

DIFERENCIAS DE GÉNERO EN LA EVOLUCIÓN DE LOS SÍNTOMAS DE ESTRÉS EN FUNCIÓN DE LAS CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS



Dra. Yoana González González, Dra. Eva M^a Lantarón-Caeiro,
Dra. Iria Da Cuña-Carrera, Grda. Alejandra Alonso-Calvete

Contacto, Yoana González González: yoana@uvigo.es

Recibido: 08/5/2020

Aceptado: 27/05/2020

RESUMEN

Esta investigación indaga acerca de las distintas realidades entre mujeres y hombres en cuanto a características demográficas se refiere y cómo estas influyen de forma diferenciada en el desencadenamiento del estrés. Se ha realizado un estudio prospectivo longitudinal con una muestra de 264 estudiantes (un 41,8% mujeres) del grado en fisioterapia. Los síntomas de estrés fueron evaluados mediante la Subescala de respuestas de estrés (R-CEA). Los resultados indican que *Compaginar estudios y trabajo* y presentar *Otras obligaciones además del estudio* son las variables más influyentes, resultando ser facilitadores del estrés para las mujeres y protectores del estrés para los hombres.

Palabras clave: estrés, variables sociodemográficas, estudiantes, educación superior, sexo.

GENDER DIFFERENCES IN THE EVOLUTION OF STRESS SYMPTOMS ACCORDING TO SOCIODEMOGRAPHIC CHARACTERISTICS

ABSTRACT

This research investigates the different realities between women and men in terms of demographic characteristics and how these have a differentiated influence on the triggering of stress. A prospective longitudinal study has been carried out with a sample of 264 students (41.8% women) of the physiotherapy degree. Stress symptoms were evaluated by means of the Stress Response Subscale (SRS). The results indicate that *Combining studies and work* and presenting *Other obligations besides the study* are the most influential variables, proving to be stress facilitators for women and stress protectors for men.

Keywords: stress, sociodemographic variables, students, higher education, gender.

INTRODUCCIÓN

El estrés posee un potencial efecto negativo sobre el proceso de aprendizaje del estudiante y, más importante si cabe, sobre su bienestar psicológico y su estado de salud (1). Sin embargo, los estresores académicos afectan de manera diferente al alumnado, debido a la versatilidad natural de la respuesta individual relacionada con ciertos mecanismos de vulnerabilidad, así como, consecuencia del afrontamiento que permite al estudiante mantener su equilibrio y manifestar una buena adaptación a pesar de

estar bajo la influencia de una cantidad de adversidad significativa (2).

Por lo tanto, parecen existir algunos factores sociodemográficos que pueden influir acentuando o atenuando estas sensaciones de estrés, sugiriendo en algunos estudios la asociación entre los moderadores biológicos sexo, edad, curso académico, compaginar estudios y trabajo o presentar otras obligaciones además del estudio con aspectos educativos como el estrés o en rendimiento académico (3-5).

Uno de los factores moduladores del estrés más significativos, es el sexo del estudiante. Se postula que mujeres y hombres comparten numerosas influencias del ambiente. Sin embargo, son socializados en función de diferentes estándares que afectan a la manera en que se enfrentan a las situaciones estresantes (6). La literatura parece decantarse hacia la afirmación de que, desde temprana edad, el sexo incide de forma significativa en la experiencia de estrés académico y en sus efectos. El sexo mujer se ha asociado a mayores niveles de estrés académico percibido y respuestas de estrés y aparece asociado a un mayor riesgo de sufrir trastornos ansioso-depresivos en estudiantes universitarios en comparación con el sexo hombre (5-7-9). Sin embargo, también existen estudios donde el sexo mujer no parece estar asociado a una mayor percepción de estresores académicos (10).

En este sentido, el investigar acerca de los factores psicopedagógicos que salvaguardan al estudiantado de las consecuencias negativas del proceso de enseñanza-aprendizaje tiene una verdadera importancia debido a que favorece la comprensión de los procesos mediante los cuales estos mecanismos generan problemas de adaptación (11), así como, permiten diseñar planes de prevención de la aparición de estos elementos obstaculizadores del aprendizaje académico.

Por lo tanto, el objetivo de estudio es conocer las características sociodemográficas del alumnado y analizar su influencia en la percepción de síntomas de estrés según el sexo.

MATERIAL Y MÉTODOS

La muestra definitiva del estudio está conformada por 264 estudiantes (41,8% mujeres; 58,2% hombres) matriculados en la titulación de Grado en Fisioterapia de la Universidad de Vigo (España), única titulación de ciencias de la salud de esta universidad. La muestra inicial era de 398 estudiantes matriculados en la titulación, por lo que participó el 66,3%. La edad media de inicio en 1º de las mujeres y hombres es 21, 1 y 20,9 años, y de finalización en 4º curso de 22,9 y 23,9 años respectivamente. Para la selección de la muestra se utilizan como criterios de inclusión todos aquellos estudiantes matriculados en la Facultad de Fisioterapia de la Universidad de Vigo desde el curso académico 2010/2011 al 2014/2015, que quisieron participar de forma voluntaria y que firmaron el consentimiento informado. Se excluyeron aquellos participantes que no contestaron por lo menos a dos cuestionarios en cursos consecutivos.

Se ha utilizado el Cuestionario de estrés académico (CEA) (12), mediante la Subescala de respuestas o síntomas de estrés (R-CEA). Las respuestas a cada uno de los ítems se

realizan sobre una escala de cinco puntos desde 1 "Nunca" hasta 5 "Siempre". La subescala, está compuesta por un total de 22 ítems que pretende medir síntomas relacionados con los componentes cognitivos, comportamentales, afectivos y somáticos vinculados al estrés académico. Englobados en 5 dimensiones: El "Agotamiento físico", se contempla en 5 ítems relativos al cansancio físico. Las "Dificultades con el sueño", compuestas por 5 ítems, ponen de manifiesto los problemas de descanso. La "Irrascibilidad", mediante 4 ítems, hacen referencia a la facilidad para irritarse. Los "Pensamientos negativos" se examinan mediante 4 ítems que ponen de manifiesto las ideas negativas que tiene el alumnado sobre él mismo. La "Agitación física", se valora mediante 4 ítems que miden ciertas respuestas de ansiedad. Además, se le preguntó al alumnado por las variables sociodemográficas (edad, sexo, residencia durante el curso, trabaja en la actualidad y otras obligaciones, como cuidar familiares o hijos).

La investigación se realiza de acuerdo con el Código Ético Internacional en Humanidades y Ciencias Sociales del Centre for Research Ethics & Bioethics. Para la obtención de los datos de investigación se ha recurrido al cuestionario en formato papel como instrumento de medida. Los cuestionarios se han cumplimentado entre marzo y abril de los 5 años académicos consecutivos.

El protocolo de estudio se realizó en dos fases. Una fase previa, donde se indicó que el propósito del estudio es tener una mejor comprensión de la realidad académica del alumnado relacionado con la evolución en la percepción de estresores académicos. Se reiteró la pertinencia de responder con sinceridad a las problemáticas planteadas, para obtener la máxima fiabilidad. Además, se especificó la confidencialidad y el anonimato del participante en la investigación. Una segunda fase, donde se solicitó su colaboración en horario de clase de asignaturas obligatorias o de formación básica. Junto con el cuestionario, se les entregó un consentimiento informado. Los sujetos respondieron los ítems del cuestionario individualmente, empleando el tiempo necesario en cumplimentarlo, siendo en torno a 15-20 minutos. Se comunicó que los datos aportados no serían manejados con alguna otra finalidad distinta a la propia investigación y que las respuestas serían analizadas de forma anónima.

Para el análisis estadístico se ha empleado la aplicación informática SPSS-22 (IBM Corp. Released 2013. IBM SPSS Statistics v 22.0 for Windows; Armonk. NY. USA). Para comparar medias entre los cursos, puesto que se trata de un diseño longitudinal, se emplearon procedimientos estadísticos de medidas repetidas, en concreto para hallar la diferencia de medias mediante el Anova de dos factores, un MR más un intergrupo, es decir el análisis de varianza

Tabla 1. Efecto de los factores SOCIODEMOGRÁFICOS en la variación de los Síntomas de respuesta de estrés, entre 1º y 2º.

Variable Síntoma	Factor Sociodemográfico	MUJERES			HOMBRES		
		F	p-valor	Tamaño del efecto: R ²	F	p-valor	Tamaño del efecto: R ²
Agotamiento físico	Edad	2.09	.025 *	.283	1.29	.237 NS	---
	Residencia en el curso	1.72	.193 NS	---	1.33	.252 NS	---
	Compag. trabajo/estudio	0.00	.960 NS	---	0.28	.600 NS	---
	Otras obligaciones	0.04	.840 NS	---	4.75	.032 *	.060
Dificultades con el sueño	Edad	1.64	.095 NS	---	0.44	.955 NS	---
	Residencia en el curso	0.90	.344 NS	---	0.40	.531 NS	---
	Compag. trabajo/estudio	0.22	.637 NS	---	0.15	.703 NS	---
	Otras obligaciones	0.60	.440 NS	---	2.79	.099 NS	---
Irascibilidad	Edad	1.03	.431 NS	---	0.58	.874 NS	---
	Residencia en el curso	2.83	.096 NS	---	1.12	.292 NS	---
	Compag. trabajo/estudio	4.03	.048 *	.047	0.37	.546 NS	---
	Otras obligaciones	0.15	.702 NS	---	3.01	.087 NS	---
Pensamientos negativos	Edad	1.58	.111 NS	---	0.49	.928 NS	---
	Residencia en el curso	0.86	.356 NS	---	0.01	.918 NS	---
	Compag. trabajo/estudio	0.16	.691 NS	---	0.03	.861 NS	---
	Otras obligaciones	0.38	.538 NS	---	1.18	.281 NS	---
Agitación física	Edad	0.63	.821 NS	---	1.19	.304 NS	---
	Residencia en el curso	0.01	.931 NS	---	2.40	.126 NS	---
	Compag. trabajo/estudio	0.01	.909 NS	---	1.96	.166 NS	---
	Otras obligaciones	1.74	.191 NS	---	1.28	.262 NS	---

N.S. = NO significativo (P>.05) * = Significativo al 5% (P<.05)

de medidas repetidas en un factor intragrupo y uno intergrupo para el contraste de los datos en función del sexo del estudiante.

también se aprecian aumentos en las medias, por ejemplo, de las que tienen 24 o 30 años. Por lo que no se aprecia una tendencia cierta representable. Por otra parte,

RESULTADOS
Efecto de los factores sociodemográficos en los Cambios de 1º a 2º curso.

El análisis de la influencia de las variables sociodemográficas en la evolución de las respuestas al estrés entre 1º y 2º curso (Tabla 1) muestra tres diferencias significativas.

-En las mujeres: La Edad influye en el Agotamiento físico (p<.05 y efecto elevado).

La significación se debe principalmente al descenso en 2º de las medias de las mujeres de 29, 31 y 26 años. Pero

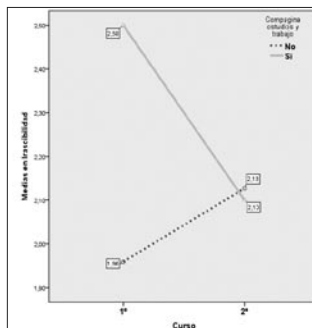


Figura 1a. Efecto de Compaginar Trabajo y Estudios, en evolución Irascibilidad entre 1º y 2 en mujeres.

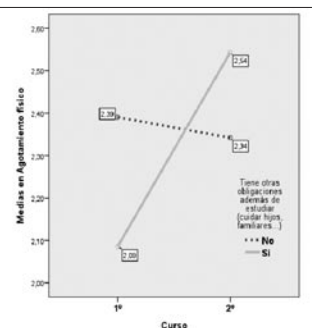


Figura 1b. Efecto de Otras Obligaciones en evolución Irascibilidad entre 1º y 2º en hombres.

Figura 1 Efecto de Compaginar Trabajo y Estudios, en los cambios de la Irascibilidad entre 1º y 2 en mujeres.

Figura 2 Efecto de Otras Obligaciones en los cambios de la Irascibilidad entre 1º y 2º en hombres.

Tabla 2. Efecto de los factores SOCIODEMOGRÁFICOS en la variación de los Síntomas de respuesta de estrés, entre 2º y 3º.

Variable Síntoma	Factor Sociodemográfico	MUJERES			HOMBRES		
		F	p-valor	Tamaño del efecto: R ²	F	p-valor	Tamaño del efecto: R ²
Agotamiento físico	Edad	1.18	.310 NS	---	0.91	.554 NS	---
	Residencia en el curso	0.04	.841 NS	---	0.58	.452 NS	---
	Compag. trabajo/estudio	3.32	.072 NS	---	0.09	.769 NS	---
	Otras obligaciones	6.30	.014 *	.071	1.02	.318 NS	---
Dificultades con el sueño	Edad	1.74	.077 NS	---	0.55	.879 NS	---
	Residencia en el curso	0.44	.507 NS	---	3.62	.062 NS	---
	Compag. trabajo/estudio	3.50	.065 NS	---	3.15	.082 NS	---
	Otras obligaciones	1.46	.230 NS	---	1.18	.282 NS	---
Irrascibilidad	Edad	1.14	.342 NS	---	1.57	.133 NS	---
	Residencia en el curso	1.10	.298 NS	---	0.40	.532 NS	---
	Compag. trabajo/estudio	18.25	.000**	.180	0.19	.662 NS	---
	Otras obligaciones	2.35	.129 NS	---	2.40	.127 NS	---
Pensamientos negativos	Edad	1.70	.084 NS	---	1.02	.452 NS	---
	Residencia en el curso	0.39	.533 NS	---	0.54	.466 NS	---
	Compag. trabajo/estudio	2.47	.120 NS	---	0.76	.388 NS	---
	Otras obligaciones	0.10	.757 NS	---	1.36	.249 NS	---
Agitación física	Edad	1.46	.158 NS	---	1.09	.396 NS	---
	Residencia en el curso	0.33	.568 NS	---	0.22	.641 NS	---
	Compag. trabajo/estudio	2.56	.114 NS	---	1.47	.231 NS	---
	Otras obligaciones	1.38	.243 NS	---	1.38	.244 NS	---

N.S. = NO significativo (P>.05) * = Significativo al 5% (P<.05) ** = Altamente significativo al 1% (p<.01)

Compaginar estudios y trabajo sobre la Irrascibilidad (p<.05 pero con efecto bajo): Mientras que en 1º las mujeres que

sí trabajan tienen una media mucho más alta que las que no, en 2º las diferencias prácticamente se han anulado debido, tanto al descenso de las puntuaciones de unas (de 2.50 a 2.10) como al aumento de las puntuaciones de las otras (de 1.96 a 2.13). (Figura 1).

-En los hombres: Otras obligaciones influye de forma significativa (p<.05 con efecto leve) sobre el Agotamiento físico. Se determina que ello es debido a que los hombres que no tienen obligaciones mantienen sus puntuaciones prácticamente iguales en ambos cursos, en tanto que los que sí las tienen aumentan su valor medio de 1º (2.09) a 2º curso (2.54).

Efecto de los factores

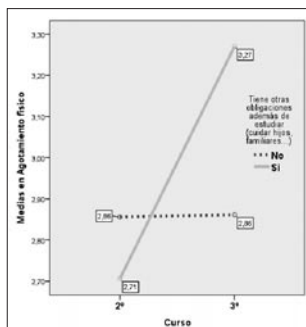


Figura 2a. Efecto de Otras Obligaciones en evolución de Agotamiento Físico entre 2º y 3º en mujeres.

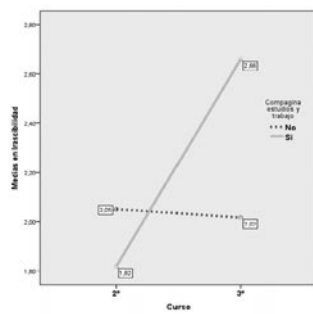


Figura 2b. Efecto de Compaginar Trabajo y Estudios en evolución de Irrascibilidad entre 2º y 3º en mujeres.

Figura 3. Efecto de Otras Obligaciones en los cambios del Agotamiento Físico entre 2º y 3º en mujeres.

Figura 4. Efecto de Compaginar Trabajo y Estudios en los cambios de Irrascibilidad entre 2º y 3º en mujeres.

Tabla 3. Efecto de los factores SOCIODEMOGRÁFICOS en la variación de los Síntomas de respuesta de estrés, entre 2º y 3º.

Variable Síntoma	Factor Sociodemográfico	MUJERES			HOMBRES		
		F	p-valor	Tamaño del efecto: R ²	F	p-valor	Tamaño del efecto: R ²
Agotamiento físico	Edad	0.52	.884 ^{NS}	---	0.30	.975 ^{NS}	---
	Residencia en el curso	0.93	.338 ^{NS}	---	0.10	.753 ^{NS}	---
	Compag. trabajo/estudio	0.05	.827 ^{NS}	---	0.57	.454 ^{NS}	---
	Otras obligaciones	0.15	.698 ^{NS}	---	0.86	.360 ^{NS}	---
Dificultades con el sueño	Edad	0.59	.829 ^{NS}	---	0.73	.695 ^{NS}	---
	Residencia en el curso	0.16	.688 ^{NS}	---	5.12	.029 *	.102
	Compag. trabajo/estudio	0.47	.496 ^{NS}	---	0.48	.493 ^{NS}	---
	Otras obligaciones	0.10	.752 ^{NS}	---	2.12	.153 ^{NS}	---
Irrascibilidad	Edad	1.04	.424 ^{NS}	---	0.40	.937 ^{NS}	---
	Residencia en el curso	0.43	.514 ^{NS}	---	0.42	.519 ^{NS}	---
	Compag. trabajo/estudio	0.03	.864 ^{NS}	---	5.00	.030 *	.100
	Otras obligaciones	1.56	.216 ^{NS}	---	0.82	.369 ^{NS}	---
Pensamientos negativos	Edad	0.77	.672 ^{NS}	---	0.64	.771 ^{NS}	---
	Residencia en el curso	0.67	.417 ^{NS}	---	1.97	.167 ^{NS}	---
	Compag. trabajo/estudio	0.01	.931 ^{NS}	---	2.18	.147 ^{NS}	---
	Otras obligaciones	0.15	.701 ^{NS}	---	0.25	.620 ^{NS}	---
Agitación física	Edad	0.25	.992 ^{NS}	---	0.64	.774 ^{NS}	---
	Residencia en el curso	1.12	.294 ^{NS}	---	1.02	.318 ^{NS}	---
	Compag. trabajo/estudio	0.84	.363 ^{NS}	---	3.45	.070 ^{NS}	---
	Otras obligaciones	0.53	.468 ^{NS}	---	0.66	.419 ^{NS}	---

N.S. = NO significativo (P>.05) * = Significativo al 5% (P<.05)

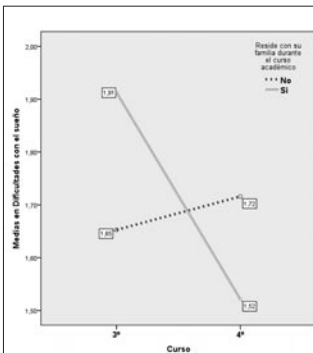


Figura 3a. Efecto de Reside con la familia en evolución Dificultades con el sueño entre 3º y 4º en hombres.

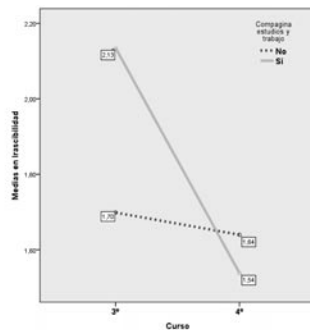


Figura 3b. Efecto de Compaginar trabajo y estudios en evolución Irrascibilidad entre 3º y 4º en hombres.

Figura 5. Efecto de Reside con la familia en los cambios de Dificultades con el sueño entre 3º y 4º en hombres.

Figura 6. Efecto de Compaginar trabajo y estudios en los cambios de la Irrascibilidad entre 3º y 4º en hombres.

sociodemográficos en los Cambios de 2º a 3º curso.

El análisis de la influencia de las variables sociodemográficas en la evolución de las respuestas al estrés entre 2º y 3º curso (Tabla 2) tan solo muestra dos diferencias significativas en el grupo de las mujeres.

-Otras obligaciones con respecto al Agotamiento físico (p<.05 y tamaño del efecto leve) en el cual, aunque en el global no hubo cambios significativos, en el particular de las mujeres se observa que mientras que en las que no las tienen se mantienen los valores invariantes (Figura 3) en las que sí tienen otras obligaciones el valor medio se incrementa desde 2º (2.71) a 3º (3.27).

-Irrascibilidad, siendo el factor

Compaginar trabajo con estudios el que modula los cambios ($p < .01$ y efecto moderado/alto). Los datos nos muestran (Figura 4) algo similar al anterior, puesto que en las mujeres que no trabajan se mantiene las puntuaciones muy similares, mientras que en las que sí lo hacen a la vez que estudian, se produce un aumento de la media (de 1.82 a 2.66).

Efecto de los factores sociodemográficos en los Cambios de 3º a 4º curso.

El análisis de la influencia de las variables sociodemográficas en la evolución de las respuestas al estrés entre 3º y 4º curso (Tabla 3) tan solo muestra dos diferencias significativas en el grupo de los hombres.

-Reside con la familia durante el curso sobre el síntoma Dificultades con el sueño ($p < .05$ y tamaño del efecto moderado). Los datos indican que esta significación se debe a que mientras que los que no residen con la familia mantienen sus puntuaciones en ambos cursos, aunque con un muy ligero aumento (Figura 5) los que sí residen con la familia presentan en 4º una media menor que la que tenían en 3º (de 1.91 a 1.52).

-Compaginar trabajo y estudios sobre la Irascibilidad ejerce un peso significativo ($p < .05$ con tamaño del efecto moderado) que según nuestros datos (Figura 6) se produce

porque mientras en los que no compaginan ambas cosas las medias son casi iguales, en los que sí trabajan además de estudiar se observa un descenso de 3º a 4º curso (de 2.13 a 1.54).

DISCUSIÓN

El estudio de las variables sociodemográficas y la evolución de los síntomas típicos de estrés muestra relaciones significativas entre ellos que serían indicativo de la existencia de cierta influencia de dichas características sociodemográficas en la evolución de los síntomas de estrés.

Las variables sociodemográficas que presentan mayor influencia sobre los síntomas de estrés son el hecho de Compaginar Estudios y Trabajo y tener Otras Obligaciones además del estudio. La Edad y la Residencia durante el curso también están relacionadas, aunque en menor medida.

En concreto, Compaginar estudios y trabajo es un factor facilitador de los síntomas de estrés en las mujeres: Los datos indican que las estudiantes que trabajan además de estudiar aumentan su Irascibilidad durante la titulación. Por el contrario, las estudiantes que no compaginan estudios y trabajo, disminuyen su Irascibilidad.

Paradójicamente, el hecho de Compaginar estudios y trabajo es un factor modulador de los síntomas de estrés



en los hombres. Los resultados indican que los estudiantes que compaginan estudios y trabajo, disminuyen la Irascibilidad durante el cuarto curso, mientras que los que no lo hacen, mantienen estable la Irascibilidad durante toda la titulación.

Teniendo en cuenta que el Compaginar estudios y trabajo también se mostró moderador ante ciertos estresores académicos durante el último curso, hace que adquiera cierta importancia como agente preventivo del estrés durante la finalización de la titulación. La importancia de que este hecho ocurra en ese período determinado, podría estar relacionado con el tipo de materias de la titulación establecidas durante esa etapa, como son las Estancias Clínicas, cuyo aprendizaje práctico, según indica Zabalza (2011) está necesariamente vinculado a la experiencia directa en el contexto laboral, al contacto con la realidad. Dicho esto, el hecho de desarrollar un trabajo durante la titulación podría aportar habilidades al estudiante que moderen la preocupación hacia ciertos estresores académicos y desarrollen respuestas al estrés en menor medida. Algo que parece interesante en torno a esta cuestión podría ser el nivel de vinculación entre su trabajo y la titulación, así en función de si el trabajo está más o menos relacionado con sus estudios o también el nivel de dedicación, a jornada completa o parcial, serían aspectos laborales a considerar, que podrían aportar un mayor conocimiento de estas cuestiones que se plantean.

El otro factor más influyente en esta investigación es el presentar Otras Obligaciones además del estudio. Dicho factor se muestra modulador de los síntomas de estrés en los hombres. Los resultados indican que los estudiantes que presentan Otras Obligaciones además del estudio durante los últimos cursos, disminuyen su percepción de Agotamiento Físico en comparación con sus compañeros que no las presentan. Esta realidad resulta sorprendente debido a que comúnmente se podría pensar que aquellos estudiantes que presentan Otras Obligaciones además del estudio, podrían aumentar su Agotamiento Físico en mayor medida que sus compañeros que no las presentan, debido a que el tiempo dedicado a sus obligaciones podría restar tiempo de descanso. El estudio de Romero-Martín (2009) confirma que el estudiante aumenta los niveles de estrés cuando percibe cierta carga de trabajo académico y que no tiene el tiempo suficiente para realizarlo. Sin embargo, curiosamente, estos disminuyen su Agotamiento Físico en mayor medida que sus compañeros que no tienen otras obligaciones.

Por el contrario, coincidiendo con los hallazgos de Romero-Martín (2009), la condición de presentar Otras Obligaciones además de estudiar, se muestra factor facilitador de los síntomas de estrés en las mujeres. Los datos indican que

las estudiantes con Otras Obligaciones además del estudio aumentan su Agotamiento Físico durante la titulación, mientras que aquellas que no las presentan mantienen sus niveles estables.

Por lo tanto, se obtienen hallazgos sorprendentes ante la segregación de los resultados por razones de sexo. Así, mientras el hecho de Compaginar estudios y trabajo se muestra factor facilitador de la Irascibilidad en las mujeres, en los hombres se muestra factor modulador de esta, mientras que el presentar Otras Obligaciones además del estudio, se muestra facilitador del Agotamiento Físico en las mujeres, es modulador de este para los hombres.

Resulta asombroso averiguar que una misma condición sociodemográfica pueda ejercer el efecto opuesto en los síntomas de estrés en función del sexo del estudiante, de modo que aquel factor facilitador de síntomas de estrés para las mujeres, resulte elemento protector frente al estrés para los hombres.

Por otra parte, la Edad muestra cierta influencia ante las respuestas de estrés, sin embargo, no se puede admitir una tendencia clara, al contrario de lo que ocurre con respecto a los estresores académicos, donde la Edad Más Joven del estudiante resulta factor protector ante ciertos estresores académicos en los estudios de González-González (2017) y Soto-González (2011). El otro factor relacionado con los síntomas de estrés es el Residir con la familia durante la titulación, que se considera factor moderador de la aparición de Dificultades Durante el Sueño de los alumnos, mientras que los que no lo hacen, no muestran atribución alguna.

Los resultados de esta investigación muestran los efectos concisos que provocan las variables sociodemográficas, Compaginación de estudios y trabajo y presencia de Otras Obligaciones, Edad en la evolución de las respuestas al estrés, presentando relaciones específicas en las mujeres y en los hombres, incluso en algunos casos inversas entre ambos sexos. Investigaciones anteriores no habían podido confirmar el efecto de las variables sociodemográficas sobre los síntomas de estrés, a excepción de la variable sexo, cuyos resultados indican que la condición mujer es indicativa de mayores niveles de estrés en estudiantes de Ciencias de la Salud y en estudiantes de Fisioterapia.

Se recomienda tener presente que la diferencia de roles que impone la sociedad para cada uno de los sexos, junto con los obstáculos que históricamente han impedido a las mujeres disfrutar de las mismas oportunidades que los hombres, las pone en una situación de partida más desfavorable. Por tanto, la comunidad universitaria debe estar concienciada, tal y como indica Vázquez-Bermúdez (2018) en cuanto a que la discriminación por razón de género existe en la mayoría de colectividades, aunque no sea visible debido a que la discriminación se esconde bajo

formas sutiles en procesos que en apariencia parecen neutros pero que acaban produciendo un resultado negativo y perjudicial sobre un colectivo, en este caso, en el de las mujeres.

CONCLUSIONES

Se puede concluir que las variables sociodemográficas influyen en la evolución de los síntomas de estrés de los estudiantes, por lo que se pueden considerar factores moduladores ante el estrés. Los factores con mayor influencia, además del sexo del estudiante que queda claro su gran efecto modulador, son el compaginar estudios y trabajo y el presentar Otras Obligaciones además del estudio que se muestran factores facilitadores del estrés para las mujeres y protectores del estrés para los hombres. Por lo tanto, se aprecian marcadas diferencias por razones de sexo en cuanto al efecto de las variables sociodemográficas en los síntomas generados ante el estrés en el alumnado de fisioterapia.

Para finalizar, este trabajo no está exento de limitaciones entre las que cabe destacar que la muestra es de una titulación específica, por lo que los resultados no son generalizables a toda la población universitaria, pero apuntan tendencias significativas que sería conveniente examinar en otras titulaciones, para comparar resultados. Además, se trata de un estudio descriptivo fundamentado en los datos extraídos de un cuestionario que están sujetos a los problemas típicos de las escalas de autoinforme supeditados a la percepción subjetiva y, por tanto, a sus sesgos. Además, la discusión de los resultados se torna complicada debido a la falta de literatura científica publicada basada en estudios longitudinales acerca del tema en cuestión.

BIBLIOGRAFÍA

1. Cabanach RG, Fariña F, Freire C, González P, del Mar-Ferradás M. Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. *European Journal of Education and Psychology* 2015;6(1).
2. Oliva-Delgado A, Jiménez-Morago JM, Parra-Jiménez A, Sánchez-Queija MI. Acontecimientos vitales estresantes, resiliencia y ajuste adolescente. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 13 (1), 53-62 2008.
3. Collazo CAR, Rodríguez FO, Rodríguez YH. El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Rev.Psiquiatr Clín* 2008;25:23-29.
4. González MS. Influencia de las variables sociodemográficas-educativas sobre el estrés engagement y rendimiento académico en estudiantes de grado de fisioterapia 2012.

5. Soto-González M, Cuña-Carrera D, Lantarón-Caeiro EM, Labajos-Manzanares MT. Influencia de las variables sociodemográficas y socioeducativas en el rendimiento académico de alumnos del Grado en Fisioterapia. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica* 2015;18(6):397-404.
6. Johnson EL. Protective factors and levels of resilience among college students. Unpublished thesis, Department of Educational Studies in Psychology, Research Methodology, and Counselling, The University of Alabama, Tuscaloosa, Alabama 2011.
7. Casuso-Holgado MJ. Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud. 2011.
8. Doníz LG. Estudio de metas académicas y estrés en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud 2008.
9. Romero MRM. Implicaciones de la respuesta de estrés sobre el proceso de estudio en estudiantes de Ciencias de la Salud. 2009.
10. Huan VS, Yeo LS, Ang RP, Chong WH. The influence of dispositional optimism and gender on adolescents' perception of academic stress. *Adolescence* 2006;41(163).
11. Enríquez-Anchondo HA. La inteligencia emocional plena: hacia un programa de regulación emocional basado en la conciencia plena. 2011.
12. Cabanach RG, Valle A, Rodríguez S, Piñeiro I, Freire C. Escala de afrontamiento del estrés académico (A-CEA). *Revista iberoamericana de psicología y salud* 2010;1(1):51-64.
13. Zabalza-Beraza MÁ. Condiciones para el desarrollo del practicum. 2011.
14. González YG. Estudio prospectivo de las variables psicopedagógicas y su influencia en los indicadores de calidad académica en los estudiantes de fisioterapia 2017.
15. Vázquez-Bermúdez I, Martínez-Torres, MR, Guil-Bozal A, Cala-Carrillo MJ, Flecha-García C, García-Gil C. Investigación y género. Reflexiones desde la investigación para avanzar en igualdad: VII Congreso Universitario Internacional Investigación y Género. 2018.