	<b>Investigación e Innovación.</b>	<b>Código</b>	II-F-021
	<b>FORMATO PARA RESUMEN ANALÍTICO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>Versión</b>	01
		<b>Vigencia</b>	30/03/2023
		<b>Página</b>	1 de 4

**LA FELICIDAD Y SU RELACIÓN CON EL ESTRÉS PERCIBIDO EN LOS ESTUDIANTES DE LOS PROGRAMAS DE FISIOTERAPIA Y TERAPIA OCUPACIONAL DE LA UNIVERSIDAD MARIANA  
(Resumen Analítico)**

***HAPPINESS AND ITS RELATIONSHIP WITH PERCEIVED STRESS IN STUDENTS OF THE PHYSIOTHERAPY AND OCCUPATIONAL THERAPY PROGRAMS AT MARIANA UNIVERSITY  
(Analytical Summary)***

**Autores (Authors):** CABRERA TELLO María Alejandra, ROSERO HERNÁNDEZ Diana Lorena

**Facultad (Faculty):** CIENCIAS DE LA SALUD

**Programa (Program):** TERAPIA OCUPACIONAL

**Asesor (Support):** EUNICE YARCE PINZÓN y ROSA HELENA ERASO ANGULO

**Fecha de terminación del estudio (End of the research):** MAYO 2024

**Modalidad de Investigación (Kind of research):** Investigación estudiantil


**PALABRAS CLAVE**

FELICIDAD  
ESTRÉS PERCIBIDO  
ESTUDIANTES  
FISIOTERAPIA  
TERAPIA OCUPACIONAL

**KEY WORDS**

HAPPINESS  
PERCEIVED STRESS  
STUDENTS  
PHYSIOTHERAPY  
OCCUPATIONAL THERAPY



**RESUMEN:** La investigación sobre la felicidad y estrés percibido en los estudiantes de Terapia Ocupacional y Fisioterapia, tuvo como objetivo general identificar la relación existente entre el nivel de la felicidad y el estrés percibido en los estudiantes de Fisioterapia y Terapia Ocupacional de la Universidad Mariana, como un aporte a la caracterización estudiantil para el programa de Desarrollo Humano de la Vicerrectoría de Desarrollo Humano Integral de la Universidad Mariana, el cual

	<b>Investigación e Innovación.</b>	<b>Código</b>	II-F-021
	<b>FORMATO PARA RESUMEN ANALÍTICO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>Versión</b>	01
		<b>Vigencia</b>	30/03/2023
		<b>Página</b>	1 de 4

responde para determinar la relación entre los dos criterios a evaluar, para ello se tuvo en cuenta como marco teórico el Modelo de la Ocupación Humana (MOHO), este es un modelo conceptual de práctica de terapia ocupacional basado en ocupaciones, se desarrolló mediante una metodología cuantitativa y unos instrumentos tales como la escala de la felicidad y la escala del estrés percibido. Como conclusión se observó que para los estudiantes de Terapia Ocupacional la gran mayoría se encuentran en un nivel moderado de estrés, en tanto que para los estudiantes de Fisioterapia la mayoría están en un nivel leve o sin estrés. Se recomienda diseñar e implementar un programa de intervención desde la vicerrectoría de Desarrollo Humano Integral para ayudar a los estudiantes a manejar el estrés percibido.

**ABSTRACT:** *The general objective of the research on happiness and perceived stress in students of Occupational Therapy and Physical Therapy was to identify the relationship between the level of happiness and perceived stress in students of Physical Therapy and Occupational Therapy at the Mariana University, as a contribution to the student characterization for the Human Development program of the Vice-Rectoría of Integral Human Development of the Mariana University, This is a conceptual model of occupational therapy practice based on occupations. It was developed through a quantitative methodology and instruments such as the happiness scale and the perceived stress scale. As a conclusion it was observed that for Occupational Therapy students the vast majority are at a moderate level of stress, while for Physical Therapy students the majority are at a mild or no stress level. It is recommended to design and implement an intervention program from the Vice-Rectoría of Integral Human Development to help students manage perceived stress.*



**CONCLUSIONES:** Se observa que la gran mayoría de los estudiantes de Terapia Ocupacional se encuentran en un nivel moderado de estrés (49,37%), en tanto que los estudiantes de Fisioterapia están en un nivel leve o sin estrés (47,44%). En cuanto a la felicidad se pide observar que los estudiantes de Terapia Ocupacional y Fisioterapia están de acuerdo con cada uno de los factores, con lo que se puede afirmar que los dos grupos de sujetos están satisfechos con la vida demostrando un nivel de felicidad que les permite tener un sentido positivo, realización personal, satisfacción y alegría de vivir. La relación entre el estrés y la felicidad en estudiantes de la salud es compleja, pues es evidente que el ambiente académico y las demandas de los programas de Fisioterapia y Terapia Ocupacional pueden generar altos niveles de estrés en estos estudiantes, teniendo en cuenta la presión por rendir académicamente, la carga de trabajo intensiva y la responsabilidad asociada con el cuidado de la salud de otros que pueden contribuir significativamente a este estrés.

 	<b>Investigación e Innovación.</b>	<b>Código</b>	II-F-021
	<b>FORMATO PARA RESUMEN ANALÍTICO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>Versión</b>	01
		<b>Vigencia</b>	30/03/2023
		<b>Página</b>	1 de 4

La relación entre el estrés y la felicidad en estudiantes de Fisioterapia y Terapia Ocupacional de la Universidad Mariana es dinámica y varía según la capacidad de manejo del estrés de cada individuo, su conexión con su vocación y la efectividad de sus estrategias de afrontamiento, que desde los programas de la Vicerrectoría de Desarrollo Humano Integral, dependencia encargada del bienestar universitario, puedan contribuir para que el estudiantado busquen un equilibrio entre las demandas académicas y el autocuidado para cultivar un sentido de bienestar y felicidad mientras persiguen sus objetivos profesionales.

**CONCLUSIONS:** *It is observed that most Occupational Therapy students are at a moderate level of stress (49.37%), while Physiotherapy students are at a mild or no stress level (47.44%). With regard to happiness, it was asked to observe that the Occupational Therapy and Physical Therapy students agree with each of the factors, with which it can be affirmed that the two groups of subjects are satisfied with life demonstrating a level of happiness that allows them to have a positive sense, personal fulfillment, satisfaction and joy of life. The relationship between stress and happiness in health students is complex, as it is evident that the academic environment and the demands of the Physical Therapy and Occupational Therapy programs can generate high levels of stress in these students, considering the pressure to perform academically, the intensive workload and the responsibility associated with the health care of others that can contribute significantly to this stress. The relationship between stress and happiness in Physiotherapy and Occupational Therapy students of the Universidad Mariana is dynamic and varies according to the stress management capacity of each individual, their connection with their vocation and the effectiveness of their coping strategies, which from the programs of the Vice Rector's Office of Integral Human Development, the program is designed to help students strike a balance between academic demands and self-care to cultivate a sense of well-being and happiness while pursuing their career goals.*

**RECOMENDACIONES:** Se recomienda diseñar e implementar un programa de intervención desde la Vicerrectoría de Desarrollo Humano Integral de la Universidad Mariana para ayudar a los estudiantes a manejar el estrés percibido, de igual manera, es necesario evaluar la efectividad de diferentes estrategias, por ejemplo, el mindfulness, actividad física o técnicas de relajación, encaminadas específicamente a la reducción del estrés y su impacto en los niveles de felicidad de los estudiantes, continuando con procesos de evaluación y seguimiento de los riesgos de estrés e insatisfacción en el desempeño ocupacional para la comunidad estudiantil. Basándose en la evidencia presentada previamente, en la cual los estudiantes tienen un sentido positivo de la vida a pesar del estrés, es necesario desarrollar y evaluar intervenciones específicas destinadas a promover el bienestar

 	<b>Investigación e Innovación.</b>	<b>Código</b>	II-F-021
	<b>FORMATO PARA RESUMEN ANALÍTICO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>Versión</b>	01
		<b>Vigencia</b>	30/03/2023
		<b>Página</b>	1 de 4

emocional y la felicidad de los estudiantes, esto podría incluir programas de apoyo emocional, talleres de gestión del estrés, actividades recreativas, entre otros. Para los estudiantes de Terapia Ocupacional de la Universidad Mariana, se recomienda continuar con este tipo de estudios que están relacionados con el bienestar y la satisfacción que dan sentido a la vida y significado a la ocupación, promoviendo el cuidado de la salud mental y física de los futuros profesionales, quienes se harán cargo de atender usuarios en condiciones que vulneran su salud integral a causa del estrés y la felicidad.

***RECOMMENDATIONS:*** *It is recommended to design and implement an intervention program from the Vice Rectory of Integral Human Development of the Mariana University to help students manage perceived stress, likewise, it is necessary to evaluate the effectiveness of different strategies, for example, mindfulness, physical activity or relaxation techniques, aimed specifically at reducing stress and its impact on the levels of happiness of students, continuing with processes of evaluation and monitoring of the risks of stress and dissatisfaction in occupational performance for the student community. Based on the evidence presented previously, in which students have a positive sense of life despite stress, it is necessary to develop and evaluate specific interventions aimed at promoting emotional well-being and happiness of students, this could include emotional support programs, stress management workshops, recreational activities, among others. For students of Occupational Therapy at the Universidad Mariana, it is recommended to continue with this type of studies that are related to well-being and satisfaction that give meaning to life and meaning to occupation, promoting the care of mental and physical health of future professionals, who will oversee attending users in conditions that violate their integral health because of stress and happiness.*