

Prof. AURA NIDIA HERRERA R.

Psicóloga

Universidad Nacional de Colombia-Bogotá

LUIS CARLOS BERNAL R.

Psicólogo

FREDY A. RINCÓN O.

Psicólogo

ESTRÉS Y ENFERMEDAD EN LA INICIACIÓN DE LA VIDA UNIVERSITARIA:

**Revisión de algunos estudios con grupos
de estudiantes de la Universidad Nacional de Colombia**

INTRODUCCIÓN

Algunos cambios importantes en la vida de los individuos pueden exigir el aprendizaje de nuevas estrategias para la solución de problemas, para la interacción con otros, en algunos casos, para la satisfacción de sus necesidades básicas. La escala de Reajuste Social de Holmes y Rahe (1967), construida a partir de los puntajes resultantes de una muestra aplicada en un grupo de individuos dio una lista de eventos considerados estresantes; incluye cambios relacionados con el estado financiero, las responsabilidades en el trabajo, los logros personales, el ciclo escolar o laboral, las condiciones de vida, el tipo o cantidad de tiempo libre, las actividades sociales, los hábi-

tos de sueño y alimenticios, entre otros. Aunque estos eventos presentados de manera aislada parecieran ser poco importantes para algunos sujetos, al presentarse conjuntamente pueden generar un estado temporal de trastorno y desorganización conocido como crisis (Valdés y Flores, 1985).

Si bien la dirección de la relación y la identificación de los factores mediadores son temas aún muy discutidos, hay bastante evidencia empírica (Lazarus, 1991; Sarason y Sarason, 1990; Hurrelman, 1997) que respalda la hipótesis de asociación entre estrés y alteraciones de la salud como aparición de algunos trastornos físicos, enfermedades gástricas y cardíacas, afecciones respiratorias y dermatológicas, alergias y algunos dolores, entre otras. También se han encontrado

asociaciones entre situaciones estresantes o de alta demanda para el individuo, con episodios depresivos, conductas delictivas y consumo de drogas legales e ilegales (Hurrelman, 1997).

Año tras año la Universidad Nacional de Colombia en sus diferentes sedes, recibe alrededor de 3.000 nuevos estudiantes en las diferentes carreras. La mayoría vive de ellos en la misma ciudad de la sede a la que ingresa y un porcentaje menor pero no insignificante proviene de otras regiones del país y debe desplazarse para iniciar sus estudios universitarios. Tal desplazamiento implica cambio de residencia y de hábitos de vida, separación de su grupo familiar y social, nuevas demandas de inversión económica, autonomía para la toma de deci-

siones sobre la administración del tiempo y del dinero, aprendizaje de nuevas pautas de comportamiento más adaptadas al nuevo entorno y en general una serie de exigencias propias de la adaptación a un medio cultural ajeno, incluyendo muchos de los eventos estresantes antes mencionados. En síntesis, la Universidad alberga cada semestre cerca de 1.500 jóvenes enfrentando cotidianamente una serie de eventos estresantes y una proporción desconocida de aquellos, en riesgo de presentar algunas enfermedades, de episodios depresivos, de iniciar consumo de psicoactivos. El presente artículo tiene un doble objetivo. Por una parte pretende hacer una revisión de la literatura sobre la relación entre estrés y enfermedad dentro de los procesos de adaptación a la vida universitaria, y de algunos estudios relacionados con las condiciones de vida de los estudiantes universitarios y específicamente de la Universidad Nacional de Colombia. Por otra parte, presenta algunos de los resultados hallados en una investigación¹ recientemente concluida por los autores, sobre algunos indicadores de salud en estudiantes admitidos a la Universidad Nacional de Colombia mediante el procedimiento de admisión regular y mediante el programa de admisión especial "Mejores Bachilleres de Municipios Pobres".

ESTRÉS, ENFERMEDAD Y ADAPTACIÓN A LA UNIVERSIDAD

La revisión de la literatura sobre el tema, adaptación o ajuste a condicio-

Este trabajo tiene tres partes: una revisión de la literatura sobre estrés y enfermedad, los resultados de algunos estudios sobre caracterización de estudiantes de la Universidad Nacional y algunos de los hallazgos de la reciente investigación realizada por los autores sobre descripción de indicadores de salud en estudiantes de la Universidad Nacional, que ingresan por admisión regular y por el Programa de Admisión Especial dirigido a 'Mejores Bachilleres de Municipios Pobres'. Se resalta la necesidad de realizar estudios que conduzcan al conocimiento de las condiciones de vida de los estudiantes y a la identificación de factores de riesgo para algunos trastornos relacionados con estrés y consumo de alcohol y psicoactivos; trabajos que guíen de alguna manera la planeación de estrategias de prevención.

nes de vida novedosas, muestra una diversidad de estudios que abordan el problema desde diferentes perspectivas. La aproximación puramente biológica pretende la comprensión de algunos cambios estructurales, funcionales o genéticos de un organismo, en función de las exigencias del ambiente. La aproximación sociológica, antropológica y de la 'geografía social', buscan explicar las características sociales y los cambios de los grupos sociales en relación con las variables propias del lugar o del ambiente en que se encuentren. Otro tipo de aproximación al tema, está representado por trabajos que buscan identificar las variables psicológicas y sociales que

se asocian al proceso individual de ajuste a condiciones de vida diferentes. Dentro de esta última categoría se pueden ubicar las investigaciones que centran su atención en la relación entre estrés y enfermedad.

Desde la introducción del término 'estrés' en el lenguaje de la psicología, se han desarrollado un gran número de investigaciones para intentar delimitarlo, explicarlo y para reconocer su efecto en el comportamiento de los animales y en el hombre. No obstante, como ocurre con otros términos (ansiedad, conducta, ...), existen diferentes concepciones de estrés en psicología. Según Kasl (1996) es posible una clasificación del concepto, en cinco categorías: En la primera categoría se concibe el estrés como una condición ambiental que se puede definir y medir objetivamente; es usual aquí, el término "estresor". Desde esta perspectiva, el énfasis está en la identificación del estímulo, variable independiente o factor de riesgo, cuyas propiedades se consideran objetivamente cuantificables. En una segunda categoría se ubican los trabajos que consideran que el estrés constituye una percepción subjetiva o un juicio sobre una condición ambiental objetiva. Esta definición está respaldada por la tradición psicológica de que la valoración de un estresor objetivo está sujeta a las diferencias individuales que determinan su impacto. En la tercera categoría se ubican los modelos que entienden el estrés como una respuesta particular o reacción. Se incluyen aquí resultados como el estado de ánimo disfórico, los síntomas psicofisiológicos de tensión, algunos parámetros biológicos (neuroendocrinos), así como la incidencia de una determinada enfermedad. Según las investigaciones de la cuarta categoría, el estrés comprende una relación comple-

¹ "Estudio descriptivo longitudinal de algunos indicadores de salud en dos grupos de admitidos a la Universidad Nacional de Colombia entre 1996 y 1997", se encuentra actualmente en revisión para publicación.

ja entre las características del ambiente y las características de la personalidad. El estrés aparece cuando las demandas del ambiente exigen al individuo más allá de sus posibilidades. Teóricamente esta propuesta se ha denominado Person-Environment Fit (French y cols., 1982, citados por Kasl, 1996). En la quinta categoría se encuentran los trabajos que definen el estrés como un proceso complejo que incluye muchos otros componentes como la evaluación que hace el individuo de la situación y su estilo para afrontarla; en consecuencia no puede verse el estrés como un simple esquema estímulo-respuesta o causa-efecto.

En el contexto de procesos de adaptación a un medio ajeno o a las condiciones de vida que implica la iniciación de un nuevo ciclo escolar, —condiciones similares a las que pueden vivir los estudiantes que ingresan a la Universidad Nacional en general, y en particular aquéllos que deben cambiar la ciudad de residencia para estudiar—, cobra mayor importancia la identificación de los sucesos asociados al estrés, generalmente conocidos como eventos vitales estresantes. Sin embargo, el carácter estresante de un hecho particular no es una propiedad absoluta del mismo. Para algunos autores, aquél está básicamente determinado por el carácter aversivo del evento (Crandall y Lehman, 1977; Ross y Mirowski, 1979, citados por Dohrenwend y Dohrenwend, 1984) o por el juicio subjetivo que haga el individuo acerca de su posible efecto perjudicial (Richaud, M. y Sacchi, C., 1999); mientras que para otros lo importante es la cantidad de cambio en los patrones de vida lo que hace que una situación sea estresante (Holmes y Rahe, 1967). La primera posición implica relativizar la noción de evento

The present work is divided in three sections. First, it presents a review of research about the stress-illness relation. Second, it shows a characterization of the student body from the Universidad Nacional de Colombia (UNC). Finally, it presents the findings of a recent study by the authors that makes a comparison between students admitted through the regular admission process, and those admitted through one of the Special Admission Programs (Best high school graduates from impoverished districts) at UNC. It is emphasized the need for research aimed to know the students life conditions and to identify risk factors for some stress-related health problems as well as alcohol and drugs abuse, in order to plan prevention strategies.

estresante, de manera que no sería posible su identificación, sin previa reacción o juicio de cada sujeto. Dentro de la segunda posición, escalas como la mencionada de Holmes y Rahe, constituyen intentos para identificar y ponderar el efecto de algunos eventos potencialmente estresantes, de manera que sus posibles efectos puedan preverse de alguna forma. Los autores investigaron la relación entre la salud física y los cambios en la edad adulta como sucesos causantes de estrés. A diferentes circunstancias que se presentan en el desarrollo normal de la vida se les asignó un peso numérico y se les denominó Unidades de Cambio Vital (ULC). Tales unidades sumadas permiten cuantificar la magnitud del cambio durante una secuencia temporal en la vida de

una persona. De esta manera, la crisis es definida como cualquier grupo de unidades de cambio en la vida, ascendente a 350 puntos o más en un año. La tabla 1 resume algunos de los eventos de la escala con su ponderación original en unidades de cambio vital; en ella se incluyen solamente algunos de los eventos que pueden enfrentar los estudiantes al iniciar la vida universitaria.

Aunque los resultados de los estudios, cuando se utiliza la escala de eventos vitales, son contradictorios en lo referente a la utilidad de la misma, la evidencia apoya dos hipótesis: a) existe asociación significativa entre estrés cotidiano medido con esta escala y la aparición de desórdenes físicos (Wiler y cols. 1971, citados por Fisher, 1996; Rabkin y Sruening, 1976, citados por Dohrenwend y Dohrenwend, 1984; Rahe, 1989; Selye, 1976) o la aparición de desórdenes psicológicos (Dohrenwend, 1978, citado por Dohrenwend y Dohrenwend, 1984). b) algunas variables como estrategias de afrontamiento (Lazarus, 1966), locus de control (Zea y cols., 1996), soporte social (Capan y Killilea, 1976, citados por Dohrenwend y Dohrenwend, 1984) y características de la personalidad, entre otras, juegan el papel de 'mediadoras' en la asociación descrita en el literal a).

Los estudios acerca de jóvenes que inician un nuevo ciclo escolar y particularmente quienes deben abandonar sus hogares para hacerlo, han mostrado relación entre esta situación —que implica un buen número de eventos antes mencionados como potencialmente estresantes— y la presencia de algunos trastornos como depresión, (Fisher y Hood, 1987; Fisher y Elder, 1990; Sarason y Sarason, 1990), ansiedad, (Fisher y Elder, 1990), y problemas de salud (Fisher y Elder,

Tabla 1
Apartes de la Escala de eventos vitales estresantes de Holmes y Rahe
(1967): "The Social Readjustment Rating Scale (SRRS)"

Acontecimiento	Unidades de Cambio Vital
Cambio en el estado financiero	38
Cambio de responsabilidades en el trabajo	29
Logros personales sobresalientes	28
Inicio o término de la escuela	26
Cambio en las condiciones de vida (nueva casa)	25
Cambio de hábitos personales (vestuario, amigos)	24
Cambio en las condiciones y horario de trabajo	20
Cambio de residencia	20
Cambio de escuela	20
Cambio en el tipo y/o cantidad de tiempo libre	19
Cambio en las actividades sociales	18
Cambio en los hábitos de sueño	16
Cambio en el número de familiares juntos	15
Cambio de hábitos alimenticios	15
Vacaciones	13
Navidad	12

Tomado de K., SLAIKEU, "Intervención en crisis: Manual para práctica e investigación": *El Manual Moderno*, México, 1996, p.18.

1990). Particularmente ilustrativa para el presente trabajo resulta la investigación de Hurrelman (1997) con adolescentes alemanes. El autor incluye síntomas de estrés emocional y psicósomático como dolor de cabeza, falta de concentración, nerviosismo, náuseas, vértigo, insomnio, temblores, pérdida de apetito y sentimientos de impotencia, melancolía, apatía, soledad e inutilidad y encuentra que bajo algunas circunstancias particulares, los adolescentes reaccionan con síntomas de estrés, a constelaciones de riesgos en sus condiciones de vida. Dentro de los "factores de alto riesgo" más importantes se encontraron: "(...) b) fuerte estrés subjetivo debido a demandas escolares, c) fracaso escolar, d) dificultades para alcanzar el reconocimiento y la integración en el grupo de iguales, y e) desventajas en lo material en comparación con amigos e iguales". Hurrelman concluye que tales síntomas dependen particularmente de la percepción subjetiva de

estrés en el rendimiento escolar y del fracaso escolar objetivo. Afirma además, que "los síntomas resultantes de problemas de estrés son de esperar sobre todo en el grupo de adolescentes que se encuentran en una situación difícil con respecto al rendimiento escolar y cuyos padres tienen altas expectativas a este respecto. La amenaza de fracaso escolar correlaciona con un incremento considerable de la conducta delictiva, las alteraciones de la salud y el consumo de drogas legales e ilegales."

LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL

Desafortunadamente no existen estudios que permitan hacer una caracterización socio-demográfica del estudiante promedio de la Universidad Nacional de Colombia en sus diferentes sedes. A pesar de que durante algunos años la Universidad aplicó la encuesta socioeconómica a todos los

aspirantes, los datos recolectados sólo se aprovecharon de manera muy parcial. Uno de los pocos trabajos al respecto es el de Pedraza (1991) quien logra una caracterización del aspirante a la Universidad Nacional de Colombia. Según los resultados allí encontrados, sólo el 6,7% de los aspirantes proviene de zonas rurales, el 82,2% vive en ciudades con más de 10.000 habitantes y más del 80% vive aún con sus padres y hermanos. A partir de la información suministrada por el aspirante sobre ingresos familiares en salarios mínimos mensuales se establece que, se trata de un grupo de estrato socioeconómico de medio a bajo; sin embargo, la gran mayoría de los aspirantes (81,3%) depende económicamente de sus familias aunque cerca de un tercio de los aspirantes (31,9%) tiene la intención de trabajar mientras estudia.

A partir de una muestra no aleatoria de 1.236 estudiantes de la Universidad Nacional que ingresaron entre 1996 y 1997 a la sede de Bogotá, los autores encontraron que un gran porcentaje de los aspirantes admitidos, tiene entre 15 y 19 años y el 95% de ellos no supera los 23 años en el momento de ingresar a la Universidad. En cuanto a la procedencia, el 85% de la muestra procede Bogotá y ciudades cercanas y el 71% del total vive en la ciudad en el momento de aspirar a la Universidad. De manera similar a lo reportado por Pedraza (1991), el 86% de los admitidos cuenta con ayuda económica de su familia; para el 80% de ellos ésa es su única fuente de ingresos y alrededor de un 23% está buscando empleo mientras estudia. (Herrera, Bernal y Rincón, en prensa).

Esta panorámica es bien diferente cuando se separan los grupos de aspirantes admitidos regularmente de los

que ingresan a la Universidad por el sistema de Programas de Admisión Especial (PAES). Dos de estos programas, creados por los acuerdos 22 de 1986 y 93 de 1989, permiten el ingreso de aspirantes pertenecientes a comunidades indígenas y mejores bachilleres de municipios pobres del país (MBMP), respectivamente, en condiciones diferentes a las de los demás aspirantes (Universidad Nacional de Colombia, 1996). El segundo acuerdo antes mencionado, con el objetivo explícito de "...promover los mecanismos que persigan una mayor igualdad de oportunidades de acceso a la educación superior" (numeral 1) y teniendo en cuenta "que debido a los desequilibrios del desarrollo regional y local, existen en Colombia una gran cantidad de municipios en estado de extrema pobreza, en los cuales sus estudiantes culminan la educación secundaria en medio de múltiples dificultades y carencias, y con pocas posibilidades de continuar estudios superiores" (Numeral 2); ofrece algunas condiciones para la admisión y permanencia del estudiante del Programa MBMP, dentro de las cuales se encuentran:

"Se contempla un cupo equivalente al dos por ciento (2%) de los cupos establecidos para cada carrera que ofrezca la Universidad en su sede de Santafé de Bogotá y seccionales, para ser llenados por los aspirantes de Municipios Pobres, seleccionados en este programa". (Universidad Nacional de Colombia, 1996, Artículo 1).

"Los aspirantes a los cupos establecidos para el presente Programa deberán obtener el puntaje mínimo de ingreso ordinario que se establezca para la Uni-

versidad, en los respectivos exámenes de admisión" (Universidad Nacional de Colombia, 1996, Artículo 2).

"Los aspirantes admitidos en desarrollo del presente programa pagarán la matrícula mínima y serán beneficiarios del Préstamo Beca en el monto que resulta del análisis de la situación socioeconómica. El mantenimiento de este Préstamo Beca, a lo largo de la carrera, estará sujeto al rendimiento académico de cada estudiante según reglamentación que para el efecto expida la Rectoría de la Universidad" (Universidad Nacional de Colombia, 1996, Artículo 4).

Posteriormente se han introducido otra serie de estrategias para favorecer la permanencia del estudiante MBMP en la Universidad y facilitar su ajuste a las características de la ciudad; entre aquellas están: a) pago de matrícula mínima, b) derecho a solicitar el préstamo beca desde el primer semestre, c) derecho a solicitar cupo en la Corporación de Residencias Universitarias, d) derecho a beneficiarse de los programas y servicios que ofrece el Centro de Apoyo Académico y Cultural de los Programas de Admisión (PAES), e) derecho a cancelar asignaturas desde el primer semestre, f) oferta de cursos de nivelación en matemáticas y español y g) actividades especiales dentro de la semana de inducción a la vida universitaria.

Desde el inicio del programa MBMP y hasta el segundo semestre de 1998 se han admitido 1.266 estudiantes a la Universidad Nacional de Colombia. Su distribución por períodos académicos aparece en la tabla 2, extraída de las estadísticas de la Dirección Nacional de Admisiones (1992-1998).

Las mismas condiciones de ingreso permiten suponer que los estudiantes admitidos por programa MBMP constituyen un grupo diferente dentro de la población de estudiantes de la Universidad Nacional de Colombia. La diferencia obvia es la región de procedencia. El 99,9% de este grupo procede de fuera de Bogotá y cerca del 20% de la región Cundiboyacense. En cuanto a edad, aunque a la diferencia no le damos mucha importancia, el grupo MBMP es más joven que el de admisión regular y sobre todo, más homogéneo en cuanto a esta variable². Más del 92% de los estudiantes participantes en las investigaciones viven con sus familias cuando son admitidos a la Universidad aun cuando la composición del círculo social parece ser más heterogénea para los estudiantes MBMP³ (Herrera, Bernal y Rincón, en prensa). Más importantes son, sin embargo, algunas condiciones de orden social o psicológico que caracterizan a los estudiantes admitidos por el programa MBMP y que están muy asociadas al hecho de tener que cambiar de ciudad para ingresar a la Universidad. Según Restrepo y cols. (1993), estos estudiantes tienen que experimentar en su vida una serie de cambios que incluyen, fundamentalmente, transformaciones en su entorno social, demandas de inversión económica y las exigencias de su adaptación a un medio cultural ajeno. La

² "La edad promedio para los grupos de admisión regular y admisión especial es de 18.41 y 17.8, con desviaciones típicas de 2.91 y 1.97 respectivamente" (Herrera, Bernal y Rincón, en prensa).

³ El 34.3% de los estudiantes que ingresaron por admisión regular y el 20.0% de los MBMP afirman que su círculo social está compuesto exclusivamente por sus familias.

Tabla 2
Número de admitidos a la Universidad Nacional
de Colombia por el Programa "Mejores
Bachilleres de Municipios Pobres",
entre 1992 y 1998

Semestre	Sede Bogotá	Total Universidad
90-I a 91-II	—	228
92-I	42	51
92-II	20	36
93-I	38	88
93-II	18	25
94-I	30	33
94-II	16	19
95-I	92	131
95-II	57	99
96-I	89	128
96-II	49	81
97-I	52	88
97-II	37	71
98-I	57	109
98-II	36	79
Total	633	1.266

Fuente: Restrepo y cols., 1993.

ayuda familiar y el préstamo-beca que otorga la Universidad, son generalmente insuficientes para pagar su vivienda, alimentación, transporte, material de estudio y otros gastos personales. Su entorno social se ve drásticamente modificado, tiene el estudiante que aprender nuevas pautas de comportamiento para interactuar y pierde la identidad social que tenía en su lugar de origen. Las exigencias académicas son superiores a lo que podía preverse y debe utilizar el tiempo libre para 'reparar' y no quedarse de sus compañeros, lo que hace que renuncie a sus expectativas de participar en actividades deportivas y culturales.

Dos aspectos los distinguen a los estudiantes del programa MBMP, incluso de los estudiantes regulares que proceden de fuera de Bogotá. Por una parte, el hecho de recibir un formulario para la presentación de exámenes

genera expectativas y desencadena una serie de reacciones no previstas; "...la idea de ingreso a una universidad se miraba como posibilidad inalcanzable, descabellada dada su condición económica y social"; en este contexto, el formulario de inscripción a la Universidad genera una serie de expectativas personales, de sus familias y allegados, que implican exigencias para las que no estaba preparado (Restrepo y cols., 1993). Por otra parte, se trata de un grupo de muchachos con reconocido rendimiento académico en sus respectivos colegios lo cual puede hacer aún más difícil el proceso, la presión para obtener buen resultado en el examen de admisión a la Universidad es mayor y quienes logran ingresar generalmente no continúan ubicándose dentro de los mejores de su grupo. Por el contrario, entre los estudiantes de Programas de Admisión Especial se presenta fre-

cuentemente deserción y pérdida de materias en los primeros semestres (Prieto y Rivera, 1993; Herrera Bernal y Rincón, en prensa), su rendimiento académico es reconocidamente inferior de sus compañeros regulares; los estudiantes de admisión especial habilitan y repiten asignaturas con más frecuencia que los regulares, la diferencia del promedio de notas entre los dos grupos es significativa, excepto en las facultades de enfermería, artes, ciencias económicas, derecho y odontología (Restrepo y cols., 1993).

La revisión presentada hasta ahora apoya los tres siguientes supuestos: a) todos los estudiantes que ingresan a la Universidad deberán superar una fase de adaptación a la vida universitaria, independiente del programa de admisión, b) los estudiantes que ingresan por el programa de Mejores Bachilleres de Municipios Pobres deben además responder a las exigencias propias del cambio de ciudad, de círculo social y de condiciones de vida, mientras tratan de satisfacer las expectativas que sobre su desempeño, se han generado a su alrededor, lo cual puede hacer más difícil el proceso y c) las exigencias propias de los dos procesos deben estar asociadas de alguna manera con el estado de salud de los estudiantes.

DESCRIPCIÓN DE INDICADORES DE SALUD EN LOS ESTUDIANTES DESDE SU ADMISIÓN A LA UNIVERSIDAD Y DURANTE LOS TRES PRIMEROS SEMESTRES

Basados en los supuestos anteriormente expuestos, los autores adelantaron la investigación antes mencionada en la que se buscaba describir los cambios en el estado de salud de los estudiantes que ingresan a la Universidad. La estrategia metodológica

consistió básicamente en el seguimiento de seis grupos de participantes⁴, desde el momento de la admisión y durante los tres primeros semestres de permanencia en la Universidad. Se recogió información sobre a) presencia de alguna queja o malestar físico, b) algunos trastornos específicos reportados por la literatura o identificados en una preencuesta, tales como dolores de cabeza, sensación de debilidad, úlcera y otros problemas gástricos, gripes y problemas respiratorios, dificultades visuales; y c) consumo de alcohol y psicoactivos. La información se recogió en cuatro momentos: antes de iniciar estudios (preingreso), y hacia mediados de cada uno de los tres primeros semestres. Con el fin de explorar el posible efecto del sitio de procedencia, independiente de la pertenencia o no al programa de admisión especial, el análisis de los datos se realizó separadamente para tres grupos de estudiantes en cada momento de observación: estudiantes regulares procedentes de Bogotá, estudiantes regulares de fuera de Bogotá y estudiantes admitidos por el programa MBMP. Con los datos a que hacen referencia los numerales a) y b) se contruyeron dos indicadores de salud: proporción de estudiantes que reportan alguna queja o malestar físico y un indicador general de salud (IGS)⁵. Aun-

que no se trataba de un estudio diseñado para identificar factores de riesgo o para estimar prevalencia o incidencia de enfermedades específicas, los análisis descriptivos muestran por lo menos tres resultados interesantes.

En primer lugar, el ingreso a la universidad se acompaña de un significativo decremento en el estado de salud de los estudiantes, medido tanto por la proporción de ellos que reportan algún malestar físico, como por el indicador general de salud antes mencionado. Para el total de la muestra examinada, se observa un incremento del 21% de estudiantes que reportan algún malestar físico en primer semestre, respecto de la proporción de preingreso; esta proporción baja en 2% para los dos siguientes semestre respecto del primero, pero se mantiene por encima de la de preingreso. Resultado similar se observa en el segundo indicador. El valor promedio de este indicador desciende bruscamente entre el preingreso y el primer semestre y tiende a mantenerse estable durante los semestres posteriores, para todos los grupos (Ver figura 1). Este primer resultado apoya la hipótesis de asociación entre los eventos estresantes propios del ingreso a la Universidad y la presencia de algunas alteraciones de salud, cualquiera que sea el programa de admisión y su lugar de procedencia.

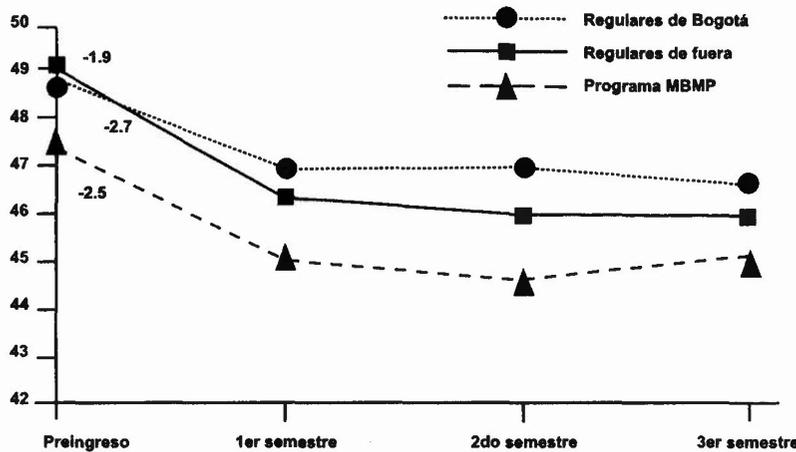
Un segundo resultado interesante es el hecho de que los cambios y la magnitud de los mismos durante el proceso, no parecen ser iguales en todos los grupos. La proporción de estudiantes que reportan algún malestar físico es muy superior en los estudiantes MBMP en el preingreso; sin embargo, entre éste y el primer semestre, dicha proporción aumenta en mayor grado para el grupo de estudiantes de admisión regular de fuera de Bogotá y de manera similar para los otros dos grupos. Por otra parte, los dos grupos de admisión regular tienen promedio superior en el IGS en el preingreso, pero la magnitud de cambio durante el primer semestre es superior para los dos grupos de fuera de Bogotá (Ver figura 1). A partir de estos resultados parece razonable formular tres hipótesis: a) los estudiantes de admisión especial padecen más molestias físicas que los regulares, o por lo menos así lo reportan, antes de ingresar a la Universidad, b) el cambio brusco en ambos indicadores, con el ingreso a la Universidad, parece estar asociado al cambio de lugar de residencia y c) después de transcurridos tres semestres en la Universidad, los tres grupos tienden a igualarse tanto en la proporción de quejas como en el IGS pero, en todo caso, el grupo de admitidos regulares que proceden de Bogotá, tiene mejores valores en ambos indicadores, mientras que el grupo MBMP tiene los peores. Para la interpretación de este resultado debe tenerse en cuenta además, que la proporción de estudiantes que se retiraron de la universidad durante los primeros semestres es bien diferente entre los grupos estudiados: 9,6% regulares de Bogotá, 14% regulares de fuera de Bogotá y 22,9% MBMP. Aunque la causa de retiro no se conoce para cada caso, resulta razonable su-

⁴ Un grupo de estudiantes que ingresaron por el sistema de admisión regular y un grupo perteneciente al programa MBMP, en cada una de las tres cohortes de admisión: Primer periodo de 1996, segundo periodo del mismo año y primer periodo de 1997.

⁵ El indicador puede expresarse como $IGS = 50 - \sum_{i=1}^k w_i q_i$, donde w_i es la ponderación asignada a la dolencia i , y q_i puede ser 1 ó 0, según si el estudiante reportó o no la dolencia correspondiente. De esta mane-

ra, un estudiante que no reporte malestar alguno tiene un valor de 50 en el IGS y este valor va disminuyendo con cada queja reportada por el estudiante". (Herrera, Bernal y Rincón, en prensa). Debe aclararse, sin embargo, que las ponderaciones se obtuvieron por consenso de expertos, teniendo en cuenta más que la gravedad del síntoma o trastorno, el efecto sobre el bienestar de las personas dada su edad y nivel educativo.

Figura 1
Cambios en el promedio del indicador general de salud,
desde el preingreso hasta el tercer semestre,
para cada grupo de estudiantes



Tomado de Herrera, Bernal y Rincón (en prensa). Estudio descriptivo longitudinal de algunos indicadores de salud en dos grupos de admitidos a la Universidad Nacional de Colombia entre 1996 y 1997.

poner una asociación entre esta y enfermedad, lo que estaría explicando en parte, la tendencia de los grupos a igualarse en los indicadores, en la última observación.

Finalmente, el tercer resultado que vale la pena resaltar se relaciona con el consumo de alcohol y psicoactivos. Tanto las experiencias previas como el periodo de mayor riesgo para consumo de alcohol y psicoactivos, son diferentes para los tres grupos. En primer lugar, 27% del grupo regulares de Bogotá, 22,6% regulares de fuera y 11% MBMP reportaron consumir alcohol antes de ingresar a la Universidad, lo que muestra mayor contacto con el alcohol, por parte de los muchachos procedentes de Bogotá. A partir del conteo de casos nuevos⁶ en

cada semestre se puede suponer que para el grupo de estudiantes regulares, el periodo de mayor riesgo para iniciar consumo es el primer semestre, mientras que para los MBMP, se ubica en el segundo semestre de la carrera. Esto parece deberse a que los estudiantes MBMP forman sus grupos de amigos sólo a partir de segundo semestre mientras que los regulares, incluso los que proceden de fuera de Bogotá, generalmente tienen su círculo social fuera de la Universidad.

En segundo lugar, durante todo el tiempo de observación, 110 estudiantes regulares de Bogotá (13% de este grupo), 31 regulares de fuera de Bogotá (11,6%) y 11 MBMP (10%) reportaron haber consumido psicoactivos. A partir de los reportes de preingreso, tienen más experiencias previas de contacto con psicoactivos, los estudiantes regulares; pero a diferencia del resultado anterior, el periodo de mayor riesgo para iniciar el consumo,

es el segundo semestre para todos los grupos. Resulta interesante, además, que hay una proporción importante de estudiantes, en todos los grupos, que se perdieron para la investigación⁷, después de haber reportado consumo de psicoactivos y de quienes continúan, la mayoría dice no volver a consumir.

CONCLUSIONES

Una revisión como la que se presenta en este trabajo tiene básicamente dos méritos. Desde el punto de vista académico y sin ser un reporte de investigación empírica, presenta de manera muy sucinta los hallazgos de un estudio que aporta datos para contribuir en el esclarecimiento de la relación entre estrés y desórdenes de salud, en una muestra de jóvenes que inician su vida universitaria (Herrera, Bernal y Rincón, en prensa). A partir de la revisión de la literatura al respecto, resulta claro que la iniciación de la vida universitaria implica una serie de cambios considerados estresantes, cambios concurrentes con un incremento importante en el reporte de algunos síntomas o desórdenes físicos, y un decremento también importante en el estado general de salud. Esta coocurrencia apoya la hipótesis de relación entre eventos estresantes y malestar físico. Además, la comparación entre grupos de jóvenes que se encuentran en la misma situación en cuanto a iniciación de su vida

⁶ Se identificaron como casos nuevos en cada semestre el número de personas que reportan consumir alcohol durante ese periodo, por primera vez.

⁷ Se considera pérdida dentro de la investigación, cada caso perteneciente a la muestra que en un momento dado no fue localizado por retiro de la Universidad, cancelación de semestre o cambio de residencia no reportado.

universitaria pero que tienen antecedentes diferentes en lo referente al lugar de procedencia y las expectativas previas de ingreso a la Universidad, apoya los hallazgos reportados por la literatura sobre la relación entre algunas otras variables como cambio de residencia, exigencias de adaptación a un medio cultural novedoso, expectativas a cerca de su desempeño y temor al fracaso escolar, con presencia de algunos desórdenes físicos.

Tal vez, el principal mérito del trabajo es poner de manifiesto algunas situaciones de interés para las instituciones de educación superior, en general, y para la Universidad Nacional de Colombia, en particular. Es evidente la carencia de estudios publicados que aborden el tema de las condiciones de vida de los estudiantes, sus expectativas, sus características socio demográficas, sus condiciones económicas y su proceso de adaptación a la vida universitaria. Son destacables algunos intentos como los de Pedraza (1991), Prieto y Rivera (1993), Restrepo y cols. (1993) y Vahos (1995); sin embargo, éstas son iniciativas individuales que, en el mejor de los casos, encuentran apoyo institucional pero que no obedecen a una política explícitamente trazadas por la Universidad al respecto. Esta situación es especialmente importante si se tienen en cuenta los hallazgos de la investigación reportada por los autores sobre los indicadores de salud.

Dado que se trata de un estudio meramente descriptivo, basado en una muestra no aleatoria de estudiantes, no se pretende darle más alcance del que tiene en cuanto a posibilidades de generalización de los resultados o potencia para la identificación de factores de riesgo (Herrera, Bernal y Rincón, en prensa). Sin embargo, muestra claramente: a) hay un decremento

en el estado general de salud en los grupos de estudiantes participantes, al ingresar a la Universidad, b) este decremento es superior en los grupos de estudiantes que provienen de fuera de Bogotá o que pertenecen al programa MBMP, c) la proporción de retiro de la universidad es mayor en el grupo de estudiantes de fuera de Bogotá y especialmente alta en el grupo de estudiantes MBMP, d) parece existir un patrón identificable en los periodos de mayor iniciación en el consumo de alcohol y psicoactivos entre los estudiantes. Estos hallazgos deben propiciar una reflexión de las directivas de la Universidad por lo menos en dos sentidos: Primero, la Universidad, a través de la Vicerrectoría de Bienestar Universitario y de la Coordinación de Programas de Admisión Especial (PAES), ha emprendido algunas acciones conducentes a apoyar a los estudiantes que ingresan por estos programas; sin embargo, si bien es cierto que el estado general de salud es especialmente bajo en los estudiantes MBMP, comparados con los otros dos grupos, este no es un problema exclusivo de ellos. Segundo, la toma de decisiones sobre la planeación y estrategias de prevención de algunos desórdenes físicos, deserción o consumo de alcohol y psicoactivos debe apoyarse en información empírica que permita orientar las acciones hacia los grupos más vulnerables y en los momentos más oportunos. Sólo así se garantizará que los recursos invertidos en ellas reporten los mejores beneficios Ψ

REFERENCIAS

DIRECCIÓN NACIONAL DE ADMISIONES. *Estadísticas de Proceso. Información Institucional de la Universidad Na-*

cional de Colombia. Santa Fe de Bogotá, Admisiones: Autor.1992-1998.

DOHRENWEND, B. S. y DOHRENWEND, B. P. *Life Stress and Illness: Formulation of the Issues.* En B. S. Dohrenwend y B. P. Dohrenwend (Eds.), *Stressful Life Events and Their Context.* New York: Jhon Wiley. 1984.

FISHER, S. *Life Stress, Personal Control, and the Risk of Disease.* En C. Cooper (Ed.), *Handbook of Stress, Medicine and Health.* Boca Raton (Florida): CRC Press.1996;121-136.

FISHER, S. y ELDER, L. *Epidemiological Problem Analysis: A New Approach to the Measurement of Stress.* *Stress Med.* 1990; 10:1-16.

FISHER, S. y HOOD, B. *The stress of the transition to university: a psychological disturbances absent-mindedness and vulnerability to homesickness.* *Br. J. Psychol.*, 1987; 78: 425-441.

HERRERA, A. N.; BERNAL L. C. y RINCÓN, F. (en prensa). *Estudio descriptivo longitudinal de algunos indicadores de salud en dos grupos de admitidos a la Universidad Nacional de Colombia entre 1996 y 1997.*

HOLMES y RAHE. *The Social Readjustment Rating Scale.* *Journal of Psychosomatic Research.* 1967;11: 213-218.

HURRELMANN, K. *Prevención en la adolescencia.* Torres, I. y Carrasco, T.J. (trads.). En G. Buela-Casal; L. Fernández-RÍOS y T. J. CARRASCO (Eds.), *Psicología preventiva: Avances recientes en técnicas y programas de prevención.* Madrid: Pirámide. 1997; 105-116.

KASL, S. *Theory of Stress and Health.* En C. Cooper (Ed.), *Handbook of Stress, Medicine and Health* (pp. 13-26). Boca Raton (Florida): CRC Press.1996;13-26.

LAZARUS, R. S. *Psychological Stress and the Coping Processes.* New York: McGraw Hill.1966. *Emotion and Adaptation.* New York: Oxford University Press. 1991.

PEDRAZA, P. *Informe descriptivo de los datos arrojados por la encuesta socioeconómica aplicada a los inscritos en el proceso de admisión para el segundo semestre de 1991.* Trabajo mimeografiado. Bogotá: Departamento de Admisiones, Universidad Nacional de Colombia. 1991

PRIETO, G. y RIVERA, J. *Programas de admisión especial a la Universidad Na-*

- cional de Colombia. Estudio estadístico y descriptivo del rendimiento académico. Tesis de grado profesional no publicada, Bogotá: Facultad de Ciencias Humanas - Universidad Nacional de Colombia. 1993*
- RAHE, R. *Recent Life Changes and Coronary Heart Disease: 10's Years Research.* En S. Ficher y J. Reason (Eds.), *Handbook of Life Stress, Cognition and Health.* London: John Willey and Sons. 1989.
- RESTREPO, M.; HERRERA, A. N.; IBAÑEZ, R.; MAYORGA, M. L.; PEÑA, N.; RODRÍGUEZ, J. y SÁNCHEZ, J. (1993). *Evaluación de los programas de admisión especial para aspirantes de comunidades indígenas y mejores bachilleres de municipios pobres.* Manuscrito no publicado. Bogotá: Facultad de Ciencias Humanas-Universidad Nacional de Colombia.
- RICHAUD, M. y SACCHI, C. *Variables moderadoras del estrés.* *Revista Latinoamericana de Psicología.* 1999; 31: 355-365
- SARASON, I. y SARASON, B. *Psicología anormal. Los problemas de la conducta desadaptada* (3ª Ed.). (M. L. Caso, Trad.). México: Trillas. 1990.
- SELYE, H. *Stress in Health and Disease.* Reading: Butterworth. 1976.
- SLAIKEU, K. *Intervención en crisis: Manual para práctica e investigación* (2ª. Ed.) (M. Chávez, Trad.). México: El manual moderno. 1996, Universidad Nacional de Colombia). Acuerdo 93 de 1989. En *Agenda Universitaria: Reglamento Estudiantil Universitario* (suplemento). Santa Fe de Bogotá. 1996.
- VAHOS, M. L. *Cómo perciben su calidad de vida los estudiantes de la Universidad Nacional de Colombia, Sede Bogotá.* Tesis de grado profesional no publicada. Bogotá: Facultad de Ciencias Humanas-Universidad Nacional de Colombia. 1995.
- VALDÉS, M. y FLORES, T. *Psicobiología del estrés.* Barcelona: Martínez Roca. 1985
- ZEA, M. C.; JARAMA, L. y BIANCHI, F. *Social Support and Psychosocial Competence Explaining the Adaptation to College Ethnically Diverse Students.* *American Journal of Community of Psychology* 1995; 23 (4):509-537.