

El Estrés escolar en la Infancia: Una reflexión Teórica

School stress in Childhood: A theoretical reflection

O Estres escolar na Infância: Uma reflexão Teórica

Recibido: 03 de Abril 2018 / Aceptado: 29 de Abril 2018

Catalina Palacio Chavarriaga

Semillero Emoción, Cerebro y Aprendizaje en la Niñez. Universidad Católica Luis Amigó. Medellín, Colombia.
<https://orcid.org/0000-0001-6201-244>

Jennifer Tobón Moreno

Semillero Emoción, Cerebro y Aprendizaje en la Niñez. Universidad Católica Luis Amigó. Medellín, Colombia.

Dayana Andrea Toro Ramírez

Semillero Emoción, Cerebro y Aprendizaje en la Niñez. Universidad Católica Luis Amigó. Medellín, Colombia.

Jenny Vicuña Romero

Facultad de Educación y Humanidades. Universidad Católica Luis Amigó. Medellín, Colombia.
<http://www.redalyc.org/autor.aa?id=17057>
<https://www.orcid.org/0000-0002-8914-9535>

Resumen

En el presente artículo se muestran los resultados producto de la revisión bibliográfica realizada en 4 bases de datos: Scielo, Science Direct, Dialnet y Redalyc entre los años 2012-2017. El objetivo fue analizar el tema del estrés escolar en niños y niñas en edades comprendidas entre los 8 y 12 años. Se seleccionaron 77 referencias bibliográficas, para posteriormente examinar los artículos que cumplieran los criterios de inclusión (niños y niñas en edad entre los 8 y 12 años, idioma español, estrés en contextos educativos y fecha de publicación). Se concluyó que las características identificadas en cuanto al estrés escolar, son factibles de ser prevenibles, y el identificar los factores estresores durante la infancia, permite implementar acciones preventivas. A su vez, se evidenció ha sido tema investigativo a nivel mundial desde perspectivas clínicas o psicológicas, en poblaciones adultas y de adolescentes, siendo poco estudiado específicamente en educación infantil y contextos educativos.

Palabras clave: estrés escolar; rendimiento académico, estrategias de afrontamiento del estrés.

Correspondencia: Jenny Vicuña de Rojas. Facultad de Educación y Humanidades E mail: jenny.vicunade@amigo.edu.co

Todos los contenidos de la Revista Cuadernos de Neuropsicología - Panamerican Journal of Neuropsychology se distribuyen bajo una licencia de uso y distribución [Creative Commons Reconocimiento 3.0. \(cc-by\)](https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/).

Abstract

Below are the results of the bibliographic review carried out in 4 databases: Scielo, Science Direct, Dialnet y Redalyc between 2012 and 2017. The objective was to analyze the topic of academic stress in children aged 8 to 12 years. A selection of 77 bibliographical references was initially made in order to later analyze the articles that met the inclusion criteria (boys and girls with ages ranging between 8 and 12 years, Spanish-speaking, related to stress within educational contexts and date of publication) It was concluded that the characteristics identified in terms of school stress, are feasible to be preventable, and the identification of stressors during childhood, allows to implement preventive actions. At the same time, it was evidenced as a global research topic from clinical or psychological perspectives, in adult and adolescent populations, being little studied specifically in childhood education and educational contexts.

Key words: stress childhood, school performance, strategies front facing to stress.

Resumo

No presente artigo mostramos os resultados produto da revisão bibliográfica realizada com 4 bases de dados: Scielo, Science Direct, Dialnet y Redalyc entre os anos 2012-2017. O objetivo foi analisar o tema do estresse escolar em meninos e meninas em idades compreendidas entre 8 e 12 anos. Se selecionaram 77 referências bibliográficas, para posteriormente examinar os artigos que cumpriram os critérios de inclusão (meninos e meninas em idade entre 8 e 12 anos, idioma espanhol, estresse em contextos educativos e data de publicação). Concluiu-se que as características identificadas com relação ao estresse escolar, são factíveis de ser prevenidos, e o identificar os factores estressores durante a infância, permite implementar ações preventivas. Por sua vez, evidenciou-se tema investigativo a nível mundial desde perspectivas clínicas ou psicológicas, em populações adultas e de adolescentes, sendo pouco estudado especificamente em educação infantil e contextos educativos.

Palavras-chave: estresse escolar; rendimento acadêmico, estratégias de enfrentamento do estresse. revisão teórica

Solo hasta hace menos de una década se ha contemplado el estrés en el medio escolar de forma general, como una sintomatología del individuo, relacionándola con una reacción a situaciones específicas, y como consecuencia de determinadas acciones que puede llegar a ejercer una persona sobre otra.

Segun Maldonado, Hidalgo y Otero (2000), el estrés es un desequilibrio que se da a nivel interno en el organismo al no poseer los recursos necesarios para enfrentar los retos de la vida cotidiana. El perder la homeostasis a nivel corporal, afecta los mecanismos de respuesta a nivel físico, motor y cognitivo. lo cual puede desencadenar bajo rendimiento en diferentes áreas una de ellas en el ámbito académico. Por tanto es necesario estar atento al desempeño de los estudiantes al interior del clase a fin de acompañarlos asertivamente en el desarrollo de habilidades que les permitan lograr sus objetivos académicos sin que el estrés sea un obstáculo para alcanzarlos.

Algunos autores que han estudiado el estrés en el ámbito académico, lo conciben como: “una amplia gama de experiencias, entre las que figuran el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud y otras sensaciones similares, como la desmesurada presión escolar, laboral o de otra índole. Igualmente, se le atribuye a situaciones de miedo, temor, angustia, pánico, afán por cumplir, vacío existencial, celeridad por cumplir metas y propósitos, incapacidad de afrontamiento o incompetencia interrelacional en la socialización” (Águila, Calcines, Monteagudo, y Nieves, 2015).

En palabras de Trianes (2003), el estrés se relaciona con una serie de situaciones que afectan el desarrollo emocional del ser humano, ocasionando un desequilibrio en el cuerpo, que genera una inadecuada adaptación en el entorno. Con estos acontecimientos, la autora asocia que el estrés puede producirse como estímulo o en respuesta a algo. Estas situaciones, son reflejados en los niños, principalmente en aquellos que enfrentan grandes acontecimientos tales como: enfermedades catastróficas, separación de los padres, muerte de alguno de ellos o el nacimiento de un hermano, debido a que requieren de un proceso de adaptación.

De igual forma, Trianes (2003) establece que la escuela puede ser un espacio donde se generen múltiples situaciones que ocasionen estrés en la primera infancia, siendo una de ellas la necesidad de establecer relaciones sociales con personas fuera del núcleo familiar, lo cual exige al niño a utilizar los recursos disponibles para hacer frente a esta nueva situación de una manera exitosa, pues de lo contrario estos sentimientos de fracaso y ansiedad, podría traer consecuencias negativas en el logro de los objetivos académicos, teniendo en cuenta que se ve disminuida la capacidad de atención y concentración por parte de los estudiantes, reflejándose en un bajo rendimiento académico.

Tomando en cuenta los planteamientos anteriores, el presente artículo tiene como objetivo analizar y describir de forma sistemática el estrés escolar o académico en la infancia, a través de la revisión de estudios empíricos que involucren a niños y niñas en edades entre los 8 y 12 años de edad y publicados en idioma español entre los años 2012-2017.

En ese sentido, por ser la infancia y la edad escolar un periodo de cambio, donde los niños y las niñas son vulnerables a experimentar infinidad de sensaciones frente a situaciones inesperadas, se constituye en un período crítico y susceptible de llegar a padecer estrés y por lo tanto objeto de investigación. Adicionalmente Selye (1956), dice que el estrés son las conductas

inadaptativas que presentan las personas, al ver la necesidad de enfrentar una situación nueva para ellas, las cuales pueden generar un agotamiento a raíz de la alarma en la que se encuentra el organismo.

Método y materiales

La búsqueda de información se llevó a cabo entre los meses de agosto- noviembre del año 2017, y se basó en la revisión de una serie de artículos donde se realizaron estudios tanto empíricos como descriptivos y/o experimentales referentes al estrés y su relación con el aprendizaje. Se hizo una búsqueda preliminar con el fin de explorar la evidencia existente y refinar las palabras clave. Los criterios de inclusión y de exclusión utilizados en las bases de datos seleccionadas para la búsqueda de información se relacionan en la tabla 1.

Tabla 1: Criterios de inclusión e exclusión de artículos revisados

<i>Criterios de inclusión</i>	<i>Criterios de Exclusión</i>
<i>Estudios empíricos enfocados en el estrés escolar.</i>	Estudios no empíricos como revisiones, comentarios, editoriales, entrevistas.
<i>Estudios que reporten investigación del estrés en edades entre los 8 y 12 años.</i>	Estudios en poblaciones diferentes a niños en las edades seleccionadas.
<i>Estudios en idioma español.</i>	Estudios publicados en idioma diferente al español
<i>Estudios publicados entre el 2012-2017.</i>	Estudios publicados en años anteriores al 2012.
<i>Estudios cuantitativos y cualitativos con adecuadas definiciones, operacionalización de conceptos y análisis de datos.</i>	

Fuente: Elaboración propia a partir del proceso de revisión

Estrategias de búsqueda

La búsqueda sistemática de la literatura se realizó en las bases de datos Scielo, Science Direct, Dialnet y Redalyc, entre los meses de julio-septiembre del 2017. Se inició el rastreo con las palabras clave: “estrés infantil, estrés escolar, estrés académico, estrés”. Luego, en una segunda búsqueda cada concepto fue expandido con sinónimos para obtener mayores resultados. Las búsquedas fueron limitadas a publicaciones realizadas entre los años 2012 y 2017, con la finalidad de obtener investigaciones recientes. Al mismo tiempo otro de los criterios de inclusión, fue que el idioma de la investigación fuese el español, para de esta forma poder incluir investigaciones en contextos latinoamericanos. Sin embargo, es necesario señalar que las investigaciones en latinoamérica sobre esta temática en particular son pocas, tomando la decisión entonces de incluir países de Europa donde el idioma fuese el español y así tener una homologación mucho más exacta de las terminología investigativa..

Resultados

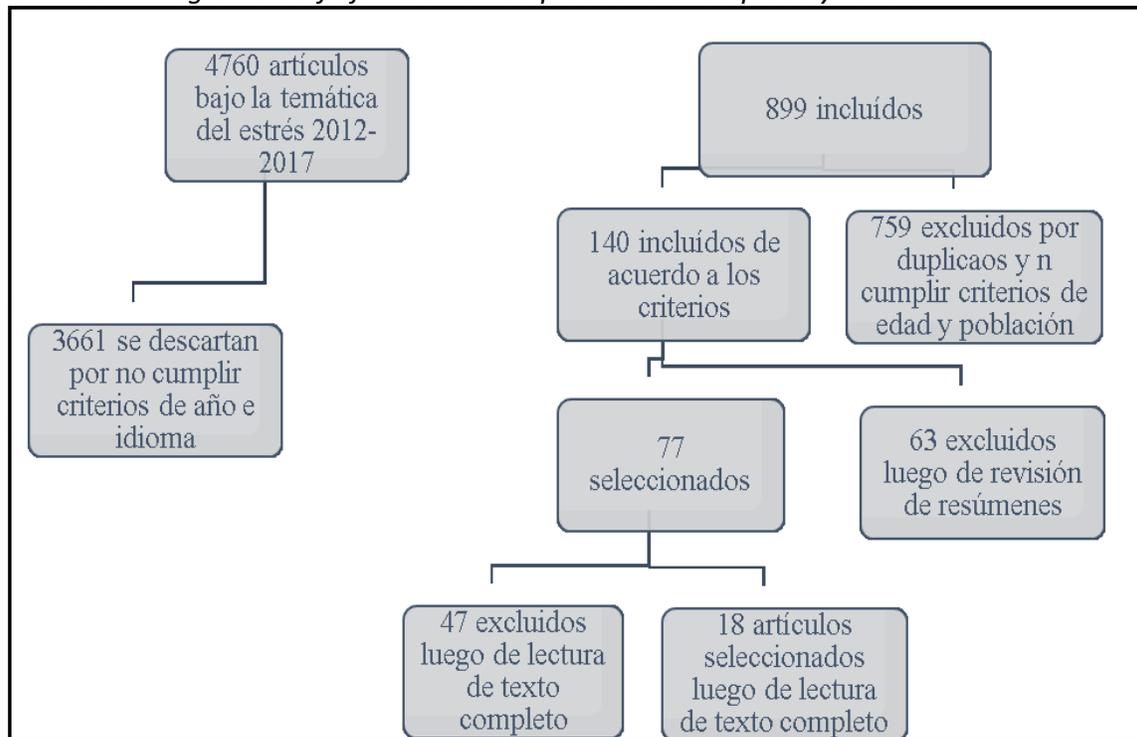
De la revisión en las bases de datos seleccionadas se obtuvieron 899 referencias tomando como criterios el año de publicación y la temática del estrés. De las cuales se mantuvieron 140 al descartar las investigaciones duplicadas en la bases de datos.

Luego de la revisión de resúmenes se redujo a 77, y finalmente al leer el texto completo finalmente se seleccionaron 16 artículos que cumplieran con los criterios de edad de la población, el estrés en el ámbito escolar, año de publicación e idioma en español. Las principales razones por la cuales se excluyeron artículos fue por corresponder a investigaciones secundarias, estar enfocados en educación universitaria, por no referirse específicamente al tema de estudio o por ser del área médica. Se incorporaron 2 artículos luego de la búsqueda de referencias bibliográficas, quedando así en un total de 18 artículos.

Cabe señalar que este proceso de análisis y selección de la información se realizó en dos fases. La primera, consistió en organizar los artículos para luego seleccionar sólo aquellos que cumplieran los criterios de inclusión a través de una matriz donde se establecieron datos generales (base de datos, título, objetivo, metodología, resultados, conclusiones), con la finalidad de indagar en las posibles categorías temáticas.

Para la segunda fase, y después del análisis del texto completo de cada uno de los artículos, se construyeron nuevos sistemas de categorías ad hoc: conceptualización del estrés, estrategias de afrontamiento, estrés escolar, rendimiento académico asociado al estrés. El proceso seguido se resumen en el gráfico 1.

Gráfico 1: Diagrama de flujo resumen de proceso de búsqueda y revisión



Fuente: Elaboración propia a partir del proceso de revisión

Los estudios seleccionados, provienen de una gran variedad de países entre los que se encuentran: Chile, Bolivia, Cuba, España... Lo anterior, refleja la importancia otorgada a esta temática. Sin embargo, llama la atención que a nivel nacional o local, las investigaciones que se encuentran interesadas por el estrés, no lo relacionan con los ambientes educativos, ni con la población infantil. En el apartado de anexos, tabla 2, se encuentra el resumen de los métodos y resultados de las investigaciones privilegiadas.

Tabla 2: Artículos más destacados para el análisis

Autor, año, país	Objetivo	Muestra	Técnicas e instrumentos	Resultados
Díaz-Vidiella y Mora (2014). Bolivia	Medir el nivel de inteligencia emocional, adaptación general y estrés de los estudiantes de básica primaria de 5 y 6.	413 estudiantes seleccionados aleatoriamente de 20 grupos de estudiantes de 5 y 6. Se conformaron 5 grupos experimentales y 5 grupos de control.	Inventario infantil de estresores cotidianos. Spanish modified Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS - 24) y Test Autoevaluativo Multifactorial de Adaptación Infantil (TAMAI; Hernández 2004)	El 59% de la población seleccionada sufre de estrés cotidiano, el cual puede incidir negativamente en la memoria de trabajo.
Reguera Nieto (2014) España	Relacionar los procesos biológicos que median la respuesta al estrés y los modelos internos de trabajo derivados de las relaciones tempranas de apego.	83 referencias, entre las que se pueden destacar 3 meta análisis, 21 ensayos clínicos, 7 estudios observacionales transversales, 8 estudios prospectivos de cohortes, un estudio de casos y un estudio de serie de casos.	Búsqueda en las base de datos: Pubmed y Biblioteca Virtual en salud combinado los diferentes descriptores como: Object attachment, hidrocostisonphysiological stress reactivity, hypothalamo-hypophyseal system, Infant, neurobiology, psychotherapy.	Si los niños y niñas en la primera infancia desarrollan un apego seguro ellos podrán regular mejor sus emociones. De otro lado se pudo comprender mejor la relación entre el tipo de apego desarrollado por el niño con su cuidador y la respuesta al estrés de estos.
Briceño A., Abufhele M., Dávila A., Barreau M., Sommer K., Castro S., Ebel C., Oltra S., Aravena M., Melo C., Correa A. (2013) Chile	Describir la prevalencia del Trastorno por Estrés Postraumático (TEPT) en una población infantil localizada en la zona costera medido con una escala CPSS después de 8 meses de ocurrido un terremoto/maremoto del 2010 y comparar los síntomas persistentes según la edad, el sexo y tipo de familia.	89 niños correspondientes al 94% de la población escolarizada entre 3 y 6 de la básica primaria con un promedio de edad de 8 y 9 años.	Se aplicó la escala infantil de síntomas por trastorno de estrés postraumático.	Un 40% de la población estudiada posee síntomas de trastorno de estrés postraumático Mayor prevalencia de TEPT en las mujeres que en los hombres, sin encontrarse diferencias significativas en la sintomatología de acuerdo a la edad o tipología familiar.
Hernández A, Viridiana, S; Gutiérrez,	Identificar los estilos de afrontamiento	251 niños y niñas que se encontraban	Cuestionario de estrés y afrontamiento	Las situaciones consideradas como estresantes están relacionadas con las

Mariana (2012) México	utilizados por los niños de 10 a 13 años de edad ante eventos estresantes	en 5° y 6° de primaria	elaborado por Verduzco (2004).	interacciones que se dan al interior del aula de clase y en el núcleo familiar.
Valentín, Otero y Pérez y (2014) España	Rastrear casos de estrés infantil en población escolarizada y revisar las causas y consecuencias del estrés en la infancia	156 estudiantes 84 niños y 72 niñas, que cursan 5° de primaria, con una edad media de 9.9 años	Inventario de estrés cotidiano infantil elaborado por Trianes (2011).	Los valores medios de las puntuaciones directas de las escalas estrés escolar, estrés familiar y estrés total son más altos en los alumnos inmigrantes. Hay mayor presencia niños que de niñas en los niveles de estrés.
López, M; Aguilar, M; Zabaletta, V. (2014) Brasil	Comparar dos medidas de estrés en niñas y adolescentes con diagnóstico de síndrome de Turner, la percepción del estrés a través del cuestionario para el estrés escolar y la pendiente circadiana de cortisol por determinación.	Intencional, niñas y adolescentes con diagnóstico de síndrome de Turner con edad entre los 6 y 17 años.	Cuestionario para el estrés escolar de Bringhamti (1996).	Se observó un alto grado de cortisol en la saliva de las niñas y adolescentes con síndrome de Turner y valores superiores en cuanto al estrés escolar.
González, M.; Díaz, F.; Martín, I.; Delgado, M.; Trianes, M. (2014). España	Analizar la influencia del estrés cotidiano en la precisión lectora, en el inicio de la educación primaria.	111 estudiantes de educación primaria, 61 niños y 50 niñas, con dificultades del aprendizaje	Inventario de estrés cotidiano infantil de Trianes, Fernández, Escobar, y Muñoz, (2009) Test de lectura y escritura en español LEE y la técnica test-retest.	Los niños y niñas que tienen un nivel alto de estrés leen de forma más inexacta que aquellos cuyos niveles de estrés son bajos.
Fernández, E.; Trianes, M.; Maldonado, V.; Montero, E.; Páez, J.; Ortiz, C.; Engüix, A. (2015) España	Analizar el papel desempeñado por el estrés diario, evaluado a través del autoinforme y en el nivel psicobiológico, en relación con la función cognitiva básica al predecir el rendimiento escolar.	45 niños y 55 niñas entre los 8 y 11 años de edad, al azar con muestreo incidental.	Inventario de estrés cotidiano infantil de Trianes, Fernández, Escobar, y Muñoz, (2009) Batería Cognitive Drug Research (CDR) (Wesnes et al., 2003, 2000) y el rendimiento escolar se tomó el promedio de las calificaciones generadas al final del periodo.	Existe relación inversa entre el rendimiento académico y el estrés cotidiano, es decir, a mayor estrés menor rendimiento académico alcanzado por los estudiantes.
Morales, F. (2017) España	Analizar las relaciones entre las estrategias de afrontamiento y los factores autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional.	154 estudiantes de educación secundaria. Muestra incidental equilibrada según el género	Cuestionario sobre habilidades sociales de Torbay, Muñoz de Bustillo y Hernández (2001). Escala multidimensional de autoconcepto de García y Musitu (2001) Escala de afrontamiento de Morales et al (2012).	Los estudiantes con estrategias de afrontamiento productivas como: Buscar la solución del problema, informarse sobre el problema poseen un mejor autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional.

			El Trait Meta Mood scale (TMMS).	
Romero, K.; Ruíz, F. (2015) Colombia	Realizar una actualización sobre los últimos hallazgos en la investigación de estrés postraumático en niños preescolares.	Búsqueda de información en las bases de datos: PsycINFO de la Universidad Autónoma de Barcelona y en Pubmed con las palabras claves estrés postraumático young Children y preschool	Rastreo por medios electrónicos.	Los niños en edad preescolar presentan una sintomatología diferentes a los niños y niñas más grandes y adultos.
Arias W.; (2012) Cuba	Identificar los sucesos vitales más frecuentes que se relacionan con el estrés en los trabajadores de una empresa de Arequipa.	193 trabajadores con edades desde los 19 años hasta los 55 clasificados en mecánicos operarios e ingenieros.	Escala de reajuste social de Holmes y Rahe.	Los sucesos vitales más frecuentes en los trabajadores son el cambio de hábitos alimenticios y de sueño, estos varían según el cargo que desempeñen en la empresa. Los trabajadores que sufren de niveles más altos de estrés son los que desempeñan cargos de ingenieros.
Pérez J.; Pérez M.; Montealegre, M.; Perea, L. (2012). España	Analizar la relación entre el estrés experimentado por los padres o las madres debido a la crianza de sus hijos y el desarrollo cognitivo, comunicativo y motor de los hijos.	18 niños con edades entre 1 y 2 años, la edad de los padres oscilaba entre los 29 y los 57 años.	Escala de desarrollo de Bailey relacionada con la parte cognitiva, el lenguaje y lo motor. El índice de estrés parental en su versión reducida.	En general el estrés de los padres no afecta el desarrollo de los niños solo el aspecto motor cuando existe estrés paterno.
Chiquillo, J.; Amaya, N.; Curiel, R. (2016) Colombia.	Identificar síntomas y los factores escolares relacionados con el fenómeno del estrés psicosocial en estudiantes de la ciudad de Riohacha.	50 estudiantes de los grados noveno decimo y once de 4 instituciones educativas del sector público de la ciudad de Riohacha.	Cuestionario diseñado para la obtención de datos de interés sociológico.	Los estudiantes presentan manifestaciones de estrés psicosocial. Dentro de las causas de estrés, se indican, el nerviosismo, la preocupación, temor, trastornos de sueños, excesivos problemas digestivos y erupciones cutáneas. El impacto del estrés es determinante y afecta significativamente la productividad académica.
Aguilar, L.; Castellanos . M. (2017) Venezuela	Examinar las propiedades psicométricas de una versión culturalmente adaptada de la Escala de Perfeccionismo Infantil de Oros (2003)	342 niños venezolanos escolarizados con edades comprendidas entre 11 y 15 años.	Escala de Perfeccionismo Infantil (Oros, 2003). Es una medida de autoinforme que permite evaluar perfeccionismo en niños.	La escala mostró propiedades psicométricas satisfactorias para ser aplicada en la población infantil local (venezolana).

Fuente: elaboración propia basada en la revisión documental

Como se puede observar en la tabla N° 2, las investigaciones más relevantes referidas al estrés escolar o académico han sido realizadas en España, seguido por países latinoamericanos sin embargo son pocas las investigaciones reportadas en los últimos 5 años. En el caso de Colombia, solo se reportan dos investigaciones significativas, las cuales se relacionan con el estrés postraumático en niños preescolares y la otra sobre los factores psicosociales del estrés en una muestra de escolares. En este punto es importante recordar que el rastreo sólo se hizo en artículos de habla hispana a fin de establecer cuál ha sido el interés de esta población en la temática en mención.

Discusión

Es importante destacar la investigación realizada en el año 2012, por Hernández y Gutiérrez, en México, donde concluyeron que las situaciones consideradas como estresantes están relacionadas con las interacciones que se dan al interior del aula de clase y en el núcleo familiar, es decir, en el día a día dentro de la escuela y la familia, sin tener detonantes específicos.

En relación con el anterior hallazgo, se encuentra la investigación realizada por González, Díaz, Martín, Delgado y Trianes (2014), en ella los investigadores llegaron a la conclusión luego de aplicar un inventario infantil de estrés, que el 59% de la población seleccionada, sufría de estrés cotidiano, definido este como aquel estrés que se encuentra en un camino intermedio entre estrés reciente (es decir estrés por sucesos vitales) y el estrés crónico, el cual es denominado estrés diario (Sandín 2002). Así mismo otro de los resultados fue que este tipo de estrés puede influir negativamente en la capacidad lectora de los niños y niñas objeto de estudio.

Finalmente, en relación con las temáticas anteriores, se realizó una investigación, en el año 2015, en España, por Fernández y otros, donde al analizar el papel desempeñado por el estrés diario o cotidiano, concluyeron que existe relación inversa entre el rendimiento académico y el estrés cotidiano, es decir, a mayor estrés menor rendimiento académico alcanzado por los estudiantes.

Conceptualización del Estrés

El estrés es entendido como el conjunto de alteraciones que se producen en el organismo como respuesta a determinadas situaciones, el cual ha sido estudiado por diferentes disciplinas, especialmente en la medicina y la psicología. Es así, como se evidencia un campo investigativo amplio que aborda el estrés desde factores internos o externos que llegan a evidenciarse en las actividades fisiológicas del ser humano. En algunos casos estas alteraciones son producidas por la carga a nivel laboral, falta de toma de decisiones, carencia de apoyo, falta de recursos, entre otros (Arias, 2012).

Por su parte Orlandini (1999), menciona que cuando una persona está en un período de aprendizaje experimenta tensión, la cual es denominada como estrés académico y ocurre tanto en el espacio individual como en el aula.

Otro aspecto importante es el mencionado por Águila et al (2015), sobre el estrés al afirmar, que las obligaciones escolares, en algunas ocasiones desempeñan el papel de estresores, sí provocan sentimientos de angustia y frustración por parte de los estudiantes, a estas circunstancias se les denomina según los autores como estrés escolar.

De igual modo, Selye (1956) se refiere al estrés como, las reacciones ante estímulos del ambiente, sean estos agradables o desagradables, que exigen de la persona un proceso de adaptación, es decir son todas aquellas situaciones nuevas que demandan una acción diferente de las que generalmente son usadas por el individuo. Cuando no se encuentra una forma de actuar adecuada es que se llega a presentar el estrés como tal.

Es así como se evidencia que los niños también son vulnerables al estrés, debido a las diferentes situaciones o factores que pueden llegar a alterar o afectar su tranquilidad emocional o física, estas situaciones se pueden dar en los diferentes ambientes o contextos en los cuales el niño se desenvuelve, tales como : el familiar, el escolar, entre otros. (Fernández, et al., 2015).

En concordancia con lo anterior, los cambios en los hábitos de alimentación y de sueño, las condiciones de vida, el estatus económico y gran logro personal, las responsabilidades en el trabajo son situaciones que generan estrés a gran escala. Sin embargo los sucesos vitales más frecuentes que se relacionan con el estrés son de tipo económico (Arias, 2012).

En el caso específico del estrés infantil, se puede establecer que los infantes que se encuentran en ambientes violentos pueden ver afectado su desarrollo no solo emocional sino físico y cognitivo por consiguiente es necesario estar alerta a estas circunstancias con el fin de prevenir y realizar actividades para mitigar el efecto que tienen en la primera infancia (Del Águila, 2015). Es necesario señalar que las causas pueden ser diversas, entre ellas se pueden mencionar los escasos recursos para socializar con sus compañeros en el aula de clase, el maltrato por parte de docentes o padres de familia entre otros (Martínez y Otero, 2014).

Estilos de afrontamiento del estrés

Un aspecto importante lo constituye el afrontamiento estudiada como variable mediadora de la adaptación y de los eventos estresantes de la vida diaria de un individuo. De esta manera, el afrontamiento se puede definir como las diferentes respuestas cognitivas, emocionales y conductual que se utilizan a la hora de manejar el estrés. Dichas respuestas se constituyen en habilidades para hacer frente a las situaciones que se perciben como estresantes, y por lo tanto dependen de los recursos disponibles por parte del individuo, de su entorno y de sus experiencias previas (Omar, 1995; Mok y Tam, 2001).

En ese sentido, la investigación realizada por Hernández y Gutiérrez (2012), con niños y niñas en edades que oscilaban entre los 10 y 13 años, permitió establecer que las alternativas más utilizadas por ellos, a la hora de enfrentar situaciones de estrés, son en orden de preferencia: abandonar el control, es decir desistir de hacerle frente a la situación estresante; tener el control indirecto, en esta opción los participantes refieren pedir ayuda para superar la situación; tomar el control directo de la situación, aquí ellos asumen el reto de ponerle la cara al evento que les produjo el desequilibrio (emocional, físico o psicológico). las situaciones consideradas como estresantes, están relacionadas en la mayoría de los casos, con las interacciones que se dan al interior del aula de clase y en su núcleo familiar.

En relación a lo anterior, Lazarus y Folkman (1986), proponen un conjunto de elementos que intervienen en el proceso de estrés, como son: los estímulos, es decir, acontecimientos externos, eventos cotidianos, físicos, psicológicos y sociales; las respuestas, que incluyen reacciones subjetivas, cognitivas, comportamentales, las cuales pueden o no ser adecuadas; los mediadores, los cuales permiten la evaluación del estímulo como amenazante y de los recursos de afrontamiento como insuficientes; finalmente, los moduladores, que son factores diversos que pueden aumentar o atenuar el proceso de estrés, pero no lo provocan ni lo impiden.

En este sentido, existe evidencia acerca del uso de diferentes estilos de afrontamiento ante eventos de estrés, encontrándose que niños y niñas entre los 10 y 13 años de edad, hacen uso de un estilo de afrontamiento de Abandono de Control, seguido por el uso del estilo de Control Directo y por último el Afrontamiento de Control Indirecto (Hernández y Gutiérrez 2012).

Por otra parte, Shawm y Suzanne (1994), proporcionaron evidencia indirecta de cómo los niños perfeccionistas responden al estrés al examinar las respuestas fisiológicas y afectivas de estos ante el fracaso. Sus resultados indicaron que los participantes con mayor perfeccionismo auto orientado tendían a tener reacciones afectivas más negativas y mayores niveles de estrés fisiológico después de fracasar en una tarea cognitiva. Además, de acuerdo con el estudio de Flett, Druckman, Hewitt & Wekerle (2012), este tipo de comportamiento en los niños mostró una asociación moderada y positiva con el afrontamiento desadaptativo para hacerle frente a los factores estresantes. En general, se sabe que los niños con altos niveles de perfeccionismo socialmente orientado tienden a emplear más estrategias disfuncionales de afrontamiento para manejar el estrés (Dry, Kane, y Rooney, 2015).

Finalmente, una de las razones por las que el perfeccionismo es considerado una variable relevante, es porque ha sido señalado como un importante predictor del mal ajuste y el estrés en esta etapa evolutiva (Pamies y Quiles, 2014).

Estrés escolar y rendimiento académico

De la revisión de los artículos seleccionados se evidenció que no existe consenso entre la relación de un apego seguro o ambivalente con las reacciones corporales a factores estresores por consiguiente es necesario realizar más investigaciones donde se pueda evidenciar (Rangera, 2014).

Por otro lado, se ha logrado establecer que en los niños y niñas presentes en la catástrofe natural al transcurrir un tiempo de 8 meses aun presentan síntomas de estrés postraumático lo cual conlleva a un deterioro de su vida cotidiana, encontrando más vulnerables las mujeres que los hombres (Briceño, et al, 2013).

A su vez, al relacionar el estrés y rendimiento académico, los estudios han logrado establecer que los niños y niñas que viven en áreas rurales tienden a percibir menos los acontecimientos de la vida cotidiana como estresantes (Encina y Avila, 2015).

Al respecto, Forero, López, y Pardo (2004) establecen, que el estrés es frecuente en el contexto socioeducativo, donde se evidencian diferentes conflictos y amenazas que los estudiantes enfrentan en su cotidianidad al interior de las aulas, en la interacción con sus compañeros y con sus educadores, pero también es evidenciado en su vida familiar y social.

Desde luego, los estudiantes generan expectativas alrededor de tales situaciones, lo cual, conlleva al enfrentamiento y la lucha por alcanzar metas o logros que los jóvenes se proponen a corto, mediano y largo plazo.

Lo anterior coloca de manifiesto, que ciertas situaciones en el ambiente educativo podría ser causante de manifestaciones indeterminadas favorables o desfavorables para cada uno en su proceso de aprendizaje. Sin embargo, no hay que dejar de lado los factores biológicos (edad, sexo); factores psicosociales, (estrategias de afrontamiento, apoyo social); factores psicosocioeducativos (autoconcepto académico, tipo de estudio, curso, autoeficacia, motivación escolar) y los factores socioeconómicos (lugar de residencia, disfrute de becas) que pueden llegar a desencadenar estrés durante todo el desarrollo del ser humano, incluso durante la infancia.

En esta misma línea, se evidencia que en el ámbito escolar se dan las condiciones para que el estrés pueda presentarse, ejerciendo presión en los niños y jóvenes en función de su desempeño y rendimiento académico, donde se pone en evidencia la habilidad cognitiva, metacognitiva, y la capacidad para resolver problemas (García y Zea, 2011).

De acuerdo al anterior planteamiento, el entorno escolar puede generar estrés psicosocial cuando no existen condiciones adecuadas que favorezcan la socialización, la comunicación entre estudiante- profesor, entre pares y entre padres. En este sentido, Cabanach, Rodríguez, Valle, Piñeiro y González, (2008), definen el estrés psicosocial como un factor que predispone al desarrollo de diversas enfermedades en el ser humano con efectos que impactan la calidad de vida y salud.

En este sentido, Chiquillo, Amaya, y Curiel (2016) mencionan, que los estudiantes influidos por altos índices de estrés manifiestan disminución en los niveles de inteligencia, déficit en una actitud favorable para el aprendizaje y por ende a un bajo desempeño académico. Por otra parte, el estrés también altera el buen equilibrio socioafectivo, donde se ve alterada la sensación de satisfacción, ansiedad, el disfrute y el déficit en las relaciones interpersonales en los contextos educativos o escolares.

Sin embargo, sí se evidencia que la aplicación de talleres con miras a desarrollar la inteligencia emocional en los niños y niñas modifica significativamente la manera cómo ellos enfrentan las diversas situaciones estresantes. De allí se justifica la necesidad de incluir dentro del currículo escolar actividades en busca de fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños y niñas (Del Rosario y Mora 2014).

Finalmente, cabe señalar la correlación positiva entre el perfeccionismo y el estrés, es decir, que los niños con mayores niveles de perfeccionismo presentaron más estrés, como fue evidenciado en el estudio tras la aplicación de una escala diseñada para el contexto venezolano, mostrando propiedades psicométricas satisfactorias para ser aplicada en la población infantil (Aguilar y Castellanos, 2017).

Conclusiones

El propósito del presente artículo ha consistido en una revisión bibliográfica sobre el estrés infantil. Podemos afirmar que los estudios sobre esta temática en particular, cobran relevancia a fin de aumentar la comprensión de la realidad infantil, por tal motivo, este tipo de estudios requieren ser realizados en los contextos de cada país o región. En gran parte de los estudios revisados, las investigaciones son realizadas en disciplinas como la psicología y la medicina, las cuales se han centrado en la identificación de los factores estresores, en el afrontamiento ante situaciones traumáticas, y en estudiantes o poblaciones de adolescentes y adultos; pocos son los estudios enfocados desde el ámbito académico.

De igual modo, se puede observar que gran parte de los estudios han sido realizados, con una metodología de corte cuantitativo, utilizando escalas con diferentes ítems para determinar la existencia o no de estrés en la población estudiada y en relación con diferentes variables como: el rendimiento académico, los estilos de crianza, eventos específicos (separaciones de los padres, catástrofes naturales), inteligencia emocional o maltrato infantil.

Así mismo, el análisis realizado ha permitido identificar una ausencia de investigaciones de corte cualitativo en temas de estrés y rendimiento académico en la infancia, que permitan comprender las dinámicas que se viven al interior del aula y si alguna de ellas está actuando como factor estresor para los estudiantes en el contexto colombiano y países latinoamericanos, debido a que durante el rastreo bibliográfico no se encontraron muchos estudios actualizados en dichos escenarios. En consecuencia se evidencia la necesidad de realizar investigaciones relacionadas con la temática, a fin de tomar medidas al interior de las escuelas encaminadas al desarrollo de alternativas de afrontamiento en situaciones de estrés por parte de los estudiantes.

Por último es importante tener en cuenta, según lo analizado en diferentes investigaciones rastreadas, que las variables involucradas a la hora de hablar sobre el estrés son diversas, por tanto, no existe un común denominador para catalogar una situación como estresante o no, debido a que esto, depende de la forma como cada individuo percibe las situaciones que se le presenten en su vida cotidiana. Acorde con lo anterior, los resultados de esta revisión bibliográfica son de especial relevancia para profesores, directivos y padres de familia, al permitirles identificar los factores estresores durante la infancia, e implementar acciones preventivas que aspiren conseguir un aprendizaje significativo, en los estudiantes, no sólo académicamente sino para toda la vida.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Referencias

- Aguilar, L., Castellanos. M. (2017). Validación psicométrica de una escala de perfeccionismo infantil en niños venezolanos. Recuperado de <http://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios/article/view/875/1163>
- Águila B., Calcines M., Monteagudo R., Nieves Z. (2015). Estrés académico. *Edumecentro*, 7(2), 163-178. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v7n2/edu13215.pdf>
- Arias, Walter L. (2012). Estrés laboral en trabajadores desde el enfoque de los sucesos vitales. *Revista Cubana de Salud Pública*. 38(4). 525-535. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21425049004>
- Briceño A., Abufhele M., Dávila M., Barreau V., Sommer A., Castro M., ...Correa D. (2013). Estrés postraumático en escolares a 8 meses del 27F. *Revista chilena de pediatría*, 84(1), 42-50. Doi: <https://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062013000100005>
- Cabanach, R. Rodríguez, S. Valle, A. Piñeiro, I. González, P. (2008). Metas académicas y vulnerabilidad al estrés en contextos académicos. Aula Abierta.
- Chiquillo, J., Amaya, N., Curiel, R. (2016). Situaciones escolares asociadas al estrés psicosocial en estudiantes de básica secundaria de la ciudad de Riohacha. *En Boletín Virtual*. 5(6). Recuperado de <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/86/84>
- Del Águila, E. (2015). Violencia y estrés infantil: ¿está en juego nuestro futuro? *Acta Médica Peruana*, 32(2), 71-83. Recuperado de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S172859172015000200002&lng=es&tlng=es
- Del Rosario, D y Mora, M. (2014). Relaciones entre inteligencia emocional, estrés y adaptación general en una muestra de estudiantes de primaria. *Revista de Investigación Psicológica*, (11), 7-21. Recuperado de http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n11/n11_a02.pdf
- Dry, S., Kane, R., Rooney, R. (2015). An investigation into the role of coping in preventing depression associated with perfectionism in preadolescent children. *Frontiers in Public Health*, 3, article 190. Doi: 10.3389/fpubh.2015.00190
- Encina. A y Ávila. M. (2015). Validación de una escala de estrés cotidiano en escolares chilenos. *Revista de Psicología*, 33(2), 363-385. Recuperado de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S025492472015000200005&lng=es&tlng=es.
- Fernández-Martín, E., Trianes, M., Maldonado, M., Miranda, P., Ortiz C., Engüix, A. (2015). El Estrés Psicológico y Psicológico en la Relación entre funcionamiento Cognitivo Básico y Rendimiento Académico. *Anales de Psicología*, 31(1), 120-126. Doi: <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.31.1.151451>

- Fernández, B. Trianes, M. (2006). *Estrés, riesgo familiar e inadaptación socioemocional y escolar en la infancia* (tesis doctoral). Universidad de Málaga. Málaga. España. Recuperada de <https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/2674/16851511.pdf>
- Flett, G., Druckman, T., Hewitt, P., Wekerle, C. (2012). Perfectionism, coping, social support, and depression in maltreated adolescents. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 30(2). 118 - 131. DOI 10.1007/s10942-011-0132-6
- Forero, J., López, H., Pardo, N. (2004). Factores psicosociales asociados al estrés estudiantil de un colegio privado de ciudad de Panamá. Universidad de La Sabana.
- García, N. y Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología de la Universidad de Antioquia*, 3(2) 52-70. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4865240.pdf>
- González, M., Díaz, F., Martín, I., Delgado, M., Trianes, M. (2014). Estrés Cotidiano y Precisión Lectora en Niños de Educación Primaria. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3 (1), 245-252. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3498/349851785024.pdf>
- González, L., Vasco, I. y Betancurt L. (2016). Revisión de literatura sobre el papel del afrontamiento en las autolesiones no suicidas en adolescentes. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 16 (1), 45-56. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5855292>
- Hernández A., Sheila V., Gutiérrez, M. (2012). Estilos de Afrontamiento ante Eventos Estresantes en la Infancia. *Acta de Investigación Psicológica*. 2 (2) , 687 - 698. Recuperado de <http://www.uacm.kirj.redalyc.org/articulo.oa?id=358933341007>
- Lazarus, R., y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona, España: Martínez Roca.
- López, M., Aguilar, M. y Zabaleta, V.(2014). Percepción de Estrés Escolar y Ritmo Circadiano de Cortisol en el Síndrome de Turner. *Temas En Psicología*, 22 (2), 529-538. DOI: 10.9788/TP2014.2-20
- Maldonado, M., Hidalgo, M., y Otero, M. (2000). Programa de intervención cognitivo-conductual y de técnicas de relajación como método para prevenir la ansiedad y el estrés en alumnos universitarios de Enfermería y mejorar el rendimiento académico. *Cuadernos de Medicina Psicosomática*, 53, 43-57. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2895627>
- Martínez, V. (2014). Prevención del estrés escolar. *International Journal of Developmental and Educational Psychology* , 1(1), 295 - 305. DOI: <http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v1.375>
- Maturana A., Vargas, A. (2015). El estrés escolar. *Medical Clínica Condes*, 26(1), 34 - 41. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2015.02.003>
- Orlandini, A. (1999). *El estrés que es y cómo evitarlo*. España. Fondo de cultura economica de España.

- Ortega y Pérez. (1996). Bases para una psicología del miedo. Colombia. Editores Gráficos.
- Pamies, L., Quiles, Y. (2014). Perfeccionismo y factores de riesgo para el desarrollo de trastornos alimentarios en adolescentes españoles de ambos géneros. *Anales de Psicología*, 30(2), 620-626. DOI: <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.2.158441>
- Pérez J, Pérez M, Montealegre, M, Perea L. (2012). Estrés parental, desarrollo infantil y atención temprana. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 123 - 132. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832342012>
- Reguera Nieto, Eduardo Agustín. (2014). Attachment, cortisol and stress in infants: a narrative review. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 34(124), 753-772. DOI: <https://dx.doi.org/10.4321/S0211-57352014000400008>
- Romero, K. y Ruiz, M. (2015). El trastorno de estrés postraumático en niños preescolares. *Revista de Ciencias Sociales*, (20), 1-29. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5585573>
- Sandín, B. (2002). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales.
- Selye, H. (1999) Enciclopedia de Psicología, Tomo III, pág. 476, Editorial Océano.
- Selye, H. (1956). The stress of life. Mcgraw Hill Book Company. New York
- Shawm. R., y suzanne, L. (1994). Examining Fthe “F” in Gifted: Academically Gifted Adolescent Physicological and Affective responses to scholastics Failure. *Journal four Education of the Gifted*, 17 (3), 241-259. Recuperado de <http://journals.sagepub.com/doi/metrics/10.1177/016235329401700304>
- Trianes M. (2003) Estrés en la Infancia su prevención y tratamiento. Madrid, España