dentro de las Fuerzas Militares de Colombia donde deben primar habilidades que promueven el bienestar y la calidad humana dirigido al servicio de la comunidad ya que son instituciones que

por su condición constitucional estatal, se debe promover el desarrollo de las cualidades humanas necesarias para asegurar la participación e interacción oportuna de quienes la conforman con la ciudadanía en general, logrando un nivel de seguridad que permita la convivencia pacífica de los habitantes del Estado, promoviendo el bienestar general y la protección de los derechos de cada ciudadano. De lo anterior emana, la importancia de lograr establecer los niveles de estrés y su impacto en el rendimiento académico del personal de oficiales pues es directamente proporcional su desempeño académico con su desempeño laboral. Colombia actualmente tiene el potencial en la región para ser un referente en cuanto a la temática psicológica se refiere, ya que lo es en las diferentes temáticas de índole militar, por tal razón, esta investigación de carácter exploratorio podrá servir como fundamento para una mayor comprensión de lo relacionado al ámbito militar, la seguridad y la defensa de la nación desde la condición humana militar logrando con ello, ampliar las posibilidades de unión del pueblo colombiano. Aunado a lo anterior, la comprensión de los niveles de estrés y a la vez de las consecuencias que los factores psicosociales tienen en la vida de los oficiales, permite un mayor entendimiento para la generación de propuestas de investigación, promoción, prevención y tratamiento para las conductas particulares que se pueden llegar a presentar en la población militar y que puedan afectar socialmente a la comunidad.

## **Capítulo II**

### **Marco de referencia**

#### **Marco conceptual**

El comité de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la organización Internacional del Trabajo (OIT) en 1984 definió el concepto teórico de factores psicosociales como “las condiciones presentes en una situación laboral, relacionadas con la organización, el contenido y



la realización del trabajo susceptibles de afectar tanto al bienestar y la salud (física, psíquica o social) de los trabajadores como al desarrollo del trabajo”. Este concepto mantiene una estrecha relación entre interacción laboral y personal, impactando en la salud de cada persona y presentando en ellas alteraciones fisiológicas, gastrointestinales, psicológicas o emocionales. Estas alteraciones pueden estar relacionadas a una situación de estrés o simplemente a la interacción en su entorno físico. Existen diferentes enfoques teóricos para el estudio de estos factores. El estrés, viene a ser un elemento común entre las relaciones laborales y personales, ya que las exigencias profesionales y académicas no se adaptan a las necesidades, capacidades o expectativas de los trabajadores. (Oficina Internacional del Trabajo [OIT], 2019, pp. 2-14)

El término estrés viene de la física, la cual lo determina como “la deformación y fuerza que sufre un cuerpo cuando sobre el mismo actúa una fuerza externa”. En la actualidad se usa este término para determinar, describir o explicar diversos estados o situaciones como: la frustración, ansiedad, impotencia o agotamiento, describiendo un estado desagradable o amenazante para las personas. Por tal razón Martínez y Díaz (2007, pp. 403-412) afirman que el término estrés “[...] se enmarca en distintas experiencias como el nerviosismo, el cansancio, la tensión, el agobio y otras sensaciones como la presión laboral, escolar y social”. Las diferentes exigencias académicas, sociales y laborales han hecho que en los últimos años los estudiantes universitarios se enfrenten a nuevos retos, los cuales demandan más tiempo, dedicación y esfuerzo para el cumplimiento de objetivos y metas. (Quintero *et al.*, 2020, pp. 98 - 101)

En la actualidad el estrés académico es considerado como un estado que genera alteraciones y dificulta las relaciones interpersonales, las emociones y la salud física. Estas alteraciones están estrechamente relacionadas al desarrollo de enfermedades psicológicas, cognitivas, emocionales y de conducta ante la sociedad. (Reddy, 2018, p. 1,6)

El rendimiento académico se define como un valor que se atribuye a los resultados del aprendizaje de cada uno de los estudiantes en cada una de las etapas del entorno educativo y de allí se debe enfatizar en las variables como el manejo y la autorregulación del estrés para obtener los resultados deseados. (Jorge, 2021, p. 1,3) Es también considerado como un indicador de educación de calidad agrupando factores sociodemográficos, institucionales, pedagógicos y psicosociales. Cada institución determina los criterios evaluativos indicando una síntesis de valoración del rendimiento académico de cada uno de sus estudiantes. En Colombia el Ministerio de Educación Nacional (MEN) a partir del Sistema de Acreditación Nacional determina las guías, lineamientos, documentos, indicadores y técnicas que le permitan a las instituciones educativas ofrecer sus programas y propuestas curriculares en el país; así mismo el ministerio ha enmarcado unos indicadores que le permite medir los resultados inmediatos de los estudiantes y el impacto en el área social a partir de los resultados del aprendizaje. (Ministerio de Educación, 2019)

En una reciente investigación bibliográfica logró establecer que la psicología educativa ha aumentado significativamente desde el año 2000 al 2019 donde enmarca el desarrollo infantil, aprendizaje y diferencias individuales (Daniel, 2021, p. 10). La psicología educativa es una de las ramas de la psicología que enmarca el estudio del aprendizaje humano, comprendiendo las diferencias individuales en el desarrollo cognitivo, emocional, afectivo, autoconcepto y autorregulación. Así mismo esta rama de la psicología se basa en métodos y pruebas cuantitativas para mejorar las actividades pedagógicas relacionadas con el diseño, planeación e implementación de dinámicas, las cuales están encaminadas a facilitar los procesos de aprendizaje y la motivación en múltiples entornos educativos. Algunos de los filósofos más influyentes de la psicología educativa son: John Locke, Johann Pestalozzi, Johann Herbart, Willian James, Lev Vygotsky, etc. (Macazana, *et al.*, 2021, pp. 1 - 6 )

## Marco Teórico

El estrés académico se relaciona con las experiencias que exige la etapa universitaria y que es totalmente indispensable para alcanzar los logros y retos planteados desde el enfoque social, laboral e institucional. (Emiro *et al.*, 2020, pp. 26-28). Una investigación desarrollada en Colombia (2014) con estudiantes universitarios, busco determinar cuál es la relación que existe entre el compromiso y rendimiento académico en donde se evidencio que persisten serios problemas de deserción que llevan a cuestionar ampliamente las experiencias académicas. (Clelia, 2014, p. 1 - 4)

Uno de los principales exponentes de este enfoque es Richard Lazarus, quien destaca los factores psicológicos cognitivos que intervienen en el estímulo y la respuesta de estrés. Para Lazarus y Folkman (1986) el estrés se origina entre la relación del individuo y su entorno en el cual lo evalúa como de “difícil afrontamiento”

Es así como el concepto que fundamenta la teoría es la evaluación cognitiva, donde determina hasta qué punto y por qué una situación lleva a ser estresante, siendo esta un mecanismo de mediador cognitivo.

Lazarus plantea 3 tipos de evaluación:

- 1- Evaluación primaria: es la primera intervención psicológica frente al estrés.
- 2- Evaluación secundaria: valora los recursos propios de afrontamiento ante la situación estresante.
- 3- Reevaluación: se realiza un proceso de retroalimentación que permita corregir las evaluaciones previas.

Es así como el afrontamiento al estrés se entiende como el esfuerzo cognitivo y conductual que constantemente son cambiantes para dar manejo a los estímulos externos e internos del individuo, donde Lazarus y Folkman expusieron 8 estrategias de afrontamiento: distanciamiento, autocontrol, confortación, aceptación, apoyo social, evitación, solución de problemas y reevaluación. (Encinas, 2019, pp. 13 - 15)

Según la teoría de Goleman nombrada en (Morales Rodríguez, Espigares López, Brown, & Pérez Mármol, 2020 pp. 20) es importante desarrollar en el ámbito académico las competencias inter e intrapersonales del estudiante, donde utilice los recursos como son la inteligencia emocional, las habilidades sociales, la autoestima, la empatía y la responsabilidad social con el fin de obtener resultados positivos que aporten en su rendimiento académico.

#### - **Riesgos psicosociales a nivel laboral**

Se presentan cuando el ser humano percibe en su entorno laboral una condición que termina siendo perjudicial o nociva para su salud, esto termina afectando su bienestar laboral y social, sin embargo, no todos los riesgos que se presentan en una condición laboral deben ser percibidos como un riesgo psicosocial. Los factores que afectan la salud del trabajador pueden desencadenar una situación laboral que afecta principalmente al trabajador ya que no ejecuta las tareas asignadas, y crea conflictos con su entorno laboral, afectando su bienestar individual y colectivo. (Álvarez, 2016, pp. 98 - 99)

Según Álvarez, *et al.* (2016) las interacciones que se presentan a nivel laboral son: su ambiente, su cultura, su capacidad individual y las condiciones de la organización, entre otras, estas son percibidas dependiendo su salud, su rendimiento y su satisfacción laboral, los factores psicosociales deben ser comprendidos desde un punto de vista amplio, teniendo en cuenta cómo

influyen y qué consecuencias acarrea en el individuo si de forma negativa o positiva (pp. 101 - 102)

#### - **Factores psicosociales en el ambiente militar**

Los factores psicosociales que se presentan en el ambiente militar según un estudio realizado a soldados del Batallón de Servicios para las Comunicaciones, General Manuel Valdivieso en Facatativá; son los factores intrapersonales que determina la relación que tiene con el otro, según sus valores, iniciativa propia, independencia, adaptabilidad a diferentes situaciones y resiliencia, Factores interpersonales que se relacionan con el vínculo familiar insatisfecho o relaciones de pareja intermitentes, Factores extra laborales que se refiere a su familia siendo su principal contacto y por último los Factores intralaborales que se manifiestan como la capacidad para adaptarse a cualquier situación, pero que disponen de falta de apoyo moral por parte de su familia, viviendo con incertidumbre y soledad. (Ortiz, *et al.* 2018, pp. 116 - 117)

#### - **Factores de riesgo**

Existen factores que desencadenan vulnerabilidad en el personal militar como es: la relación que tiene con sus superiores, (acatando reglas y condiciones que tiene la institución) sintiendo deseo de contradecir a sus superiores (normas, órdenes, horarios), carecen de estabilidad laboral y emocional, confunden responsabilidades individuales con independencia y obediencia, se enfrentan a la soledad emocional (se alejan de sus seres queridos), se sienten importantes para su familia pero están lejos de ella impidiendo crear un verdadero vínculo afectivo, son los responsables de los gastos de su hogar, se enfrentan a miedos por su profesión, (como el miedo a morir), tener malas relaciones personales y de comunicación con sus compañeros, donde el respeto por los demás no esté presente desencadena violencia e inestabilidad entre otros, son varios los

factores de riesgo a los que se enfrenta el personal militar donde la institución debe ofrecer diferentes herramientas que ayuden a mitigar las enfermedades mentales dentro de la institución. (Ortiz *et al.* 2018, p. 118 - 119)

La profesión militar es agotadora ya que el militar está propenso principalmente a riesgos físicos que les exige mantenerse en un estado de alerta por varias horas situación que no les permite mostrar debilidad, cansancio o derecho a quejarse en situaciones difíciles siendo evidente el riesgo psicosocial al que está expuesto, las demandas laborales en una organización como la del ejército son múltiples pues exigen compromiso, atención y eficacia, presión laboral que genera un riesgos psicosocial. (Enciso y Tabares, 2013, pp. 25 - 51)

### **Marco empírico**

Según diferentes estudios realizados los militares están expuestos a diferentes riesgos psicosociales que afectan sin lugar a duda su rendimiento académico, dentro ellas podemos encontrar la fatiga física y mental a la que ellos están expuestos, dentro de las físicas están la muscular, donde se evidencia un excesivo esfuerzo a el sistema muscular, aunque la sintomatología muscular no es considerada de alto riesgo es muy común en un trastorno mental, psicológicamente esta disminuye la capacidad para realizar una tarea, también se manifiesta con somnolencia está expuesta a un descontrol de los ritmos circadianos, este síntoma resulta irritante para la persona y genera que se le dificulte su desempeño en las tareas que requieren de disposición, fuerza y habilidad. (Cando-Aldás, & Moreta-Herrera, 2022, p. 543) también es importante reconocer la sintomatología mental que se presenta de manera prolongada como es: el estrés, la depresión, tareas que requieran estudio intelectual ya que necesita de un esfuerzo mental continuo, estas problemáticas si no son abordadas de manera adecuada desencadenan

alteraciones cognitivas entre ellas falta de atención y concentración, la falta de un descanso adecuado conlleva a lentitud y falta de respuesta frente a la solución de un conflicto, desencadenando una disminución en el rendimiento académico (Cando-Aldás, & Moreta-Herrera, 2022, p. 544)

Su proceso de formación los obliga a enfrentarse a diferentes desafíos donde muchas veces sienten miedo para realizarlos, desconfían de sus capacidades y no se sienten preparados para resolver diferentes situaciones académicas, esto es a raíz de las consecuencias que se originan de la depresión el estrés, cansancio mental y físico al que están expuestos, el nivel de autoeficacia reduce la motivación del alumno afectando su proceso de formación. (Cando-Aldás, & Moreta-Herrera, 2022, p. 545)

En la escuela de perfeccionamiento de aerotécnicos al personal militar, evidencia que el personal atraviesa por diferentes riesgos psicosociales que afectan su rendimiento académico, entre ellos el estrés por traslados, distanciamiento familiar, tiempo limitado para la realización de tareas asignadas, sobre carga académica, actitud del personal docente y actitud de sus compañeros (Aldunate & Bravo, 2019, p. 109) según resultados obtenidos un 60% de la población presenta estrés moderado, 22 % estrés leve y finalmente el 17% estrés severo, manifestándose con los siguientes síntomas: somnolencia, problemas de concentración y aumento o reducción de ingesta de alimentos. (Siza, 2019, p. 61)

### **Capítulo 3.**

#### **Metodología.**

##### **Tipo y diseño de investigación.**

El tipo de investigación es Mixto con un diseño explicativo secuencial, toda vez que se requieren datos cuantitativos y cualitativos que faciliten la relación y la interpretación de la

influencia que una variable tiene en la otra profundizando en su explicación y haciendo mayormente comprensibles los hallazgos realizados (Hernández *et al.*, 2014, p. 553 - 554); lo anteriormente descrito, se ajusta a la investigación propuesta ya que esta se realiza en un momento determinado ajustado a los lineamientos del tiempo de entrega del proyecto donde se recopilará y analizará la información.

### **Participantes.**

- **Descripción de la población:** La muestra poblacional hace referencia a Oficiales de las Fuerzas Militares de Colombia del grado Mayor o Capitán de Corbeta, de ambos géneros, entre las edades de los 36 a 45 años, con nivel académico profesional y/o postgrado alumnos del curso de estado mayor, orgánicos de la Escuela Superior de Guerra
- **Criterios de inclusión:** Se incluirá el personal activo en el momento de la investigación, en un rango de edad de 36 a 45 años, de ambos géneros, del grado Mayor o Capitán de Corbeta, sin distinción en estrato, estado civil, lugar de residencia y lugar de procedencia.
- **Exclusión:** Se excluirán de la investigación el personal con los grados establecidos en los criterios de inclusión que no pertenezcan como estudiantes del curso de estado mayor al igual que el investigador que hace parte de la población objeto. De 235 estudiantes se retiran de la medición ocho (8) que no están en disposición para participar de la investigación, así como uno (1) que forma parte del grupo de investigadores, restando así una población de 226 que cumplen con los criterios, sin embargo, de acuerdo a los lineamientos establecidos por la tutora del proceso investigativo perteneciente al Politécnico Grancolombiano, únicamente se tomaron a 15 estudiantes.

El tipo de muestreo es no probabilístico, dado que no se realiza la selección bajo parámetros estadísticos, ya que los participantes cumplen con unos requisitos establecidos por el



investigador, se utiliza en enfoque cuantitativo para grupos específicos de poblaciones, en este caso la modalidad de muestreo será propositivo, en donde se establece previamente la población en la que se quiere estudiar cierto fenómeno (Ramírez, s. f.); adicionalmente como lo menciona Hernández *et. al*, (2014)

La ventaja de una muestra no probabilística [...] es su utilidad para determinados diseños de estudio que requiere no tanto una “representatividad” de elementos de una población, sino una cuidadosa y controlada elección de casos con ciertas características especificada previamente en el planteamiento del problema (p. 190).

### **Instrumentos de recolección de datos.**

Se utilizarán como métodos e instrumentos de recolección de datos, en este caso el cuestionario DASS-21 (test de depresión, ansiedad y estrés), cuestionarios con preguntas cerradas y entrevistas semiestructuradas, que corresponden a la medición y exploración de las variables descritas,

Los resultados de éstas permitirán realizar un análisis apropiado y relevante, que logrará identificar la relación entre los niveles de estrés y los factores psicosociales que inciden en el desempeño académico de los estudiantes.

### **Estrategia del análisis de datos.**

Según Spradley, (1980, como lo mencionan Rodríguez et al., 2005) el análisis de datos se deriva en la transformación de estos buscando llegar a reflexiones y comprobaciones extraídos del significado del problema planteado analizando los datos cuantitativos y cualitativos. Los primeros, provenientes del cuestionario DASS-21 (Test de depresión, ansiedad y estrés) se analizarán de acuerdo con la estadística descriptiva tomando como punto de partida la escala Likert que éste contiene haciendo uso del software estadístico SPSS. De manera similar, los

datos cualitativos, procedentes de las entrevistas, serán empleados para resumir y relacionarlos conjuntamente con los anteriores buscando establecer una posible relación y algunas de las posibles variaciones que se puedan presentar.

### **Consideraciones éticas.**

De acuerdo con los principios señalados en la Resolución número 8430 de 1993 y en la Ley 1090 de 2006 este estudio se desarrollará conforme a los siguientes criterios:

Según el Artículo 11° de la Resolución 8430 de 1993, establece diferentes clases de riesgo donde se identifica que esta investigación se encuentra en la categoría “Investigación sin riesgo”, ya que señala que las encuestas o entrevistas son una indagación en la que no se hacen modificaciones intencionadas o intervenciones de variables fisiológicas, biológicas, sociales o psicológicas de los individuos que hacen parte del estudio.

También dando cumplimiento al Artículo 14° Resolución 8430 de 1993, el participante de la investigación debe diligenciar previamente un consentimiento informado que consiste en autorizar su participación, con conocimiento pleno de los procedimientos, riesgos o beneficios que será sometido, y también se acata el Artículo 29° de la Ley 1090 de 2006 que menciona la importancia del consentimiento informado debido a la exposición de la información suministrada.

Por último, se obedece al Artículo 30° de la Ley 1090 de 2006 que indica la importancia del manejo y custodia de la información recopilada de la investigación sin que terceros o personas ajenas tengan acceso a la misma.

## **Capítulo 4.**

### **Resultados**

Por medio de una entrevista semi-estructurada (Anexo B) aplicada a 15 estudiantes que hacen parte del curso de estado mayor del año 2022, se buscó cuestionar acerca de las categorías de: dimensión laboral, hábitos de estudio, valoración personal, estrés académico y modalidades de evaluación, haciendo empleo de los factores psicosociales como lo son interpersonal, intrapersonal y extralaboral.

Por lo anterior, se logró determinar que los principales factores psicosociales que afectan el rendimiento académico de los estudiantes de dicho curso son: la falta de tiempo y la carga académica esto, fundamentado en que existe un agravante para determinarlos como tal y es el tener que organizar y desarrollar las actividades académicas en espacios fuera del horario convencional en que asisten a clase, tales como realizar lecturas extensas, elaboración de ensayos y presentaciones o preparación de evaluaciones, las cuales afectan directamente el tiempo requerido para otros aspectos sociales como la atención en el plano familiar.

Asimismo, algunos expresan sufrir de tensión y estrés puesto que al estar realizando al tiempo del curso, maestrías y especializaciones las cuales junto a la cantidad de asignaturas programadas en el pénsum académico propio del curso, les genera demasiadas ocupaciones al mismo tiempo, dando como resultado que la responsabilidad y la carga académica sea muy exigente, ya que también tienen obligaciones con la institución que generan distracción y pérdida de tiempo para la realización de trabajos y preparación de exámenes; incluso, dentro de la escuela existe una alta competencia por destacarse académicamente.

Por otra parte, como buenas estrategias para manejar el estrés, los entrevistados coinciden en que se deben implementar adecuadas técnicas de estudio que se deriven de un apoyo institucional, iniciando por la ayuda brindada por parte de profesionales tales como psicología para aprender a gestionar emociones y sobrecargas académicas, implementando

clases en diferentes escenarios con el fin de que sean más dinámicas, hacer actividades al aire libre, tener tiempo para el ocio donde se aproveche y se realicen actividades que despejen la mente, tener dentro del horario asesorías de trabajos y realizar diferentes ejercicios que le permita a los estudiantes obtener seguridad en sí mismos, desarrollando actividades que fortalezcan sus habilidades en la expresión oral.

En el mismo sentido, buscando determinar el nivel de estrés presentado por los estudiantes muestra, se analizó la base de datos obtenida a partir de la aplicación de la prueba psicométrica DASS 21 (las tablas de las respuestas brindadas por la muestra poblacional se presentan en el Anexo E “Respuestas Test DASS 21”).

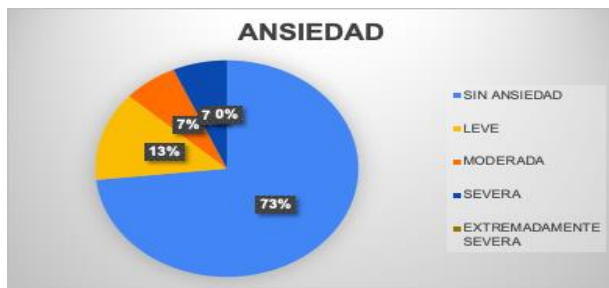
Así las cosas, se obtuvo que en la escala de estrés medida por los ítems No. 1, 6, 8, 11, 12, 14 y 18, se evidencia que en contravía de lo expresado en la entrevista semiestructurada, los estudiantes en general con un 73 % no presentan ningún nivel de estrés, un 7 % presenta un nivel de estrés leve, igualmente, otro 7 % presenta un nivel de estrés moderado y un 13 % nivel de estrés severo; por otro lado, la medición de ansiedad realizada a través de los ítems No. 2, 4, 7, 9, 15, 19 y 20, se obtuvo que similarmente un 73 % no presenta ningún tipo de ansiedad, mientras que un 13 % presenta ansiedad de tipo leve y un 7% demuestra ansiedad moderada y severa respectivamente; vale la aclaración que existe un caso en donde el estudiante presenta estrés y ansiedad al tiempo (moderado y severa); finalmente, en la escala de depresión (ítems 3, 5, 10, 13, 16, 17 y 21) arrojó que simplemente un estudiante (7%) padece de ésta en un nivel leve, sin ninguna otra de las dos escalas anteriores, haciendo posible que se considere como un caso aislado de las tensiones académicas propiamente dichas.

**Figura 1.** Resultados del nivel de estrés en la muestra poblacional.



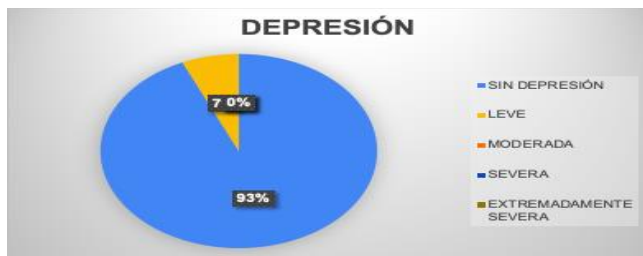
Fuente: Elaboración Propia

**Figura 2.** Resultados del nivel de estrés en la muestra poblacional.



Fuente: Elaboración Propia

**Figura 3.** Resultados del nivel de estrés en la muestra poblacional.



Fuente: Elaboración Propia

Con base en lo anterior, la relación existente entre los factores psicosociales y el estrés, se infiere que la conceptualización individual (en la población estudiantil muestra) acerca del estrés difiere totalmente de lo citado en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales 5ta edición (DSM-5), con el código 308; puesto que los resultados obtenidos, muestran que a pesar de concebir la idea de padecer de algún tipo de estrés, no se evidencia de manera proporcional, demostrando que lo que se concibe como estrés, podría ser

una tensión temporal emanada de la responsabilidad académica y por el nivel limitado de tiempo disponible para la realización de otro tipo de actividades personales y familiares.

## **Discusión**

Al realizar un análisis de los datos encontrados en la presente investigación de tipo mixto, se encuentra que ésta es una investigación pionera dentro del territorio nacional considerando como objeto de estudio, una población militar que se desarrolló en los cursos de ascenso dentro de la escuela donde fue desarrollado.

De acuerdo con lo consignado en el marco teórico donde se describe que en la actualidad el estrés académico es considerado como un estado que genera alteraciones y dificulta las relaciones interpersonales, las emociones y la salud física en donde a base de los resultados se evidencia que cada uno de los estudiantes entrevistados expresan que debido a la alta carga académica se ve afectada las relaciones familiares ya que no pueden tener calidad de tiempo con sus seres más cercanos.

Los estudiantes encuestados expresan que, debido a la alta carga académica, la competencia por intentar ser el mejor del curso y la falta de tiempo familiar hace que lleguen a sentir tensión y estrés, donde uno de los principales exponentes de este enfoque es Richard Lazarus, quien destaca los factores cognitivos que intervienen en el estímulo y la respuesta de estrés.

Otro aspecto consignado ya en el marco teórico describe que la profesión militar es agotadora puesto que, dentro de su proceso de formación y capacitación, se les obliga a enfrentar diferentes desafíos donde muchas veces sienten miedo para realizarlos, desconfían de sus capacidades y no se sienten preparados para resolver diferentes situaciones de índole

académicas, físicas y emocionales, esto es debido al precepto que el militar está propenso principalmente a correr riesgos físicos que le exigen mantenerse en un estado de alerta por varias horas, situación que lentamente permite concebir la idea que no se les permite mostrar vulnerabilidad, convirtiéndose esto en parte integral de su comportamiento, máxime aún en la población muestra, dado que en promedio el tiempo ejerciendo esta profesión es de 20 años.

Con base en lo anterior, se evidencia que al diligenciar el DASS 21 considerando que este es un test del tipo de autorreporte la población muestra, evidencia que su nivel de estrés es bajo, dado que tomando el ejercicio físico como una práctica adecuada para el alivio de las tensiones (basado en su entrenamiento físico militar), poseen una herramienta de control de éste eficiente.

Así mismo, fundamentado en el estudio realizado por Aldunate (2019) en la escuela de perfeccionamiento de aerotécnicos al personal militar, se evidencia que dicho personal atraviesa por diferentes riesgos psicosociales que afectan su rendimiento académico, entre ellos el estrés por traslado, distanciamiento familiar, tiempo limitado para la realización de tareas asignadas, sobrecarga académica, actitud del personal docente y actitud de sus compañeros, según resultados obtenidos un 60% de la población presenta estrés moderado, 22 % estrés leve y finalmente el 17% estrés severo (p. 109 - 110) de manera similar, se evidencia que los estudiantes del curso de estado mayor del 2022 en contravía a lo expresado en la entrevista semiestructurada, los estudiantes en un 73 % no presentan ningún nivel de estrés, un 7 % presenta un nivel de estrés leve y otro 7 % presenta un nivel de estrés moderado y un 13 % nivel de estrés severo, datos obtenidos en el test DASS-21 aplicado a la población muestra, reflejados en el Anexo E, hoja de cálculo “Gráficas de resultados”.

### **Conclusiones:**

- Los estudiantes de la presente investigación manifestaron que el principal factor psicosocial que afecta su rendimiento académico es la gran carga académica que se presenta durante el desarrollo del curso.
- El principal mecanismo de liberación de tensión y estrés para el personal militar que compone el curso, es el de realizar actividad física en los intervalos de tiempo que tienen libre, tales como correr, asistir al gimnasio, caminar, entre otros.
- La principal modalidad evaluativa aplicada por la institución educativa causante de estrés en los estudiantes del curso de estado mayor fueron las evaluaciones orales tales como las respectivas sustentaciones orales de las maestrías, especializaciones y examen verbales finales.
- Considerando que el entrenamiento militar es diferencial y especializado, se puede observar una característica predominante como lo es, la tolerancia a las situaciones atípicas generadoras de estresores y a la vez, la capacidad inherente de negar poseer o dominar por sí mismos, los niveles de estrés presentes en las actividades académicas.
- El desconocimiento de las conceptualizaciones adecuadas, permite evidentemente, la confusión de determinados síntomas y signos propios de conductas que pueden desencadenar trastornos psicológicos que no son totalmente conocidos por la comunidad estudiantil y académica en general.

### **Limitaciones**

Durante la realización del proyecto se evidenció la falta de tiempo tanto de los estudiantes de la muestra como de los investigadores debido a la carga académica y laboral.



Para la obtención de datos fue necesaria la aplicación del test dentro del ejercicio de la investigación, se evidenció que debido a la reducida cantidad de pruebas autorizadas para su empleo dentro de la misma, causó una reducción en la capacidad del equipo investigador para obtener otro tipo de resultados enfocados de manera directa con lo planteado inicialmente para las metas de la misma, imposibilitando con ello una transversalización y comparación de los mismos para unas conclusiones mayormente detalladas.

### **Recomendaciones:**

Se considera que a pesar de lograr poseer un adecuado manejo de algunas estrategias para el manejo del estrés, se considera acertado, un mayor acompañamiento institucional para sobrellevar el estrés académico; sobre todo, considerando la necesidad de permitir un espacio abierto para la expresión de síntomas y signos atípicos en el comportamiento del personal estudiante, esto se lograría con una mayor capacidad investigativa y de seguimiento psicológico que permita encontrar evidencias que aporten a la psicología militar y general.

La vigilancia constante de los niveles de estrés en el personal militar antes, durante y después de la recepción de entrenamientos y capacitaciones de tipo formativo y de incremento de capacidades, permite obtener una fuente de datos confiable y útil para lograr impactar de manera positiva en el manejo de éste, haciendo incluso la corroboración de algunas estrategias propias de la vida militar y de otras especialmente útiles para la vida civil que permitan un desarrollo propio y local de estrategias aplicables.

Dado que la estrategia común encontrada para el manejo del estrés es el ejercicio físico, se recomienda, elaborar estudios específicos en el impacto que esta práctica tiene en los diferentes trastornos relacionados con el estrés, llegando a permitir el planteamiento de terapias para los mismos, basadas en planes de acondicionamiento físico que no solamente lograrán

aliviar la tensión sino que de manera preventiva actuarán en beneficio de la calidad de vida de los ciudadanos sin importar su profesión.

## Referencias

- Aldunate, P., & Bravo, J. (2019). El estrés y el rendimiento académico de la sección de infantería de la promoción 125 de cadetes de la escuela militar de chorrillos coronel Francisco Bolognesi, año 2018. [Tesis pregrado]. Escuela Militar de Chorrillos “coronel Francisco Bolognesi”. <https://repositorio.escuelamilitar.edu.pe/handle/EMCH/59>
- Álvarez, F., Londoño, M., Posada, A. & Jáuregui, M. (2016). Modelo analítico de factores psicosociales en contextos laborales. *Revista interamericana de psicología ocupacional*, 29(2), 95-137. <http://209.97.135.77/index.php/RPO/article/view/106>
- Armenta, L., Quiroz, C., Abundis, F., & Zea, A. (2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista espacios*, 41(48), 4-10.  
<http://www.revistaespacios.com/a20v41n48/a20v41n48p30.pdf>
- Cando-Aldás, L., & Moreta-Herrera, R. (2022). Fatiga física y mental y su relación en la autoeficacia académica en estudiantes en formación militar del Ecuador. *Revista de Educación*, (25.1), 541-556.  
[http://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r\\_educ/article/view/5868](http://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/view/5868)
- Certuche, Z., Paz, M. & Rivera, L. (2021). Factores asociados al estrés académico en estudiantes laborantes del grupo 5 de séptimo semestre de psicología de la jornada nocturna de la fundación universitaria de Popayán. [Tesis de Pregrado]. Fundación Universitaria de Popayán.  
<http://unividafup.edu.co/repositorio/files/original/9d4d4bbfd5a11c63d2e6a20f509dc1df.pdf>

- Clelia, P. B. (s.f de s.f de 2014). *STUDENT ENGAGEMENT AND ACADEMIC PERFORMANCE IN THE COLOMBIAN UNIVERSITY CONTEXT* . Obtenido de STUDENT ENGAGEMENT AND ACADEMIC PERFORMANCE IN THE COLOMBIAN UNIVERSITY CONTEXT : <https://web-s-ebshost-com.loginbiblio.poligran.edu.co/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=0f4c4361-89e3-42db-9113-6749dca6f83c%40redis>
- Daniel, H. (30 de 04 de 2021). *A Bibliometric Analysis of Publications in the Web of Science Category of Educational Psychology in the Last Two Decades*. Obtenido de A Bibliometric Analysis of Publications in the Web of Science Category of Educational Psychology in the Last Two Decades <https://web-p-ebshost-com.loginbiblio.poligran.edu.co/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=13&sid=e12d6a5d-254e-4be4-b342-7ce6a089e3c2%40redis>
- Emiro, J., Sánchez, O. y Castañeda, T. (2020). Estrés Académico en estudiantes universitarios. *Revistas IUE*, 14(24) pp. 23 – 47. <http://bibliotecadigital.iue.edu.co/bitstream/20.500.12717/2042/1/1331-Texto%20del%20art%20c3%20adculo-5268-1-10-20210301.pdf>
- Enciso, C., & Tabares, G.(2013). Factores psicosociales de riesgo en oficiales y suboficiales del área administrativa, pertenecientes al Ejército de Colombia seccional Santander. [Tesis de Pregrado]. <https://repository.upb.edu.co/handle/20.500.11912/944>
- Encinas Orbegoso, J. (2019). *Afrontamiento al estrés, una revisión teórica*. [Tesis de pregrado]. Escuela Académico Profesional de Psicología. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6097/encinas%20orbegoso%20margarita%20janet.pdf?sequence=1&isallowed=y>

García, N. y Zea, R. (2011). Estrés académico. *Revista de psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 55-82.

<https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369/10646>

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). Metodología de la Investigación. Sexta Edición. Mc Graw Hill. Versión electrónica. <https://www.intercambiosvisuales.org>

Jorge, A.-r. (s,f de s,f de 2021). *Relationships between test anxiety, self-regulation and strategies for coping with stress,in professional examination candidates*. Obtenido de Relationships between test anxiety, self-regulation and strategies for coping with stress,in professional examination candidates: [https://web-s-ebsohost-](https://web-s-ebsohost-com.loginbiblio.poligran.edu.co/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=40f72aa8-1292-44f8-a65c-aeff1575ee2f%40redis)

[com.loginbiblio.poligran.edu.co/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=40f72aa8-1292-44f8-a65c-aeff1575ee2f%40redis](https://web-s-ebsohost-com.loginbiblio.poligran.edu.co/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=40f72aa8-1292-44f8-a65c-aeff1575ee2f%40redis)

Reddy, J. (18 de 03 de 2018). *Academic Stress and its Sources* . Obtenido de Academic Stress and its Sources <https://biomedpharmajournal.org/vol11no1/academic-stress-and-its-sources-among-university-students>

Macazana, D. M., Sito, L. M. y Romero, A. D. (2021). *Psicología educativa* [E-book]. NSIA Publishing House Editions.

<https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=v7koEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=psic%C3%B3logo+educativo+fundamentos+te%C3%B3ricos&ots=F6htyXyzCA&sig=hlyqybs4IUvFzwfVNI90FQodZlc#v=onepage&q&f=false>

Ministerio de Educación Nacional. (2019). *Decreto 1330 de 2019*. Por el cual se sustituye el Capítulo 2 y se suprime el Capítulo 7 del Título 3 de la Parte 5 del Libro 2 del Decreto 1075 de 2015 -Único Reglamentario del Sector Educación.

<https://www.mineducacion.gov.co/portal/normativa/Decretos/387348:Decreto-1330-de-julio-25-de-2019>

Morales-Rodríguez, F.M.; Espigares-López, I.; Brown, T.; Pérez-Mármol, J.M. The Relationship between Psychological Well-Being and Psychosocial Factors in University Students. *Int. J. Environ. Res. Public Health* **2020**, *17*, 4778.

Oficina Internacional del Trabajo (OIT). (2019). *Factores Psicosociales en el trabajo*.  
<http://www.factorpsicosociales.com/wp-content/uploads/2019/02/FPS-OIT-OMS.pdf>

Ortiz, J., Crisanto, B. y Proenza, J. (2018). Factores psicosociales en el medio militar y su influencia en el seno familiar. *Derecho y Realidad*, 16(32), pp. 111 - 121. DOI:  
<https://doi.org/10.19053/16923936.v15.n30.2017.13722>

Quintero, J., Reyes, G., Suárez, P. y Rodríguez-García, M. (2020). Estrés y Burnout, evolución histórica. *Revista EGLE*. (16), pp. 93 – 104.  
<https://www.revistaegle.com/index.php/eglerev/article/view/122/126>

Rodríguez, C., Herrera L., & Lorenzo, O. (2005). Teoría y práctica del análisis de datos cualitativos. Proceso general y criterios de calidad.  
<http://148.202.167.116:8080/xmlui/handle/123456789/1038>

Rodríguez, E., Roa, L., Valencia, D., & Garavito, C. (2016). Factores de riesgo psicosocial vinculados a la labor en las fuerzas armadas.  
<http://repository.unipiloto.edu.co/handle/20.500.12277/892>

Sandoval, L. & Otálora, M. (2015). Desarrollo corporal y liderazgo en el proceso de formación militar. *Rev. Cient. Gen. José María Córdova* 13(16), 33-53  
<http://www.scielo.org.co/pdf/recig/v13n16/v13n16a03.pdf>

Siza, S. (2019). Estrés académico y funcionamiento familiar en el personal militar de la escuela de perfeccionamiento de aerotécnicos.  
<http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/30304>

Villegas, A., (2020). Factores psicosociales en la junta médico laboral de retiro en miembros pertenecientes a las fuerzas militares de Colombia.

<https://repository.unicatolica.edu.co/handle/20.500.12237/1904>

## **Anexos**

Anexo A: Formato Consentimiento Informado.

Anexo B: Entrevista Semi estructurada.

Anexo C: Transcripción de las entrevistas.

Anexo D: Formato Test DASS-21.

Anexo E: Resultados Estadísticos DASS-21.

Anexo F: Matriz Análisis de Datos Cualitativos.

## **Figuras**

Figura 1. Resultados del nivel de estrés en la muestra poblacional.

Figura 2. Resultados del nivel de ansiedad en la muestra poblacional.

Figura 3. Resultados del nivel de depresión en la muestra poblacional.

Link Video:

<https://youtu.be/1jWiOdyPcPs>