

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA UNAD
ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGÍA PARA EL DESARROLLO DEL APRENDIZAJE
AUTÓNOMO
ESCUELA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN ECEDU

Estrés como factor de riesgo en la retención estudiantil de la educación superior a distancia

Blanca Azucena Bravo Home

(Código 1.006.631.601)

Asesor: Wilington Humberto Márquez

Solano Caquetá, 2017

Tabla de contenido

RAE.....	5
INTRODUCCIÓN	10
JUSTIFICACIÓN	11
DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	14
Objetivo general	16
Objetivos específicos	16
MARCO CONCEPTUAL Y TEÓRICO.....	17
Estrés	17
Estrés escolar.....	18
Etapas del estrés	19
Educación superior a distancia.....	20
Educación.....	20
Pedagogía	21
Entorno escolar en la educación superior a distancia y estrés.....	22
Consecuencias del estrés en la educación	23
Deserción escolar en la educación superior a distancia Colombiana.....	25
ASPECTOS METODOLÓGICOS	27
Enfoque	27
Método	28
Instrumentos de recolección de información.....	29

RESULTADOS.....	31
Estrés académico y deserción estudiantil.....	31
Estrés y deserción estudiantil en estudiantes nuevos dentro del sistema de educación superior a distancia.....	32
Estrés académico y factores de riesgo dentro de la retención estudiantil en la educación superior a distancia.....	34
Deserción estudiantil en la educación superior a distancia de Colombia.....	35
Modelos y estrategias de retención estudiantil.....	36
DISCUSIÓN DE RESULTADOS	44
CONCLUSIONES	48
REFERENCIAS.....	50

Índice de tablas y figuras

<i>Figura 1.</i> Estudiantes desertores en la educación superior a distancia desde el año 2006 al año 2016.....	35
<i>Tabla 1.</i> Modelos y estrategias de retención estudiantil (Suarez y Díaz, 2015).....	40
<i>Tabla 2.</i> Porcentajes de deserción en la educación superior a distancia según nivel de formación y año.....	44

RAE

Resumen Analítico Especializado RAE	
Tipo de artículo	Monografía
Título del artículo	Estrés como factor de riesgo en la retención estudiantil de la educación superior a distancia
Línea de investigación	Factores asociados a la calidad de la Educación a Distancia
Autores	Blanca Azucena Bravo Home
Fecha de publicación	Mayo del 2017
Palabras clave	Estrés, Pedagogía, Educación a distancia, Permanencia estudiantil, Deserción escolar, Autogestión
Resumen	La educación superior a distancia implica la adopción de nuevas técnicas y formas de aprendizaje que permitan el cumplimiento de la responsabilidad académica y la obtención de un aprendizaje significativo. Esta monografía a través de la revisión documental busca acercarse a la comprensión sobre la incidencia del estrés como factor de riesgo en la retención estudiantil dentro de la educación superior a distancia, bajo la información consignada en investigaciones científicas desarrolladas en Colombia
Introducción	La educación superior bajo la metodología a distancia posee elementos que la diferencian del paradigma tradicional de educación. Dentro de este contexto existen potencialidades de la educación a distancia, pero también otros elementos débiles que actúan como posibles generadores de estrés académico y desde allí la existencia de riesgo a desertar del proceso académico. Por consiguiente, la presente monografía busca determinar la incidencia del estrés como factor de riesgo en la retención estudiantil de la educación superior a distancia a través de la revisión documental de información científica Colombiana.
Metodología	La metodología utilizada para el desarrollo de esta monografía está sustentada desde el enfoque cualitativo tipo exploratorio e investigación bibliográfica y documental (IBD) la cual se define como un proceso sistemático de investigación científica, que constituye una estrategia operacional donde se selecciona, interpreta, y se presenta información sobre un tema determinado de cualquier ciencia usando para ello diferentes tipos de documentos y una metódica de análisis, teniendo como finalidad obtener resultados que den cumplimiento a los

	objetivos propuestos y la construcción de conocimientos. (Barrera y Becerra, 2015).
Discusión de resultados	Es relevante entonces reconocer el estrés dentro de la educación superior a distancia como factor de riesgo o protector en la retención escolar, por un lado cuando se convierte en factor de riesgo en cuando trae consigo manifestaciones que afectan la realidad del sujeto y cada uno de los contextos donde se desenvuelve, dentro de éstos se tienen alteraciones del sueño, trastornos alimenticios, e incluso alteraciones en la conducta que obstaculizan una buena interacción entre el sujeto y el ambiente, y que propician que se llegue a un nivel máximo donde las soluciones a la situación escolar se ven reducidas y traen consigo la deserción del sistema de educación a distancia. No obstante, se concibe el estrés como factor protector cuando este dinamiza el proceso del estudiante a través de la creación de mecanismos de alerta que lo dotan de elementos para cumplir satisfactoriamente con sus responsabilidades tales como el tener presente la ejecución de una actividad que implica auto gestionar su tiempo y organizarlo de acuerdo a sus demás responsabilidades, lo cual se concibe como positivo. Esto se analiza a partir de las categorías de estrés académico y deserción estudiantil, estrés y deserción estudiantil en estudiantes nuevos dentro del sistema de educación superior a distancia, estrés académico y factores de riesgo dentro de la retención estudiantil en la educación superior a distancia, deserción estudiantil en la educación superior a distancia de Colombia y, modelos y estrategias de retención estudiantil.
Lista de referencias	<p>Berrio, N; Mazo, R. (2011). Estrés académico. <i>Revista de Psicología Universidad de Antioquia</i>, 3 (2). Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006</p> <p>Calle, M; Remolina, N; Velásquez, B. (2011). Incidencia de la inteligencia emocional en el proceso de aprendizaje. <i>Publicación científica en ciencias biomédicas</i>, 9 (15). Recuperado de: http://www.unicolmayor.edu.co/invest_nova/NOVA/NOVA15_REVIS2_INTELIG.pdf</p> <p>Castaño, E; Gallón, S; Gómez, K; Vásquez, J. (2006). Análisis de los factores asociados a la deserción y graduación estudiantil universitaria. <i>Rev. Lecturas de economía</i>. Recuperado de: http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/lecturasdeconomia/article/view/2639/18213</p> <p>Castaño, E; Gallón, S; Gómez, K; Vásquez, J. (2008). Análisis de los</p>

factores asociados a la deserción estudiantil en la Educación Superior: un estudio de caso. *Revista de Educación* 45 (3), pp. 255 – 280. Recuperado de:

http://www.revistaeducacion.mec.es/re345/re345_11.pdf

Casuso, M. (2011). Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud. Universidad de Málaga. Recuperado de:

<https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4926/TD%20Maria%20Jesus%20Casuso%20Holgado.pdf?sequence=1>

Facundo, A. (2009). Análisis sobre la deserción en la educación superior a distancia y virtual: el caso de la UNAD – Colombia. *Revista de investigaciones UNAD*, 8 (2). Recuperado de:

https://academia.unad.edu.co/images/investigacion/hemeroteca/revistainvestigaciones/vol.%208_num.2_2009/An%C3%A1lisis%20sobre%20la%20deserci%C3%B3n%20en%20la%20educaci%C3%B3n%20superior%20a%20distancia%20y%20virtual%20el%20caso%20de%20la%20unad%20-%20colombia.pdf

Fernández, E; Mireles, M; Aguilar, R. (2010). La enseñanza a distancia y el rol del tutor virtual: una visión desde la Sociedad del Conocimiento. Recuperado de:

<http://www.ugr.es/~sevimeco/revistaeticanet/numero9/Articulos/Formato/articulo2.pdf>

García, R; Pérez, F; Pérez, J; Natividad, L. (2011). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44 (2). Recuperado de:

<http://www.scielo.org.co/pdf/rtps/v44n2/v44n2a12.pdf>

Giraldo, M. (2015). La evaluación generadora de estrés en estudiantes de educación superior. Universidad de Manizales. Recuperado de:

<http://repositorio.ucm.edu.co:8080/jspui/bitstream/handle/10839/1069/Martha%20Lucero%20Giraldo%20Cardenas.pdf?sequence=1>

González, A. (2016). Diseño de un programa de prevención secundaria de estrés académico. Universidad Católica de Colombia. Recuperado de:

<http://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/13664/5/resumen-analitico-en-educacion.pdf>

Hernández, A; Rama, C; Jiminiam, Y. (2009). Deserción en las instituciones de educación superior a distancia en América

Latina y el Caribe. *Ediciones UAPA*. Recuperado de:
[http://virtualeduca.org/documentos/observatorio/oevalc_2009_\(desercion\).pdf](http://virtualeduca.org/documentos/observatorio/oevalc_2009_(desercion).pdf)

Lopera, C. (2008). Determinantes de la deserción universitaria en la Facultad de Economía Universidad del Rosario. *Revista borradores de investigación*, 95 (1). Recuperado de:
<http://www.alfaguia.org/alfaguia/files/1318975055Determinantes%20de%20la%20desercion%20universitaria%20en%20la%20facultad%20de%20economia%20universidad%20del%20rosario.pdf>

Martínez, E; Díaz, D. Una aproximación psicosocial al estrés escolar. ISSN 0123-1294. *educ.educ.*, 2007, Volumen 10, Número 2, pp. 11-22. Recuperado de:
<http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v10n2/v10n2a02.pdf>

Maturana, A; Vargas, A. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26 (1), pp. 34 – 41. Recuperado de:
<https://www.clinicalkey.es#!/content/playContent/1-s2.0-S0716864015000073?returnurl=http:%2F%2Flinkinghub.elsevier.com%2Fretrieve%2Fpii%2FS0716864015000073%3Fshowall%3Dtrue&referrer=https:%2F%2Fwww.google.com.co%2F>

Meléndez, R, Meriño, D. Estudio sobre deserción y permanencia académica en la facultad de ingeniería de la universidad de la guajira desde el II PA 2005 hasta el II PA 2007. Universidad de La Guajira. Recuperado de:
http://www.colombiaaprende.edu.co/html/micrositios/1752/articles-323174_recurso_1.pdf

Moreno, O; Cárdenas, M. (2012). Educación a distancia: nueva modalidad, nuevos alumnos. *Perfiles educativos*, 34 (136). Recuperado de:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982012000200008

Olivetti, S. (2010). Estrés académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario. *Universidad Abierta Interamericana*. Recuperado de:
<http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC104100.pdf>

Osorio, A; Bolancé, C; Castillo, M. (2012). Deserción y graduación estudiantil universitaria: una aplicación de los modelos de supervivencia. *Revista Universia*, 3 (6). Recuperado de:
<https://ries.universia.net/article/viewFile/72/130>

Otero, K. (2012). Determinantes de la deserción estudiantil

	<p>universitaria por niveles de formación en instituciones de educación superior de la ciudad de Medellín. Universidad EAFIT. Recuperado de: https://repository.eafit.edu.co/bitstream/handle/10784/610/Karina_AleansOtero_2012.pdf?sequence=1</p> <p>Salgado, A. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. <i>Liber</i>, 13 (13). Recuperado de: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272007000100009</p> <p>Sánchez, Y. (2011). Factores psicosociales de estudiantes en situación de riesgo académico de la facultad de ciencias humanas. Universidad Nacional de Colombia. Recuperado de: http://www.bdigital.unal.edu.co/6289/1/yeimipaolasanchezlopez.2011.pdf</p> <p>Suarez, N; Díaz, L. (2014). Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. <i>Revista Salud Pública</i>, 17 (2). Bogotá: Colombia. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v17n2/v17n2a13.pdf</p> <p>Vélez, A; López, D. (2007). Estrategias para vencer la deserción universitaria. <i>Rev. Educación y educadores</i>, 7 (1), pp. 177 – 203. Recuperado de: http://www.alfaguia.org/alfaguia/files/1319735698estrategias%20para%20vencer%20la%20desercion%20universitaria%202004.pdf</p> <p>Vélez, C. (2009). Deserción estudiantil en la educación superior colombiana, metodología de seguimiento, diagnóstico y elementos para su prevención. Ministerio de Educación Nacional. Recuperado de: http://www.mineduacion.gov.co/sistemasdeinformacion/1735/articles-254702_libro_desercion.pdf</p> <p>Viloria, J; Peralta, A. (2013). Análisis de los factores determinantes de la deserción estudiantil en la Universidad Popular del Cesar. <i>Universidad Popular del Cesar</i>. Recuperado de: http://www.colombiaaprende.edu.co/html/micrositios/1752/articles-345066_recurso_6.pdf</p>
Referencia del artículo	Bravo H., Blanca. (2017). Estrés como factor de riesgo en la retención estudiantil de la educación superior a distancia. Caquetá, Colombia.

INTRODUCCIÓN

La educación superior bajo la metodología a distancia posee elementos que la diferencian del paradigma tradicional de educación. Dentro de este contexto existen potencialidades que la educación a distancia ofrece como el acceso equitativo a la educación superior, la posibilidad de combinar diversas ocupaciones con actividades escolares, acceder a formarse profesionalmente más allá de barreras geográficas y con mediación del uso intensivo de tecnologías de la información y la comunicación.

Dentro de este panorama, también incluye otros factores como problemas de adaptación a este nuevo modelo de aprendizaje, dificultades para organizar y planificar el desarrollo de actividades, adopción de técnicas de estudio que se basan en la autonomía del aprendizaje y la autogestión. Estos elementos en su conjunto dan paso a que se generen situaciones de estrés académico mediadas por alteraciones alimenticias, emocionales, y del sueño, lo que sitúa al estudiante que presenta estas manifestaciones en un nivel alto de riesgo frente a la deserción escolar.

Por consiguiente, la presente monografía busca determinar la incidencia del estrés como factor de riesgo en la retención estudiantil de la educación superior a distancia a través de la revisión documental de información científica Colombiana.

JUSTIFICACIÓN

Una razón fundamental para llevar a cabo esta monografía es la que tiene que ver con lo que puede aportar para realizar un acercamiento hacia la comprensión del estrés y su incidencia dentro de la educación superior a distancia. En la medida en que se conozcan los factores estresores y sus efectos sobre las dinámicas que median el entorno educativo, donde el estudiante realiza su proceso formativo y académico, dando lugar a estudiar y analizar el nivel de estrés y la estadía de un alumno dentro del contexto de educación superior a distancia.

En consecuencia, es claro que la propuesta es relevante tanto para la Universidad Nacional, Abierta y a Distancia, para el Especialista en pedagogía para el desarrollo autónomo en proceso, como para la comunidad en general. Para la Universidad Nacional, Abierta y a Distancia porque le permite llegar a través de sus estudiantes a las problemáticas que se dan en el contexto contribuyendo a lograr sus objetivos misionales enmarcados en el desarrollo regional y proyección social, para el Especialista en pedagogía para el desarrollo autónomo en proceso porque se constituye en la oportunidad de enfrentarse a contextos reales y dar respuesta a problemáticas disciplinares con base en la fundamentación conceptual adquirida en el desarrollo de su formación. Para la comunidad académica y en general, porque les permitirá conocer información acerca de la influencia en el estrés dentro de la educación superior a distancia propiciando la formulación de estrategias y programas que contribuyan a hacer frente a la problemática del estrés como incidente dentro de la educación superior y a distancia, considerando que este fenómeno

trae consigo unos elementos emocionales y cognitivos que tienden a configurar las respuestas que el sujeto proporciona ante su realidad, como lo es dentro del sistema educativo superior, donde se manejan cantidades altas de información y responsabilidades que llevan necesariamente a la adopción de técnicas de estudio que redunden en la autogestión del propio aprendizaje, pero que tal autogestión en muchas ocasiones se constituye en la causante de niveles de estrés altos.

Otra razón que suma importancia para desarrollar esta propuesta sobre el estrés y su incidencia dentro de la permanencia estudiantil en la educación universitaria a distancia es la que tiene que ver con la pertinencia de lo propuesto en función de las expectativas de la educación colombiana que ha insertado este modelo educativo en diversas Instituciones de Educación Superior, en aras de permitir el acceso de la población a la educación de pregrado y postgrado de forma equitativa a toda la población. También, porque han sido diversos los estudios colombianos que han abordado la problemática, y con el desarrollo de esta monografía se sintetizan los principales hallazgos que se han obtenido, lo que proporciona desde allí el establecer y analizar la incidencia de los niveles de estrés con la permanencia estudiantil dentro de una Institución Educativa de educación superior a distancia.

En este sentido, existe convencimiento de que buena parte de la respuesta sobre la incidencia del estrés en la educación superior a distancia, se encuentra consignada en la información e investigaciones científicas desarrolladas en Colombia. En esa medida, con tal

nivel de convencimiento es que se presenta esta propuesta de monografía, confiada en el que la Universidad Nacional, Abierta y a Distancia sabrá reconocer el potencial que para su beneficio guarda la investigación en el campo educativo.

DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Una de las cosas más preocupantes dentro de la educación superior a distancia tiene que ver con la deserción estudiantil. Con frecuencia se observa como las estrategias de retención escolar, como talleres intermitentes, entrega de materiales impresos, conversatorios, y otros relacionados se quedan cortas a la hora de hacer frente a este fenómeno escolar. Es común por ejemplo encontrar alumnos que deciden retirarse de una Institución de Educación Superior bajo la metodología de estudio a distancia con tan solo uno o dos meses de haber ingresado a cursar un programa de pregrado o postgrado.

Evidencia de lo expuesto son las cifras consignadas en el documento de investigación titulado Deserción en las instituciones de educación superior a distancia en América Latina y el Caribe en el año 2009, realizado y escrito por Ángel Hernández, Director de la Universidad Abierta Para Adultos. Allí se muestra que en la educación superior a distancia la tasa de deserción al finalizar el período en estudio, alcanza niveles del 54%. Se destaca que el primer año es donde existe mayor deserción, específicamente en el primer y segundo cuatrimestres, ya que al término de los mismos ya había desertado el 33%.

En este mismo documento se expresa que “Los alumnos(as) que desertaron indicaron en un 96.9%, que durante sus estudios se les presentó algún suceso que les afectó significativamente su estado emocional”.

La información expuesta deja ver que existe conocimiento producido a través de investigaciones científicas que estudian y analizan la incidencia del estrés sobre el estudiante de educación superior a distancia y su permanencia dentro de las instituciones. Es importante conocer por ejemplo el nivel de coherencia entre los programas de retención estudiantil y los niveles de estrés (entendidos estos niveles como alto, medio, bajo), los mecanismos de detención de estrés para la formulación de programas de acompañamiento y promoción de factores protectores. También, la revisión documental sobre la temática convocada permite conocer el comportamiento de los estudiantes con altos niveles de estrés dentro del ámbito educativo a nivel psicológico y emocional, y los elementos dentro del modelo pedagógico a distancia que propician la aparición de factores estresores.

De ahí que, se dirigen los esfuerzos investigativos del presente estudio a identificar los posibles nexos entre el nivel de estrés de los estudiantes dentro de la metodología de educación superior y su permanencia al interior de una institución universitaria. En consecuencia, se convierten en objeto de análisis, las investigaciones y documentos de corte científico que abordan el fenómeno y su relación con la educación universitaria a distancia dentro del territorio Colombiano, y se plantea la siguiente pregunta de investigación *¿De qué manera incide el estrés como factor de riesgo en la retención estudiantil de la educación superior a distancia?*

OBJETIVOS

Objetivo general

Determinar la incidencia del estrés como factor de riesgo en la retención estudiantil de la educación superior a distancia a través de la revisión documental de información científica Colombiana.

Objetivos específicos

Conocer el porcentaje de estudiantes universitarios que desertan de la educación superior a distancia en el contexto colombiano.

Reconocer los factores estresores presentes en la población estudiantil de la educación a distancia como influyente en la permanencia dentro de las Instituciones de Educación Superior.

Explorar los elementos pedagógicos que propician la aparición de altos niveles de estrés como mecanismo para identificar las estrategias que deben implementarse en la disminución de los índices de deserción escolar en la educación superior a distancia.

MARCO CONCEPTUAL Y TEÓRICO

Estrés

De acuerdo con Maturana (2015) el estrés viene del inglés stress y se refiere a una reacción fisiológica, endocrinológica y psicológica del organismo frente a una situación que es percibida como demandante o amenazante, lo que genera una respuesta natural y necesaria para la supervivencia. No es en sí mismo una patología que impida el funcionamiento normal, sin embargo, cuando el estrés se hace crónico en el tiempo afecta negativamente el desarrollo y salud de los individuos. El esfuerzo para alcanzar equilibrio dinámico se denomina homeostasis. Este equilibrio se ve amenazado en el día a día por eventos físicos y psicológicos conocidos como estresores. Como resultado, el comportamiento del individuo se dirige a evaluar el potencial desestabilizador del factor de estrés. El mediador neuronal entre la información entrante y el proceso de evaluación se ubica en el sistema límbico, más específicamente en el hipocampo, la amígdala y la corteza prefrontal. Los estresores activan fisiológica y conductualmente la respuesta que restablecerá la homeostasis. Esta respuesta al estrés se refleja en la rápida activación del sistema nervioso simpático, que conduce a la liberación de noradrenalina y adrenalina de las glándulas suprarrenales.

De igual forma, Roque (2014) retoma la definición de Hans Selye reconocido mundialmente por haber sido el principal científico que definió el concepto de estrés, para definirlo como “la respuesta inespecífica del organismo ante cualquier exigencia, sea provocada por condiciones agradable o desagradables: el chirrido de una frenada al cruzar distraídos en la calle, acelera nuestro pulso tanto como un encuentro imprevisto con alguien

muy querido. Así, las continuas necesidades de ajustes interno y externo (acción) para la supervivencia, movilizan nuestros recursos físicos y mentales, mediante esa respuesta general que es el estrés. Es inespecífica porque ocurre en forma similar ante estímulos muy diversos: infecciones, temperaturas extremas, ruidos, deportes, cambios sociales. Si obedeciese a determinada causa solamente sería específica”. (Selye, 1978 citado por Roque, 2014).

Estrés escolar

El término estrés escolar no ha sido definido por la literatura clínica, sin embargo, las personas inmersas en un entorno escolar se ven enfrentados a situaciones de alta demanda y requieren del despliegue de todas sus capacidades de afrontamiento para adaptarse a los estresores tanto internos como externos, de acuerdo con la etapa evolutiva alcanzada. Los síntomas asociados a estrés acompañan a cuadros adaptativos, ansiosos, conductuales y emocionales que afectan el equilibrio del estado psíquico, afectivo, cognitivo y social de los estudiantes. En ese sentido, el estrés escolar puede ser entendido como la respuesta del organismo a los estresores que se dan dentro del espacio educativo y que afectan directamente el rendimiento de los alumnos. Si un estudiante evalúa que los requerimientos o exigencias que se le plantean en una situación escolar determinada exceden sus competencias, se siente estresado. Algunos factores que se deben considerar como precursores de estrés escolar son el exceso de responsabilidades, la alta carga de trabajo o tareas dentro y fuera del establecimiento educacional, las evaluaciones de los profesores, la competitividad, el temor al fracaso o no alcanzar las metas autoimpuestas o estipuladas desde fuera, la presión de los padres, aceptación del grupo de pares, la rivalidad

entre compañeros, cambios en los hábitos alimentarios y horarios de sueño y el cansancio cognitivo. (Maturana; 2015).

Etapas del estrés

Según Maturana (2015), existen tres etapas claramente diferenciadas del estado de estrés y se pueden definir como:

Reacción de Alarma: Corresponde a la sensación de estar ‘agobiado por mil cosas’. Aquí aparecen las modificaciones bioquímicas que tratan de compensar el estado de excesiva actividad y proteger al escolar.

Fase de Resistencia: Se produce cuando el escolar ya se ha adaptado a la sobrecarga prolongada en el tiempo y se mantienen las modificaciones que compensan la homeostasis.

Fase de Agotamiento: El derrumbe del escolar se genera por la falla de las estrategias adaptativas, se desmoronan y las reacciones emocionales, conductuales y cognitivas comienzan a ser visibles.

Siguiendo a Maturana (2015), se debe considerar al momento de evaluar que un estudiante bajo condiciones de estrés ve afectado su funcionamiento general y pueden aparecer síntomas asociados tales como: Disminución de rendimiento académico, disminución de habilidades cognitivas, disminución en sus habilidades de resolución de problemas, baja motivación o fatiga crónica, baja concentración-atención, baja tolerancia a la frustración, dificultad en la interacción con pares y compañeros, dificultad en la interacción y comunicación con profesores, mayor ausentismo escolar o deseos de no asistir

al colegio, aumento de quejas somáticas (dolor de cabeza, dolor abdominal), conductas ansiosas (rascarse, morderse las uñas), síntomas de ansiedad o angustia, síntomas depresivos, labilidad o tristeza, problemas conductuales, irritabilidad o agresividad, alteración en el patrón del sueño (insomnio, hipersomnia, somnolencia, pesadillas), alteración en la alimentación con aumento o reducción de consumo de alimentos, sintomatología presente en personas sometidas a estrés.

Educación superior a distancia

Según el Ministerio de Educación Nacional (2009), “la educación a distancia apareció en el contexto social como una solución a los problemas de cobertura y calidad que aquejaban a un número elevado de personas, quienes deseaban beneficiarse de los avances pedagógicos, científicos y técnicos que habían alcanzado ciertas instituciones, pero que eran inaccesibles por la ubicación geográfica o bien por los elevados costos que implicaba un desplazamiento frecuente o definitivo a esas sedes”.

Educación

La educación es un proceso humano y cultural complejo. Es un todo individual y supraindividual, supraorgánico. Es dinámica y tiende a perpetuarse mediante una fuerza inértica extraña. Pero también está expuesta a cambios drásticos, a veces traumáticos y a momentos de crisis y confusiones, cuando muy pocos saben que hacer; provenientes de contradicciones, inadecuaciones, decisiones casuísticas y desacertadas, catástrofes, cambios drásticos. Es bueno saber que la educación cambia porque el tiempo así lo dispone, porque

ella deviene. Ella misma se altera, cambia y se mueve de manera continua y a veces discontinua; crece y decrece, puede venir a ser y dejar de ser. La educación busca la perfección y la seguridad del ser humano. (León, 2007).

Pedagogía

El Ministerio de Educación Nacional (s,f) define la pedagogía como “el saber propio de las maestras y los maestros, ese saber que les permite orientar los procesos de formación de los y las estudiantes. Ese saber que se nutre de la historia que nos da a conocer propuestas que los pedagogos han desarrollado a lo largo de los siglos, pero que también se construye diariamente en la relación personal o colegiada sobre lo que acontece diariamente en el trabajo con alumnos, alumnas y colegas, sobre los logros propuestos y obtenidos, sobre las metodologías más apropiadas para conseguir desarrollo humano y la construcción de la nueva Colombia a medida que se desarrollan los proyectos pedagógicos y las demás actividades de la vida escolar”.

El Ministerio, también postula que “El saber pedagógico se produce permanentemente cuando la comunidad educativa investiga el sentido de lo que hace, las características de aquellos y aquellas a quienes enseña, la pertinencia y la trascendencia de lo que enseña. La pedagogía lleva al maestro a percibir los procesos que suceden a su alrededor y a buscar los mejores procedimientos para intervenir crítica e innovativamente en ellos”. (Ministerio de Educación Nacional; 2015).

Entorno escolar en la educación superior a distancia y estrés

Partiendo de los conceptos enunciados, el entorno escolar está compuesto por una complejidad que dinamiza las relaciones entre el estudiante y el entorno formativo, estando dado este contexto por las estrategias pedagógicas utilizadas, los mecanismos, programas de bienestar, diseño curricular y otros relacionados que se ejecutan dentro del mismo. Estos elementos hacen parte de la educación superior a distancia, pero que al contrario de la presencial debe re-ajustarse a fin de lograr propiciar el espacio adecuado para que el estudiante apropie los conceptos requeridos para su programa académico, este postulado se sustenta en palabras de Cabral (2008):

“La educación a distancia exige una madurez psico-social que les permita a las personas asumir responsablemente el compromiso de trabajar y aprender por sí mismos, voluntariamente. En la modalidad de educación a distancia es muy importante tener disciplina y hábitos de estudio independientes, pues como no se está dentro de un ambiente escolar es muy fácil que las personas puedan perder la motivación por seguir estudiando.” (Cabral, 2008; pp. 12).

En ese sentido, la educación a distancia propone nuevos factores en lo que concierne a los métodos de estudio, tiempo y materiales de apoyo, puesto que sitúan al estudiante desde una postura autónoma, siendo el responsable de su proceso de formación; esto a su vez lleva en muchas ocasiones a que el estudiante asuma diversas responsabilidades y no se desenvuelva de forma acertada dentro de su área de estudio, lo que por una parte puede propiciar deserción escolar o bien, el desarrollo de altos niveles de estrés.

De acuerdo con Vergara (s,f) el sistema educativo cada vez más competitivo y orientado al mercado, tiende a generar más presión. Sus consecuencias más visibles son el absentismo escolar y laboral, accidentes, diversas enfermedades, suicidios, depresión, consumo de alcohol y droga, entre otros; teniendo en cuenta también que el estrés no solo afecta a los estudiantes sino también al profesorado, el cual se puede ver reflejado en fenómenos tales como el absentismo por bajas médicas, dificultades en la relaciones con el alumnado y otros compañeros, descenso del interés por su trabajo, aumento de la agresividad.

La afirmación de Vergara, permite ver como el tener un nivel de estrés alto repercute en la educación superior y como esta tiene implicaciones dentro del contexto de un individuo, dando paso a la toma de decisiones influenciadas por el fenómeno como lo es el abandonar sus estudios de pregrado.

Consecuencias del estrés en la educación

El mismo autor, en su artículo las consecuencias del estrés en la educación afirma que

“El estrés tiene cada vez más incidencia en los escolares, en muchas ocasiones, los estudiantes se ven sometidos durante mucho tiempo a los estresantes, sin que exteriormente manifieste alteraciones significativas. Los síntomas suelen estar, muchas veces enmascarados por diversos trastornos del comportamiento, dando una imagen totalmente engañosa”. (Vergara, s,f)

Dentro de esta panorámica, Maturana (2015) postula que “el estrés escolar puede ser entendido como la respuesta del organismo a los estresores que se dan dentro del espacio educativo y que afectan directamente el rendimiento de los alumnos. Si un estudiante evalúa que los requerimientos o exigencias que se le plantean en una situación escolar determinada exceden sus competencias, se siente estresado. Algunos factores que se deben considerar como precursores de estrés escolar son el exceso de responsabilidades, la alta carga de trabajo o tareas dentro y fuera del establecimiento educacional, las evaluaciones de los profesores, la competitividad, el temor al fracaso o no alcanzar las metas autoimpuestas o estipuladas desde fuera, la presión de los padres, aceptación del grupo de pares, la rivalidad entre compañeros, cambios en los hábitos alimentarios y horarios de sueño y el cansancio cognitivo”. Lo consignado por Maturana, permite entender como el estrés es multicausal y tiende a ser constituido por variables como múltiples responsabilidades, pensamientos recurrentes sobre un hecho, sentimientos de imposibilidad a cumplir con sus tareas y deberes académicos; que para el caso de la educación superior a distancia no suelen ser atendidos de forma directa sino que se emplean otros mecanismos que están dinamizados por ambientes virtuales.

A su vez, Maturana (2015) en sus escritos añade que:

“Las emociones relacionadas con el estrés y que pueden ser observadas fácilmente por profesores o quienes rodean a los estudiantes, son las reacciones displacenteras que están estrechamente relacionadas con las quejas somáticas que los alumnos son capaces de verbalizar. Entre estas se puede mencionar la rabia, la ansiedad, la frustración, el insomnio, el cansancio y diversos dolores. A nivel cognitivo y conductual aparecen dificultades en memoria a corto y largo plazo, disminución de

la capacidad de planificar y organizar tiempos y materiales, falta de atención y concentración, dificultades para mantenerse en su puesto, comerse las uñas y morderse los labios continuamente” (p. 5).

Lo que pone en manifiesto la estrecha relación entre estrés y educación, más aún cuando se trata de estar inmerso en un sistema educativo como el universitario a distancia que trae consigo una re-configuración de los elementos tradicionales para el desarrollo significativo del aprendizaje.

Deserción escolar en la educación superior a distancia Colombiana

Ahora, bien en el plano Colombiano el Ministerio de Educación Nacional en el año 2012 frente a la deserción escolar en la educación superior a distancia plantea que:

“Existen tres principales causas de deserción: rendimiento académico, capacidad económica y orientación vocacional. Por otra parte, es notorio que en el ámbito nacional, tomando en cuenta todos los tipos de educación superior, la deserción se concentra de manera significativa en los primeros cuatro semestres y es semejante en hombres y mujeres. Numerosas instituciones de educación superior de Colombia han implementado diversas estrategias para aumentar la retención que no han sido suficientemente evaluadas” (p. 10).

Finalmente, es importante tener en cuenta que en el país, en el año 2003 desertaron 51,6% estudiantes siendo el 62,0% de educación superior a distancia, en el año 2004 50,2% de los cuales 59,0% eran de metodología a distancia, en el 2005 desertaron 48,4% donde el 52,0% estudiaban bajo la metodología de educación superior a distancia, en el 2006 lo

hicieron el 47,5% de los cuales el 51,0% pertenecían al sistema de educación a distancia, y en el año 2007 deserto el 40,0% de estudiantes en el cual el 42,2% era de educación a distancia. (Hernández, Rama, Jiminiam, Cruz, 2009). También se afirma que entre el año 2010 y 2015 mientras los programas presenciales en educación superior alcanzaron una deserción del 48 %, los programas de educación a distancia presentaron tasas superiores a 60%, entre estos años las tasas de deserción no se modificaron de manera significativa. (Montes & Díaz, 2015).

ASPECTOS METODOLÓGICOS

Enfoque

Para esta monografía se convoca el enfoque cualitativo, considerando que permite llegar a la población en forma directa, interactuar y construir la realidad social de acuerdo con las necesidades y perspectivas de cada uno. Según de Uribe (1995), no hay que perder de vista que

“el investigador cualitativo es más un artífice o, si se quiere, un artesano que no arma grandes maquinarias o estructuras mentales, sino estrategias que le permitan tener lineamientos orientadores, no manuales reproducibles a cualquier lugar y tiempo”. (p. 78).

Lo anterior, entendiendo el enfoque cualitativo desde los planteamientos de Jiménez-Domínguez (2000)

“los métodos cualitativos parten del supuesto básico de que el mundo social está construido de significados y símbolos. De ahí que la intersubjetividad sea una pieza clave de la investigación cualitativa y punto de partida para captar reflexivamente los significados sociales. La realidad social así vista está hecha de significados compartidos de manera intersubjetiva. El objetivo y lo objetivo es el sentido intersubjetivo que se atribuye a una acción. La investigación cualitativa puede ser vista como el intento de obtener una comprensión profunda de los significados y definiciones de la situación tal como nos la presentan las personas, más que la producción de una medida cuantitativa de sus características o conducta”. (p.3)

Se aborda esta monografía desde el enfoque cualitativo considerando que permite analizar de forma descriptiva el estrés y su incidencia dentro de la retención estudiantil en la educación superior a distancia, describiendo cada uno de los elementos que han encontrado las investigaciones sobre la temática desarrolladas en el plano Colombiano.

Método

Para esta investigación se convoca el tipo de investigación exploratoria a través de observación documental que permite rastrear la información sobre investigaciones Colombianas que abordan el estrés y su incidencia como factor de riesgo dentro de la educación superior a distancia.

Barrera y Becerra (2015) definen este método como “un proceso sistemático de investigación científica, que constituye una estrategia operacional donde se selecciona, interpreta, y se presenta información sobre un tema determinado de cualquier ciencia usando para ello diferentes tipos de documentos y una metódica de análisis, teniendo como finalidad obtener resultados que den cumplimiento a los objetivos propuestos y la construcción de conocimientos”.

El método para esta monografía estuvo dinamizado por el uso de instrumentos como el gestor de referencia Zotero, el Sistema para la Prevención de la Deserción de la Educación Superior SPADIES, herramienta web evernote, cuya utilización conjunta permitieron la recolección de la información bibliográfica necesaria para abordar el fenómeno investigativo propuesto.

Instrumentos de recolección de información

Para determinar la incidencia del estrés como factor de riesgo en la retención estudiantil de la educación superior a distancia se realizó una consulta bibliográfica desde documentos científicos tipo artículo en donde se evidenciaron investigaciones que han analizado la incidencia del estrés en la educación a distancia, se seleccionó la información haciendo uso del *gestor de referencia zotero* (gestor de referencias bibliográficas, de acceso libre, que trabaja como una extensión del navegador Firefox. Permite a los usuarios crear su propia base de datos donde se puede guardar, manejar, buscar, organizar y citar fuentes de todo tipo), el cual permitió guardar ficheros locales de información completa que luego fueron estudiados y analizados para determinar cualitativamente el objeto de estudio.

Por otro lado para conocer el porcentaje de estudiantes universitarios que desertan de la educación superior a distancia en el contexto colombiano, se accedió al *Sistema para la Prevención de la Deserción de la Educación Superior SPADIES* sobre las tasas de deserción escolar en educación superior a distancia desde el año 2006 hasta el año 2016, clasificando el porcentaje según el tipo de formación: técnico profesional, tecnólogo, universitario en una gráfica de dispersión que permite identificar claramente estas cifras, y las alteraciones que sobre cada año se han obtenido.

De igual forma una vez identificadas las referencias bibliográficas, como mecanismo de selección de información para reconocer los factores estresores presentes en la población estudiantil de la educación a distancia como influyente en la permanencia dentro de las Instituciones de Educación Superior y explorar los elementos pedagógicos que propician la aparición de altos niveles de estrés como mecanismo para identificar las estrategias que deben implementarse en la disminución de los índices de deserción escolar

en la educación superior a distancia, se utilizó la *herramienta web evernote* en la cual a medida que se realizaba la consulta bibliográfica se incluían datos relevantes como notas en el software, los cuales fueron retomados posteriormente para la clasificación y análisis de información.

RESULTADOS

A continuación se consigna la información recolectada con el uso de los pasos e instrumentos enunciados que permite dar respuesta al interrogante planteado *¿De qué manera incide el estrés como factor de riesgo en la retención estudiantil de la educación superior a distancia?*

Estrés académico y deserción estudiantil

De acuerdo con Suarez (2015), el estrés académico y deserción estudiantil, se definen como el conjunto de actividades que se realizan en la universidad, indispensables para superar los retos académicos, son importante fuente de estrés y ansiedad. Para comprender el estrés académico es necesario tener en cuenta las condiciones sociales, económicas, familiares, culturales e institucionales. En general, la vulnerabilidad de una persona al estrés está influenciada por su temperamento, capacidades para el afrontamiento y el apoyo social.

El estrés de origen académico tiene, como otros tipos de estrés, manifestaciones físicas individuales: incremento del pulso, palpitaciones cardíacas, aumento en la transpiración y en la tensión muscular de brazos y piernas, respiración entrecortada y roce de dientes, trastornos del sueño, fatiga crónica, cefalea y problemas de digestión. Las respuestas conductuales frecuentes son: deterioro del desempeño, tendencia a polemizar, aislamiento, desgano, tabaquismo, consumo de alcohol u otros, ausentismo, propensión a los accidentes, ademanes nerviosos, aumento o reducción del apetito e incremento o

disminución del sueño. En cuanto a las respuestas psicológicas destacan: inquietud, depresión, ansiedad, perturbación, incapacidad para concentrarse, irritabilidad, pérdida de confianza en sí mismo, preocupación, dificultad para tomar decisiones, pensamientos recurrentes y distractibilidad. (Suarez, 2015).

El estudio de Gutiérrez (citado por Suarez, 2015) encontró que la relación entre depresión y severidad del estrés es estadísticamente significativa y que la prevalencia de la depresión podría llegar al 47,2 % de la población estudiada. En consecuencia, el estrés académico es un elemento que favorece el estrés crónico y el deterioro de la salud mental. El autor afirma que aunque la definición de deserción estudiantil continúa en discusión, existe consenso en precisarla como un abandono que puede ser explicado por diferentes categorías de variables: socioeconómicas, individuales, institucionales y académicas.

Por tanto, el estudio anteriormente descrito, pone en manifiesto como el estrés dentro del entorno escolar trae consigo la confluencia de elementos como trastornos alimenticios, del sueño y emocionales que en su conjunto dan paso a que el estudiante se encuentre en riesgo de desertar del sistema educativo; pero que además trae repercusiones negativas sobre su salud física y mental.

Estrés y deserción estudiantil en estudiantes nuevos dentro del sistema de educación superior a distancia

El enfrentarse por primera vez al contexto de educación superior a distancia, trae consigo la adopción de nuevos elementos que permitan al estudiante dinamizar dentro del proceso teniendo en cuenta cada una de las particularidades de esta metodología de

aprendizaje bajo los que se encuentran la autogestión, autonomía, organización del tiempo, nuevas técnicas de estudio y aprendizaje.

Una investigación realizada por García, Pérez y Natividad (2011), hace énfasis en los estudiantes nuevos dentro del sistema de educación superior a distancia y tiene como resultados de su estudio que:

“El estrés académico constituye un fenómeno generalizado entre los estudiantes de nueva incorporación a la universidad, ya que el 82% de los participantes en el estudio manifiesta haber experimentado mucho estrés en una o más de las situaciones planteadas, mientras que la totalidad de los mismos señala haber experimentado bastante estrés en al menos una de ellas. De este modo, las demandas de la vida universitaria en general, y especialmente las implicadas en el proceso de adaptación a las exigencias y desafíos de la incorporación a la misma, constituyen factores que pueden incrementar el riesgo de generar sintomatología clínica entre los estudiantes universitarios. En esta línea, recientes trabajos destacan que un alto porcentaje de sujetos que acuden a consulta a los servicios de salud estudiantil presentan alteraciones clínicas ligadas a ansiedad y depresión, encontrando una incidencia muy superior de trastornos adaptativos –la mitad de la población que acude a consulta– frente a otros tipos de trastorno (Micin & Bagladi, 2011). Estos resultados sugieren que estos síntomas clínicos aparecieron como reacción a estresores identificables en el entorno universitario, enfatizando la necesidad de diseñar contextos y programas de prevención dirigidos a propiciar una mayor salud mental en la población universitaria”. (p. 150).

Estrés académico y factores de riesgo dentro de la retención estudiantil en la educación superior a distancia

El estrés académico está compuesto por diversos elementos que a su vez se constituyen en un factor de riesgo dentro de la permanencia en una Institución de Educación Superior a Distancia, estos factores de riesgo están dados por la sobrecarga de tareas y/o responsabilidades, alteraciones emocionales, apoyo social percibido tanto por parte del sistema social como familiar. La investigación desarrollada por García, Pérez y Natividad (2011), que abordó el estrés académico en la educación superior a distancia en estudiantes, demostró en sus resultados que:

“Las situaciones en que se manifiestan niveles superiores de estrés son la ‘Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas’, la ‘Exposición de trabajos en clase’, la ‘Sobrecarga académica’ y la ‘Realización de Exámenes’. En el polo opuesto, se manifiestan niveles inferiores para ‘Trabajar en grupo’, ‘Competitividad entre compañeros’ y ‘Presión familiar por obtener resultados adecuados’. Estudios recientes, efectuados en titulaciones y niveles académicos distintos, también constatan que los exámenes constituyen uno de los principales estresores académicos a en la universidad, junto a la falta de tiempo y la sobrecarga de tareas (Martín, 2007). Estos resultados han llevado a algunos autores a señalar que no son las evaluaciones académicas las que generan estrés, sino la excesiva carga de trabajo y el reducido tiempo disponible para su realización, enfatizando la importancia de plantear en la enseñanza universitaria programas de intervención en gestión del tiempo y mejora de los hábitos de estudio (Feldman et al., 2008)” (p. 150).

Por otro lado, otros estudios realizados en el contexto hispanoamericano (p. ej., Solórzano & Ramos, 2006), sitúan la competitividad grupal entre los estresores más importantes en la universidad, cuestión que señala la posible existencia de diferencias transculturales relevantes, así como la necesidad de ampliar este trabajo con otras titulaciones y niveles académicos que pudieran contribuir a explicar estas diferencias. (García, Pérez y Natividad, 2011)

Deserción estudiantil en la educación superior a distancia de Colombia

Un estudio publicado por el Ministerio de Educación Nacional en el año 2009, indica que por metodología de enseñanza también se presentan diferencias relevantes en materia de permanencia estudiantil. Mientras los programas presenciales en educación superior alcanzan una deserción del 48%, los programas de educación a distancia presentan tasas superiores a 60%. Sin embargo, las mayores diferencias por metodología de formación se encuentran en el nivel tecnológico, donde la deserción de programas a distancia está 10 puntos por encima de la alcanzada por los programas presenciales. Por su parte, los programas a distancia en el nivel universitario presentan mayor deserción durante los primeros semestres pero su tendencia se nivela con los programas presenciales al finalizar la carrera. Y, finalmente, en el nivel técnico profesional las tasas para programas presenciales y a distancia se diferencian en cuatro puntos a sexto semestre.

Este panorama sobre la educación a distancia en Colombia, evidencia como la tasa de deserción estudiantil es alta y que probablemente está influida por el estrés dentro del entorno escolar dado este por la aparición de elementos a incorporar dentro del proceso académico como el manejo de tiempo, aprendizaje autónomo, gestión de recursos y para un

porcentaje, el tener que combinar sus estudios o bien con el desarrollo de una ocupación laboral o con el sostenimiento de un sistema familiar propio.

A continuación se expone el porcentaje de estudiantes desertores en la educación superior a distancia desde el año 2006 al año 2016, de acuerdo con el trabajo realizado a través del *Sistema para la Prevención de la Deserción de la Educación Superior SPADIES*:

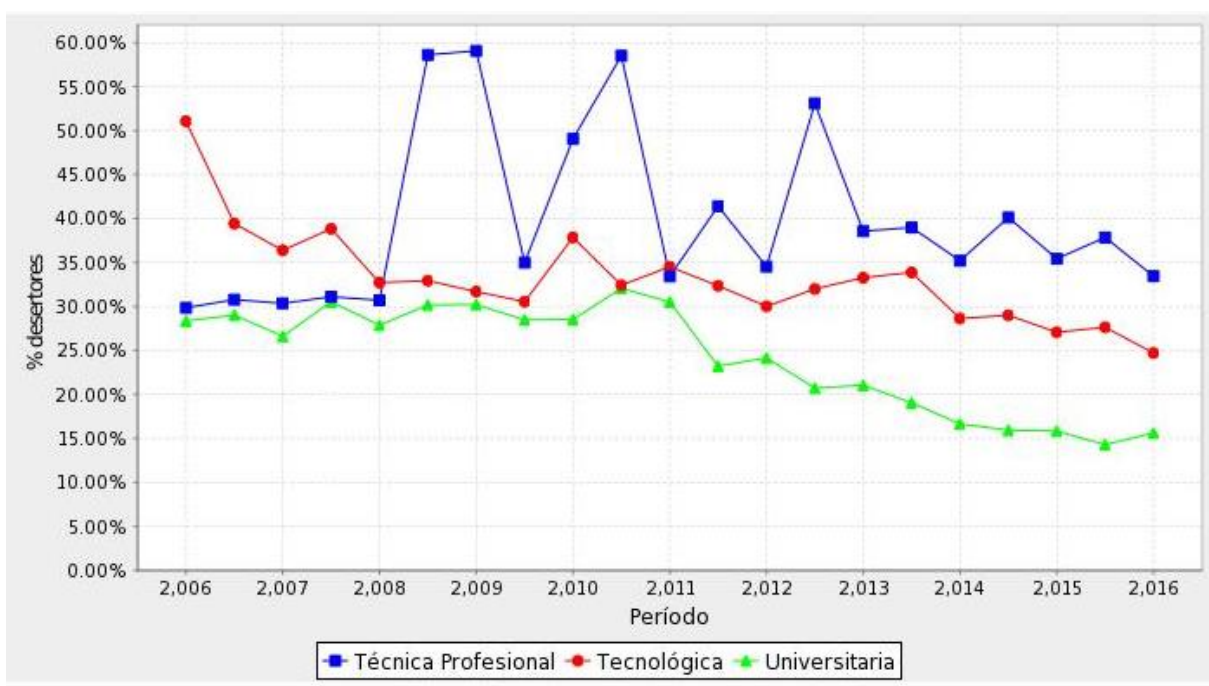


Figura 1. Estudiantes desertores en la educación superior a distancia desde el año 2006 al año 2016

Modelos y estrategias de retención estudiantil

Suarez y Díaz (2015), plantearon una tabla donde se postulan modelos y estrategias de retención estudiantil, los cuales se consideran pertinentes a la hora de atender el estrés dentro de la permanencia estudiantil de las Instituciones Educativas de Educación Superior con metodología a distancia.

Modelos	Idea central	Planteamientos principales
<p>Instrucción suplementaria. Martin y Arendale (1992)</p>	<p>Asistencia académica a estudiantes sin importar su nivel académico. Se identifican clases de alto riesgo y no estudiantes en alto riesgo.</p>	<p>Los estudiantes que sólo se limitan a recibir información perpetúan las tendencias remediales mientras que pensar les permite construir conocimiento; La instrucción suplementaria puede proporcionar un ambiente seguro donde pueden discutir y procesar el material, e interactuar con los demás compañeros; El trabajo en grupo además de mejorar el desempeño académico, eleva la autoestima y competitividad.</p>
<p>Geométrico de persistencia. Swail (1995)</p>	<p>Búsqueda del equilibrio entre los factores cognitivos, sociales e institucionales</p>	<p>El equilibrio entre los factores cognitivos, sociales e institucionales y la formación sólida permiten el crecimiento, desarrollo y persistencia del estudiante.</p> <p>La individualidad requiere que el modelo pueda cambiar, balancearse y evolucionar en una variedad de opciones que generen estabilidad.</p> <p>Cada institución debe desarrollar su propia estrategia de retención.</p> <p>La retención estudiantil debe incluir cinco componentes que trabajen de manera interrelacionada entre sí: la financiera, el reclutamiento y la admisión, los servicios</p>

		académicos, el currículo y la instrucción y los servicios estudiantiles, los cuales deben soportarse en un sistema de monitoreo de los estudiantes.
Componente Cocurricular. Warner y McLaughlin (1996)	Desarrollo de actividades extra - curriculares tanto sociales como académicas	Actividades fuera del salón de clase pueden afectar positivamente la habilidad de pensamiento crítico y otras formas de desarrollo cognitivo. La interacción entre los estudiantes y docente fuera del salón de clase impacta positivamente, la elección de su carrera, persistencia y desarrollo cognitivo.
Programa tutorial. Stanley D. Stephenson (1996)	Prestar atención a los estudiantes en riesgo para superar debilidades reales o imaginarias	La consejería o tutoría se percibe favorable, pero se requiere tiempo y esfuerzo de los encargados del programa; La tutoría ayuda a superar dificultades reales o imaginarias
Amsterdam. Uulkje de Jong et al (1997)	Los individuos estiman sus posibilidades de éxito con base en su motivación, dificultad estimada	El modelo combina la teoría de Tinto con la del Capital Humano, en la relación con la elección racional. Al iniciar sus estudios, estiman sus posibilidades de éxito. Depende de la cantidad de motivación, la dificultad, las capacidades, para tratar de pesar racionalmente. La duración de

	<p>y la estimación propias capacidades.</p>	<p>graduación depende de las intenciones, capacidades y ambiente de estudio. El ingreso, el nivel educativo de los padres y las capacidades del estudiante aspirante, tienen un efecto directo sobre el progreso académico de los estudiantes.</p>
<p>Ayuda de las escuelas.</p> <p>Kim Wilcox, Ron Downey, Bill McGuire, Barbara Ballard y Herb Songer (1998)</p>	<p>Brindar apoyo económico y psicológico a los estudiantes</p>	<p>Abandonan sus estudios en primer lugar porque sienten que no pertenecen a ese lugar y no son lo suficientemente buenos. En segundo lugar, por falta de dinero. Reducir la deserción puede mejorar la orientación y los procesos de asesoramiento. La retención incluye dar apoyo a la transición entre la secundaria y la universidad.</p>
<p>Mejoramiento del compromiso, la integración y la persistencia de los no graduados.</p> <p>Steven C.</p>	<p>Mejorar la integración y el compromiso del estudiante, y los sistemas de soporte de la institución</p>	<p>Las experiencias académicas y sociales en la universidad impactan el compromiso, objetivos de alcanzar metas, el nivel de integración y decisión de persistir o abandonar sus estudios.</p>

<p>Beerling, et al. (1997, 1998)</p>		
<p>Atributos personales. Universidad Nacional de Colombia - UNAL (2002)</p>	<p>Desarrollo de atributos personales: autoeficacia, motivación académica y expectativas de resultados</p>	<p>La autoeficacia, la motivación y las expectativas de resultados, importantes en la intención de persistir en sus estudios. Las intenciones de permanecer vinculados a la institución dan mayores probabilidades para obtener su título, en comparación con aquellos cuyas intenciones son más débiles. Las experiencias de éxito, afianzan su autoeficacia.</p>
<p>Apoyo de la familia y de la institución para el éxito de estudiantes de primera generación. Terenzini y Mattox, Oliver y Levine y Niddifer (UNAL 2002)</p>	<p>Orientación a los estudiantes de primera generación y a sus padres, a través de tutores o consejeros</p>	<p>Trabajar para superar las características que traen al ingresar a la universidad. La orientación no sólo beneficia, sino que puede ayudar a los padres de primera-generación a conocer las exigencias para sus hijos. El tutor o consejero genera un impacto positivo en las posibilidades de éxito. El apoyo de un tutor o de un grupo experiencias similares, puede ayudar a los estudiantes de primera generación.</p>

<p>Teoría de la identidad y persistencia.</p> <p>Witte J.E. et al (2003)</p>	<p>Los individuos participan en actividades de aprendizaje para cumplir metas en su vida, para tener un contacto e interacción social con otros y por gusto por el conocimiento</p>	<p>La identidad es fundamental para integrarse en el ambiente universitario. Para alcanzar compromiso, debe haber desarrollado sentido de identidad propia.</p> <p>Participan en actividades de aprendizaje por tres razones: Cumplir metas, contacto e interacción social con otros y por el conocimiento.</p>
--	---	---

Tabla 1. Modelos y estrategias de retención estudiantil (Suarez y Díaz, 2015).

A partir de lo mencionado, a juicio de Martínez & Díaz (2007) no solo alcanzar metas e interactuar con el otro generan estrés; también la adaptación, la violencia, la afectividad, la situación económica, la información masiva de los medios de comunicación, la confusión y hasta la búsqueda de prontas soluciones a los problemas aparecidos en el contexto educativo, son factores que producen estrés. Así, el estrés escolar se dimensiona en el desequilibrio psíquico, afectivo, cognitivo y social del estudiante. De otra manera, el estrés está asociado con la ansiedad, puesto que es algo que ocurre frecuentemente al enfrentar eventos cotidianos en cualquier ámbito de la vida de una persona, ya sea por sobrecarga en el trabajo, en el estudio y en el hogar.

Por otra parte, los estudios realizados acerca de los factores que están implicados en el estrés escolar se convierten en situaciones que aparecen en cualquier periodo del ciclo vital propio de la persona, los cuales se pueden clasificar en cuatro categorías específicas: familiares, académicos, sociales y biológicos. Respecto a los factores familiares, se evidencia que los estudios realizados encuentran que la pérdida de uno de los padres, la enfermedad de un hermano o familiar, genera estrés personal y, por tanto, este influye en el desempeño académico y en el proceso de enseñanza-aprendizaje. (Martínez y Díaz, 2007)

Martínez y Díaz (2007) también mencionan que:

“Los factores académicos relacionan el estrés con el exceso de tareas asignadas y pendientes que tienen que realizar los estudiantes, tanto en niveles medios como superiores de educación. Sin embargo, al respecto es preciso mencionar que tiende a confundirse la responsabilidad adquirida como estudiantes y el estrés que este compromiso genera. Así, el estrés escolar no se produce por el cumplimiento y la adquisición de responsabilidades en el interior de la institución, sino por la no aceptación de las tareas y trabajos asignados. Aquí es importante reconocer que el estrés puede ser sano (cuando es producido para proyectar positivamente al estudiante) e insano (cuando se minimiza el esfuerzo y la tensión crece negativamente en el estudiante)” (p. 15)

Es importante precisar que cuando el estrés es insano, atribuido a causas externas que no le permiten al estudiante un desarrollo gradual e integral, se convierte en un conflicto que afecta e implica su condición social. Cuando el estrés es sano, permite que el estudiante tenga la preocupación de aprender y construir independientemente de las representaciones sociales a las que está expuesto, por ejemplo en la relación con los

compañeros, educadores y agentes activos en la comunidad académica. Martínez & Díaz (2007)

Es relevante entonces reconocer el estrés dentro de la educación superior a distancia como factor de riesgo o protector en la retención escolar, por un lado cuando se convierte en factor de riesgo en cuanto trae consigo manifestaciones que afectan la realidad del sujeto y cada uno de los contextos donde se desenvuelve, dentro de estas se tienen alteraciones del sueño, trastornos alimenticios, e incluso alteraciones en la conducta que obstaculizan una buena interacción entre el sujeto y el ambiente, y que propician que se llegue a un nivel máximo donde las soluciones a la situación escolar se ven reducidas y traen consigo la deserción del sistema de educación a distancia. No obstante, se concibe el estrés como factor protector cuando este dinamiza el proceso del estudiante a través de la creación de mecanismos de alerta que lo dotan de elementos para cumplir satisfactoriamente con sus responsabilidades tales como el tener presente la ejecución de una actividad que implica auto gestionar su tiempo y organizarlo de acuerdo a sus demás responsabilidades, lo cual se concibe como positivo.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En concordancia con el objetivo general que se planteo está monografía el cual textualmente trazaba *determinar la incidencia del estrés como factor de riesgo en la retención estudiantil de la educación superior a distancia a través de la revisión documental de información científica Colombiana*. Se encuentra que el estrés se constituye un factor de riesgo dentro de la retención estudiantil en esta metodología de investigación, este estrés es generado por las múltiples ocupaciones por las que un estudiante debe responsabilizarse, el establecer dinámicas entre dos o más contextos (p.ej, familiar – educativo, educativo – laboral), también se encuentra que la adaptación a una metodología de aprendizaje a distancia se considera causante de estrés y debido a que no se logra tal adaptación el estudiante opta por desertar. Ello, contrasta con los postulados de Berrío (2014) al afirmar que “el estrés escolar puede ser entendido como la respuesta del organismo a los estresores que se dan dentro del espacio educativo y que afectan directamente el rendimiento de los alumnos. Si un estudiante evalúa que los requerimientos o exigencias que se le plantean en una situación escolar determinada exceden sus competencias, se siente estresado. Algunos factores que se deben considerar como precursores de estrés escolar son el exceso de responsabilidades, la alta carga de trabajo o tareas dentro y fuera del establecimiento educacional, las evaluaciones de los profesores, la competitividad, el temor al fracaso o no alcanzar las metas autoimpuestas o estipuladas desde fuera, la presión de los padres, aceptación del grupo de pares, la rivalidad entre compañeros, cambios en los hábitos alimentarios y horarios de sueño y el cansancio cognitivo”.

Frente al primer objetivo específico de *conocer el porcentaje de estudiantes universitarios que desertan de la educación superior a distancia en el contexto colombiano*, se encontraron los siguientes porcentajes:

Año	Porcentaje deserción, nivel técnico profesional	Porcentaje deserción, nivel tecnológico	Porcentaje deserción, nivel universitario
2006	30%	50%	28%
2007	30%	35%	25%
2008	30%	32%	28%
2009	60%	32%	30%
2010	50%	37%	28%
2011	32%	35%	30%
2012	35%	30%	25%
2013	38%	33%	20%
2014	35%	28%	15%
2015	35%	26%	15%
2016	32%	25%	16%

Tabla 2. Porcentajes de deserción en la educación superior a distancia según nivel de formación y año.

Respecto a estas cifras, el Ministerio de Educación Nacional se ha manifestado en múltiples ocasiones, y postula al respecto que “Existen tres principales causas de deserción: rendimiento académico, capacidad económica y orientación vocacional. Por otra parte, es notorio que en el ámbito nacional, tomando en cuenta todos los tipos de educación superior, la deserción se concentra de manera significativa en los primeros cuatro semestres y es semejante en hombres y mujeres. Numerosas instituciones de educación superior de

Colombia han implementado diversas estrategias para aumentar la retención que no han sido suficientemente evaluadas” (Ministerio de Educación Nacional, 2012). Sin embargo, el Gobierno Nacional no toma en cuenta el estrés como incidente o generador del fenómeno de deserción escolar.

Con relación al objetivo de *reconocer los factores estresores presentes en la población estudiantil de la educación a distancia como influyente en la permanencia dentro de las Instituciones de Educación Superior*, se encontró que los factores estresores están dados por la sobrecarga de actividades, ser jefe de hogar, problemas de adaptación al modelo educativo, largos horarios laborales, escaso tiempo para actividades escolares, poco entendimiento de los materiales proporcionados por los docentes, fallas en la comunicación con pares académicos, desatención por parte de la Institución de Educación Superior donde se encuentran adscritos. Maturana, ofrece una perspectiva que amplía estos hallazgos, considerando que “Las emociones relacionadas con el estrés y que pueden ser observadas fácilmente por profesores o quienes rodean a los estudiantes, son las reacciones displacenteras que están estrechamente relacionadas con las quejas somáticas que los alumnos son capaces de verbalizar. Entre estas se puede mencionar la rabia, la ansiedad, la frustración, el insomnio, el cansancio y diversos dolores. A nivel cognitivo y conductual aparecen dificultades en memoria a corto y largo plazo, disminución de la capacidad de planificar y organizar tiempos y materiales, falta de atención y concentración, dificultades para mantenerse en su puesto, comerse las uñas y morderse los labios continuamente” (Maturana, 2015). Poniendo en manifiesto que además de lo descrito se debe tener en cuenta la inteligencia emocional del estudiante, y la forma en como la articula a su proceso académico.

Finalmente, en el objetivo de *explorar los elementos pedagógicos que propician la aparición de altos niveles de estrés como mecanismo para identificar las estrategias que deben implementarse en la disminución de los índices de deserción escolar en la educación superior a distancia*, se encuentra que los principales elementos que se descuidan a la hora de retener a los estudiantes de educación superior a distancia están relacionados con el escaso acompañamiento de algunas Instituciones de Educación Superior, es decir el acompañamiento docente no es suficiente deja vacíos tanto conceptuales como de apoyo, existen falencias frente a los programas que se implementan en las líneas de bienestar estudiantil que además de promover la integración estudiantil deben ser garantes de fortalecer los procesos de adaptación, motivación, y comunicación, especialmente con quienes apenas inician a interactuar con este modelo de aprendizaje. Al respecto, Cabral (2008) indica que “La educación a distancia exige una madurez psico-social que les permita a las personas asumir responsablemente el compromiso de trabajar y aprender por sí mismos, voluntariamente. En la modalidad de educación a distancia es muy importante tener disciplina y hábitos de estudio independientes, pues como no se está dentro de un ambiente escolar es muy fácil que las personas puedan perder la motivación por seguir estudiando”. Lo que contrasta con lo expuesto, y también permite entender que la educación superior a distancia se enfrenta a grandes retos, como es establecer acciones que promuevan la permanencia estudiantil de sus alumnos enmarcadas en el acompañamiento en el desarrollo de sus actividades independientemente de los medios que se utilicen para ello.

CONCLUSIONES

- Se determina que el estrés académico sí se constituye en un factor de riesgo dentro de la educación superior a distancia. El estrés trae consigo la aparición de otros elementos como deficiencias en la autogestión del tiempo y responsabilidades, alteraciones emocionales, del sueño y alimenticias, lo que en su conjunto pone al estudiante que las padece en un estado de deseo de abandonar sus estudios académicos.
- Dentro de las estrategias de retención estudiantil utilizadas por las Instituciones de Educación Superior se debe tener en cuenta el estrés como elemento asociado al fenómeno de deserción escolar, así como también los factores generadores de estrés como la carga académica, responsabilidades familiares, el desarrollo de actividades evaluativas y el acompañamiento docente en esta metodología de aprendizaje, esta última considerando que en diversas ocasiones el estudiante padece estrés debido al sentirse solo en su proceso formativo y con la necesidad de una figura que lo oriente.
- En el país, la tasa de deserción escolar en programas de educación superior está representada por un 48% en la modalidad presencial y tasas superiores al 60% en la metodología de educación a distancia. Lo que evidencia la necesidad de implementar estrategias que fortalezcan la permanencia estudiantil en las Institución de Educación Superior a Distancia haciendo énfasis en el apoyo docente y acompañamiento psicosocial.

- Los estudiantes que inician a interactuar con el sistema de educación a distancia tienen más probabilidades de desertar, debido a que el proceso de adaptación trae consigo una separación del paradigma de educación tradicional y deben adoptar mecanismos de aprendizaje basados en la autonomía del proceso.
- Las Instituciones de Educación Superior del país poseen la potencialidad de articular sus objetivos misionales con la era de la tecnología en la que se encuentra inmerso. Sin embargo, deben garantizar que los programas y contenidos que desde estas se impartan promuevan el aprendizaje significativo pero también procesos de motivación, bienestar y calidad que redunden en retención estudiantil.
- Un estudiante dentro de la metodología de educación a distancia, debe practicar hábitos que permitan autogestionar su tiempo, organizar sus responsabilidades, de esta manera disminuyendo la posibilidad de padecer niveles de estrés altos y con ello, aumentar el riesgo de desertar de sus estudios.

REFERENCIAS

Berrio, N & Mazo, R. (2011). Estrés académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3 (2). Recuperado de:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006

Calle, M; Remolina, N; Velásquez, B. (2011). Incidencia de la inteligencia emocional en el proceso de aprendizaje. *Publicación científica en ciencias biomédicas*, 9 (15).
Recuperado de:
http://www.unicolmayor.edu.co/invest_nova/NOVA/NOVA15_REVIS2_INTELIG.pdf

Castaño, E; Gallón, S; Gómez, K; Vásquez, J. (2006). Análisis de los factores asociados a la deserción y graduación estudiantil universitaria. *Rev. Lecturas de economía*.
Recuperado de:
<http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/lecturasdeeconomia/article/view/2639/18213>

Castaño, E; Gallón, S; Gómez, K; Vásquez, J. (2008). Análisis de los factores asociados a la deserción estudiantil en la Educación Superior: un estudio de caso. *Revista de Educación* 45 (3), pp. 255 – 280. Recuperado de:
http://www.revistaeducacion.mec.es/re345/re345_11.pdf

Casuso, M. (2011). Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud. Universidad de Málaga. Recuperado de:

<https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4926/TD%20Maria%20Jesus%20Casuso%20Holgado.pdf?sequence=1>

Facundo, A. (2009). Análisis sobre la deserción en la educación superior a distancia y virtual: el caso de la UNAD – Colombia. *Revista de investigaciones UNAD*, 8 (2).

Recuperado de:

https://academia.unad.edu.co/images/investigacion/hemeroteca/revistainvestigacion/vol.%208_num.2_2009/An%C3%A1lisis%20sobre%20la%20deserci%C3%B3n%20en%20la%20educaci%C3%B3n%20superior%20a%20distancia%20y%20virtual%20el%20caso%20de%20la%20unad%20-%20colombia.pdf

Fernández, E; Mireles, M; Aguilar, R. (2010). La enseñanza a distancia y el rol del tutor virtual: una visión desde la Sociedad del Conocimiento. Recuperado de:

<http://www.ugr.es/~sevimeco/revistaeticanet/numero9/Articulos/Formato/articulo2.pdf>

García, R; Pérez, F; Pérez, J; Natividad, L. (2011). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44 (2). Recuperado de:

<http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v44n2/v44n2a12.pdf>

Giraldo, M. (2015). La evaluación generadora de estrés en estudiantes de educación superior. Universidad de Manizales. Recuperado de:

<http://repositorio.ucm.edu.co:8080/jspui/bitstream/handle/10839/1069/Martha%20Lucero%20Giraldo%20Cardenas.pdf?sequence=1>

- González, A. (2016). Diseño de un programa de prevención secundaria de estrés académico. Universidad Católica de Colombia. Recuperado de:
<http://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/13664/5/resumen-analitico-en-educacion.pdf>
- Hernández, A; Rama, C; Jiminiam, Y. (2009). Deserción en las instituciones de educación superior a distancia en América Latina y el Caribe. *Ediciones UAPA*. Recuperado de: [http://virtualeduca.org/documentos/observatorio/oevalc_2009_\(desercion\).pdf](http://virtualeduca.org/documentos/observatorio/oevalc_2009_(desercion).pdf)
- Lopera, C. (2008). Determinantes de la deserción universitaria en la Facultad de Economía Universidad del Rosario. *Revista borradores de investigación*, 95 (1). Recuperado de:
<http://www.alfaguia.org/alfaguia/files/1318975055Determinantes%20de%20la%20desercion%20universitaria%20en%20la%20facultad%20de%20economia%20university%20del%20rosario.pdf>
- Martínez, E; Díaz, D. Una aproximación psicosocial al estrés escolar. ISSN 0123-1294. *educ.educ.*, 2007, Volumen 10, Número 2, pp. 11-22. Recuperado de:
<http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v10n2/v10n2a02.pdf>
- Maturana, A; Vargas, A. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26 (1), pp. 34 – 41. Recuperado de:
<https://www.clinicalkey.es/#!/content/playContent/1-s2.0-S0716864015000073?returnurl=http:%2F%2Flinkinghub.elsevier.com%2Fretrieve%2Fpii%2FS0716864015000073%3Fshowall%3Dtrue&referrer=https:%2F%2Fwww.google.com.co%2F>

Meléndez, R, Meriño, D. Estudio sobre deserción y permanencia académica en la facultad de ingeniería de la universidad de la guajira desde el II PA 2005 hasta el II PA 2007. Universidad de La Guajira. Recuperado de:

http://www.colombiaaprende.edu.co/html/micrositios/1752/articles-323174_recurso_1.pdf

Moreno, O; Cárdenas, M. (2012). Educación a distancia: nueva modalidad, nuevos alumnos. *Perfiles educativos*, 34 (136). Recuperado de:

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982012000200008

Olivetti, S. (2010). Estrés académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario. *Universidad Abierta Interamericana*. Recuperado de:

<http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC104100.pdf>

Osorio, A; Bolancé, C; Castillo, M. (2012). Deserción y graduación estudiantil universitaria: una aplicación de los modelos de supervivencia. *Revista Universia*, 3 (6). Recuperado de: <https://ries.universia.net/article/viewFile/72/130>

Otero, K. (2012). Determinantes de la deserción estudiantil universitaria por niveles de formación en instituciones de educación superior de la ciudad de Medellín.

Universidad EAFIT. Recuperado de:

https://repository.eafit.edu.co/bitstream/handle/10784/610/Karina_AleansOtero_2012.pdf?sequence=1

Salgado, A. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liber*, 13 (13). Recuperado de:

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272007000100009

Sánchez, Y. (2011). Factores psicosociales de estudiantes en situación de riesgo académico de la facultad de ciencias humanas. Universidad Nacional de Colombia. Recuperado de: <http://www.bdigital.unal.edu.co/6289/1/yeimipaolasanchezlopez.2011.pdf>

Sánchez, Y. (2011). Factores psicosociales de estudiantes en situación de riesgo académico de la facultad de ciencias humanas. *Universidad Nacional de Colombia*. Bogotá DC: Colombia. Recuperado de: <http://www.bdigital.unal.edu.co/6289/1/yeimipaolasanchezlopez.2011.pdf>

Suarez, N; Díaz, L. (2014). Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. *Revista Salud Pública*, 17 (2). Bogotá: Colombia. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v17n2/v17n2a13.pdf>

Vélez, A; López, D. (2007). Estrategias para vencer la deserción universitaria. *Rev. Educación y educadores*, 7 (1), pp. 177 – 203. Recuperado de: <http://www.alfaguia.org/alfaguia/files/1319735698estrategias%20para%20vencer%20la%20desercion%20universitaria%202004.pdf>

Vélez, C. (2009). Deserción estudiantil en la educación superior colombiana, metodología de seguimiento, diagnóstico y elementos para su prevención. Ministerio de Educación Nacional. Recuperado de: http://www.mineduacion.gov.co/sistemasdeinformacion/1735/articles-254702_libro_desercion.pdf

Viloria, J; Peralta, A. (2013). Análisis de los factores determinantes de la deserción estudiantil en la Universidad Popular del Cesar. *Universidad Popular del Cesar*.

Recuperado de: http://www.colombiaaprende.edu.co/html/micrositios/1752/articles-345066_recurso_6.pdf