

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA**  
Facultad de Humanidades  
Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social



**Trastornos Psicosomáticos que presentan los estudiantes de cuarto año de  
Psicología de la Universidad Panamericana Campus Central,  
Jornada Sabatina**  
(Tesis de Licenciatura)

Carmén Cecilia Abigail Lechuga Zetino

Guatemala, junio 2019

**Trastornos Psicosomáticos que presentan los estudiantes de cuarto año de  
Psicología de la Universidad Panamericana Campus Central,  
Jornada Sabatina**  
(Tesis de Licenciatura)

Carmén Cecilia Abigail Lechuga Zetino

Lcda. Rosa Noemí Cardona Polanco (**Asesora**)

Lcda. Ana María Herrera López (**Revisora**)

Guatemala, junio 2019

## **Autoridades Universidad Panamericana**

Rector	M. Th. Mynor Augusto Herrera Lemus
Vicerrectora Académica	Dra. Alba Aracely Rodríguez de González
Vicerrector Administrativo	M.A. César Augusto Custodio Cobar
Secretaria General	EMBA Adolfo Noguera Bosque

## **Autoridades Facultad de Humanidades**

Decano	M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Vicedecano	M.Sc. Ana Muñoz de Vásquez



*UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala mes noviembre del año 2018.*

*En virtud de que el informe de la Tesis con el tema “**Trastornos psicosomáticos que presentan los estudiantes de cuarto año de Psicología de la Universidad Panamericana Campus Central, Jornada Sabatina**”. Presentado por el (la) estudiante: **Carmén Cecilia Abigail Lechuga Zetino**, previo a optar al grado Académico de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*

**Licenciada Noemí Cardona Polanco.**  
**Asesora**



**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala mes junio del año 2019.**

*En virtud de que la presente Tesis con el tema: “Trastornos Psicossomáticos que presentan los estudiantes de cuarto año de Psicología de la Universidad Panamericana Campus Central, Jornada Sabatina”. Presentada por el (la) estudiante: **Carmén Cecilia Abigail Lechuga Zetino** previo a optar al grado Académico de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*

**Lcda. Ana María Herrera López**  
**Revisor**



# UPANA

Universidad Panamericana  
"Sabiduría ante todo, adquiere sabiduría"

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala mes de junio del 2019. -----

*En virtud de que la presente Tesis, con el tema: **"Trastornos Psicosomáticos que presentan los estudiantes de cuarto año de Psicología de la Universidad Panamericana Campus Central, jornada sabatina"** Presentado por el (la) estudiante: **Carmén Cecilia Abigail Lechuga Zetino** reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, esta Decanatura extiende **Dictamen de Aprobación** previo a optar grado de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, para que el (la) estudiante proceda a la entrega oficial en Facultad.*

M.A. Elizabeth Herrera de Tan  
Decano  
Facultad de Humanidades



**Nota:** Para efectos legales, únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo.

## **Dedicatoria**

### **A Dios**

Por darme salud, sabiduría y entendimiento para poder cumplir mis objetivos, por ser mi fortaleza, dándome bendiciones, amor y apoyo.

### **A mi familia**

Por estar incondicionalmente a mi lado apoyando, para no desfallecer y poder lograr mis metas. Gracias por todo el apoyo brindado.

### **A mi novio**

Por su apoyo incondicional, por acompañarme en los momentos de arduo trabajo motivándome con amor, paciencia y optimismo. Gracias por animarme a seguir luchando por mis sueños.

### **A mis amigas**

Por todo el apoyo brindado, por su amistad y por compartir juntas cada uno de los retos en nuestra profesión. Gracias por animarnos mutuamente.

### **A mi asesora**

Licenciada Noemí Cardona por su dedicación, paciencia, motivación y apoyo brindado para hacer posible la culminación de esta tesis.



# Contenido

<b>Resumen</b>	i
<b>Introducción</b>	ii
<b>Capítulo 1: Marco contextual</b>	
1.1 Antecedentes	1
1.2 Planteamiento del Problema	2
1.3 Justificación del estudio	3
1.4 Alcances, límites y limitantes	4
1.5 Objetivos	5
<b>Capítulo 2: Marco Teórico</b>	
2.1 Salud mental y física en estudiantes trabajadores	6
2.1.1 Salud mental	6
2.1.2 Salud física	7
2.2 Somatizaciones	8
2.3 Patologías psicosomáticas	10
2.3.1 Clasificación trastornos psicosomáticos DSM5 - CIE10	11
2.3. Presentación clínica	12
2.3.3 Carga académica y horas de laborales en estudiantes trabajadores	13
2.4 Jornadas laborales en Guatemala	13
2.5 Jornadas de estudio	14
2.6 ¿Qué es estrés?	15
2.6.4 Estrés académico	18
2.6.5Estrés laboral	18
2.7 Remuneración económica en estudiantes trabajadores.	21

### **Capítulo 3: marco metodológico**

3.1 Método	23
3.2 Tipo de investigación	23
3.3 Niveles y técnicas de investigación	23
3.4 Pregunta de investigación	24
3.5 Variables de investigación	24
3.6 Hipótesis	24
3.7 Análisis de factibilidad y viabilidad	25
3.8 Muestreo	25
3.9 Sujetos de la investigación	25
3.10 Instrumentos de investigación	25
3.11 Procedimiento	26
3.12 Cronograma	27

### **Capítulo 4: Presentación y Discusión de Resultados**

4.1 Presentación de resultados	28
4.2 Discusión de resultados	50

Conclusiones	51
--------------	----

Recomendaciones	52
-----------------	----

Referencias	53
-------------	----

Anexos	55
--------	----

### **Lista de Tablas**

Tabla No. 1 Clasificación trastornos psicósomáticos DSM5 – CIE10	11
Tabla No. 2 Jornadas laborales código de trabajo de Guatemala	14
Tabla No. 3 Jornada sabatina Universidad Panamericana	15
Tabla No. 4 Reacciones psicológicas, orgánicas y conductuales ante el estrés	17
Tabla No. 5 Ciclos del estrés	18

Tabla No. 6 Cronograma	27
------------------------	----

### **Lista de Gráficos**

Gráfica No. 1 Comprensión y comunicación	29
Grafica No. 2 Capacidad para moverse en su alrededor	30
Grafica No. 3 Cuidado personal	31
Grafica No. 4 Relaciones con otras personas	32
Grafica No. 5 Actividades de la vida diaria	33
Grafica No. 6 Participación en la sociedad	34
Grafica No. 7 Síntomas somáticos	35
Grafica No. 8 Ansiedad e insomnio	36
Grafica No. 9 Disforia social	37
Grafica No. 10 Depresión	38
Grafica No. 11 Estudiantes trabajadores	39
Grafica No. 12 Tipo de trabajo	40
Grafica No. 13 Depende económicamente de padres u otras personas	41
Grafica No. 14 Dependencias económicas	42
Grafica No. 15 Horario laboral	43
Grafica No. 16 Ingreso mensual	44
Grafica No. 17 Necesidad económica	45
Grafica No. 18 Trabajadores – Estudiantes	46
Grafica No. 19 Estudiantes que consideran su formación académica como inversión	47
Grafica No. 20 Posibilidad de los estudiantes de costear sus estudios universitarios	48
Grafica No. 21 Necesidad de un ingreso adicional en estudiantes trabajadores	49

## **Resumen**

Para el presente trabajo y dentro del marco contextual, se planteó como objetivo general evaluar la forma en que afectan la carga académica y las horas laborales a los estudiantes de cuarto año de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social. En muchos de los casos es notoria la manifestación de síntomas que presentan y que se relacionan con los trastornos psicosomáticos. En un segundo momento, se abordaron los objetivos específicos consistentes en categorizar las alteraciones físicas y mentales, determinar la influencia de la carga académica y las horas labores y en la manifestación de los trastornos psicosomáticos.

En un tercer objetivo, se investigó la necesidad de remuneración económica que tiene los estudiantes para cubrir los gastos universitarios. El proyecto se enfocó en los trastornos psicosomáticos debido a que esta condición se ha convertido en una situación que aqueja a los estudiantes, como resultado de la suma de la carga académica y horas laborales.

Como un resultado adicional, se encontró que el impacto de la condición de salud mental y los padecimientos físicos provocados por la situación de estudiante trabajador, provoca cambios en el estado de ánimo y las relaciones interpersonales, en ese sentido fue necesario integrar al marco teórico información científica y actualizada de los temas relacionados con los Trastornos Psicosomáticos. En cuanto al marco metodológico, se integró con información relevante sobre el tipo de método de investigación utilizado, concluyendo con la presentación y discusión de los resultados obtenidos en la investigación.

## **Introducción**

En la actualidad muchos estudiantes del nivel superior se ven en la necesidad de trabajar para poder estudiar. Esto los coloca en una situación agotadora y de estrés que luego se convierte en la causa de un trastorno de salud física, que de no ser atendida oportunamente puede derivar en un trastorno psicosomático. La característica de los estudiantes trabajadores es llevar un ritmo de vida acelerado y con ello una alimentación poco saludable y equilibrada, esto incide en el rendimiento laboral y académico. El cansancio se hace notorio, bajan el entusiasmo y la concentración y otros aspectos indispensables en el ejercicio laboral y académico.

Se considera que el estrés es un factor que ha tenido presencia en la sociedad, así como las enfermedades físicas, siendo estas el resultado de un desequilibrio emocional que persiste a través del tiempo. Los trastornos psicosomáticos son producidos por somatización del individuo entre mente-cuerpo, por lo que, cuando se alteran las emociones displacenteras, sentimientos negativos y modificaciones del ciclo vital o situaciones de alto impacto, ocasionan cierta vulnerabilidad de presentar trastornos psicosomáticos.

La investigación puso en evidencia que los trastornos psicosomáticos encontrados en los estudiantes trabajadores integrantes de la muestra, son el resultado de la manera como les afectan la carga académica y las jornadas laborales. El interés de realizar esta investigación surgió de la experiencia personal y la observada en otros estudiantes, que presentan padecimientos físicos, cambios en el estado de ánimo, bajo rendimiento académico y problemas en las relaciones interpersonales, entre otros.

Por lo que se consideró importante llevar a cabo esta investigación para poner en evidencia el problema; pero sobre todo ofrecer sugerencias y recomendaciones que promuevan prácticas saludables que beneficien la salud mental y emocional de los estudiantes de cuarto año de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social de la Universidad Panamericana, campus central.

Para orientar la investigación se plantearon varios objetivos, uno general y tres específicos. El objetivo general, consistió en evaluar la forma en la que afectan la carga académica y las horas laborales a los estudiantes y los trastornos psicosomáticos que presentan. Los objetivos específicos se plantaron de forma que permitieron categorizar las alteraciones físicas y mentales que aquejan a los estudiantes de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, que trabajan y estudian. También se redactaron de tal forma que facilitaron la investigación sobre la manera en que influyen, la carga académica y las horas labores en la manifestación de los trastornos psicosomáticos.

Para complementar lo anterior se diseñó y aplicó una encuesta que facilitó información relacionada con la necesidad de remuneración económica que tiene los estudiantes para realizar estudios universitarios. Todo ello posibilitó el planteamiento de propuestas remediales y preventivas que se compartieron con los estudiantes integrantes de la muestra relacionados con el manejo de estrés académico y laboral.

# Capítulo 1

## Marco Contextual

### 1.1 Antecedentes

El grupo de cuarto año de la Licenciatura de Psicología Clínica y Consejería Social jornada sabatina de la Universidad Panamericana campus central, está integrando por 20 estudiantes que reciben cuatro cursos presenciales, cada uno de dos horas quince minutos, correspondientes al cuarto trimestre. Uno de los cursos, lo constituye la Práctica de Consejería III, que es el curso que tiene como dice su nombre, el objetivo de realizar una práctica en consejería y que los estudiantes realizan fuera de la jornada de estudios.

El curso consiste en 8 horas semanales, en instituciones públicas o privadas ajenas a la Universidad Panamericana. Dicha actividad requiere que los estudiantes dediquen más horas de estudio en casa y realicen investigación bibliográfica, diseño de planes de intervención para cumplir con la demanda de la práctica y responder a las demás tareas programadas en los otros cursos. En el grupo de estudiantes se ha observado que la mayoría además de asistir a clases presenciales, realizar la práctica y hacer estudio autodirigido, son trabajadores de tiempo completo y en muchos casos jefes de familia.

Al dialogar con los estudiantes sobre lo que representa la carga de trabajo académico y el trabajo remunerado, refieren que con frecuencia presentan síntomas como; dolores de cabeza, tensión muscular o gastritis nerviosa, por lo que se considera que los estudiantes trabajadores, se encuentran saturados académica y laboralmente, y que esto les provoca padecimientos físicos y cambios en el estado de ánimo. Indican que las relaciones interpersonales también se han visto afectadas, por lo que podrían sospechar que se está desarrollando un trastorno psicosomático. Cabe mencionar que los estudiantes se quejan del exceso laboral, mencionando no tener el tiempo suficiente para cumplir con las tareas estipuladas o que estas las realizan con un nivel poco satisfactorio, lo que los altera y agota física y mentalmente.

Los catedráticos se encuentran involucrados, ya que son actores importantes en el proceso de formación académica y en ciertas ocasiones, los estudiantes buscan como medidas de solución, comunicar el exceso en la carga académica y las dificultades con sus horarios de trabajo a los catedráticos quienes no tienen respuestas que satisfagan su preocupación. Por otro lado, los padecimientos físicos presentados por los estudiantes se asocian al consumo de fármacos sin receta de un facultativo, pero que alivian cierta sintomatología y les permite continuar sus rutinas.

## 1.2 Planteamiento del Problema

En la actualidad se presentan varias situaciones que han llegado a causar trastornos psicossomáticos, una de las causas es ser estudiantes universitarios y trabajar para costear los gastos que esto representa. Esta condición los expone al desarrollo de trastornos psicossomáticos, manifestando síntomas y signos dolores de cabeza, preocupación, tensión muscular y gastritis nerviosa. El interés de realizar esta investigación se debió a la experiencia personal y observar en otros estudiantes la misma semiología. Al concluir la investigación se espera obtener datos relevantes que permitan conocer información específica de los trastornos psicossomáticos que presentan los estudiantes que conforman la muestra y proponer medidas que faciliten el manejo de estrés académico y laboral.

### 1.2.1 Pregunta de investigación

¿Qué Trastornos Psicossomáticos presentan los estudiantes trabajadores de cuarto año de Psicología de la Universidad Panamericana?



### 1.3 Justificación del estudio

La presente investigación puso en evidencia cuáles son los trastornos psicosomáticos que presentan los estudiantes trabajadores. Para el efecto fueron evaluados aspectos como la carga académica y las jornadas laborales que enfrenta la población. El interés de realizar dicha investigación surgió de la experiencia personal y la observada en otros estudiantes, que presentaron padecimientos físicos, cambios en el estado de ánimo, bajo rendimiento académico y problemas en las relaciones interpersonales, entre otros. Se consideró importante llevar a cabo esta investigación, para poner en evidencia el problema y presentar sugerencias y recomendaciones que favorezcan la salud mental y emocional de los estudiantes de cuarto año de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social de la Universidad Panamericana, Campus Central.

Según Cabrera, A, García, E, Langmaack, H & Vásquez, E. (2013), la psicología y la medicina coexisten en el origen y desarrollo de la enfermedad, puesto que el cuerpo humano es una unidad entre mente y cuerpo, es decir, lo que sucede en la mente y los procesos psíquicos se manifiesta en el cuerpo y viceversa.

Este estudio permitió categorizar las alteraciones físicas y mentales somatizadas en los estudiantes que trabajan, determinando cómo influyen la carga académica y las horas laborales en la manifestación de los trastornos psicosomáticos. También se pudo establecer la necesidad de remuneración económica que tienen para sufragar el costo de los estudios universitarios y demás compromisos personales y familiares.

A partir de este estudio se obtuvo una serie de datos que permitieron conocer información específica de los trastornos psicosomáticos para proponer medidas que faciliten a los estudiantes un mejor manejo del estrés académico y laboral.

## 1.4 Alcances, límites y limitantes

### 1.4.1 Alcances

Para la investigación de campo, se contó con la autorización de la catedrática de la clase de Práctica en Consejería Familiar y Social que cursan los estudiantes integrantes de la muestra, se integró la muestra con la totalidad de la población estudiantil que cursa el cuarto la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social de la Universidad Panamericana, campus central, se contó con la colaboración de los estudiantes al momento de la aplicación de los cuestionarios y encuesta y se logró realizar la investigación de acuerdo con lo planificado.

### 1.4.2 Límites

Debido a cuestiones de tiempo dentro del curso de práctica, se aplicaron los dos cuestionarios y encuesta en 45 minutos, tomando en cuenta cierto tiempo para evaluación.

### 1.4.3 Limitantes

Al momento de la evaluación, los estudiantes integrantes de la muestra fueron integrándose en distintos momentos, lo que hizo que el tiempo de aplicación se redujera.

Debido a la ausencia de cuatro estudiantes, la aplicación de las pruebas se hizo en dos fechas distintas retrasándose de esa forma la calificación e interpretación.

## 1.5 Objetivos

### 1.5.1 Objetivo General

Evaluar cómo afectan la carga académica y las horas laborales a los estudiantes de cuarto año de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, jornada sabatina de la Universidad Panamericana, campus central, que presentan trastornos psicosomáticos.

### 1.5.2 Objetivos Específicos

Categorizar las alteraciones físicas y mentales que presentan los estudiantes trabajadores.

Determinar cómo influyen la carga académica y las horas labores en la manifestación de los trastornos psicosomáticos que presentan los estudiantes trabajadores.

Establecer la necesidad de remuneración económica que tiene los estudiantes trabajadores para realizar estudios universitarios.

## **Capítulo 2**

### **Marco Teórico**

#### **2.1 Salud mental y física en estudiantes trabajadores**

La salud mental y física es entendida como un estado saludable de bienestar en las personas, es decir, el estado general del cuerpo y la mente. El bienestar mental se encuentra relacionado con el bienestar físico, por lo que las enfermedades físicas del cuerpo influyen en gran medida en el estado mental de la persona, esto debido al estrés y desgaste mental que pueden estar presentando, ocasionando ciertos padecimientos físicos.

##### **2.1.1 Salud mental**

La salud se considera como el bienestar físico, psicológico y social del ser humano, dentro del cual el esquema biomédico abarca la esfera subjetiva y el comportamiento del individuo. Es decir, desde lo subjetivo la salud está relacionada con un sentimiento de bienestar y tiene relación con la capacidad de funcionamiento de la persona. Según Oblitas (2009), la salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) 2013, la salud es el completo bienestar físico, mental y social, es decir, no es simplemente la ausencia de dolencias o enfermedades. Se considera que la salud es el estado de adaptación al medio y la capacidad de funcionar en las mejores condiciones de ese medio.

Dentro de la salud existe un principio psicofisiológico básico, “cada cambio fisiológico se encuentra acompañado por un cambio mental, emocional, consciente o inconsciente, así como

también, de manera contraria cada cambio a nivel mental, emocional, consciente o inconsciente genera un cambio fisiológico” (Oblitas, 2010, p.3)

Por otro lado, dentro del modelo actual de salud se reconoce que los factores psicosociales afectan los sistemas corporales, debido a que altera la vulnerabilidad del individuo en los procesos patológicos. Por lo que se considera que el paradigma actual de dicho campo señala que la calidad de bienestar psicológico y físico, dependen en gran medida de los hábitos de vida. Esto quiere decir, que las creencias y actitudes, los hábitos cotidianos y la conducta, son aspectos importantes dentro de la problemática del ser humano.

### 2.1.2 Salud física

El modelo biomédico asume que la enfermedad puede ser explicada en términos biológicos, por lo que la conducta social no influye en las anomalías conductuales que se reduzcan a procesos somáticos, biomédicos o neurofisiológicos. La filosofía del modelo médico, implica un reduccionismo, debido a que todos los fenómenos biológicos son reducibles a procesos bioquímicos básicos y el mantenimiento del dualismo mente-cuerpo; ya que los procesos somáticos y psicológicos se excluyen, razón por la cual cuerpo y mente son dos entidades separadas, (Oblitas 2008).

Según Oblitas (2008), los estilos de vida saludable implican conocer aquellos comportamientos que mejoran la salud del individuo, es decir, las conductas saludables son aquellas acciones realizadas por el sujeto, las cuales permiten obtener resultados satisfactorios físicos y fisiológicos a corto o largo plazo, repercutiendo en el bienestar físico y su duración. Los principales comportamientos saludables para mantener una salud física adecuada son:

- Practicar ejercicio físico, ayudando a prevenir problemas cardiovasculares, a controlar el peso y normalizar el metabolismo de los carbohidratos y lípidos. Una actividad física enérgica practicada regularmente disminuye los sentimientos de estrés y ansiedad, permite tener una

estabilidad emocional como beneficio de reducir la ansiedad, depresión y tensión, así como también, permite mejora en las actitudes y actividades laborales.

- Nutrición adecuada, disminuye el riesgo de desarrollar enfermedades relacionadas con la nutrición. Es decir, las dietas saludables proporcionan al cuerpo una cantidad adecuada de todos los nutrientes esenciales para las necesidades metabólicas del organismo.
- Desarrollo de un estilo de vida minimizador de emociones negativas; las emociones negativas constituyen un riesgo para la salud, debido a que inducen efectos psicológicos y fisiológicos que alteran la salud, influyendo en el desarrollo de conductas no saludables. Una persona que vive situaciones estresantes es probable que desarrolle dichas conductas, por lo que se considera que el apoyo social puede ser un factor modulador de estrés, así como también, el equilibrio en la transacción persona-situación, el individuo pone en marcha una serie de conductas, manifiestas o encubiertas, con el objetivo de establecer el equilibrio.

## 2.2 Somatizaciones

Las somatizaciones es la presencia de síntomas somáticos que no pueden ser explicados por descubrimientos orgánicos, así como también, se caracterizan por dolencias somáticas múltiples que son recurrentes o crónicas, considerándose a esta condición como Síndrome de Briquet, (Saraso & Sarason 2006).

Las quejas principales incluyen; dolores de cabeza, fatiga, palpitaciones, periodos de desmayos, náuseas, vómitos, dolores abdominales, problemas del intestino, alegrías, problemas menstruales y sexuales. Las personas con trastornos de somatización creen que están enfermos, en su mayoría las múltiples dolencias crónicas de las personas con somatizaciones acompañadas de patrones de características de la personalidad y dificultades en sus relaciones sociales.

Se considera que las personas que sufren somatizaciones dan la impresión de ser inmaduras y demasiado nerviosas, por lo que tienden a estar preocupadas por los síntomas. Las dolencias en los trastornos somáticos generalmente se presentan en forma dramática, vaga y exagerada, las

personas con somatizaciones tienden a utilizar imágenes vividas para describir eventos y sus reacciones hacia ellas, (Sarason & Sarason 2006).

### 2.2.1 Síntomas generales

Los síntomas generales son aquellas manifestaciones patológicas subjetivas que sufre un enfermo, como el dolor, el cansancio, las náuseas, la visión borrosa, es decir, algo que el médico no puede ver, mientras que una erupción cutánea, la fiebre o la hinchazón, es algo que el médico puede ver o detectar. (RANM, 2016).

Fatiga: es una sensación de falta de energía, de agotamiento o cansancio.

Vómitos: suceden cuando el rechazo se vuelve insoportable, por lo que se tiende a manifestar físicamente dicho rechazo.

Alergia: se presenta después de un acontecimiento donde se ha sentido separado de una cosa significativa. Es decir, cuando volvemos a vivir una situación que nos recuerda dicho acontecimiento triste o desgarrador, aparece la alergia, debido a que en una parte del cuerpo (los sentidos) se acuerdan de todo, dentro de las células se graba todo.

### 2.2.2 Músculos-esqueléticos

Dolor muscular: se puede asociar con puntos gallitos, aumentos de la tensión muscular o combinación entre ellos. Mientras que el síndrome miofacial se define por la presencia de puntos gallitos, cefalea tensional y las alteraciones de la articulación temporomandibular incrementando el tono muscular. El dolor suele ser constante, profundo y sordo, en ciertas ocasiones puede ser hiperalgesia o alodinia, por lo que se realiza un diagnóstico diferencial con el dolor neuropático.

### 2.2.3 Gastrointestinales

Los problemas emocionales, somatizan en nuestro cuerpo, mediante problemas digestivos como: acidez, ardor, reflujo, gases, hinchazón y estreñimiento.

### 2.2.4 Cardiorrespiratorios

Las palpitaciones: Son sensaciones de latidos cardíacos que se perciben como si el corazón estuviera latiendo con violencia o acelerado, puede sentirse en el pecho, la garganta o el cuello.

### 2.2.5 Neurológicos

Dolor de cabeza: Aparece cuando se fuerza demasiado la mente, se genera mucha ansiedad y preocupación, esto debido a las fuertes presiones ejercidas por situaciones o acontecimientos que rodean a las personas. Un dolor de cabeza se relaciona con una situación en el trabajo o hacia lo social.

Desmayo: Es la pérdida de consciencia procede de una carencia de oxigenación en el cerebro, esto puede presentarse en una forma de asfixia o estar vinculado a vasos sanguíneos que se dilatan después de un golpe emocional, dejando con poca sangre al cerebro, es decir, con poco oxígeno. La mente dejar al cuerpo durante cortos instantes.

Náusea: Se define como la gana de vomitar y se acompaña de una sensación de malestar general, es un signo de disgusto y de rechazo hacia una cosa, persona, idea, situación o incluso una emoción.

## 2.3 Patologías psicosomáticas

Generalmente las patologías psicosomáticas se deben a que existe un conflicto psicológico no resuelto; el cual tiene que ver con aspectos negativos que afectan directamente la personalidad del ser humano. Por lo que, al reprimir los sentimientos o al sentir angustia o niveles de tensión altos y no encontrar una solución a su problemática, las personas sufren una indisposición que se refleja



en dolores de cabeza o musculares, fatiga, insomnio, erupciones cutáneas, arritmias o taquicardias, entre otros, (Barrientos, 2010).

Por lo que no son conscientes que durante el tiempo que dura una situación de estrés o ansiedad, si no se controla, es posible que presentar problemas de somatización, debido a que el cuerpo estará priorizando otras funciones vitales. Se considera que además del estrés, las emociones que afectan con facilidad al cuerpo son las siguientes: ansiedad, tristeza, excitación, enfado o ira.

### 2.3.1 Clasificación trastornos psicósomáticos DSM5 - CIE10

**Tabla No.1**  
**Clasificación trastornos psicósomáticos DSM5 – CIE10**

DSM-5	CIE-10
Síntomas somáticos y trastornos relacionados (2013)	Trastornos somatomorfos (1992)
Trastornos de síntomas somáticos	Trastornos por somatización
	Trastorno somatomorfo indiferenciado
Trastornos de ansiedad por enfermedad	Trastorno hipocondríaco, incluye la dismorfofobia
Factores psicológicos que influyen en otras afecciones médicas	Disfunción vegetativa somatomorfa, incluye: corazón y cardiovascular, digestiva, respiratoria, urogenital y otras
Trastorno por conversión (trastorno de síntomas neurológicos funcionales).	Los trastornos disociativos (fuera de los trastornos somatomorfos), incluye los trastornos conversivos.
	Trastornos por dolor somatomorfo
Trastornos de síntomas somáticos y trastornos relacionados especificados y no especificar	Trastorno somatomorfo sin especificar
Trastorno facticio	Otros trastornos somatomorfos
Simulación	

Fuente: elaboración propia (2018)

### 2.3.2 Presentación clínica

Las personas asisten a consultas médicas o puestos de salud con más síntomas que signos físicos, complejos y no atribuibles a enfermedades conocidas tales como; malestar intenso, preocupación por la salud, y una solicitud constante de atención médica. Razón por la cual las personas presentan un deterioro en las actividades sociolaborales y suelen manifestarse con mayor frecuencia las actividades desagradables para los individuos que las agradables. Las dificultades interpersonales y sociales contribuyen a que estas personas parezcan más enfermos que los enfermos crónicos. Por lo que, el diagnóstico de trastornos de síntomas somáticos se establece si presenta al menos:

- Cuatro dolores diferentes (cefaleas, dorsalgia, dolor en las extremidades, dolor torácico o disuria).
- Dos síntomas gastrointestinales (náuseas, hinchazón, diarrea o intolerancia alimenticia).
- Un síntoma sexual (síntomas menstruales, disfunción eréctil o eyaculación o indiferencia sexual).
- Un síntoma pseudoneurológico diferente del dolor (sordera, parálisis, globus faríngeo, afonía, debilidad, anestesia o ceguera).

La somatización consiste en experimentar y comunicar síntomas inexplicables que no se atribuyen a una enfermedad física y para los que no han funcionado los tratamientos médicos. Se considera que las somatizaciones tienen tres componentes:

Experiencial: Lo constituyen los síntomas que experimentan los individuos.

Cognitivo: Es la interpretación que los individuos hacen de sus síntomas. Interpretan la somatización como una enfermedad amenazante no detectada.

Conductual: Los individuos buscan un diagnóstico y un tratamiento médico de forma persistente.

### 2.3.3 Carga académica y horas de laborales en estudiantes trabajadores.

Los trabajadores son aquellos que desempeñan una serie de actividades diarias con horarios establecidos, dentro los cuales se debe cumplir con las tareas asignadas en los tiempos asignados. Por lo cual las personas tienden a trabajar en las jornadas laborales que se adecuen con las necesidades y prioridades de la empresa.

## 2.4 Jornadas laborales en Guatemala

El Código de Trabajo de Guatemala en el artículo 116, se refiere a que la jornada ordinaria de trabajo efectivo diurno no puede ser mayor de ocho horas diarias, ni exceder de un total de cuarenta y ocho horas a la semana. La jornada ordinaria de trabajo efectivo nocturno no puede ser mayor de seis horas diarias, ni exceder de un total de treinta y seis horas a la semana. Tiempo de trabajo efectivo es aquél en que el trabajador permanezca a las órdenes del patrono. Trabajo diurno es el que se ejecuta entre las seis y las dieciocho horas de un mismo día. Trabajo nocturno es el que se ejecuta entre las dieciocho horas de un día y las seis horas del día siguiente.

La labor diurna normal semanal será de cuarenta y cinco horas de trabajo efectivo, equivalente a cuarenta y ocho horas para los efectos exclusivos del pago de salario. Se exceptúan de esta disposición, los trabajadores agrícolas y ganaderos y los de las empresas donde labore un número menor de diez, cuya labor diurna normal semanal será de cuarenta y ocho horas de trabajo efectivo, salvo costumbre más favorable al trabajador. Pero esta excepción no debe extenderse a las empresas agrícolas donde trabajen quinientos o más trabajadores.

**Tabla No. 2**  
**Resumen Jornadas laborales**  
**Código de trabajo de Guatemala**

<b>Días laborales</b>	<b>Horario</b>	<b>No se puede exceder</b>
Jornada diurna	6:00 a 18:00	8 horas al día 44 horas a la semana
Jornada nocturna	18:00 a 6:00	6 horas al día 36 horas a la semana
Jornada mixta	Parte en jornadas diurna y parte en jornada nocturna (si más de 4 horas son en jornadas nocturnas no se considera mixta sino jornada nocturnas)	7 horas al día 42 horas a la semana
Tiempo extra	Una jornada de trabajo regular se puede aumentar con un acuerdo entre empleador y trabajador hasta 4 horas más por días	La jornada de trabajo regular con horas extra no puede exceder 12 horas al día.

Fuente: elaboración propia (2018)

## 2.5 Jornadas de estudio

Las jornadas de estudio en la Universidad Panamericana campus central se dividen en: Jornada diurna martes y miércoles en el horario de 8:00 A.M. a 12:45 P.M. y jornada sabatina en el horario de 7:00 A.M. a 4:45 P.M. En relación con las jornadas de estudio en el nivel superior, las universidades públicas y privadas de Guatemala, no tienen establecidos horarios que rijan la actividad académica.

**Tabla No. 3**  
**Resumen jornada sabatina Universidad Panamericana**

Curso	Horario	Horas trimestrales
Práctica de Consejería III	7:00 A.M. a 9:15 A.M. una vez por semana	28 horas presenciales 104 horas de práctica
Consejería para la Codependencia y Adicciones	9:30 A.M. a 11:45 A.M. una vez por semana	28 horas presenciales
Psicología Social	12:00 P.M a 14:45 P.M. una vez por semana	28 horas presenciales
Fundamentos del conocimiento	Modalidad virtual	28 horas
50 Horas de trabajo autónomo cada trimestre y para todos los cursos.		

Fuente: Elaboración propia (2018).

## 2.6 ¿Qué es estrés?

El estrés se refiere a experiencias emocionales negativas con cambios conductuales, bioquímicos y psicológicos, que en cierta manera están relacionados con retos agudos o crónicos. Se considera que los factores estresantes son eventos que estimulan dichos cambios. Además de los factores psicológicos, el estrés también tiene múltiples consecuencias corporales. La vulnerabilidad de las personas ante el estrés está condicionada por su temperamento, resiliencia, habilidades para el afrontamiento y apoyo social que le rodea, por lo que la vulnerabilidad aumenta la probabilidad de una respuesta desadaptada ante el estrés.

Según Durán (2010), el estrés se considera como una respuesta adaptativa, influida por las características individuales y procesos psicológicos, esto a consecuencia de ciertas situaciones o eventos externos que generan en las personas demandas físicas o psicológicas, es decir, da como respuesta un “mecanismo de defensa”, que conlleva un conjunto de reacciones de adaptación del organismo.

Existe un nivel de estrés óptimo de manera que, si los individuos mantienen un nivel de activación por encima o por debajo, resultará negativamente sobre el desempeño laboral o académico, por lo que se invierte entre activación y desempeño haciendo que la productividad incremente con la tensión, sin embargo, puede deteriorarse conforme el estrés, causando que demasiada tensión (diestres) disminuya la productividad. Por otro lado, se considera que la tensión se genera cuando se da un alejamiento de las condiciones de estrés óptimas, que ocasionan un desequilibrio entre demanda y capacidad de control.

### 2.6.1 Situaciones desencadenantes de estrés

Se considera que las condiciones que desencadenan el estrés requieren de una adaptación a las situaciones diarias de nuestras vidas. Entre ellas se encuentran, la muerte de un familiar o amigo cercano, se identifica la necesidad de una adaptación ante dicha situación, asistir al kínder o a la universidad, identificándose la necesidad de adaptarse a la transición, razón por la cual si no se maneja adecuadamente las condiciones que desencadenan el estrés tienden a presentar ciertas características como, duración, severidad, predecibilidad y pérdida de control del individuo.

Dichos factores que interactúan se consideran importantes en las diferentes circunstancias que pueden provocar estrés, en las cuales requiere que los individuos se adapten a ellas. Debido a que el estrés tiene efectos perjudiciales en la conducta, el pensamiento y el funcionamiento del organismo, por lo cual es importante construir los recursos para ayudar a la conducta de afrontamiento. Los sentimientos psicológicos molestos se presentan cuando las personas experimentan estrés, afectando la presión sanguínea, los niveles hormonales y las ondas cerebrales, ocasionando que los niveles altos de estrés desarrollen estremecimiento, tartamudeo y una disminución de la eficacia al realizar actividades.

## 2.6.2 Reacciones psicológicas, orgánicas y conductuales ante el estrés

**Tabla No. 4**

**Reacciones psicológicas, orgánicas y conductuales ante el estrés**

Respuestas psicológicas	Respuestas orgánicas	Respuestas conductuales
Sentirse molesto Incapacidad para concentrarse Irritabilidad Pérdida de la confianza en sí mismo Preocupación Dificultad para tomar decisiones Pensamientos recurrentes Distractibilidad	Pulso rápido Palpitaciones Aumento de la transpiración Tensión de los músculos de brazos y piernas Respiración entrecortada Rechinar los dientes	Deterioro de la eficacia del desempeño Tabaquismo y consumo de alcohol u otras drogas Propensión a los accidentes Movimientos nerviosos (golpes con los pies, morderse las uñas) Aumento o reducción del apetito Aumento o reducción del sueño

Fuente: Elaboración propia (2018)

## 2.6.3 Ciclos del estrés

Para que una experiencia se considere como estresante las personas deben percibir cognoscitivamente como retadora, desafiante, amenazante, dañina o desagradable una situación. Los individuos se diferencian por sus reacciones al estrés, así como el grado de ansiedad que experimentan ante determinada situación. El estrés puede entenderse dependiendo cuán importante es el estresor para la persona y hasta donde el evento estresor puede controlarse, es decir, que habilidad y capacidad de afrontamiento tienen las personas para responder al estrés.

Se considera que la respuesta al estrés es el esfuerzo de nuestro cuerpo por adaptarse al cambio, o con, mayor insistencia por mantener la homeostasis, por lo que se experimenta el estrés cuando no podemos mantener o recuperar ese equilibrio personal. El estrés no se puede eliminar, sin embargo, pueden emplearse y desarrollarse habilidades y estrategias tanto individuales como organizacional, para manejar y controlar de manera adecuada las situaciones o eventos de estrés negativo, es decir, crear defensas mediante el conocimiento de las reacciones del organismo y aprender a manejarlo implementando técnicas que ayuden a la productividad y estado óptimo, (Durán 2010).

**Tabla No. 5**  
**Ciclos del estrés**

Evento estresor	Interno o externo
Tensión	Desequilibrio
Movilización de fuerzas	Activación
Reacción de resistencia/defensas	Respuesta
Homeostasis	Relajación o agotamiento

Fuente: elaboración propia (2018)

#### 2.6.4 Estrés académico

Según Clarsk 2003, el estrés en los cursos ejerce efectos negativos en el desempeño académico, en la salud y en el bienestar psicosocial del estudiante, por lo cual es importante considerar no sólo el exceso de factores desencadenantes del estrés, sino también los aspectos individuales, es decir, la forma en cómo reaccionan los estudiantes ante las presiones cotidianas, tales como; culturales y sociales, debido que dentro de su sociedad ellos intentan lograr metas, niveles de prestigio y patrones de comportamiento que el grupo cultural impone, por lo que una frustración en la realización de dichos aspectos puede desarrollar estrés.

Se considera que los estudiantes se encuentran expuestos a diversos estresores como; la preocupación en el área académica, particularmente con la sobrecarga del trabajo, exigencia y



desempeño. Así como también, la falta de tiempo y dedicación exigida, la ansiedad en torno a la calidad y dificultad de los materiales de estudio, la estructura del curso y el sistema de evaluación.

### 2.6.5 Estrés laboral

El Estrés es una tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicosomáticas o trastornos psicológicos a veces graves (Diccionario de la Real Academia Española, 2012). El estrés laboral es un desequilibrio percibido entre las demandas laborales y la capacidad de control, dentro de las que intervienen las aspiraciones de las personas y la realidad de sus condiciones de trabajo que generan, así como una reacción individual conveniente con la percepción del estresor laboral, (Durán 2010).

Se considera que los agentes causantes de estrés pueden ser físicos o psicológicos, entre los estresores físicos se encuentran el ruido intenso, las temperaturas extremas, los cambios bruscos dentro del ambiente, enfermedades, entre otros. Los estresores psicológicos se encuentran los sociales, los cuales encontramos en nuestra vida cotidiana tales como; atravesar situaciones comprometidas ante los demás, conflictos interpersonales, problemas económicos, etc.

Según Durán 2010, Una reacción individual del trabajador ante una situación de estrés relacionada con su trabajo, se puede percibir y valorar como un reto positivo o amenazante, a partir de la relación entre las demandas laborales y recursos necesarios para atender, es decir, la percepción de falta de control sobre la situación y el sufrimiento de sobreesfuerzo, originan cierto desgaste por el exceso de activación, presentándose de diferentes maneras (físicas, emocionales y conductuales). Por lo que en situaciones laborales las personas manifiestan diferentes grados de estrés, para ello intervienen tres factores.

Recursos personales: se refiere a las características del trabajador tales como; habilidades, aspiraciones, necesidades, valores morales, creencias de eficiencia personal y capacidad de control del medio.

Recursos laborales: son aquellas características del trabajo que reducen las demandas y sus costos asociados y estimulan el crecimiento personal, el aprendizaje y adquisición de metas.

Demandas laborales: se entiende como las características del trabajo que requieren un esfuerzo físico o psicológico (mental y emocional).

### 2.6.6 Estresores

Se consideran como estresor al agente interno o externo (estímulo), es decir, los factores cognitivos y perceptuales, las personas evalúan las relaciones propias con los eventos y provocan una respuesta de estrés, por lo que todo suceso, situación o persona que se encuentra en nuestro ambiente es un estresor. Entre los estresores pueden categorizarse en tres niveles de análisis:

Estresores individuales: aspectos personales a partir de las diferencias individuales, en la cual influyen estrés y la reacción en consecuencia.

- Cognitivo/afectivas: creencias y valores propios, aspiraciones, tipo de personalidad, tolerancia niveles de necesidad y autoestima.
- Conductuales: habilidades, tolerancia, asertividad entre otros.
- Demografía: edad, género, educación, ocupación, estado de salud, total de horas trabajadas.

Estresores del entorno o extraorganizativos: integra factores políticos, económicos, sociales y familiares, que indican sobre las personas (guerras, terrorismo, hambre, pobreza extrema, deterioro del medio ambiente cambio climático, problemas educativos, salud, crisis financiera, corrupción, violación a los derechos humanos entre otros).

Estresores organizativos:

- Ambiente físico como luz, ruido excesivo, humedad, disponibilidad y disposición de espacio.
- Nivel individual: tipo de trabajo, sobrecarga, conflictos con los roles, responsabilidad de personal y diferencia con metas laborales.
- Nivel grupal: interpersonal, trabajo en grupo, conflicto grupal, presiones de grupo, posibilidad de relacionarse con colegas, reconocimiento por el trabajo realizado, apoyo social, carga de trabajo equitativa, acoso.

### 2.6.7 Consecuencias del estrés

Según Durán 2010, menciona que las consecuencias del estrés pueden manifestarse en un nivel alto desde lo personal como empresarial u organizacional.

En el ámbito personal:

- Salud física: trastornos gastrointestinales, cardiovasculares, respiratorios endocrinos, dermatológicos, musculares, aumento del ritmo cardíaco, presión sanguínea, sudoración sequedad de boca escalofríos, tensión muscular, insomnio alergias úlceras etc.
- Salud mental: frustración, ansiedad o angustia, depresión, enojo, irritabilidad, baja autoestima, culpa, falta de capacidad para tomar decisiones y concentrarse, olvidos frecuentes y bloqueo mental.
- Aspectos conductuales: irritabilidad y mal humor, adicciones agresividad y apatía.
- Dimensión social: alejamiento o dificultad para relacionarse con los demás (pareja, familiares, amigos y compañeros de trabajo).

En el ámbito organizativo:

- Disminución de la productividad, falta de calidad o cooperación entre compañeros, aumento de petición en cambio de trabajo, necesidad de mayor supervisión, aumento de quejas y conflictos, incremento de costos en salud y aumento de ausencias al trabajo.

## 2.7 Remuneración económica en estudiantes trabajadores.

El Código de Trabajo de Guatemala en el artículo 88, refiere que el salario o sueldo es la retribución que el patrono debe pagar al trabajador en virtud del cumplimiento del contrato de trabajo o de la relación de trabajo vigente entre ambos. Salvo las excepciones legales, todo servicio prestado por un trabajador a su respectivo patrono debe ser remunerado por éste.

El cálculo de esta remuneración, para el efecto de su pago, puede pactarse:

- Por unidad de tiempo (por mes, quincena, semana, a) día u hora).
- Por unidad de obra (por pieza, tarea, precio alzado. b) o a destajo).
- Por participación en las utilidades, ventas o cobros c) que haga al patrono, pero en ningún caso el trabajador deberá asumir los riesgos de pérdida que tenga el patrono.

### 2.7.1 Fijación del importe salarial

El Código de Trabajo de Guatemala en el artículo 89, para fijar el importe salarial en cada clase de trabajo, se debe tomar en cuenta la intensidad y calidad de este, clima y condiciones de vida. A trabajo igual, desempeñado en puesto y condiciones de eficiencia y antigüedad dentro de la misma empresa, también iguales, corresponderá salario igual, el que debe comprender los pagos que se hagan al trabajador a cambio de su labor ordinaria. En las demandas que entablen las trabajadoras relativas a la discriminación salarial por razón de sexo, queda el patrono obligado a demostrar que el trabajo que realiza la demandante es de inferior calidad y valor.

## **Capítulo 3**

### **Marco Metodológico**

#### **3.1 Método**

El estudio se realizará implementando el método cualitativo, conformado por la muestra de 20 estudiantes de cuarto año de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, que cursan la Práctica de Consejería III, por medio de procedimientos de recolección de datos cualitativos, cuyo objetivo es evaluar cómo afecta la carga académica y horas laborales en los estudiantes trabajadores de cuarto año, jornada sabatina, campus central, que presentan trastornos psicosomáticos. En dicho estudio se aplicará el Cuestionario de Evaluación de la Discapacidad 2.0 (WHODAS), el Cuestionario de la Salud General y una encuesta diseñada para la recopilación de información relacionada con el tema a investigar.

#### **3.2 Tipo de investigación**

Para realizar este estudio se utilizó la investigación de campo que Arias (2012) define como “la investigación de campo es aquella que consiste en la recolección de todos directamente de los sujetos investigados, o de la realidad donde ocurren los hechos, sin manipular o controlar los resultados obtenidos”. (p.31). Es decir, la investigación de campo recopila información importante de los sujetos a investigar sin alterarla.

#### **3.3 Niveles y técnicas de investigación**

De acuerdo con el tipo de investigación, este reúne los niveles y características para el tipo de investigación descriptiva, que de acuerdo con Dalen y Meyer (2006), es aquella que permite conocer las situaciones, costumbres y actitudes, por medio de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. Dicha descripción no limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables. Por lo que es necesario la recopilación y análisis de datos por medio de una encuesta, aplicación del

Cuestionario de Evaluación de la Discapacidad 2.0 (WHODAS), y un Cuestionario de Salud General.

### 3.4 Pregunta de investigación

¿Qué trastornos psicosomáticos presentan los estudiantes trabajadores de cuarto año, jornada sabatina, campus central de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social de la Universidad Panamericana?

### 3.5 Variables de la investigación

#### Definición conceptual

Estudiantes trabajadores: Guzmán, C. (2004) refiere en “Entre el estudio y en trabajo” que los estudiantes trabajadores representan una manera particular de ser estudiantes, se encuentran de manera simultánea, desempeñándose en el rol que ejercen en una institución educativa y en el que ocupan en el ámbito laboral. Ambos requieren actividades específicas que idealmente se esperaba que se cumplieran.

También define que un estudiante es todo aquel que cursa estudios, en este caso universitarios, que tiene la oportunidad social de haber transitado, al menos suficientemente, los estudios previos a la educación superior y que trabajador es todo aquel que se dedica a una labor económicamente remunerada, que ejerce un rol ocupando un puesto en el ámbito laboral.

### 3.6 Hipótesis

Las fallas en la salud mental y física de los estudiantes trabajadores de cuarto año de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, jornada sabatina, de la Universidad Panamericana, por exceso de esfuerzo en las áreas laboral y educativa que los hace vulnerables a presentar trastornos psicosomáticos.

### 3.7. Análisis de factibilidad y viabilidad

El estudio es factible realizarlo, debido a que los sujetos con quienes se desea trabajar se encuentran al alcance geográfico, con cierta disponibilidad de tiempo. Esto debido a la carga académica y horas laborales que realizan los estudiantes trabajadores, por lo que se evaluará que trastornos psicosomáticos presentan dichos estudiantes. Para esto se diseñó una encuesta, con el objetivo de establecer la necesidad de remuneración económica que tiene los estudiantes trabajadores para realizar estudios universitarios, por lo cual se validó por expertos psicólogos y por uso estudiantes trabajadores, tenido como resultado que dicha encuesta es comprensible para su ejecución.

### 3.8 Muestreo

La población que conforma la muestra está comprendida por 20 estudiantes que cursan la Práctica de Consejería III, dicha práctica se realiza ocho horas a la semana en instalaciones fuera de la universidad, por lo que se realiza en horarios diferentes; jornada diurna, vespertina o domingos, debido a las necesidades de los estudiantes quienes deben acomodar sus horarios laborales con los centros de práctica disponibles.

### 3.9 Sujetos de la investigación

La investigación se llevó a cabo con estudiantes de cuarto de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, que asisten al curso de Práctica de Consejería Social Supervisada.

### 3.10 Instrumentos de investigación

Los instrumentos a utilizados fueron el Cuestionario para la Evaluación de la Discapacidad 2.0 (WHODAS), el cual consiste en seis series de preguntas, dicho instrumento sirvió para evidenciar la existencia en cierta discapacidad en la comprensión y comunicación, capacidad para moverse en

su alrededor, cuidado personal, relaciones con otras personas, actividades de la vida diaria y participación social.

Se administró el Cuestionario de la Salud General de Goldberg, que consiste en 28 ítems, es un instrumento que evalúa síntomas somáticos, ansiedad-insomnio, disfunción social y depresión. Y la aplicación de una encuesta con el fin de establecer la necesidad de remuneración económica que tienen los estudiantes para realizar estudios universitarios, dicha encuesta fue diseñada y validada por tres expertos Psicólogos y cinco estudiantes ajenos a la muestra, cuyo objetivo fue evaluar la comprensión y factibilidad de esta.

### 3.11 Procedimiento

Se solicitó autorización a las autoridades la Universidad Panamericana para poder aplicar los instrumentos a los estudiantes de cuarto año de Licenciatura de Psicología Clínica y Consejería Social, seguido se solicitó a la Licenciada responsable del curso de Práctica de Consejería III el tiempo, 20 minutos del curso, para aplicar los cuestionarios y la encuesta. Seguidamente de la recopilación de la información, se procedió a la calificación e interpretación de los instrumentos aplicados que en este caso son; Cuestionario para la Evaluación de la Discapacidad 2.0 (WHODAS), Cuestionario de la Salud General de Goldberg y una encuesta y se procedió a realizar la presentación de resultados en el informe final.



### 3.12 Cronograma

**Tabla No. 7  
Cronograma**

Mes		Julio		Agosto				Septiembre				Octubre				Noviembre				
Semana		semana 3	semana 4	semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	
Actividad																				
1	Autorización de establecimiento																			
2	Elaboración de encuesta																			
3	Validación de encuesta, por expertos y uso																			
4	Correcciones de encuesta																			
5	Trabajo de campo																			
6	Análisis de resultados																			
7	Elaboración de gráficas y análisis																			
8	Revisión y corrección																			
9	Presentación de informe final																			

Fuente: Elaboración propia (2018)

## **Capítulo 4**

### **Presentación y Discusión de Resultados**

#### **4.1 Presentación de resultados**

Los resultados que a continuación se presentan, son consecuencia del estudio realizado con los estudiantes de cuarto año de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social de la Universidad Panamericana, campus central, jornada sabatina. La muestra se conformó por 20 estudiantes, anuentes a participar en la investigación. Los cuestionarios, uno de Cuestionario de la Salud de Goldberg y el Cuestionario de Evaluación de la Discapacidad 2.0 (WHODAS) y una encuesta diseñada para evaluar las necesidades de remuneración económica de los estudiantes.

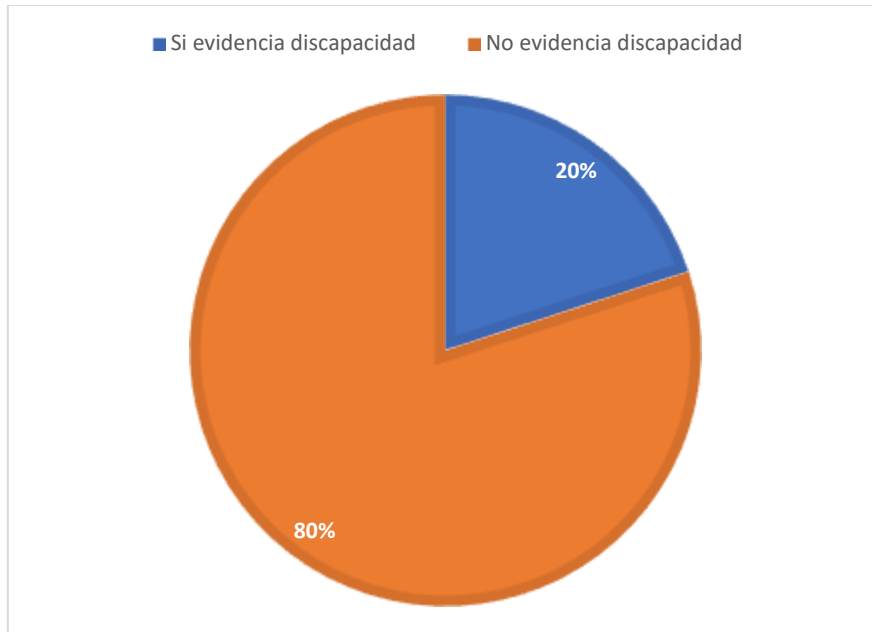
Estos fueron aplicados en uno de los salones de la universidad, el sábado 08 de septiembre de 2018, cuyo objetivo fue categorizar las alteraciones físicas y mentales que presentan los estudiantes, determinar cómo afecta la carga académica y las horas labores en la manifestación de los trastornos psicosomáticos. Así como establecer la necesidad de remuneración económica que tiene los estudiantes trabajadores para realizar estudios universitarios.

Los resultados se encuentran en desacuerdo con lo esperado, sin embargo, se evidencian características de trastornos psicosomáticos que aquejan a los estudiantes. La investigación se realizó como parte del curso de Tesis I y Tesis II del pensum de estudios de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social. Para el efecto se utilizó el método cualitativo.

#### **Cuestionario de Evaluación de la Discapacidad 2.0 (WHODAS)**

El Cuestionario para la Evaluación de la Discapacidad 2.0 (WHODAS), consiste en seis series de preguntas, dicho instrumento sirve para evidenciar si existe cierta discapacidad en comprensión y comunicación, capacidad para moverse en su alrededor, cuidado personal, relaciones con otras personas, actividades de la vida diaria y participación social. Los resultados son los siguientes:

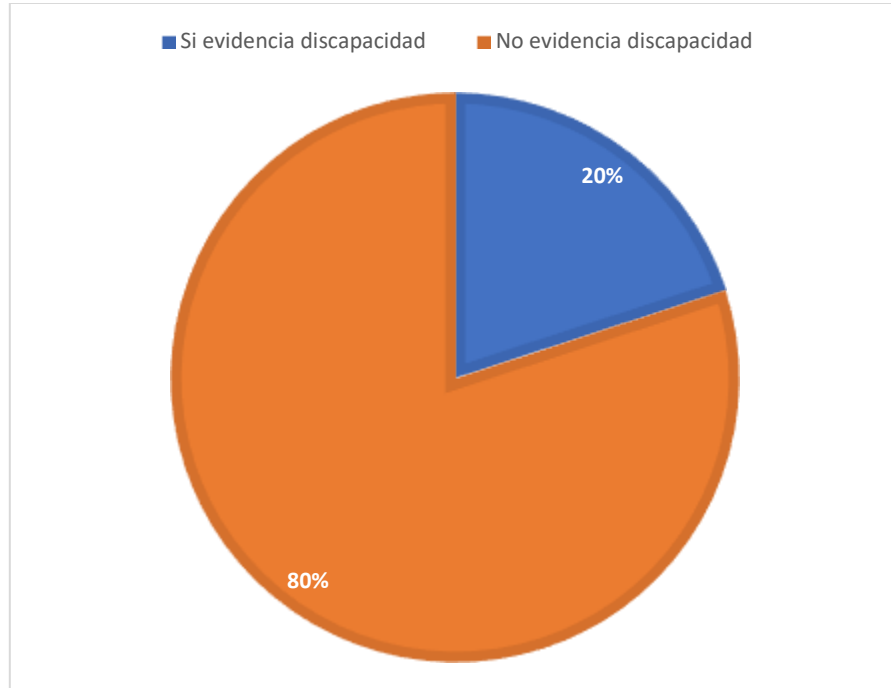
**Gráfica No. 1**  
**Comprensión y comunicación**



Fuente: elaboración propia, (2018).

El 20% de la población evaluada, muestra discapacidad en el área de comprensión y comunicación, que en comparación con el 80% que no evidencia discapacidad es significativo cuando se trata de estudiantes trabajadores. Puede interpretarse que más de la mitad de los estudiantes trabajadores sostienen una buena comunicación y comprenden el contenido de lo que comunican.

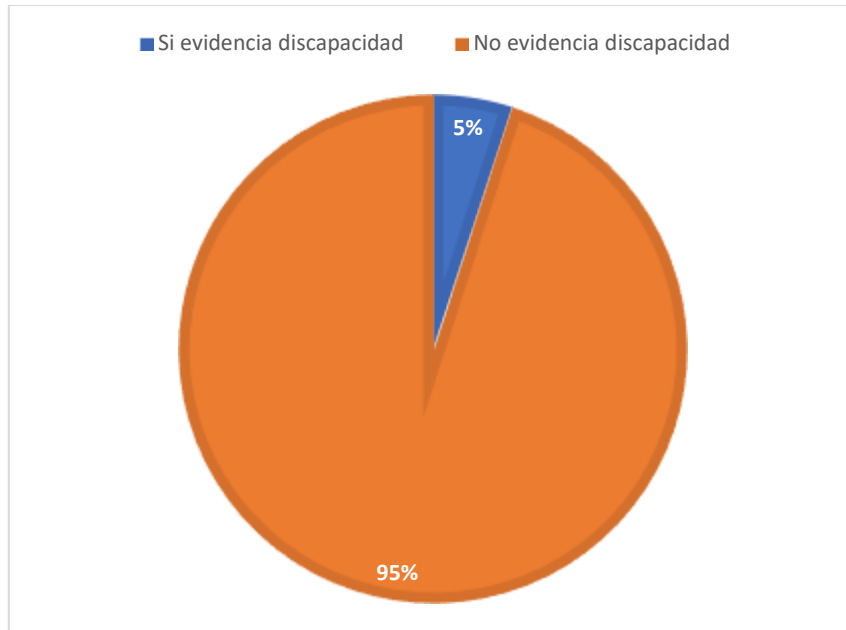
**Gráfica No. 1**  
**Capacidad para moverse en su alrededor**



Fuente: elaboración propia (2018).

El 20% de la población evaluada, muestra discapacidad en el área de capacidad para moverse en su alrededor, que en comparación con el 80% que no evidencia discapacidad es significativo cuando se trata de estudiantes trabajadores. Puede interpretarse que más de la mitad de estudiantes trabajadores tiene buena coordinación en sus movimientos.

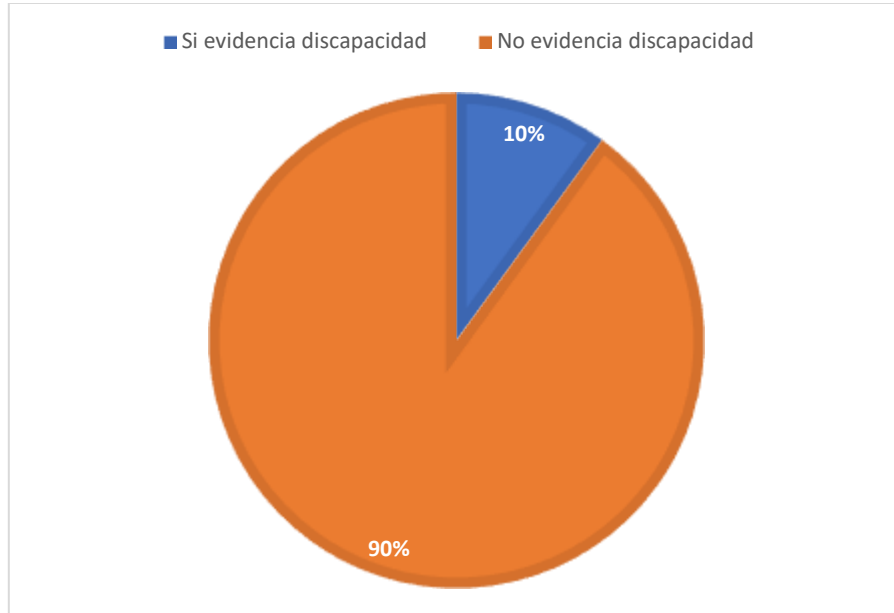
## Gráfica No. 2 Cuidado personal



Fuente: elaboración propia, (2018).

El 5% de la población evaluada, muestra discapacidad en el área de cuidado personal, que en comparación con el 95% que no evidencia discapacidad es significativo cuando se trata de estudiantes trabajadores. Puede interpretarse que más de la mitad de los estudiantes trabajadores tienen cuidado de su arreglo personal e higiene.

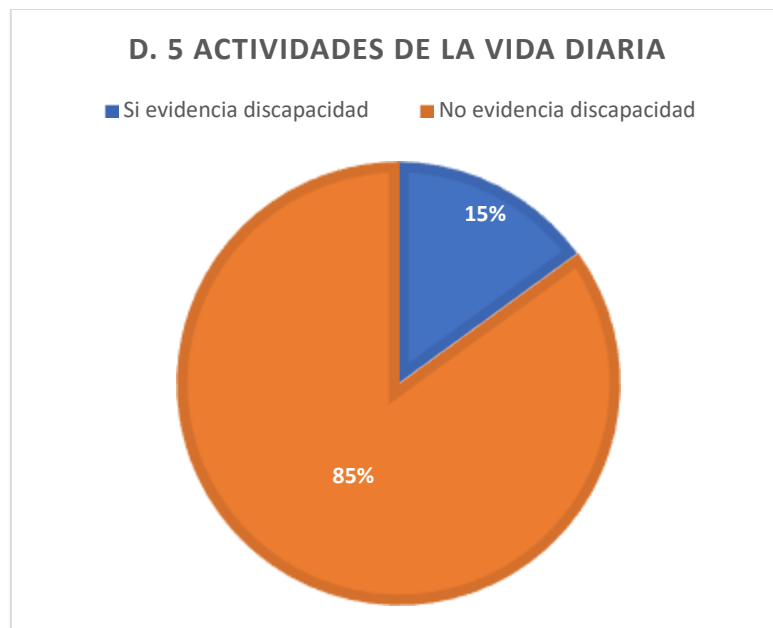
**Gráfica No. 3.**  
**Relaciones con otras personas**



Fuente: elaboración propia, (2018).

El 10% de la población evaluada, muestra discapacidad en el área de relaciones con otras personas, que en comparación con el 90% que no evidencia discapacidad es significativo cuando se trata de estudiantes trabajadores. Puede interpretarse que más de la mitad de los estudiantes trabajadores sostienen buenas relaciones interpersonales.

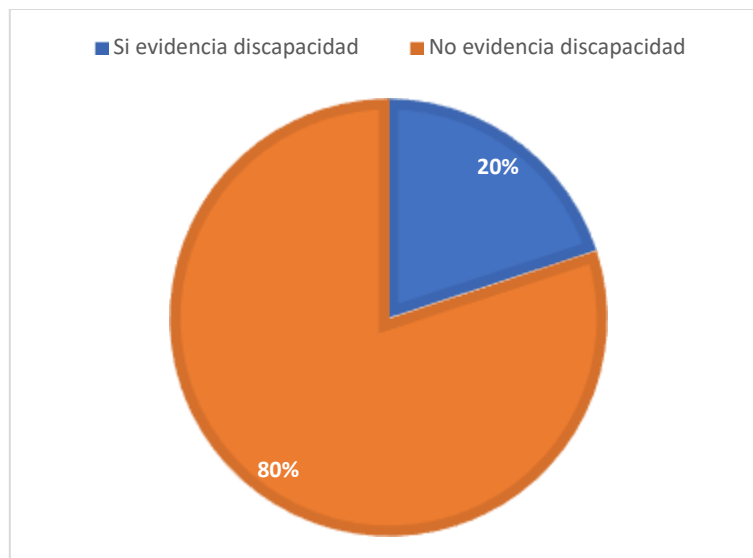
**Gráfica No. 4**  
**Actividades de la vida diaria**



Fuente: elaboración propia, (2018)

El 15% de la población evaluada, muestra discapacidad en el área de actividades de la vida diaria, que en comparación con el 85% que no evidencia discapacidad es significativo cuando se trata de estudiantes trabajadores. Puede interpretarse que más de la mitad de los estudiantes trabajadores sostienen adecuadamente sus actividades de la vida diaria.

**Gráfica No. 5**  
**Participación en la sociedad**



Fuente: elaboración propia, (2018)

El 20% de la población evaluada, muestra discapacidad en el área de participación en la sociedad, que en comparación con el 80% que no evidencia discapacidad es significativo cuando se trata de estudiantes trabajadores. Puede interpretarse que más de la mitad de los estudiantes trabajadores sostienen una adecuada participación en la sociedad, desenvolviéndose satisfactoriamente.



## Cuestionario de la salud general

EL Cuestionario de la Salud General de Goldberg, consiste en 28 ítems, es un instrumento que evalúa síntomas somáticos, ansiedad-insomnio, disfunción social y depresión.

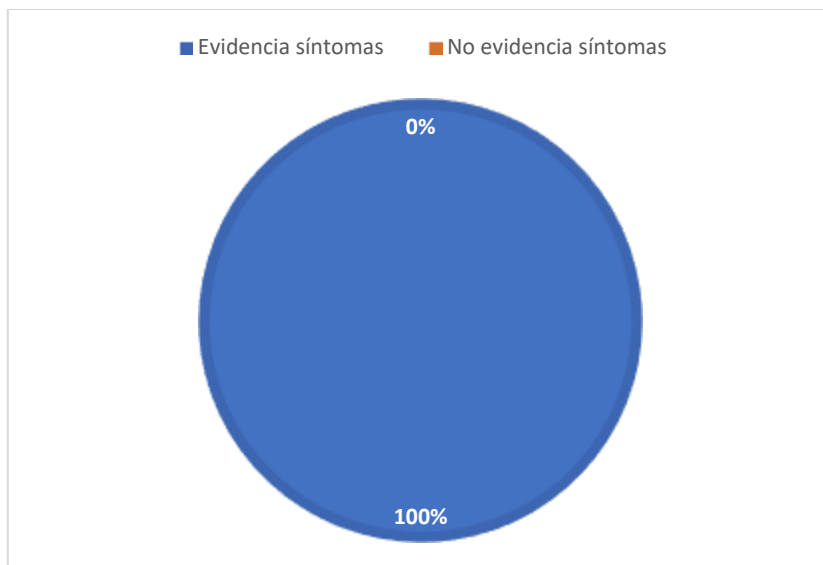
**Gráfica No. 6**  
**Síntomas somáticos**



Fuente: elaboración propia, (2018)

El 100% de la población evaluada, evidencia síntomas en el área somática, lo cual es significativo cuando se trata de estudiantes trabajadores. Puede interpretarse que la población completa de los estudiantes trabajadores presenta alteraciones en la salud.

**Gráfica No. 8**  
**Ansiedad e insomnio**



Fuente: elaboración propia, (2018)

El 100% de la población evaluada, muestra síntomas en el área de ansiedad-insomnio, lo cual es significativo cuando se trata de estudiantes trabajadores. Puede interpretarse que la población completa de los estudiantes trabajadores presenta síntomas de ansiedad y distorsiones en el ciclo de sueño.

**Gráfica No. 7**  
**Disforia social**



Fuente: elaboración propia, (2018)

El 80% de la población evaluada, muestra síntomas en el área de disforia social, que en comparación con el 20% que no evidencia síntomas es significativo cuando se trata de estudiantes trabajadores. Puede interpretarse que más de la mitad de los estudiantes trabajadores le cuesta más tiempo hacer las cosas.

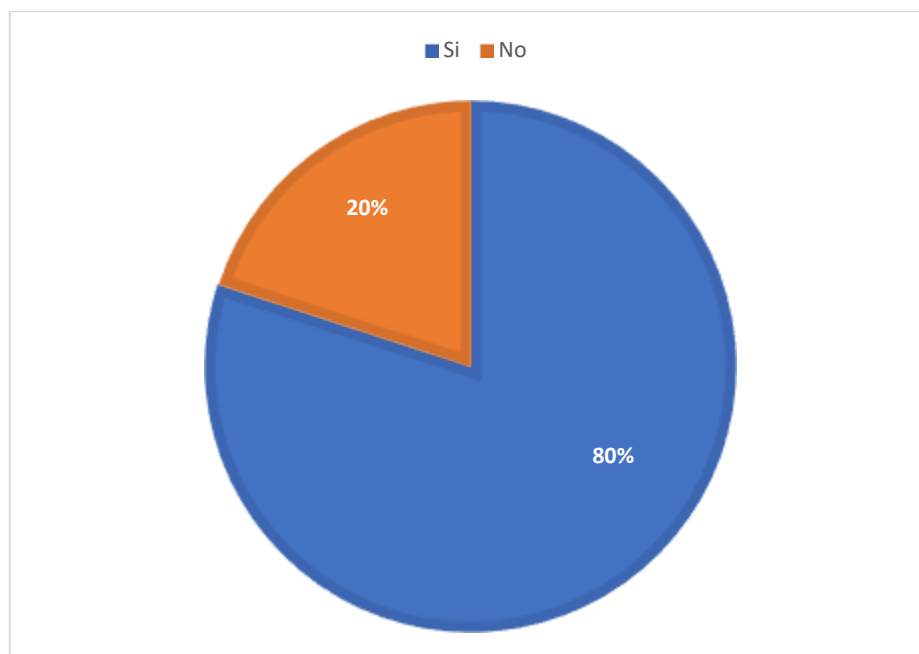
**Gráfica No. 10**  
**Depresión**



Fuente: elaboración propia, (2018)

El 60% de la población evaluada, muestra síntomas en el área de depresión, que en comparación con el 40% que no evidencia síntomas es significativo cuando se trata de estudiantes trabajadores. Puede interpretarse que más de la mitad de los estudiantes presentan síntomas en su estado de ánimo.

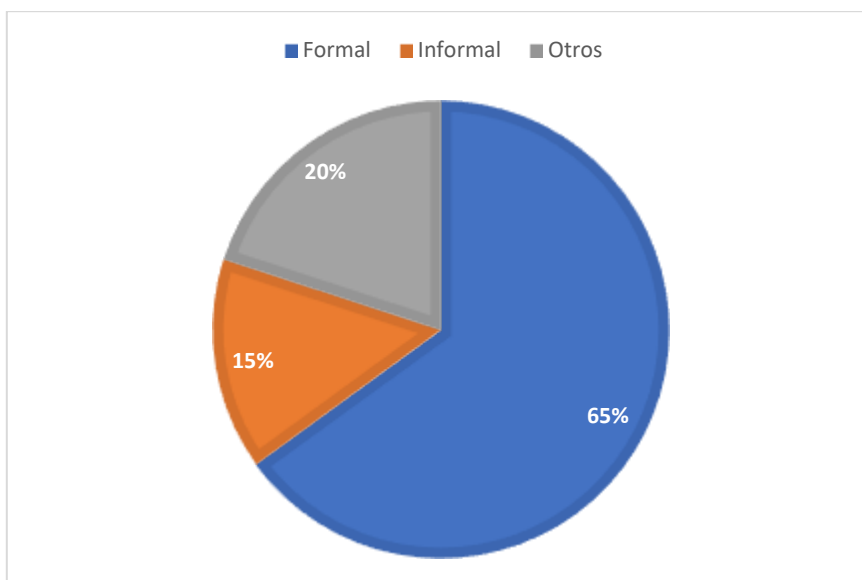
**Gráfica No. 8**  
**Estudiantes trabajadores**



Fuente: elaboración propia, (2018)

La encuesta consiste en 11 preguntas que pretenden evidenciar la necesidad de remuneración económica que tienen los estudiantes para realizar estudios universitarios. El 80% de la población encuestada muestra que si trabajan y el 20% restante no trabajan. Puede observarse que más de la mitad de la población, son estudiantes trabajadores.

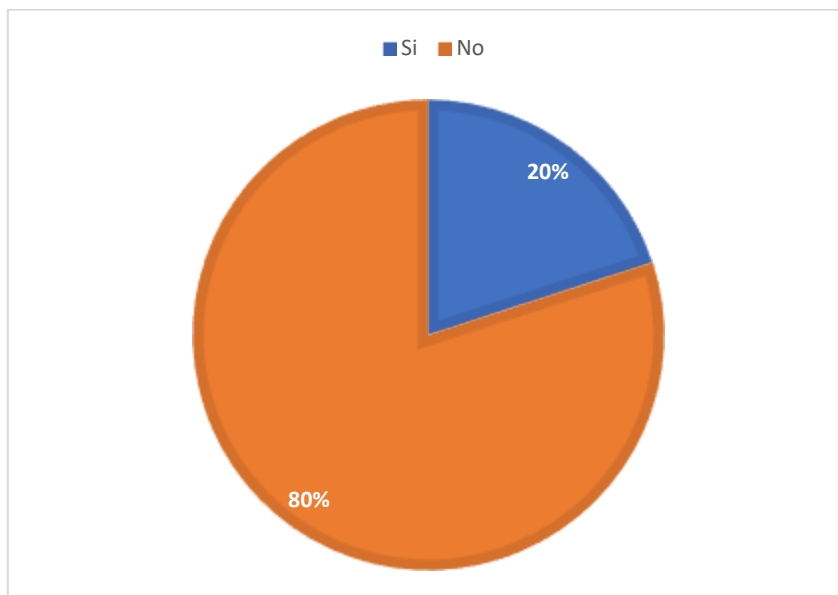
**Gráfica No. 9**  
**Tipo de trabajo**



Fuente: elaboración propia, (2018)

El 65% de la población encuestada muestra que tiene un trabajo formal, el 15% labora en el campo informal y el 20% realiza otro tipo de trabajos, el resto no trabajan. Puede observarse que más de la mitad de la población, son estudiantes trabajadores tiene un trabajo formal con horarios establecidos.

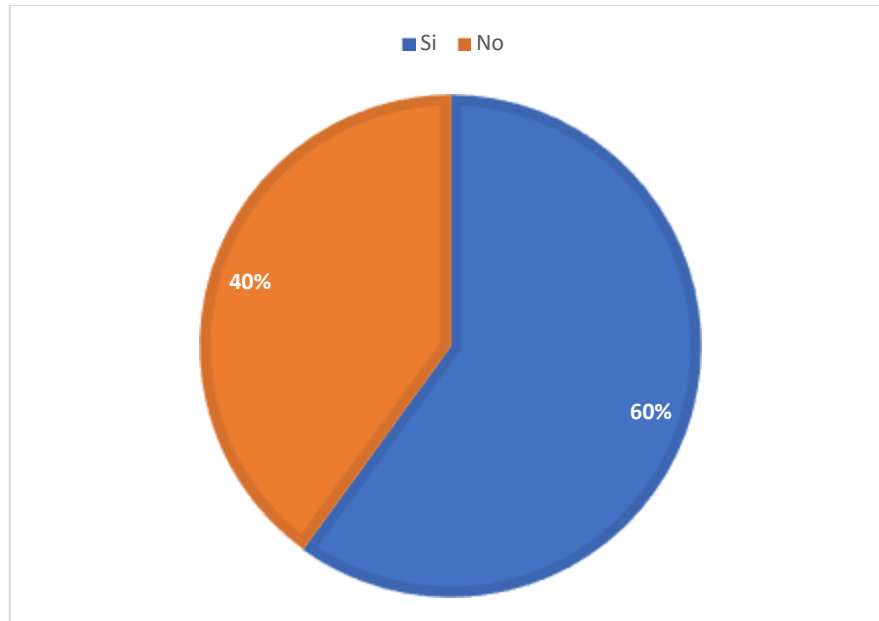
**Gráfica No. 10**  
**Depende económicamente de padres u otras personas**



Fuente: elaboración propia, (2018)

El 80% de la población encuestada muestra que no depende económicamente de padres u otros adultos y el 20% si depende económicamente de padres u otras personas. Puede observarse que más de la mitad de los estudiantes son independientes.

**Gráfica No. 11**  
**Dependencias económicas**

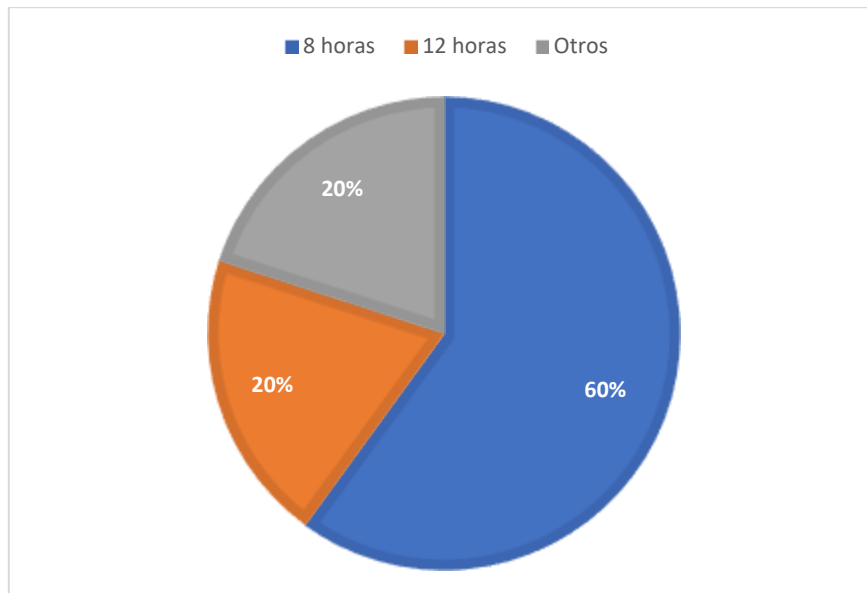


Fuente: elaboración propia, (2018)

EL 60% de la población encuestada muestra que tiene dependencias económicas y el 40% no tiene dependencias económicas. Puede evidenciarse que más de la mitad de los estudiantes tienen familiares que dependen económicamente de ellos.



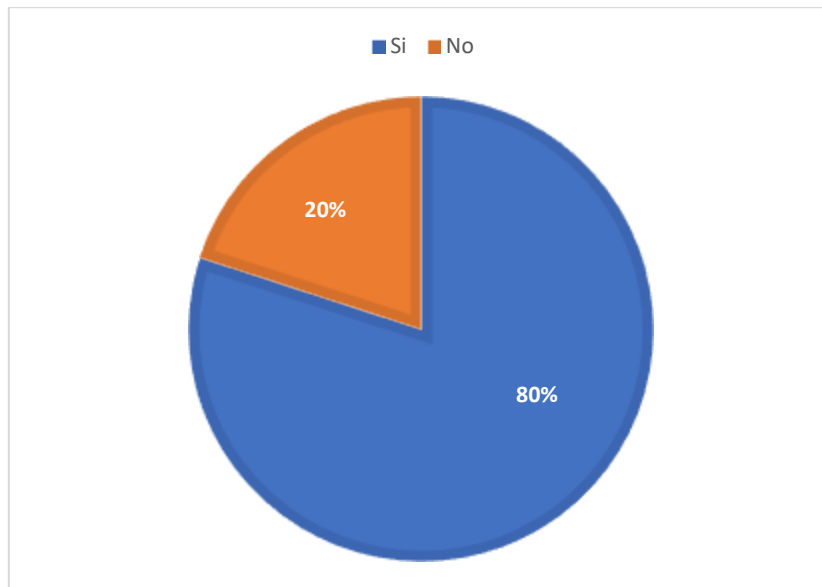
**Gráfica No. 12**  
**Horario laboral**



Fuente: elaboración propia, (2018)

El 60% de la población encuestada muestra que los estudiantes trabajan 8 horas al día, el 20% trabaja 12 al día y el otro 20% tiene otros horarios. Puede evidenciarse que más de la mitad de estudiantes laboral dentro de un horario formal.

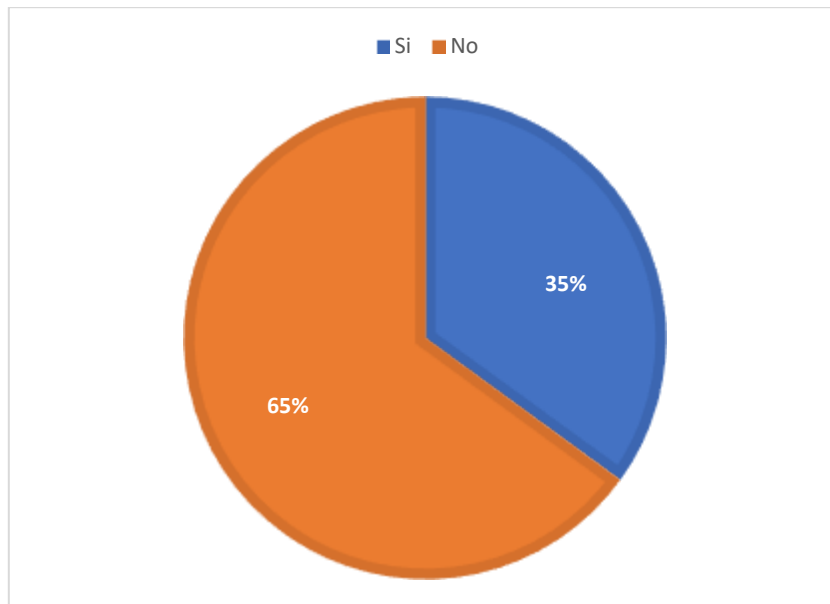
**Gráfica No. 13**  
**Ingreso mensual**



Fuente: elaboración propia, (2018).

El 80% de la población encuestada muestra que los estudiantes reciben un salario por la actividad laboral que realiza y el 20% no recibe un salario por la actividad que realizan. Puede observarse que más de la mitad de los estudiantes tienen un ingreso mensual.

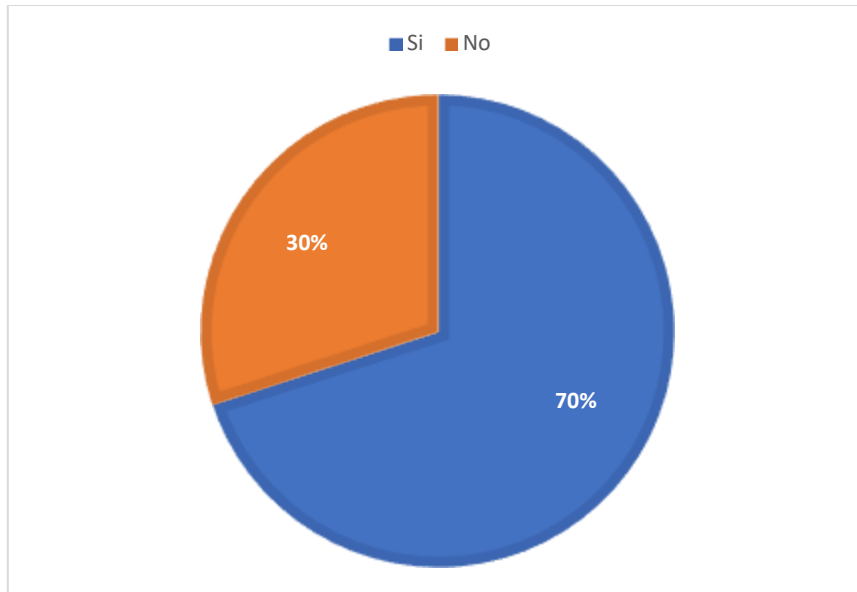
**Gráfica No. 14**  
**Necesidad económica**



Fuente: elaboración propia, (2018).

El 35% de la población encuestada muestra que los estudiantes si cubren todas sus necesidades con el salario que percibe y el 65% no cubre sus necesidades con el salario que percibe. Puede observarse que más de la mitad de los estudiantes no cubre sus necesidades.

**Gráfica No. 15**  
**Trabajadores – Estudiantes**

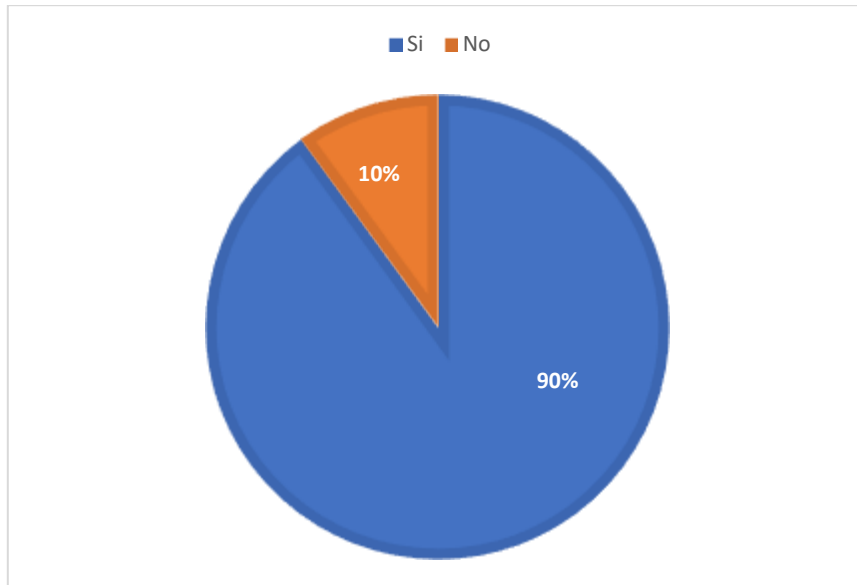


Fuente: elaboración propia, (2018).

El 70% de la población encuestada muestra que los estudiantes trabajan para costear sus estudios universitarios y el otro 30% no trabaja para costear sus estudios universitarios. Puede evidenciarse que más de la mitad son estudiantes y trabajadores a la vez.

**Gráfica No. 16**

**Estudiantes que consideran su formación académica como una inversión**

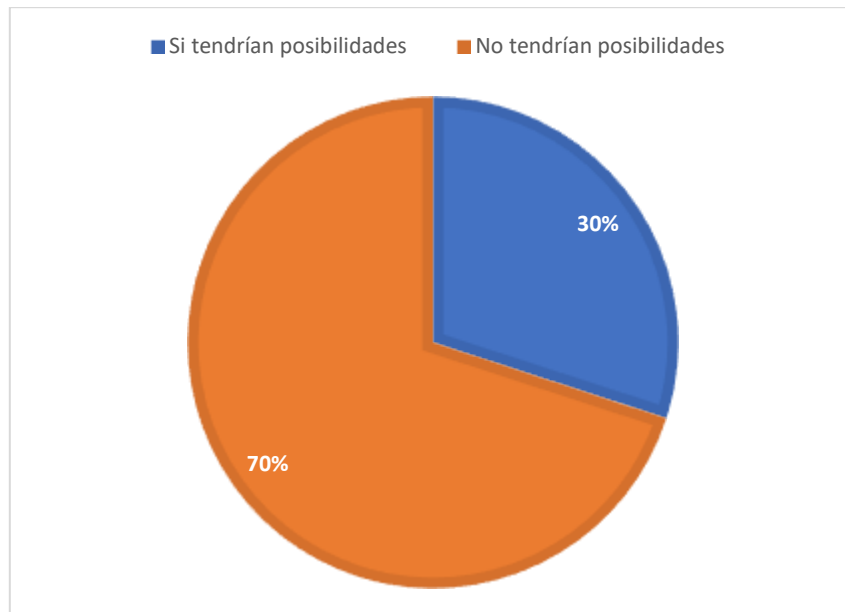


Fuente: elaboración propia, (2018).

El 90% de la población encuestada muestra que los estudiantes consideran su formación académica como una inversión y el 10% no considera su formación académica como una inversión. Puede observarse que la mayoría de los estudiantes invierte en sus estudios universitarios.

**Gráfica No. 17**

**Posibilidad de los estudiantes de costear sus estudios universitarios**

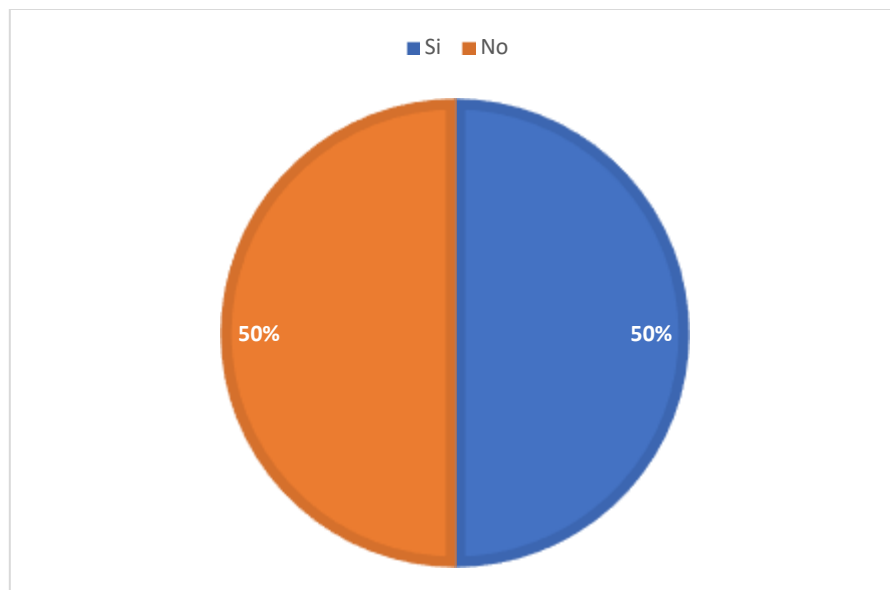


Fuente: elaboración propia, (2018).

El 70% de la población encuestada muestra que los estudiantes no tendrían posibilidades de continuar sus estudios universitarios sin un ingreso mensual y 30% si tendría posibilidades de continuar sus estudios universitarios sin un ingreso mensual. Puede observarse que más de la mitad necesita un ingreso para continuar sus estudios.

### Gráfica No. 18

#### Necesidad de un ingreso adicional en estudiantes trabajadores



Fuente: elaboración propia, (2018).

El 50% de la población encuestada muestra que los estudiantes necesitan laborar tiempo extraordinario para cubrir sus gastos universitarios y el 50% no necesita laborar tiempo extraordinario para cubrir sus gastos universitarios. Puede evidenciarse que la mitad de los estudiantes necesita un ingreso adicional para cubrir sus gastos.

## 4.2 Discusión de resultados

La pregunta de investigación ¿Qué trastornos psicosomáticos presentan los estudiantes trabajadores de cuarto año de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social de la Universidad Panamericana?, cuyo objetivo principal fue evaluar cómo afectan la carga académica y las horas laborales a los estudiantes y qué trastornos psicosomáticos presentan, requirió de la aplicación del Cuestionario de la salud de Goldberg, que en la gráfica número uno muestra que los estudiantes presentan síntomas somáticos como; sentirse agotado, sin fuerzas, sensación de estar enfermo y dolores de cabeza.

En la gráfica número dos se muestra que los estudiantes presentan síntomas de ansiedad-insomnio así como; preocupación, dificultad para dormir, agobio, tensión, nervios a flor de piel, mal humor y la sensación de que todo se le viene encima, lo cual se relaciona con los pensamientos cognitivos y fisiológicos, que de acuerdo J. L. Oblitas (2009) “cada cambio fisiológico se encuentra acompañado por un cambio mental, emocional, consciente o inconsciente, así como también, de manera contraria cada cambio a nivel mental, emocional, consciente o inconsciente genera un cambio fisiológico” (p.3)

Por otro lado, en la gráfica número tres los resultados muestran que los estudiantes presentan síntomas leves en el área de disforia social tales como; dificultad para hacer las cosas, mantenerse activo, hacer las cosas bien, sentirse satisfecho de hacer las cosas y tomar decisiones, así mismo, en la gráfica número cuatro los estudiantes presentan ciertos síntomas de depresión leve tales como; no poder hacer nada bien porque tiene los nervios desquiciados y querer estar muerto o lejos de todo, esto debido a la carga académica y horas laborales de los estudiantes trabajadores.

En los resultados obtenidos los estudiantes no cumplen con los criterios diagnósticos descritos en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5 para los trastornos psicosomáticos, sin embargo, presentan ciertas características de fallas en la salud mental y física, por el exceso de esfuerzo en las áreas laboral y educativa que los hace vulnerables a presentar trastornos psicosomáticos.



## **Conclusiones**

Los estudiantes muestran una alarmantemente sintomatología característica de los trastornos psicosomáticos tales como: la presencia de ansiedad, depresión, alteraciones en los ciclos de sueño y disforia social, esto debido a la vulnerabilidad que poseen al desempeñarse en el área laboral y académica.

El 20% de la población evaluada muestran alteraciones físicas y mentales en las áreas de: Compresión y comunicación, capacidad para moverse a su alrededor, cuidado personal e higiene, relaciones interpersonales, actividades de la vida diaria y participación en sociedad. Por lo que, se considera que los estudiantes presentan ciertas alteraciones que afectan su salud mental y física.

Es importante destacar que los estudiantes presentan fallas en la salud mental y física, por el exceso de esfuerzo en las áreas laboral y educativa que los hace vulnerables a presentar trastornos psicosomáticos.

La mayoría de los estudiantes muestran tener necesidad de una remuneración económica, para poder costearse los estudios universitarios, debido a que no cuentan con una solvencia económica que les permita dedicarse únicamente a estudiar.

## **Recomendaciones**

Se considera necesario que los estudiantes conozcan sobre las medidas preventivas para evitar el desarrollo de trastornos psicosomáticos, esto debido al doble esfuerzo que realizan diariamente al desempeñarse en el área laboral y académica. Por lo que, sería conveniente que los estudiantes tengan conocimiento sobre cómo evitar el desarrollo de un trastorno psicosomático.

Es importante que los estudiantes tomen consciencia del valor que tiene el autocuidado en los aspectos físico y mental, por lo que es necesario solicitar información sobre los beneficios de una vida saludable y otras técnicas tales como: hacer ejercicio, tener una alimentación adecuada y tomar suficiente agua. Esto con la finalidad que los estudiantes puedan comprender la importancia del autocuidado para evitar el desarrollo de trastornos psicosomáticos.

Es importante que los estudiantes puedan emplear la técnica de relajación progresiva de Jacobson la cual consiste en aprender a tensar y relajar las partes del cuerpo, así como practicar ejercicios de respiración profunda, con el objetivo que disminuyan la vulnerabilidad de presentar trastornos psicosomáticos, así como también, puedan controlar el estrés dentro del área laboral y académica.

Es recomendable que los estudiantes se informen sobre como optar por un crédito estudiantil, que les brinde la oportunidad de continuar con estudios universitarios. Esto con el objetivo que los estudiantes universitarios tengan facilidades para continuar y concluir sus estudios, al disminuir la necesidad de remuneración económica para costear sus estudios universitarios.

## Referencias

- American Psychiatric Association (APA). (2002). *DSM-5: Manual Diagnóstico y Estadística de los Trastornos Mentales* (5ª ed.) Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Arias, F. G. (2012). El proyecto de Investigación. *Introducción a la metodología científica*. Caracas, Republica Boliviana de Venezuela: Editorial Episteme, C.A.
- Barrientos, C. (21 de noviembre de 2010). Estomago emocionada. Recuperado de: <https://www.elsiglodetorreon.com.mx/noticia/576945.estomago-emocionado.html>
- Código de trabajo. Congreso de la república. Decreto número 1441, 1961.
- Consuegra, N. (2010). *Diccionario de Psicología*. Colombia, Bogotá. Editorial Ecoe Ediciones.
- Dalen, V., y Meyer, W. (12 de septiembre de 2006). La investigación descriptiva. Recuperado de: <https://noemagico.blogia.com/2006/091301-la-investigaci-n-descriptiva.php>
- Durán, M. (2010). Bienestar psicológico: El estrés y la calidad de vida en el contexto laboral. *Revista Nacional de Administración*. Volumen (1), p. 71-79
- Guzmán, C. (2004) *Entre el estudio y en trabajo*. La situación y las búsquedas de los estudiantes de la UNAM que trabajan, Morelos, México.
- Martel, J. (2005). *El gran diccionario de las dolencias y enfermedades*. Recuperado de: <file:///C:/Users/HP/Desktop/Univerdad/5to%20año/Trimestre%2014/Taller%20de%20Tesis%20I/INVESTIGACIÓN,%20CONTENIDO/Causas%20emocionales%20de%20las%20enfermedades.pdf>

M, Ruiz. Et al. (2007). *Dolor de origen muscular: dolor miofascial y fibromialgia*. Vol. 13 (No.1).

Recuperado de:

<file:///C:/Users/HP/Desktop/Univerdad/5to%20año/Trimestre%2014/Taller%20de%20Tesis%20I/INVESTIGACIÓN,%20CONTENIDO/tension%20muscular.pdf>

Oblitas, L. A, (2008). *Psicología de la salud: una ciencia del bienestar y felicidad*. Universidad Autónoma de México.

Oblitas, L, A. et al, (2009). *Psicología de la salud y calidad de vida*. México DF, México: Editorial Cengage Learning.

Organización Mundial de la Salud. (Diciembre 2013). *Salud mental: un estado de bienestar*.

Recuperado de: [https://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/es/](https://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/)


Pascual, P., y Cerecedo, M. (2005). *Somatizaciones o síntomas somáticos y trastornos relacionados*. Recuperado de: [http://amf-semfyc.com/web/article\\_ver.php?id=1433](http://amf-semfyc.com/web/article_ver.php?id=1433)

Sarason, I., y Sarason, B. (2006). *Psicopatología. Psicología anormal: el problema de la conducta inadaptada*. México. Editorial Pearson.

## **Anexos**

## Anexos No. 1

### Cuestionario para la evaluación de discapacidad WHODAS



# WHODAS 2.0

CUESTIONARIO PARA LA  
EVALUACIÓN DE DISCAPACIDAD 2.0

36


Auto

En los últimos 30 días, ¿cuánta dificultad ha tenido para:

Cuidado Personal						
D3.1	Llavarse todo el cuerpo (Bañarse)?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D3.2	Vestirse?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D3.3	Comer?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D3.4	Estar solo(a) durante unos días?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
Relacionarse con otras personas						
D4.1	Relacionarse con personas que no conoce?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D4.2	Mantener una amistad?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D4.3	Llevarse bien con personas cercanas a usted?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D4.4	Hacer nuevos amigos?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D4.5	Tener relaciones sexuales?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
Actividades de la vida diaria						
D5.1	Cumplir con sus quehaceres de la casa	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D5.2	Realizar bien sus quehaceres de la casa más importantes?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D5.3	Acabar todo el trabajo de la casa que tenía que hacer?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D5.4	Acabar sus quehaceres de la casa tan rápido como era necesario?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo

Por favor continúe con la página siguiente.



Página 2 de 4 (36 preguntas, Auto-administrable)



# WHODAS 2.0

CUESTIONARIO PARA LA  
EVALUACIÓN DE DISCAPACIDAD 2.0

36  
Auto

En los últimos 30 días, ¿cuánta dificultad ha tenido para:

Cuidado Personal						
D3.1	Llavarse todo el cuerpo (Bañarse)?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse
D3.2	Vestirse?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse
D3.3	Comer?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse
D3.4	Estar solo(a) durante unos días?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse
Relacionarse con otras personas						
D4.1	Relacionarse con personas que no conoce?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse
D4.2	Mantener una amistad?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse
D4.3	Llevarse bien con personas cercanas a usted?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse
D4.4	Hacer nuevos amigos?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse
D4.5	Tener relaciones sexuales?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse
Actividades de la vida diaria						
D5.1	Cumplir con sus quehaceres de la casa	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse
D5.2	Realizar <u>tres</u> sus quehaceres de la casa más importantes?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse
D5.3	Acabar <u>todo</u> el trabajo de la casa que tenía que hacer?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse
D5.4	Acabar sus quehaceres de la casa <u>tan rápido</u> como era necesario?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerse

Por favor continúe con la página siguiente..





# WHODAS 2.0

CUESTIONARIO PARA LA  
EVALUACIÓN DE DISCAPACIDAD 2.0

36

Auto

Si la "persona" trabaja (remunerado, sin paga, autoempleado) o va a la escuela complete las preguntas D5.5-D5.8. De lo contrario vaya al dominio 6.1

Debido a su condición de salud en los últimos 30 días, ¿cuánta dificultad ha tenido para						
D5.5	Llevar a cabo su <u>trabajo diario</u> o las <u>actividades escolares</u> ?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D5.6	Realizar <u>bien</u> las tareas más importantes de su trabajo o de la escuela?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D5.7	Acabar todo el trabajo que necesitaba <u>hacer</u> ?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D5.8	Acabar su trabajo <u>tan rápido</u> como era necesario?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo

Participación en Sociedad						
En los últimos 30 días:						
D6.1	Cuánta dificultad ha tenido la para <u>participar, al mismo nivel que al resto de las personas</u> , en actividades de la comunidad (por ejemplo, fiestas, actividades religiosas u otras	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D6.2	Cuánta dificultad ha tenido debido a <u>barreras u obstáculos</u> existentes en su alrededor (entorno)?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D6.3	Cuánta dificultad ha tenido para vivir con dignidad (o respeto) debido a las actitudes y acciones de otras <u>personas</u> ?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D6.4	Cuánto <u>tiempo</u> ha dedicado a su "condición de salud" o a las consecuencias de la misma?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D6.5	Cuánto le ha afectado <u>emocionalmente</u> su "condición de salud"?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D6.6	Qué <u>impacto económico</u> ha tenido usted o su familia su "condición de salud"?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D6.7	Cuánta dificultad ha tenido usted o su familia debido a su condición de salud?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo
D6.8	Cuánta dificultad ha tenido para realizar cosas que le ayudan a <u>relajarse o disfrutar</u> ?	Ninguna	Leve	Moderada	Severa	Extrema o no puede hacerlo

Por favor continúe con la página siguiente..

La pregunta D6.4 cuestiona el tiempo, las opciones de respuesta no me parece que apliquen, sin embargo es solo una observación, así esta en la versión en inglés y en la versión traducida al español.







# WHODAS 2.0

CUESTIONARIO PARA LA  
EVALUACIÓN DE DISCAPACIDAD 2.0

36

Auto

H1	En los últimos 30 días, durante <u>cuántos días</u> ha tenido esas dificultades?	Anote el número de días ____
H2	En los últimos 30 días, cuántos días fue no pudo <u>realizar nada</u> de sus actividades habituales o en el trabajo debido a su condición de salud?	Anote el número de días ____
H3	En los últimos 30 días, sin contar los días que <u>no pudo realizar nada</u> de sus actividades habituales cuántos días tuvo que <u>recortar o reducir</u> sus actividades habituales o en el trabajo, debido a su condición de salud?	Anote el número de días ____

Con esto concluye nuestra entrevista, muchas gracias por su participación.





Identificación ..... Fecha .....

2/5

**B. 1. ¿Sus preocupaciones le han hecho perder mucho sueño?**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> No, en absoluto        | <input type="radio"/> Bastante más que lo habitual |
| <input type="radio"/> No más que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho más que lo habitual    |

**2. ¿Ha tenido dificultades para seguir durmiendo de un tirón toda la noche?**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> No, en absoluto        | <input type="radio"/> Bastante más que lo habitual |
| <input type="radio"/> No más que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho más que lo habitual    |

**3. ¿Se ha notado constantemente agobiado y en tensión?**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> No, en absoluto        | <input type="radio"/> Bastante más que lo habitual |
| <input type="radio"/> No más que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho más que lo habitual    |

**4. ¿Se ha sentido con los nervios a flor de piel y malhumorado?**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> No, en absoluto        | <input type="radio"/> Bastante más que lo habitual |
| <input type="radio"/> No más que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho más que lo habitual    |

**5. ¿Se ha asustado o ha tenido pánico sin motivo?**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> No, en absoluto        | <input type="radio"/> Bastante más que lo habitual |
| <input type="radio"/> No más que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho más que lo habitual    |

**6. ¿Ha tenido la sensación de que todo se le viene encima?**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> No, en absoluto        | <input type="radio"/> Bastante más que lo habitual |
| <input type="radio"/> No más que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho más que lo habitual    |

**7. ¿Se ha notado nervioso y "a punto de explotar" constantemente?**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> No, en absoluto        | <input type="radio"/> Bastante más que lo habitual |
| <input type="radio"/> No más que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho más que lo habitual    |

Identificación ..... Fecha .....

3/5

**C.1. ¿Se las ha arreglado para mantenerse ocupado y activo?**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> Más activo que lo habitual | <input type="radio"/> Bastante menos que lo habitual |
| <input type="radio"/> Igual que lo habitual      | <input type="radio"/> Mucho menos que lo habitual    |

**2. ¿Le cuesta más tiempo hacer las cosas?**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> Menos tiempo que lo habitual | <input type="radio"/> Más tiempo que lo habitual       |
| <input type="radio"/> Igual que lo habitual        | <input type="radio"/> Mucho más tiempo que lo habitual |

**3. ¿Ha tenido la impresión, en conjunto, de que está haciendo las cosas bien?**

- |   |  |
|---|--|
| <input type="radio"/> Mejor que lo habitual | <input type="radio"/> Peor que lo habitual       |
| <input type="radio"/> Igual que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho peor que lo habitual |

**4. ¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> Más satisfecho que lo habitual | <input type="radio"/> Menos satisfecho que lo habitual       |
| <input type="radio"/> Igual que lo habitual          | <input type="radio"/> Mucho menos satisfecho que lo habitual |

**5. ¿Ha sentido que está desempeñando un papel útil en la vida?**

- |   |  |
|---|--|
| <input type="radio"/> Más útil que lo habitual      | <input type="radio"/> Menos útil que lo habitual       |
| <input type="radio"/> Igual de útil que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho menos útil que lo habitual |

**6. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?**

- |   |   |
|---|---|
| <input type="radio"/> Más que lo habitual   | <input type="radio"/> Menos que lo habitual       |
| <input type="radio"/> Igual que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho menos que lo habitual |

**7. ¿Ha sido capaz de disfrutar de sus actividades normales de cada día?**

- |   |   |
|---|---|
| <input type="radio"/> Más que lo habitual   | <input type="radio"/> Menos que lo habitual       |
| <input type="radio"/> Igual que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho menos que lo habitual |

Identificación ..... Fecha .....

D.1. ¿Ha pensado que usted es una persona que no vale para nada?

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> No, en absoluto        | <input type="radio"/> Bastante más que lo habitual |
| <input type="radio"/> No más que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho más que lo habitual    |

2. ¿Ha estado viviendo la vida totalmente sin esperanza?

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> No, en absoluto        | <input type="radio"/> Bastante más que lo habitual |
| <input type="radio"/> No más que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho más que lo habitual    |

3. ¿Ha tenido el sentimiento de que la vida no merece la pena vivirse?

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> No, en absoluto        | <input type="radio"/> Bastante más que lo habitual |
| <input type="radio"/> No más que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho más que lo habitual    |

4. ¿Ha pensado en la posibilidad de "quitarse de en medio"?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="radio"/> Claramente, no   | <input type="radio"/> Se me ha cruzado por la mente |
| <input type="radio"/> Me parece que no | <input type="radio"/> Claramente, lo he pensado     |

5. ¿Ha notado que a veces no puede hacer nada porque tiene los nervios desquiciados?

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> No, en absoluto        | <input type="radio"/> Bastante más que lo habitual |
| <input type="radio"/> No más que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho más que lo habitual    |

6. ¿Ha notado que desea estar muerto y lejos de todo?

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> No, en absoluto        | <input type="radio"/> Bastante más que lo habitual |
| <input type="radio"/> No más que lo habitual | <input type="radio"/> Mucho más que lo habitual    |

7. ¿Ha notado que la idea de quitarse la vida le viene repentinamente a la cabeza?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="radio"/> Claramente, no   | <input type="radio"/> Se me ha cruzado por la mente |
| <input type="radio"/> Me parece que no | <input type="radio"/> Claramente, lo he pensado     |

Identificación ..... Fecha .....

<i>PUNTUACIÓN</i>	<i>GHQ</i>	<i>CGHQ</i>
<i>PUNTUACIÓN TOTAL</i>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<i>Síntomas somáticos:</i>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<i>Ansiedad-insomnio:</i>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<i>Disfunción social:</i>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<i>Depresión:</i>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

### Anexo No. 3

#### Tabla de variables

Problemática	Variable de Estudio (Tema a investigar)	Sub temas de la variable de estudio	Pregunta de investigación	Objetivo General	Objetivos específicos	Instrumentos a Utilizar	Sujetos de Estudio
Padecimientos físicos Bajo Rendimiento Cambios en el estado de ánimo Relaciones interpersonales	Estudiantes trabajadores	Salud mental y física en estudiantes trabajadores	¿Qué Trastornos psicosomáticos presentan los estudiantes trabajadores de cuarto año de Psicología de la Universidad Panamericana?	Evaluar cómo afectan la carga académica y las horas laborales en los estudiantes de cuarto año de psicología, jornada vespertina de la Universidad Panamericana, que presentan trastornos Psicosomáticos.	Categorizar las alteraciones físicas y mentales que presentan los estudiantes trabajadores.	Whodas	20 estudiantes de cuarto año de Psicología
		Carga académica y horas de laborales en estudiantes trabajadores			Determinar cómo influyen la carga académica y las horas labores en la manifestación de los trastornos psicosomáticos que presentan los estudiantes trabajadores.	Cuestionario de Salud General de Goldberg	
		Remuneración económica en estudiantes trabajadores			Establecer la necesidad de remuneración económica que tiene los estudiantes trabajadores para realizar estudios universitarios.	Encuesta	