



Universidad Romulo Gallegos



REVISTA CIENTÍFICA

CIENCIAEDUC

ÀREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN



GENERANDO CONOCIMIENTOS

Revista Semestral

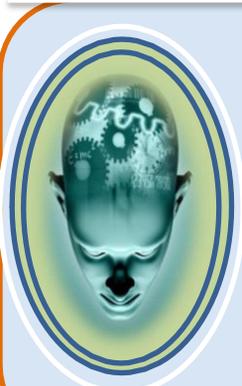
Depósito Legal Número: GU21800006

ISSN: 2610-816X

Volumen 2 Número 2 Mes de Julio año 2019

INDEXADA EN LAS REDES





UNIVERSIDAD RÓMULO GALLEGOS
CENTRO DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN DEL
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
(CEIACERG)



REVISTA CIENTÍFICA
CIENCIAEDUC

ÀREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ISSN: 2610-816X
Depósito Legal
Número: GU21800006

Indexada en las Redes
LatinREV Y LATINDEX

Volumen 2. Número 2 Mes de Julio Año 2019

196

Acciones Preventivas ante al Estrés en la Conservación de la Salud

Autora: Leida Y. Ruiz P.

Email: leidaynesruiz@gmail.com

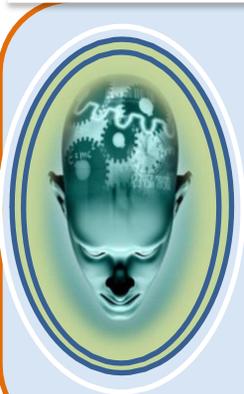
Línea de Investigación: Desarrollo Humano Integral

RESUMEN

El síndrome del estrés es un patrón de reacciones que ocurre cuando una persona confronta exigencias que no corresponden a su conocimiento, destreza o habilidades para hacer frente a la situación, ocasionando enfermedades cuando se convierte en una constante en la vida del individuo, necesitando éste medidas para evitar deteriorar su estado de salud. Por esta razón se realiza esta investigación, puesto que el propósito de la misma es describir las acciones preventivas frente al estrés que realiza el personal del Área Ciencias de la Educación. Las teorías referenciales son: la Teoría Biológica (Walter Cannon), la Teoría de Selye: El Síndrome General de Adaptación y la Teoría del afrontamiento del Estrés (Richard Lazarus). Este estudio se inserta en el enfoque epistemológico interpretativo, bajo el método etnográfico, con tres informantes clave quienes suministraran la información a través de la entrevista y la observación, la cual será analizada mediante el proceso de categorización, estructuración y triangulación para finalmente construir una teorización.

Descriptor: Estrés – Conservación de la Salud.

Breve Reseña Biográfica: Nombre: **Leida Y. Ruiz P.** Docente Ordinario con categoría de Asociado, con veintitrés años (23) de servicio en la Universidad “Rómulo Gallegos”. Impartiendo clases actualmente la Unidad Curricular Seminario: Trabajo de Grado en 5to año de Educación Integral y en la Unidad Curricular Constructo Doctoral en el Doctorado de Ciencias de la Educación en el Aula Territorial de Calabozo.



UNIVERSIDAD RÓMULO GALLEGOS
CENTRO DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN DEL
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
(CEIACERG)



REVISTA CIENTÍFICA
CIENCIAEDUC

ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ISSN: 2610-816X
Depósito Legal
Número: GU21800006

Indexada en las Redes
LatinREV Y LATINDEX

Volumen 2. Número 2 Mes de Julio Año 2019

Preemptive Actions Before Stress In Health Conservation

197

Author: Leida Y. Ruiz P.

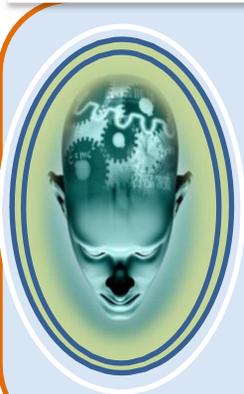
Email: leidaynesruiz@gmail.com

ABSTRACT

Stress syndrome is a pattern of reactions that occurs when a person confronts demands that do not correspond to their knowledge, skill or coping skills, causing illness when it becomes a constant in life necessary, needing this measures to avoid deteriorating their state of health. For this reason this research is carried out, since the purpose of it is to describe the preventive actions against the stress performed by the staff of the Education Sciences Area. The reference theories are: the Biological Theory (Walter Cannon), the Selye Theory: General Adaptation Syndrome and the Theory of Stress Coping (Richard Lazarus). This study is inserted into the interpretative epistemological approach, under the ethnographic method, with three key informants who will provide the information through interviewing and observation, which will be analyzed through the categorization process, structuring and triangulation to finally build a theorization.

Descriptors: Stress – Health Conservation.

A brief review by the author: Name: Leida Y. Ruiz P. Ordinary Teacher with Associate category, with twenty-three years (23) of service at the University "Rómulo Gallegos". Currently teaching the Curriculum Seminar: Graduate Work in 5th year of Integral Education and in the Doctoral Constructual Curriculum Unit in the Doctorate of Education Sciences in the Territorial Classroom of Calabozo.



UNIVERSIDAD RÓMULO GALLEGOS
CENTRO DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN DEL
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
(CEIACERG)



REVISTA CIENTÍFICA
CIENCIAEDUC

ÀREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ISSN: 2610-816X
Depósito Legal
Número: GU218000006

Indexada en las Redes
LatinREV Y LATINDEX

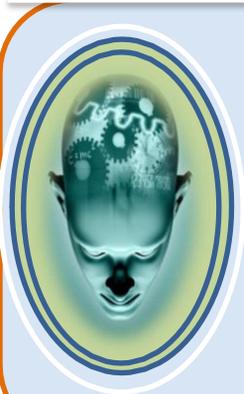
Volumen 2. Número 2 Mes de Julio Año 2019

Introducción

Si la salud es entendida como un proceso integral que incluye tanto el aspecto social, físico como el mental del individuo, se asume que la manera como se da ese proceso depende en gran parte de la persona y por otra de las condiciones y oportunidades específicas que se encuentre en el entorno que le rodea, las cuales lo dificultan o facilitan, dando como resultado bienestar psicológico o enfermedades físicas y psíquicas. Por ello, es necesario cuidar los factores de riesgos, pues ellos se convierten en una fuente de preocupación para las personas, y a la larga puede producir graves problemas de salud. Uno de los factores riesgo que puede llevar al individuo a un deterioro de la salud es el llamado síndrome de estrés.

Aunque en ocasiones el estrés es más bien un fenómeno de adaptación que favorece a un adecuado rendimiento de las actividades y a un desempeño efectivo en muchos aspectos de la vida, el mismo generalmente está referido a experiencias de presión y demandas enormes que muchas personas no saben afrontar o no cuentan con los recursos adecuados para saber hacerlo, de allí pues que, el estrés se convierte en una manifestación tanto física como mental que interfiere con las actividades habituales del individuo, tanto laborales como personales, por tanto, es muy importante conocer y aplicar medidas para afrontar y/o prevenir este síndrome, para que a su vez se pueda conservar la salud de manera integral.

Es así como, el propósito de esta investigación es describir las acciones preventivas frente al estrés que realiza el personal del Área Ciencias de la Educación. En esta oportunidad se presenta los tres primeros capítulos del estudio ya que el mismo se encuentra en construcción y al momento se presenta una breve descripción del acercamiento a la Realidad Estudiada, el Marco Teórico Referencial y el Enfoque Epistemológico de la investigación.



UNIVERSIDAD RÓMULO GALLEGOS
CENTRO DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN DEL
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
(CEIACERG)



REVISTA CIENTÍFICA
CIENCIAEDUC

ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ISSN: 2610-816X
Depósito Legal
Número: GU21800006

Indexada en las Redes
LatinREV Y LATINDEX

Volumen 2. Número 2 Mes de Julio Año 2019

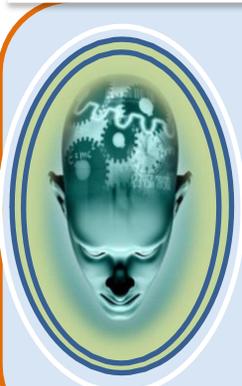
CAPITULO I

Acercamiento a la Realidad Estudiada

Actualmente es posible decir que, la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia, según la definición presentada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), (1948). Dentro de esta noción se inserta la definición de salud que hizo Terris (2007) quien dijo que es “Un estado de bienestar físico, mental y social, con capacidad de funcionamiento y no únicamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (p.4). De allí pues, es posible destacar que la salud y la enfermedad son altamente influenciadas por factores individuales, sociales, culturales, económicos y ambientales, los cuales se convierten en determinantes y en retos que hay que saber sobrellevar, así como dice Lalonde (1974), “la salud es el resultante de la interacción de distintos factores que interrelacionan con el individuo” (p.7). Definitivamente entonces, la salud es un complejo proceso sustentado en la base de un equilibrio entre los factores biopsicosociales.

Por ello, cuando se produce un desequilibrio entre las exigencias hechas por el medio ambiente y los recursos disponibles por el individuo, generalmente derivado por factores psicosociales, que inciden sobre todos los seres humanos, aparece el síndrome del estrés, término que desde 1935, Hans Selye, ha definido como el conjunto de reacciones fisiológicas específicas del organismo a diferentes agentes nocivos del ambiente de naturaleza física o química. Por tanto, es bien sabido que, existen situaciones frecuentes que desencadenan estrés en casi todas las personas, sea cual sea su ámbito laboral o responsabilidad que pueda tener.

En este punto, se puede hablar de la actual situación del venezolano que, por lo general hoy día tiene que enfrentar circunstancias de tensión psicológica y física derivados de las condiciones políticas, económicas y sociales existentes, lo cual trae una alta carga de ansiedad, estados depresivos y de agotamiento, que sin querer restringen cualquier actividad intelectual, afectiva, física y social. En consecuencia, las personas que no logran superar la tensión pudieran padecer a largo plazo de enfermedades coronarias, depresivas, entre otras, ya que su percepción de la realidad es diferente a las personas que buscan ayuda y/o aprender nuevas formas de encauzar esa tensión.



UNIVERSIDAD RÓMULO GALLEGOS
CENTRO DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN DEL
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
(CEIACERG)



REVISTA CIENTÍFICA
CIENCIAEDUC

ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ISSN: 2610-816X
Depósito Legal
Número: GU21800006

Indexada en las Redes
LatinREV Y LATINDEX

Volumen 2. Número 2 Mes de Julio Año 2019

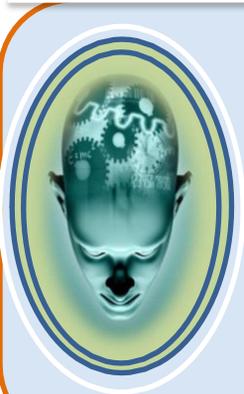
Para el Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social (2012), la exposición a situaciones de estrés intensas, frecuentes y duraderas puede producir diversos trastornos en el organismo aumentando la vulnerabilidad a infecciones, enfermedades autoinmunes y gastrointestinales, fatiga crónica, enfermedades crónicas como la diabetes, enfermedades cardíacas, hipertensión, depresión o alteraciones cognitivas.

Esta misma situación ocurre en los países de América Latina, como es el caso donde se desarrolla este estudio, en específico en Venezuela. A este respecto, la autora de esta investigación, quien labora en el Área Ciencias de la Educación de la Universidad “Rómulo Gallegos”, escenario donde se realiza la misma, en las observaciones preliminares ha podido darse cuenta que tanto los profesores como el personal administrativo que allí labora, está constantemente sometido a situaciones de estrés, ya sea por los cambios y presiones tanto a nivel laboral como personal que debe enfrentar diariamente, todo esto, pareciera que ocasiona ausentismo laboral, por las reiteradas solicitudes de permisos por parte del personal, que refieren diversas molestias de salud, como dolores de cabeza, depresión y alteración de la presión arterial, entre otros malestares.

De igual manera, en conversaciones con muchos de ellos se pudo conocer que también les aquejan otros problemas. Los de índole económica, de seguridad, angustia e impotencia presente ante una enfermedad propia o de algún familiar, aunado a todo esto también se conoció que no aplican ninguna medida preventiva para evitar el síndrome de estrés, y mucho menos practican ejercicios para conservar la salud. Además de esto, estas personas se tornan irritables creando preocupación, puesto que, a largo plazo las enfermedades referidas pueden crear consecuencias nocivas para la salud y convertirse en enemigo mortal si se extienden en el tiempo.

De allí pues, todo este cuadro expuesto ha sido la razón que ha generado la inquietud para la realización de esta investigación, por tanto, se elaboran los siguientes **propósitos** de la investigación:

- Develar los fundamentos teóricos actuales sobre la reacción fisiológica del organismo llamada estrés.
- Indagar los conocimientos acerca del estrés que poseen los docentes del Área Ciencias de la Educación.
- Conocer las impresiones de los sujetos informantes sobre la propia experiencia ante situaciones estresantes.



UNIVERSIDAD RÓMULO GALLEGOS
CENTRO DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN DEL
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
(CEIACERG)



REVISTA CIENTÍFICA
CIENCIAEDUC

ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ISSN: 2610-816X
Depósito Legal
Número: GU21800006

Indexada en las Redes
LatinREV Y LATINDEX

Volumen 2. Número 2 Mes de Julio Año 2019

– Describir las acciones preventivas frente al estrés que realizan los docentes del Área Ciencias de la Educación.

– Aportar algunas acciones preventivas para afrontar el estrés a fin de conservar un estado de salud óptimo.

Se considera esta investigación relevante, a nivel teórico, educativo, práctico e institucional pues va a contribuir al conocimiento sobre este síndrome y a la vez ayudar de alguna manera al personal del Área donde se realiza el estudio, mediante las recomendaciones y aportes suministrados al final de la investigación, para así favorecer con la conservación de la salud.

CAPITULO II

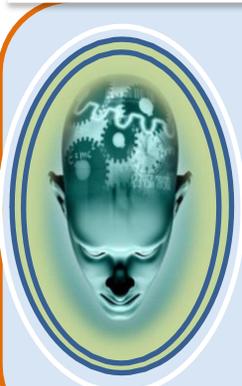
MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

Constructos Teóricos

Conceptualización de Estrés

Desde el mismo surgimiento de la humanidad ha aparecido también el estrés, de hecho, en la era primitiva al hombre se le presentaba dos alternativas, luchar o huir, y cualquiera de las dos le hacía liberar la energía para responder ante el peligro que se le presentaba. Es evidente que el estrés se ha convertido en un fenómeno cada vez más trascendental en la sociedad moderna, puesto que el mismo ha ido en aumento en casi toda la población humana, producto quizás por la mala adecuación entre las propias capacidades personales y las demandas externas y exigentes que generan muchas veces insatisfacción y el efecto de estrés.

El pionero en las investigaciones sobre el estrés fue Hans Selye, quien lo define como “una respuesta corporal no específica ante cualquier demanda que se le haga al organismo (cuando la demanda externa excede los recursos disponibles)” (Selye, 1973). Esta respuesta es parte normal de la preparación del organismo para el enfrentamiento o la huida. Dice Labrador (1992), que “La respuesta de estrés es una respuesta automática del organismo a cualquier cambio ambiental, externo o interno, mediante el cual se prepara para hacer frente a las posibles demandas que se generan como consecuencia de la nueva situación”. (p. 143).



UNIVERSIDAD RÓMULO GALLEGOS
CENTRO DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN DEL
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
(CEIACERG)



REVISTA CIENTÍFICA
CIENCIAEDUC

ÀREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ISSN: 2610-816X
Depósito Legal
Número: GU21800006

Indexada en las Redes
LatinREV Y LATINDEX

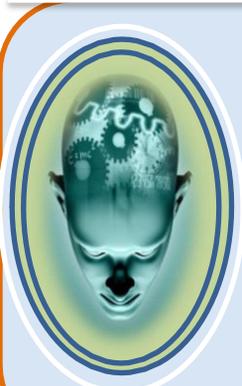
Volumen 2. Número 2 Mes de Julio Año 2019

Es decir que, el estrés es esa respuesta del cuerpo a las condiciones que perturban el equilibrio emocional de la persona, en donde el resultado fisiológico de ese proceso es huir o confrontar violentamente la situación que lo provoca.

A todo esto, se puede agregar que es un proceso dinámico en el que intervienen variables tanto del entorno como individual, y se hace presente cuando la persona evalúa una situación como amenaza. Es decir que, el estrés lo desencadena un estímulo (estresor) de tal intensidad y magnitud que produce tensión, preparando el cuerpo y la mente para enfrentar los sucesos o huir, considerándose dañino si es fuerte y continuo altera el organismo pudiendo llevar al individuo a la enfermedad física y mental e incluso a la muerte. No cabe duda entonces que, es necesario el uso de diferentes estrategias efectivas que sirvan de afrontamiento y retorno al estado de equilibrio, minimizando los efectos dañinos del estrés

Principales efectos del Estrés a nivel somático

El estrés generalmente surge ante una situación en la que hay un desequilibrio o una discrepancia significativa entre las demandas externas o internas sobre una persona y los recursos adaptativos de la misma. En consecuencia, esto hace que el hombre moderno incremente las tensiones ante las situaciones que le corresponde enfrentar, esto inevitablemente conduce a la aparición de ciertas patologías que sin duda son producto de las situaciones estresantes que afronta, aunado a esto se suma el hecho de que el estrés mal manejado ocasiona efectos fisiológicos en las personas, impidiendo con ello la realización de sus actividades cotidianas. Estos efectos, según Doval (2004), son fisiológicos (aumento de la tasa cardíaca, tensión muscular, dificultad para respirar), cognitivos (preocupaciones, dificultada para la toma de decisiones, sensación de confusión), y motores (hablar rápido, temblores, tartamudeo). El estrés en los trabajadores produce efectos cognitivos y motores puesto que están relacionados y siempre se presentan simultáneamente, por lo general la persona preocupada suele presentar temblores en las manos, hablar muy rápido y sudoración corporal. Aunque es oportuno resaltar lo que expresa Santos (2006), que “hace referencia a que al debilitarse las defensas del organismo las actividades del cuerpo se desaceleran y pueden cesar totalmente, generando problemas psicológicos, una enfermedad física e incluso la muerte”. (p. 102).



UNIVERSIDAD RÓMULO GALLEGOS
CENTRO DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN DEL
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
(CEIACERG)



REVISTA CIENTÍFICA
CIENCIAEDUC

ÀREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ISSN: 2610-816X
Depósito Legal
Número: GU21800006

Indexada en las Redes
LatinREV Y LATINDEX

Volumen 2. Número 2 Mes de Julio Año 2019

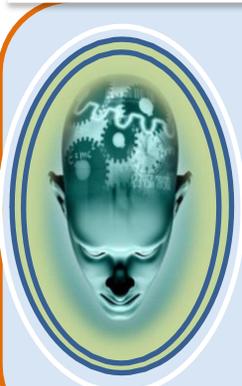
De allí que, se afirma que los efectos del estrés sobre la salud pueden ocasionar grandes daños. En el caso del objeto de estudio en esta investigación, las situaciones estresantes y sus manifestaciones serán identificadas al indagar y entrevistar al personal, de forma tal que éstos transmitan su experiencia particular, síntomas y afecciones derivadas de ello.

Afrontamiento y Salud

Existen muchas situaciones estresantes y también muchas formas de hacer frente, ante esto, existe el afrontamiento que según Lazarus y Folkman (2000) es un “conjunto de respuestas emocionales, cognitivas y conductuales que se definen como modos de afrontamiento que median la experiencia de estrés y que tienen como finalidad reducir la respuesta fisiológica y emocional del mismo” (p. 143). De allí que, el efecto del estrés en la salud depende de lo adecuado de las estrategias de afrontamiento, debido a que cuando se usan estrategias de afrontamiento efectivas, las emociones se ajustan y la situación estresante se resuelve. Cabe decir que, el afrontamiento juega un papel importante como mediador entre las circunstancias estresantes y la salud. En todo caso, en esta investigación se aportarán acciones preventivas para enfrentar el estrés en la búsqueda de la conservación de la salud, las cuales de una u otra manera se relacionan con estas estrategias de afrontamiento.

Conservación de la Salud

Conservar la salud no es más que un proceso de fortalecimiento en cuanto a conocimientos, aptitudes y actitudes del ser humano que lo conlleve a participar de manera responsable en el cuidado de su salud, optando por estilos de vida saludables, que le faciliten lograr y conservar un apropiado estado de salud individual, familiar y también colectivo. Para la OMS la conservación y promoción de la salud es “el proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud”, es decir que este provoca cambios en el entorno que ayudan a promover y proteger la salud. Dentro de este contexto, la salud ha sido considerada no como un estado abstracto, sino como un medio para llegar a un fin, es decir que, es un recurso que permite a las personas llevar una vida individual, social y económicamente productiva, que se traduce en una vida saludable.



UNIVERSIDAD RÓMULO GALLEGOS
CENTRO DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN DEL
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
(CEIACERG)



REVISTA CIENTÍFICA
CIENCIAEDUC

ÀREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ISSN: 2610-816X
Depósito Legal
Número: GU21800006

Indexada en las Redes
LatinREV Y LATINDEX

Volumen 2. Número 2 Mes de Julio Año 2019

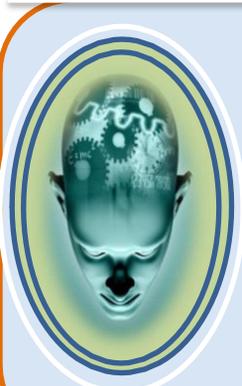
Definitivamente, entonces la conservación y/o promoción de la salud está estrechamente ligada a la prevención, que se logra a través de participación social, comunicativa y educativa referida a la salud, que permitan tomar control sobre los posibles riesgos a enfermarse e informarse sobre los beneficios de mantener una dieta balanceada, llevar una rutina de ejercicios como se dijo anteriormente y además evitar situaciones que causen estrés. En cuanto a esto último es necesario aprender a manejar las situaciones que se consideren estresantes, de allí que, se debe contar con ciertos recursos que permitan hacer frente a las demandas del ambiente para mantener el equilibrio y por ende la salud.

Teorías Referenciales

La Teoría Biológica (Walter Cannon)

Esta teoría se refiere más bien a un Modelo Fisiológico, su autor, Walter Cannon inició su investigación sobre el estrés a principios del siglo pasado (1929), basado en la homeostasis, ésta trata de la capacidad que tiene el organismo para mantener un constante equilibrio interno, que se consigue a través del sistema vegetativo y endocrino. Parte de la idea de que el cuerpo puede soportar cierto nivel de estresores, pero si se prolongan en el tiempo o llegan a ser muy intensos, pueden acarrear el debilitamiento de los sistemas biológicos. De allí que, habla de los “niveles críticos de estrés” que pueden conllevar a desestabilización de los mecanismos homeostáticos.

De igual manera pudo constatar que las consecuencias a esas reacciones ocurren una elevación en los niveles de adrenalina y noradrenalina en la sangre, junto a un incremento de la tasa cardiaca, la presión sanguínea, el azúcar en sangre, la tasa respiratoria y el movimiento de la sangre desde la piel hacia los músculos. También señala esta teoría que los estímulos emocionales tienen dos efectos excitatorios independientes, que provocan tanto el sentimiento de la emoción en el cerebro, como la expresión de la emoción en los sistemas nerviosos autónomo y somático.



UNIVERSIDAD RÓMULO GALLEGOS
CENTRO DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN DEL
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
(CEIACERG)



REVISTA CIENTÍFICA
CIENCIAEDUC

ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ISSN: 2610-816X
Depósito Legal
Número: GU21800006

Indexada en las Redes
LatinREV Y LATINDEX

Volumen 2. Número 2 Mes de Julio Año 2019

La Teoría de Selye: El Síndrome General de Adaptación

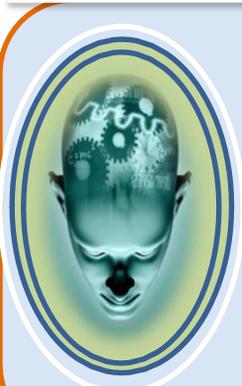
Este síndrome, según Selye (1936) “es la forma en que un organismo se moviliza a sí mismo cuando se enfrenta a un estresor, que es cualquier demanda que evoca el patrón de respuesta de estrés, puede ser no solamente un estímulo físico, sino también psicológico, cognitivo o emocional”. (p.76). Es decir que, esta teoría considera al estrés como el conjunto de reacciones fisiológica frente a cualquier forma de estímulo perjudicial, debido a que, el organismo responde de forma estereotipada para afrontar cualquier aumento de las demandas que se le presenten, lo que implica una activación del eje hipotálamo-hipófiso-separrenal y del sistema nerviosa autónomo. Para este autor, este proceso ocurre en tres fases: 1.- Fase de alarma, 2.- Fase de resistencia y 3.- Fase de agotamiento.

Teoría del afrontamiento del Estrés (Richard Lazarus)

En esta teoría Lazarus (1986), plantea que ante las situaciones estresantes, las personas despliegan unos “esfuerzos cognitivos y conductuales cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”. (p.164). A estos mecanismos los llamo afrontamiento, a los mismos, los considera que sirven para manipular el problema en sí, y que son esenciales para regular las respuestas emocionales que pueden aparecer ante situaciones estresantes. Cualquiera que sea la fuente, el estrés requiere ser afrontado, es decir que, es necesario hacer esfuerzos cognitivos y conductuales para manejarlo, para ello existen diferentes tipos de afrontamiento. De allí pues la razón para tomar en cuenta la teoría del afrontamiento en esta investigación, pues se culminará la misma con recomendaciones que cada persona tomará o no para su propio control a fin de mantener su equilibrio emocional y físico.

Fundamentación Legal de la Investigación

El fundamento legal que sirve de basamento a la presente investigación se enmarca en instrumentos jurídicos, entre los cuales están: la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999), en el Artículo 83 referido al derecho de los venezolanos a la salud; Ley de Universidades (1970),



UNIVERSIDAD RÓMULO GALLEGOS
CENTRO DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN DEL
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
(CEIACERG)



REVISTA CIENTÍFICA
CIENCIAEDUC

ÀREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ISSN: 2610-816X
Depósito Legal
Número: GU21800006

Indexada en las Redes
LatinREV Y LATINDEX

Volumen 2. Número 2 Mes de Julio Año 2019

Artículo 2, concerniente a el compromiso de las universidades con la solución de problemas de la sociedad y de sus ciudadanos a través de la educación y la Ley de la Patria (2013-2019), que entre sus propósitos esta alcanzar la Justicia Social, como estrategia de acción, a fin de dar respuestas pertinentes y oportunas a las necesidades sociales del colectivo, aquí queda entendido el derecho a la salud que propicia el Estado a todos los habitantes del país.

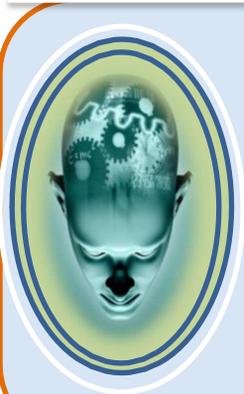
CAPITULO III

ENFOQUE EPISTEMOLÓGICO

La presente investigación se enmarca en el **paradigma pospositivista** o de investigación cualitativa.

En consideración con el método implementado en este trabajo es el **etnográfico**, el cual esta orientado por un proceso de descripción de la realidad a fin de comprender sus elementos y la forma como los mismos interactúan. La realidad estudiada es una institución universitaria, es decir que, el **escenario** es la Universidad “Rómulo Gallegos”, específicamente el Área de Ciencias de la Educación. En relación a los **informantes clave** se seleccionaron tres (03), en esta investigación, dos (02) de ellos docentes y un (1) personal administrativo. Los criterios de selección fueron: que estuvieran dispuestos a participar y que vivieran situaciones estresantes dentro de la institución y en su vida personal.

En lo que respecta a las **Técnicas de Recolección de Información**, se escogieron las propias utilizadas en las investigaciones cualitativas, como son la entrevista y la observación. A manera de organización y para dar cumplimiento a estas técnicas se crearon las respectivas guías para orientar la recolección de la información. En las investigaciones cualitativas la **Técnicas de Análisis e Interpretación de la Información** son técnicas especializadas que permiten obtener respuestas profundas sobre lo que las personas piensan y sienten, de allí, se siguió el procedimiento propio de este tipo de investigaciones, constituido por la categorización, estructuración y triangulación que conlleva a finalmente a constituir la teorización. Ahora bien, en referencia a la **validez y fiabilidad**, en esta investigación está dada a través del proceso de triangulación de los resultados que se obtuvieron, proceso que consistió en la aplicación de la triangulación de técnicas, la triangulación teórica y varias perspectivas teóricas para contrastar e interpretar las informaciones recogidas.



UNIVERSIDAD RÓMULO GALLEGOS
CENTRO DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN DEL
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
(CEIACERG)



REVISTA CIENTÍFICA
CIENCIAEDUC

ÀREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ISSN: 2610-816X
Depósito Legal
Número: GU21800006

Indexada en las Redes
LatinREV Y LATINDEX

Volumen 2. Número 2 Mes de Julio Año 2019

Referencias

- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999). Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela N° 36.860. (Extraordinario). Ediciones Distribuidora Escolar. Diciembre 30, 1999.
- Doval, R., Moleiro, O., y Rodríguez, R.(2004). *Estrés Laboral en empresas*. Universidad de Buenos Aires- Argentina.
- Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social (2012). *Las condiciones de trabajo en la Unión Europea. Luxemburgo*. Oficina de Publicaciones Oficiales de las comunidades europeas.
- Lalonde, M. (1974). *El concepto de "Campo de la Salud". Una perspectiva Canadiense*, Ministerio de Salud y Bienestar Social. Canadá.
- Lazarus, R. S., (1986). *Estrés y Procesos Cognitivos*.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (2000). *Estrés y Emoción, Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Descleé de Brower. España
- Ley de Universidades. (1974). Caracas, Venezuela.
- Ley del Plan de la Patria. (2013-2019).
- Selye H. (1936). *A syndrome produced by diverse nocuous agents*. Nature 138:32.
- Selye, H. (1973). *The evolution of the stress concept*. American Science, 61, 692-699.
- Terris, M. (2007). *Conceptos Básicos, Conceptos de Salud*. Universidad Estatal de Nueva York en Buffalo.
- UNERG (2006), *Normas de Trabajos de Grados, Especialización, y Tesis Doctorales de la Universidad Nacional Experimental Rómulo Gallegos*. Venezuela.