



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
UNIDAD DE SEGUNDA ESPECIALIDAD



**LOS NIVELES DE CANSANCIO EMOCIONAL EN LOS
ESTUDIANTES DE LA ESCUELA TÉCNICA SUPERIOR DE LA
POLICÍA NACIONAL DEL PERÚ - REGIÓN PUNO - 2021.**

TESIS

PRESENTADA POR:

SAUL ABEL INOFUENTE RAMOS

PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN:

DIDÁCTICA UNIVERSITARIA

PUNO – PERÚ

2023



NOMBRE DEL TRABAJO

LOS NIVELES DE CANSANCIO EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA TÉCNICA SUPERIOR DE LA POLICIA NACIONAL DEL PERÚ - REGION PUNO - 2021

AUTOR

SAUL ABEL INOFUENTE RAMOS

RECuento de palabras

11715 Words

RECuento de caracteres

60521 Characters

RECuento de páginas

59 Pages

Tamaño del archivo

536.5KB

Fecha de entrega

Jun 14, 2023 1:57 PM GMT-5

Fecha del informe

Jun 14, 2023 1:57 PM GMT-5

● **18% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base

- 17% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 12% Base de datos de trabajos entregados
- 6% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Material citado
- Material citado


Asesor
Dr. Pedro Carlos Huayanca Medina

Resumen



DEDICATORIA

*«A mis padres, esposa e hijos que son mi fuente inagotable de inspiración,
perseverancia y cariño incondicional»*

Saul Inofuente



AGRADECIMIENTO

A Dios por darme la vida, por permitirme disfrutar de mis padres, por bendecirme con mis hijos y darme a mi compañera de vida.

Le agradezco muy profundamente a mi asesor de tesis el Doctor Pedro Carlos Huayanca Medina, por su dedicación, paciencia, sus palabras y correcciones precisas ya que sin ellas no hubiese podido concretar mi trabajo de investigación, recuerdos que mantendré presentes en mi futuro profesional.

A mis docentes de la especialidad de Didáctica Universitaria, por sus enseñanzas, sus conocimientos y sabios consejos. A ustedes mis profesores, les debo mis conocimientos para mejorar mi desempeño como futuro docente universitario, siempre los llevaré conmigo en mí desempeño profesional.



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE FIGURAS

ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

RESUMEN 10

ABSTRACT..... 11

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA..... 13

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA 15

1.2.1. Problema General 15

1.2.2. Problemas Específicos 15

1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN 15

1.3.1. Hipótesis general..... 15

1.3.2. Hipótesis específicas..... 15

1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO 15

1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN..... 17

1.5.1. Objetivo general..... 17

1.5.2. Objetivos específicos 17

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES 18

2.2. MARCO TEÓRICO 22

2.2.1. Cansancio Emocional 22

2.2.2. Tensión física..... 23

2.2.3. Tensión psicológica 24

2.3. MARCO CONCEPTUAL 27



CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO.....	29
2.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO	29
2.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO.....	30
2.1. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO	30
2.1.1. Población de estudio	30
2.1.2. Muestra de estudio	31
2.2. DISEÑO ESTADÍSTICO	31
2.3. PROCEDIMIENTO.....	32
2.1. VARIABLES	33
2.2. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	33

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS.....	35
4.2. DISCUSIÓN.....	47
V. CONCLUSIONES.....	51
VI. RECOMENDACIONES	52
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	53
ANEXOS.....	57

Área : Responsabilidad social de la educación

Tema : Estilos y logros de aprendizaje.

Fecha de sustentación: 6/ Jul/ 2023



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Muestra de estudiantes por especialidades de la EST PNP Puno.....	31
Tabla 2 Criterios de diagnóstico, clasificados según los siguientes puntos de corte.....	33
Tabla 3 Niveles de cansancio emocional en los estudiantes de la ETS PNP Puno	35
Tabla 4 Niveles de tensión física de los estudiantes de la ETS PNP Puno.....	36
Tabla 5 Niveles de tensión psicológica de los estudiantes de la ETS PNP Puno.....	37
Tabla 6 Relación entre la tensión física y horas diarias que dedica a su estudio.....	38
Tabla 7 Relación entre tensión psicológica y horas diarias que dedica a su estudio.....	39
Tabla 8 Relación entre tensión física y si los conocimientos adquiridos en la ETS PNP le sirven en su desempeño labora	41
Tabla 9 Relación entre tensión psicológica y los conocimientos adquiridos en la ETS PNP le sirven en su desempeño laboral	43
Tabla 10 Relación entre tensión física y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio.....	44
Tabla 11 Relación entre tensión psicológica y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio.....	46



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Ubicación de la ETS PNP DE Puno.....	29
Figura 2. Los niveles del cansancio emocional de los estudiantes de la ETS PNP Puno.	35
Figura 3. Los niveles de riesgo en la tensión física del cansancio emocional de los estudiantes de la ETS PNP Puno.....	36
Figura 4. Los niveles de la tensión psicológica del cansancio emocional de los estudiantes de la ETS PNP Puno.....	37
Figura 5. Los estudiantes que tienen nivel de tensión física y horas diarias que dedica a su estudio.....	38
Figura 6. Los alumnos que tienen tensión psicológica y horas diarias que dedica a su estudio.	40
Figura 7. Los estudiantes que tienen nivel de riesgo en la tensión física y los conocimientos adquiridos en etspnp, le sirven actualmente en su desempeño laboral.....	41
Figura 8. Los estudiantes que tienen nivel de riesgo en la tensión psicológica y los conocimientos adquiridos en etspnp, le sirven actualmente en su desempeño laboral.....	43
Figura 9. Los estudiantes que tienen nivel de riesgo en la tensión física y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio	45
Figura 10. La tensión psicológica y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio.	46



ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

- **ECE** : Escala de cansancio emocional
- **OIT** : Organización internacional del trabajo
- **TIC** : Tecnología de la información y comunicación
- **EPA** : Escala de procrastinación en adolescentes
- **ETS PNP** : Escuela Técnica Superior de la Policía Nacional del Perú



RESUMEN

El trabajo de investigación es de tipo no experimental y de diseño corresponde a un estudio diagnóstico, donde se buscó responder a la siguiente pregunta de investigación ¿Cómo son los niveles de cansancio emocional en los estudiantes de la Escuela de Educación Técnica Superior de la Policía Nacional del Perú de la región Puno en el año 2021? El objetivo general fue determinar los niveles de cansancio emocional de los estudiantes de la ETS PNP Puno. La metodología empleada ha sido la encuesta con alternativa múltiple tipo Likert y el instrumento empleado fue la escala de cansancio emocional (ECE), que consta de 10 ítems de los cuales 4 corresponden a tensión física y 6 a tensión psicológica. La población de estudio estuvo conformada por 122 estudiantes que trabajaban durante la mañana y estudiaban virtualmente en las tardes y noche. Los resultados encontrados, respecto a la dimensión tensión física el 60% está en un bajo nivel de tensión física, es decir que pueden realizar sus actividades físicas con normalidad, el 36% presenta tensión física medio y solo el 4% presenta un nivel alto de tensión física; respecto a la dimensión tensión psicológica el 69.7% muestra un bajo nivel de tensión psicológico, por lo tanto los estudiantes no tienen tensión excesiva, se sienten con ánimo de trabajar y estudiar y distribuyen adecuadamente el tiempo para sus estudios, el 27.9% presenta un nivel medio, mientras que el 2.5% presenta un nivel alto de tensión psicológica. Finalmente concluimos que los estudiantes durante el año académico 2021 presentan un bajo nivel de cansancio emocional lo que significa que se han adaptado satisfactoriamente a la etapa de formación policial.

Palabras claves: cansancio emocional, tensión física, tensión psicológica.



ABSTRACT

The research work carried out sought to determine the levels of emotional exhaustion in the students of the School of Higher Technical Education of the National Police of Peru in the Puno region in the year 2021. The research is non-experimental and the design corresponds to a diagnostic study. The study population consisted of 122 students who worked during the morning and studied virtually in the afternoon and evening. The research question was: How are the levels of emotional exhaustion in students? The general objective was to determine the levels of emotional exhaustion. The methodology used was the Likert-type multiple alternative survey and the instrument used was the Emotional Exhaustion Scale (ECE), which consists of 10 items, 4 of which correspond to physical tension and 6 to psychological tension. The results found regarding the physical tension dimension, 60% are at low risk, followed by 36% of medium risk and only 4% are at high risk, this because the students sleep full hours, have no pain head or other that bothers your physical performance; Regarding the psychological stress dimension, 69.7% are at low risk, therefore students do not have excessive stress, they feel encouraged to work and study and do not lack time for their studies, 27.9% present medium risk, while 2.5% are at high risk. Finally, we conclude that students during the 2021 academic year present a low to moderate level of emotional exhaustion and that only 4 students present a high level of emotional exhaustion.

Keywords: emotional exhaustion, physical tension, psychological tension.



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

La formación superior especializada de la policía pública se encuentra inmersa en un curso constante de progreso y variación a las nuevas exigencias que se presentan con respecto a la pandemia, dichos cambios influyen tanto en el educador como en los estudiantes de PNP (Herrera, et. al., 2016), es de esta manera, que los alumnos de la escuela especializada de la policía aprenden a la vez que deben trabajar de igual manera, y por consiguiente fue vital la transformación de las nuevas exigencias para que se vaya aclimatando a su futuro trabajo (Dominguez 2014).

Dominguez y Lara (2018) discuten la inclinación y el cansancio profundo experimentado por el individuo debido a las peticiones escolásticas, determinando consecuentemente en una disposición crítica y mínima enfocada en su trabajo de estudiante, no obstante convicciones de poco límite en los ejercicios que realizan. Por lo tanto, cuando los estudiantes trabajan y se concentran simultáneamente, tienen una visión desgastada e indiferente de las tareas que les encomiendan sus jefes.

El interés del tema de investigación es saber si los estudiantes de la PNP, sufren un cansancio físico y psicológico, porque deben estudiar y al mismo tiempo deben salir trabajar, ya que en la pandemia el gobierno dicto en emergencia nuestro país, y para salvar la salud de los peruanos, los estudiantes deben estudiar y también cumplir con su deber de cuidar las calles y movimientos de las personas, es así que la OIT hace referencia a que las enfermedades relacionadas con la palabra y los percances relacionados con la palabra causan desgracias de 2,8 billones de dólares cada año en todo el mundo; siendo los efectos secundarios más regulares el cansancio mental y real, entregando graves



repercusiones y ajustes en la forma de vida del individuo, causando todo el tiempo debilidad, lo que impacta en la satisfacción personal, pero además en el lugar de trabajo que el individuo cada cierto tiempo crea (Sáenz 2018).

Además del lugar de trabajo en una pandemia y al mismo tiempo el estudio son circunstancias que pueden ser el inicio de la debilidad que pueden ser perjudiciales para el bienestar de su salud mental, también recordamos las condiciones deficientes del lugar donde salen a trabajar, la presencia de la conmoción y las condiciones contaminadas, que comprende una responsabilidad psicológica, y la falta de asociaciones relacionales con el grupo de bienestar y con el paciente, a esto se añade la debilidad o fatiga profunda que se ocupa de la reacción fundamental para empujar que se concentra en la investigación en este campo (Ramos, Manga, and Moran 2005).

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En muchos eventos, la prosperidad mental es generalmente impactada por la capacidad de simplemente decidir y determinar circunstancias de lucha. No tener estos aportes puede crear que el cansancio puede agotar, ya sean vigilancias sociales o incluso la covid 19, los profundos agotamientos pueden tener efectos secundarios tanto físicos como mentales, por ejemplo, tormento muscular, debilidad, ganas de abandonar sus clases o labores debido a la sobrecarga de ejercicios físicos o mentales, y no estar bien con el trabajo que realizan. Además, los alumnos de la escuela especializada de la policía pública peruana, han salido a trabajar y hacer cumplir con las normas establecidos por gobierno, sin embargo deben seguir estudiando virtualmente ya que los docentes no han dejado de dictar sus clases, es por eso que se investigara, el cansancio emocional en dichos estudiantes.

Además, los estudiantes trabajan y estudian bajo presión de sus superiores, deben



cumplir con su horario de trabajo y también deben cumplir con sus estudios que vienen siguiendo de manera virtual y un total de 14 cursos por semestre y se van adaptando a la TIC de la era digital. la consolidación de las nuevas TIC, que permiten la difusión de millones de informaciones en prácticamente poco tiempo, provoca el surgimiento de oportunidades adicionales de interrupción y control en las existencias confidenciales de las personas, que deben ser salvaguardadas (Ford and Weck 2020).

La educación avanzada está inmersa en un curso constante de progreso y variación ante las nuevas demandas que se presentan. Frente a esto, el estudiante puede sentirse limitado en sus investigaciones y en su trabajo. La última opción hace que el estudiante se encuentre en debilidad consistente tanto genuinamente y por lo tanto se inclina hacia la presencia de agotamiento real, influyendo en el estudiante de una manera estresante(Sáenz 2018).

La investigación de la debilidad profunda en el Perú, se ha centrado en la población universitaria, dejando de lado a los colegios especializados y además a las personas que están en sus últimos años y están saliendo a trabajar siendo significativa su evaluación ya que es aquí donde se incrementa el nivel de sus obligaciones antes de empezar con su vocación (Tejada 2020). Cuidar el bienestar emocional y la prosperidad psicosocial en medio de la crisis es tan importante como cuidar el bienestar real. La situación de crisis actual puede desencadenar problemas de bienestar emocional en una parte de la población. Además, las personas con problemas extremos previos se vuelven mucho más indefensas debido al desarraigo, la vagancia y la escasez de servicios de bienestar ordinarios. Por otra parte, el consumo de alcohol y medicamentos presenta graves riesgos para el bienestar y la orientación basada en la viscosidad.



1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema General

¿Cuáles son los niveles de riesgo del cansancio emocional en los estudiantes de la ETSPNP, de la región de Puno en el año académico 2021?

1.2.2. Problemas Específicos

- a) ¿Cuál es el nivel de riesgo de tensión física en los estudiantes de la ETSPNP, de la región de Puno en el año académico 2021?
- b) ¿Cuál es el nivel de riesgo de la tensión psicológica entre los estudiantes de ETSPNP, de la región de Puno en el año académico 2021?

1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Hipótesis general

Los niveles de riesgo de cansancio emocional en los estudiantes de la ETSPNP, de la región de Puno en el año académico 2021, están en un nivel de riesgo medio.

1.3.2. Hipótesis específicas

- a) Los niveles de tensión física en los estudiantes de la ETSPNP, de la región de Puno en el año académico 2021, están en un nivel de riesgo medio.
- b) Los niveles de tensión psicológica en los estudiantes de la ETSPNP, de la región de Puno en el año académico 2021, están en un nivel de riesgo medio alto.

1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

La pesquisa nos permitió retratar los grados de agotamiento profundo en los alumnos de la Escuela Prevalente Especializada de la Policía Pública del Perú, y a través de ellos reconocimos la presión física y mental en los alumnos, siendo estos datos



sumamente valiosos para conocer las facetas dominantes de nuestros futuros policías.

Asimismo, los alumnos que van a ejercer la administración policial en la ciudad, por la planificación escolar obtenida dentro de su preparación, se ven expuestos cotidianamente a una acelerada velocidad de trabajo que puede influir tanto en su bienestar físico como emocional, ya que, al estar continuamente expuestos a la debilidad, su marco de seguridad se torna más indefenso y por ende, dispuesto a numerosas patologías y/o enfermedades, que por ende influyen en su presentación física y escolar. La preparación policial incluye el encuentro con circunstancias escandalosas, la preparación en información y habilidades escandalosas, y la disposición mental para que el futuro policía sea consciente de los peligros intrínsecos de su acción, todo lo cual puede provocar un enorme desgaste profundo con el resultado final de causar debilidad física y mental. Por lo tanto, la evaluación del cansancio profundo es importante, ya que influye directamente en la presentación del estudiante en preparación. En consecuencia, el presente examen permitió percibir el grado o nivel de agotamiento profundo en los estudiantes.

Asimismo, la pesquisa proporcionó datos actualizados que actuarán como fuente de perspectiva para futuras exploraciones en relación con los factores del examen. Razonablemente, será de importancia en nuestro ámbito policial local para proponer posibles dispositivos y técnicas; siendo valioso para los expertos de la Policía Pública del Perú, y los responsables de la región Puneña, quienes en realidad querrán utilizar los datos acumulados para la ejecución de estudios y proyectos orientados a mediar en el tema en estudio.

El presente examen a nivel social coadyuva con la mejora de los estados representativos de la vida futura de los policías y alumnos en formación; con la prueba



distintiva de la debilidad cercana al hogar, será factible mediar en la presencia o inclinación a introducir sentimientos sombríos ante sus obligaciones o deberes a lo largo de su vida o en su trabajo.

1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.5.1. Objetivo general

Determinar los niveles de cansancio emocional en los estudiantes de la ETSPNP de la región de Puno en el año académico 2021.

1.5.2. Objetivos específicos

- a) Describir la tensión física en los estudiantes de la ETSPNP, de la región de Puno en el año académico 2021.
- b) Identificar la tensión psicológica en los estudiantes de la ETSPNP, de la región de Puno en el año académico 2021.



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES

Según (Sáenz 2018) sustentó una tesis titulada "Cansancio emocional y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Secundaria Técnica PNP - Puente Piedra, 2017" en la Escuela de Postgrado de la Universidad De César Vallejo – Perú, "El objetivo de la pesquisa se ubicó a establecer la correlación entre la somnolencia próxima al hogar y la ejecución escolar de los alumnos de la Colegio Secundaria Especializada P.N.P. de la localidad de Puente Piedra correspondiente al año dos mil diecisiete. Se utilizó la técnica perspectiva especulativa, estando de tipo esencial, con diseño correlacional. El ejemplo estuvo compuesto por 246 escolares de tercer grado. Se utilizó el método de estudio para decidir la fatiga profunda y la investigación narrativa de los informes escolares para distinguir la ejecución escolar. Se utilizó como instrumento un inventario de información, organizado en 3 secciones: una de la prueba de revisión es la edad y el otro es el sexo, un registro de la calificación típica de cada alumno; y finalmente, una escala para cuantificar el cansancio en los escolares. En cuanto a los resultados, se observó que el 81,3% presentaba un cansancio "bajo", el 77,2% presentaba una presión real "baja", el 77,2% presentaba una tensión mental "baja" y la presentación escolar típica era de 14,82 focos, y el 98,8% aprobaba. 024) entre debilidad próxima y ejecución escolástica; no existe una relación enorme ($p=0,077$) entre presión real y ejecución escolástica; y existe una relación tortuosa y crítica ($p=0,041$) entre presión mental y ejecución escolástica.

Según Herrera et al. (2016) publicó un estudio titulado "fatiga emocional en estudiantes universitarios", cuyo objetivo era medir la fatiga emocional en estudiantes



universitarios, el objetivo de la revisión fue cuantificar la fatiga cercana en estudiantes universitarios. Para ello participaron en el estudio 187 estudiantes universitarios de la Facultad de Magisterio y Humanidades de la Universidad de Granada en el Campus Universitario de Melilla - España. El instrumento utilizado fue la Escala de Fatiga Cercana (ECE) de Ramos; Manga; Morán (2005). Se determinó la fiabilidad y legitimidad constructiva de la encuesta. Los resultados mostraron que las escalas "Agotamiento Próximo" y "Cumplimiento del Estudio" contrastaban por orientación. Del mismo modo, se trazaron contrastes en la escala primaria como ítem de grado y curso. La edad no fue determinante. Del mismo modo, la escala "Confianza" se correspondía con las dos escalas recién referenciadas.

Según Tejada (2020), realizó una investigación titulada "Cansancio emocional y procrastinación en estudiantes de secundaria de una organización educativa específica de Trujillo -Perú", dicha exploración es de tipo gráfico considerable, con plan correlacional que espera decidir la conexión entre los factores de somnolencia y retardo en estudiantes de secundaria de un establecimiento educativo específico de Trujillo. Así, se trabajó con un ejemplo de 179 estudiantes, varones y mujeres, entre 15 y 17 años de edad, de una fundación educativa confidencial de Trujillo, inscritos para el año escolar 2019. Además, para su evaluación se aplicó la Escala de Agotamiento Profundo (ECE) de Ramos et al. (2005) y la Escala de Lentitud Juvenil (EPA) de Arévalo, E. et al. (2011). Así, se obtuvo posteriormente que existe un predominio de bajo grado de agotamiento próximo al hogar en la población a nivel general, así como un grado medio de Lingering a nivel general. En cuanto al examen social, se observó que existe con seguridad una conexión excepcionalmente crítica ($p < .01$), directa.

Según Lledó et al., (2017), publica un estudio en el diario convivir y conducta



denominada "cansancio cercano, confianza y realización con los estudios en estudiantes universitarios" donde la habilidad profunda que el estudiante tiene a lo largo de la experiencia de crecimiento puede ser un componente para frenar la presión escolar y la mentalidad de estar cansado, teniendo como resultado una perspectiva edificante hacia los estudios y las tareas realizadas. El objetivo de este estudio era analizar la relación entre el agotamiento profundo, la confianza y la satisfacción con los estudios entre los estudiantes universitarios de Alicante - España. Para ello se utilizó la Escala de Cansancio Profundo (ECE) en estudiantes universitarios de Ramos, Manga y Morán. Los resultados han permitido afirmar la conexión entre los factores cercanos y el nivel de satisfacción con los estudios, perspectivas que repercuten en toda la experiencia educativa de los estudiantes universitarios.

Según González & Landero (2007), publica una pesquisa en la revista anuales de psicología, titulado "Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas en una muestra de México" (Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas en una muestra de México). Los objetivos de la revisión fueron afirmar el diseño unifactorial de la Escala de Agotamiento Cercano (ECE) en un ejemplo de estudiantes universitarios mexicanos, así como sondear su relación con el estrés, la confianza y el malestar, para tener datos sobre su legitimidad cuando se contrasta y se desarrolla. La revisión se hizo con 506 estudiantes de investigación cerebral de dos universidades del norte de México, y se realizaron exámenes exploratorios y de corroboración de variables. Los efectos posteriores de la revisión afirman la construcción unifactorial de la escala, suficiente consistencia interna y conexiones críticas con el estrés, el malestar y la confianza.



Valenzuela en (2022), publico su investigación en revista dilemas contemporáneos, titulado “Cansancio emocional en estudiantes de bachillerato en el contexto de enseñanza remota de emergencia” tuvo como objetivo analizar los niveles de cansancio emocional en una muestra de estudiantes de bachillerato en línea en el contexto de enseñanza remota de emergencia y su relación con el sexo, edad y actividad laboral. El diseño fue cuantitativo, no experimental, transversal y de alcance descriptivo-correlacional. Se constituyó una muestra de 562 participantes del Servicio Nacional del Bachillerato en Línea. Se utilizó la escala de cansancio emocional de Ramos et al. (2005). Los resultados indicaron que los estudiantes cuentan con niveles bajos de cansancio emocional, se encontraron diferencias significativas en la comparación por sexo (mayor cansancio en mujeres) y una asociación negativa con la edad de la república mexicana.

Rios Avila en (2020), publica la investigación de la relación entre la funcionalidad familiar y adherencia al tratamiento en pacientes diagnosticados con trastorno mental que acuden al Hospital Carlos Monge Medrano- Juliaca, 2020 de Puno. El estudio fue descriptivo con diseño correlacional y corte transversal, cuya muestra estuvo conformada por 116 pacientes de ambos sexos, de 18 a 59 años. Los instrumentos de medición fueron: Escala de evaluación de la funcionalidad familiar (FACES III) y Drug Attitude Inventory (DAI). Para la comprobación de la hipótesis se utilizó la prueba de Chi Cuadrada y para determinar la relación entre las variables se utilizó la prueba estadística del coeficiente de contingencia de Pearson. Se procesaron los datos en el programa estadístico SPSS versión 25. Los resultados muestran: Las familias con cohesión desligada, considerada como disfuncional, no presentaron adherencia al tratamiento (33,62 %); por el contrario, las familias con cohesión conectada que son consideradas como funcionales si mostraron adherencia (31,03 %). Las familias con adaptabilidad flexible considerada funcional, no demostraron adherencia al tratamiento (27,59 %); asimismo, las familias con



adaptabilidad caótica considerada como disfuncional tampoco mostraron adherencia (22,41 %). En relación a la adherencia al tratamiento, se evidencia de manera considerable el no cumplimiento terapéutico (51,72%). Concluyendo que: La funcionalidad familiar en sus dimensiones de cohesión y adaptabilidad si se relacionan puesto que la prueba estadística es significativa $p(0.000) < \alpha(0.05)$. El tipo de funcionalidad familiar que predomina es el Rango medio (54,31%). Asimismo, se evidencia que existe más familias funcionales (57,75 %) que disfuncionales (42,24 %).

2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1. Cansancio Emocional

El cansancio profundo es la reducción de los componentes emocionales que proporciona la sensación de no tener la opción de dar nada a otras personas. Se manifiesta con articulaciones tanto físicas como mentales (Sáenz 2018). Además, se considera como la disminución o pérdida de los recursos para ser empático, o al menos, para comprender lo que sucede de los demás y cómo abordan las problemáticas que enfrentan, según los sentimientos y sensaciones que los retratan. En estos casos, el individuo se siente agotado tanto genuina como místicamente, con indefensión, tristeza y que nunca más podrá dar una mayor cantidad de sí mismo. Asimismo, se percibe como la deficiencia de gusto y serenidad en la realización de los ejercicios cotidianos del individuo es más un policía es responsable de la población que les dota de obligaciones críticas para el futuro, con frecuencia en circunstancias poco amistosas. Es normal en esta vocación, y los ejercicios por los que es percibido y respetado por el populacho, sea como sea, esta circunstancia actual ha ido disminuyendo en los últimos muchos años (Chavarria et al. 2017).



Aunque el cansancio profundo es capaz como debilidad mental, generalmente va unido a un agotamiento real extraordinario. En el momento en que sigue hay una sensación de sustancialidad, de dificultad para seguir adelante. Se cae entonces en una inactividad de la que es difícil salir. La debilidad próxima que se caracteriza como agotamiento, extenuación, pereza, cansancio, abatimiento e insatisfacción que puede manifestarse de forma genuina, clarividente o como una mezcla de ambas. Es la sensación de no tener la opción de dar una mayor cantidad de uno mismo a otras personas (Escribà, et. al., 2008).

Esta reducción y pérdida de activos cercanos, se convierte en la sensación de estar realmente agotado y agotado; sintiendo que uno no aporta nada mentalmente a otras personas, lo cual no es una condición de prosperidad sino de ir en contra de la norma, condición de decepción total (Cavero, Condor, and Ramos 2017).

Además, González y Landero (2007), sugieren evaluar los resultados del cansancio profundo en diversas áreas de la vida de los jóvenes; además, consideramos pertinente la ejecución de procedimientos de contrarrestar el burnout, que pueden incorporar la presión el tablero, el nerviosismo y técnicas para trabajar la confianza con la escala de agotamiento cerca del hogar ECE. Es decir, el cansancio personal incita a la pérdida de inspiración y normalmente avanza hacia graves inseguridades y decepciones que dan sentido a la desintegración de lo físico y lo mental (Dominguez et al., 2018).

2.2.2. Tensión física

El estado del cuerpo responde normalmente con rapidez cuando se desarrolla un agotamiento próximo, debido a la acumulación de tensiones a las



que sometemos a nuestro cuerpo, aunque el profundo es más perceptible. Una somnolencia o agotamiento cerca de casa está normalmente relacionada con sensaciones de dolor, malestar o problemas. En el momento en que realizamos un esfuerzo extraordinario o llevamos bastante tiempo haciendo un sobreesfuerzo real, notamos que nuestro cuerpo está agotado y necesita recuperarse para continuar. Es un agotamiento innegable. Sea como fuere, no solemos ser tan conscientes del agotamiento mental, profundo (Sifuentes 2019). El estrés, o cualquier otra circunstancia que incluya un extra de nuestro movimiento mental puede provocar un agotamiento mental, que se acumula en nuestro interior, ya que no tenemos ni la más remota idea de cómo reconocerlo a tiempo y atajarlo, provocando una imagen profunda de pavor, nerviosismo, problema o indignación, entre otros. Sea como fuere, influye adicionalmente en nuestro estado real (Vizoso and Arias 2016).

Presenta dos partes tanto físicas como mentales, la parte primaria se retrata por una debilidad ampliada a enfermedades, tormento de espalda, percances, rendición y sucesivas padecimientos virulentos, así como el desaliento y problemas de descanso; además, se presentan sensaciones de abatimiento, que al llegar a un nivel extremo pueden impulsar el ansia de autodestrucción o desajuste psicológico; la parte posterior puede aparecer por la mejora de las perspectivas pesimistas en torno a uno mismo y en diversas cuestiones cotidianas, así como baja confianza, sensaciones de mediocridad, baja eficiencia en el trabajo, sentirse y actuar como un individuo incapaz y torpe (Sánchez, et. al., 2009).

2.2.3. Tensión psicológica

El cansancio profundo es una expresión mental que debe ser considerada



en las investigaciones de estudiantes universitarios, por ello lo relaciona derechamente con problemas de bienestar emocional a manera el neuroticismo, entre demás, que son coadyuvantes de la disminución de la confianza y de la impresión deficiente de sí mismo. Un instrumento valioso para la evaluación del Trastorno de Burnout Experto, cuya utilización se ha producido para la evaluación de esta condición en estudiantes universitarios, aunque dos de sus tres escalas son inmaterial para su concentración en estudiantes universitarios (Ramos et al. 2005).

Entre los factores asociados con síntomas están entre las variables relacionadas con el cansancio familiar se encuentran: la edad (vinculada a la experiencia), la orientación, la inestabilidad profunda para afrontar circunstancias conflictivas, la gravedad y las peticiones escandalosas, así como las circunstancias indecorosas del clima actual, la baja remuneración, la colaboración desafortunada, los acontecimientos críticos que alteran la vida (Arquero & Donoso 2013)). La fatiga profunda es la parte de la presión en la que se aprecia sobre exigido, desocupado de activos próximos y reales, frágil y acabado, prácticamente sin manantial de renovación y falta de energía para afrontar un día más u otro asunto. Algunas de las partes fundamentales del desaliento profundo en el entorno profesional pueden ser el exceso de trabajo y los asuntos privados en el centro de labor(Fontán & Dueñas 2008).

Los efectos de la tensión psicológica, a nivel mental tenemos problemas psicosomáticos, negativismo, tristeza, responsabilidad, tensión, indignación, baja resistencia a la decepción, utilización desmedida de licor y medicamentos, (Ordóñez, et. al., 2015) En el entorno autoritario: disminución de la ejecución,



contradictorio y ausencia de inspiración hacia el centro de labor, perspectivas desaprobaciones en la confianza a los demás personas, ampliación del dígito de turnos en las administraciones o capacidades de ocupación, continuas inasistencias, disminución de la responsabilidad, demoras y sueltas tardanzas en el lugar de trabajo, decepción e. expectativa o renuncia genuina del concierto. En el entorno natural: perspectivas pesimistas contra la existencia como norma, depreciación de la naturaleza de la vida individual y cotidiana (De igual manera, a través de diferentes exámenes se ha visto que la debilidad profunda es uno de los componentes más prescientes de las consecuencias adversas de la condición de burnout (Ovejas et al. 2020).

Entre las acciones de prevención está la anticipación de la fatiga profunda son: La presentación de actividades de respiración, contemplación, cuidado. Este tipo de ejercicios bajan el pulso y una sensación excepcionalmente hermosa de tranquilidad y relajación es capaz. Descansar el tiempo adecuado es vital para advertir la debilidad profunda, ya que, suponiendo que el período de descanso se ajuste nuestra psique soporta alteraciones que impactan en su pauta. Ciertas propensiones cotidianas y alrededor de ocho horas de descanso son esenciales. Una hidratación satisfactoria refuerzo numeroso en estos asuntos, ya que el líquido refuerza a dar tranquilidad y serenidad. La actividad real ayudará a matar los venenos y a producir las sustancias químicas de la alegría conocidas como endorfinas. Averiguar cómo plantear las necesidades y no sobrecargarse de trabajo es un método para mantenerse alejado del agotamiento cerca de casa. Darse cuenta de que, por lo general, cómo se va a estar seguro de uno mismo, es decir, entender cómo transmitir nuestros procesos de pensamiento y sentimientos internos sin ser contundentes ni complacientes, nos ayudará a no sumar presiones que, en última



instancia, pueden provocar una profunda debilidad (Fontán & Dueñas 2008).

Por otra parte, hablando explícitamente del trabajo policial, se trata de un movimiento frecuentemente pensado como una ocupación asentada, con una cantidad de entrada, obligación y apertura a diversas ocasiones, ya sean miserables o salvajes, que posiblemente sean hirientes para los funcionarios.

El trabajo profundo alude a la discreción de los sentimientos positivos y sombríos, principalmente la última opción que emerge de la presencia de normas autoritarias sobre la articulación cercana en la presentación de su trabajo y apuntada a garantizar la asistencia gubernamental del consumidor y el desempeño de los objetivos jerárquicos. (Sani & Laura 2016).

2.3. MARCO CONCEPTUAL

- **Cansancio emocional:** es la fatiga personal, un estado al que se llega por sobrecargar el cuerpo con un esfuerzo real.
- **Tensión física:** es la tensión de un manantial de energía de un circuito eléctrico que empuja el esfuerzo cargado a través de un círculo conductor, esto por el trabajo de carga real.
- **Tensión psicológica:** es una vibración incesante de profunda "dureza" que sabe de inquietud, decepción, trepidación extrema y suposición perturbadora.
- **Escuela Técnica Superior de la Policía Nacional del Perú:** institución educativa encargado de preparar a los futuros policías, vigilantes de la ley y solicitantes sociales, contribuyendo al mejoramiento del país a través de la modernización del sistema escolar policial.
- **Salud y bienestar física:** es la prosperidad del cuerpo y el funcionamiento ideal de la forma de vida, que se encuentran en gran condición física, mental y cercana al hogar.



- **Bienestar psicológico:** incorpora la prosperidad profunda, mental y social de un individuo. Asimismo, decide cómo una persona maneja la presión, se relaciona con los demás y decisiones.

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

La pesquisa se realizó en la ciudad de Puno, en la localidad de Salcedo, en las dependencias de la Escuela Superior Técnica de la Policía Nacional Pública del Perú, que se encuentra precisamente en el Parque Moderno Salcedo s/n, Localidad de Puno, Territorio de Puno, Distrito de Puno, situado a 3,827 m.s.n.m. aproximadamente.



Figura 1. Ubicación de la ETS PNP de Puno.

2.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO

En el estudio nos demoramos de abril diciembre del año pasado 2021, en un aproximado de 9 meses, empezando con la presentación de la solicitud a la dirección, para aplicar el instrumento de investigación, seguido por la aceptación del documento.



2.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO

Antes del aplicar el instrumento general, el investigador entregó a cada alumno el acta de aprobación entendido, en la que se le explicaban los argumentos esenciales relativas a la exploración y lo que incluía su interés de acuerdo a los ítems, con la firma de dicha autorización su congruencia con las circunstancias expresas, sin perjuicio de su reconocimiento de apoyo deliberado. A continuación, se entregó la Escala de Cansancio Emocional, demostrando que su perfeccionamiento es privado y que ante cualquier incertidumbre o inquietud deben adelantarse y plantear la consulta correspondiente. Para la mejora de esta revisión, a cada alumno se le dio una temporada sensible de 1 hora, las interrogaciones de este cuestionario son los indicadores que deliberan la variable y dimensiones acerca de cansancio emocional.

La escala de cansancio emocional tiene una fiabilidad de 0,83, que fue desglosada a través do Alpha de Cronbach, la prueba estadística utilizada para medir a consistencia interior.

2.1. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO

2.1.1. Población de estudio

La población de estudio de esta investigación fue constituida por los estudiantes de la promoción INTEGRIDAD 2020 – II de la ETSPNP, de las especialidades de investigación criminal y la especialidad de orden público, haciendo un total de 197 estudiantes entre las edades de 20 a 26 años.

Criterios de inclusión, es el conjunto de personas que tienen características en común de interés para la investigación tales como: edad, sexo, grado de instrucción, entre otros; asimismo es importante que se solicite el consentimiento para la recolección de información cuando se trata de personas adultas (Arias,

Villasís & Miranda 2016). Es por ello que en esta investigación la población está constituida por todos los estudiantes de la promoción 2021.

Criterios de exclusión: en los casos de que las estudiantes se encontraban de servicio de seguridad, sanidad, o realizando otras comisiones asignadas a los estudiantes.

2.1.2. Muestra de estudio

Para este estudio la selección de la muestra es no probabilística, pues no se aplicaron cálculos de probabilidades ni se hizo uso del azar (Gallardo, 2017), motivado por que la población en estudio es relativamente pequeña, motivo por el cual la escala de cansancio emocional (ECE), se aplicó a la totalidad de la población, aplicando los criterios de inclusión y exclusión detallados en el punto anterior.

Por las consideraciones expuestas la muestra llegó a 122 estudiantes que se distribuyó de la siguiente manera:

Tabla 1

Muestra de estudiantes por especialidades de la EEST PNP Puno

INTITUCION EDUCATIVA	Especialidad		TOTAL
	Investigación Criminal	Orden Publico	
Cantidad por especialidad	40	82	122
TOTAL	40	82	122

Datos obtenidos en base al número de estudiantes a los cuales se les aplico la ECE.

2.2. DISEÑO ESTADÍSTICO

En esta pesquisa se utilizó diseño de investigación de tipo diagnóstica, para lo cual se usó el siguiente modelo :



M —————> **O**

Donde:

M = muestra de estudio

O = observación o información recogida

Este modelo significa que el primero son los estudiantes investigados y la segunda es lo que se va observar a partir de la escala del cansancio emocional.

2.3. PROCEDIMIENTO

El nivel de cansancio emocional en los estudiantes de la ETSPNP - Región Puno – 2021.

- **Técnica:** se aplicó la técnica de cuestionario.
- **Instrumento:** el instrumento aplicado fue (ECE) escala de cansancio emocional.

La escala del cansancio emocional, tiene 10 ítems, de los cuales tiene dos dimensiones que son:

- **Tensión física:** a esta tensión corresponden los ítems 4, 5, 6 y 8.
- **Tensión psicológica:** a esta tensión corresponden los ítems 1, 2, 3, 7, 9 y 10.

De los cuales su escala de valoración es:

- RV = Rara veces (1 Pts.)
- PV = Pocas veces (2 Pts.)
- AV = Algunas veces (3 Pts.)
- CF = Con Frecuencia (4 Pts.)
- S = Siempre (5 Pts.)

Tabla 2

Los criterios de diagnóstico serán clasificados según los siguientes puntos de corte

(ECE) Escala de Cansancio Emocional					
Tensión física			Tensión psicológica		
Tensión de riesgo bajo	Tensión de riesgo medio	Tensión de riesgo alta	Tensión de riesgo bajo	Tensión de riesgo medio	Tensión de riesgo alta
4 a 8	9 a 14	15 a 20	6 a 13	15 a 22	23 a 30

Los criterios de diagnóstico según la escala de cansancio emocional

Procedimiento:

- Se les propuso ir a un espacio moldeado sin interrupciones para que pudieran sentarse serenamente.
- Se repartieron las encuestas y se les aclaró cómo terminarlas.
- Se les dio el tiempo que ellos decidieran para terminar las encuestas.

2.1. VARIABLES

Variable de interés: es una sola variable

- **Cansancio emocional**

2.2. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

El proceso de tratamiento de datos será el siguiente:

- Primero: se clasificó la información obtenida con el instrumento de la escala de fatiga próxima al hogar y los resultados esperados por la escala; es más, se consideraron los aspectos y marcadores que componen el diseño del tema de investigación del cansancio profundo por este motivo.



- Segundo: se expusieron las tablas de apropiación de la tasa y sus gráficos de representación por la sensación de examen y traducción de la información o resultados obtenidos por ECE.
- Tercero: según el proyecto de exploración y según el razonamiento de la charla lógica, se introducen las tablas y sus diagramas individuales para su examen y traducción por separado, teniendo en cuenta la estructura hipotética aceptada y con los objetivos de exploración esperados por el creador.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS

Del nivel de cansancio emocional en los estudiantes de la ETSPNP, de la región de Puno en el año académico 2021.

Tabla 3

Los niveles de cansancio emocional en los estudiantes de la Escuela Técnica Superior de la Policía Nacional del Perú, de la región de Puno

Cansancio Emocional	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje valido	Porcentaje acumulado
Baja	79	64.8	64.8	64.8
Medio	39	32.0	32.0	96.7
Alta	4	3.3	3.3	100
TOTAL	122	100	100	

Tabla de frecuencia de cansancio emocional de los estudiantes según (ECE)

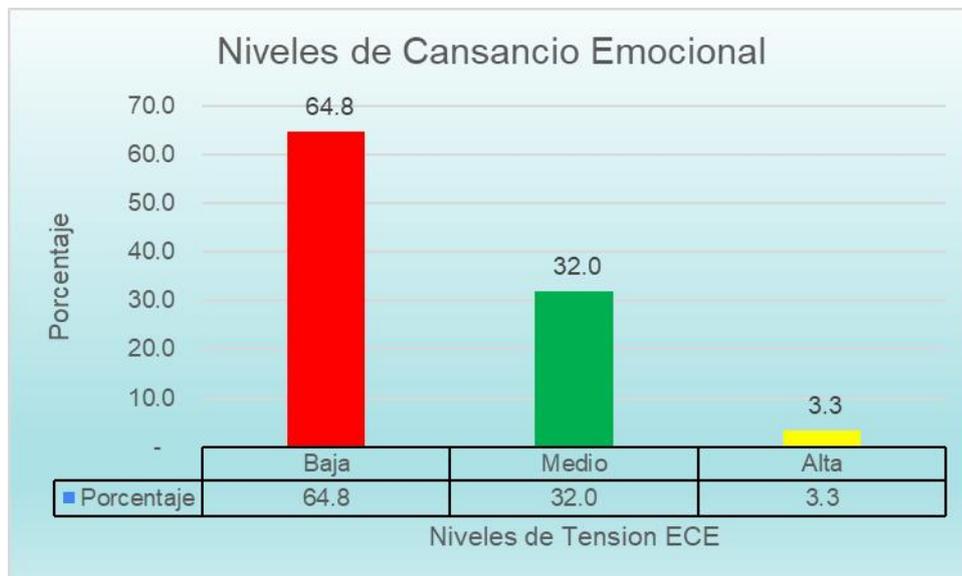


Figura 2. Los niveles del cansancio emocional de los estudiantes de la ETSPNP de Puno.

En la figura 2 y tabla número 3, se presenta el nivel de cansancio emocional de

los estudiantes de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, el 64.8% está en un riesgo bajo, seguido por 32.0% de un riesgo medio ,y finalmente solo el 3.3% está en un riesgo alto, es así que, los estudiantes en su mayor parte duermen horas completas, no tienen dolor de cabeza u otra que moleste su rendimiento físico y generalmente no tienen fatiga y fácilmente se concentran porque están en nivel de riesgo bajo.

Tabla 4

Niveles de tensión física de los estudiantes de la Escuela Técnica Superior de la Policía Nacional del Perú, de la región de Puno

Tensión Física	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje valido	Porcentaje acumulado
Baja	73	59.8	59.8	59.8
Medio	44	36.1	36.1	95.9
Alta	5	4.1	4.1	100
TOTAL	122	100	100	

Tabla de frecuencia de la tensión física de los estudiantes según (ECE)

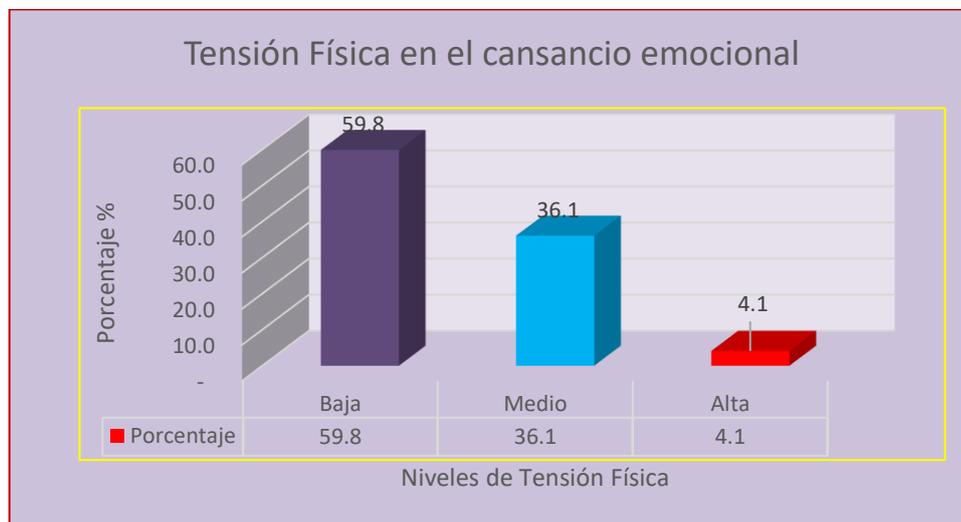


Figura 3. Los niveles de riesgo en la tensión física del cansancio emocional de los estudiantes de la ETSPNP de Puno.

En la figura 3 y tabla número 4, se presenta el nivel de riesgo en la tensión física del cansancio emocional de los estudiantes de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, el 59.8% está en un riesgo bajo, seguido por 36.1% de un riesgo medio ,y finalmente solo el 4.1% está en un riesgo alto, es así que, los estudiantes en su mayor parte duermen

horas completas, no tienen dolor de cabeza u otra que moleste su rendimiento físico y generalmente no tienen fatiga y fácilmente se concentran porque están en nivel de riesgo bajo.

Tabla 5

Niveles de tensión psicológica de los estudiantes de la Escuela Técnica Superior de la Policía Nacional del Perú, de la región de Puno.

Tensión Psicológica	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje valido	Porcentaje acumulado
Baja	85	69.7	69.7	69.7
Medio	34	27.9	27.9	97.5
Alta	3	2.5	2.5	100
TOTAL	122	100	100	

Tabla de frecuencia de la tensión psicológica de los estudiantes según (ECE)

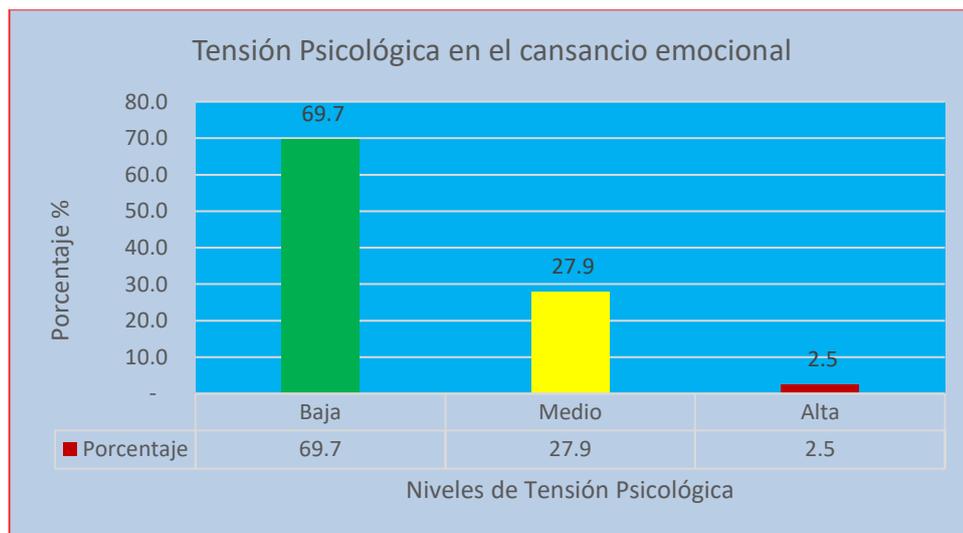


Figura 4. Los niveles de la tensión psicológica del cansancio emocional de los estudiantes de la ETSPNP de Puno.

La figura 4 y tabla número 5, se presenta el nivel de la tensión psicológica del cansancio emocional de los estudiantes de la Escuela ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, el 69.7% está en un riesgo bajo, por lo tanto los estudiantes no tienen tensión excesiva, se sienten con ánimo de trabajar y estudiar y no le falta tiempo para sus estudios, seguido por 27.9% en un riesgo medio, y finalmente solo el 2.5% está en un riesgo alto,

que significa que tienen tensión, bajo de ánimo, están tristes, se sienten agotados, los exámenes le producen estrés y se siente sobre cargado por los estudios.

Tabla 6

Relación entre la tensión física y horas diarias que dedica a su estudio

Tensión Física	Horas diarias que dedica a su estudio					TOTAL
	1 a 2 horas	3 a 4 horas	5 a 6 horas	7 a 8 horas	9 a mas horas	
Alta	2	0	1	1	1	4
Medio	2	10	7	10	7	36
Baja	8	16	11	18	6	60
TOTAL	11	26	20	29	14	100

Tabla de relación entre tensión física y las horas diarias que dedica a su estudio de los estudiantes según (ECE)



Figura 5. Los estudiantes que tienen nivel de tensión física y horas diarias que dedica a su estudio.

En el número de la tabla 6 y figura 5, se muestra el nivel de riesgo en la tensión física del cansancio emocional y las horas diarias que dedican a su estudio, los estudiantes



de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, del 60% que está en un riesgo bajo de tensión física, el 8% dedica 1 a 2 horas a su estudio, 16% dedica 3 a 4 horas a su estudio, 11% dedica 5 a 6 horas a su estudio, el 18% dedica 7 a 8 horas a su estudio y 6% dedica 9 horas a más a su estudio.

Seguido por 36% de un riesgo medio de la tensión física, de los cuales el 2% dedica 1 a 2 horas a su estudio, 10% dedica 3 a 4 horas a su estudio, 7% dedica 5 a 6 horas a su estudio, el 10% dedica 7 a 8 horas a su estudio y 7% dedica 9 horas a más a su estudio.

Finalmente, solo el 4% que está en un riesgo alto de tensión física, el 2% dedica 1 a 2 horas a su estudio, 1% dedica 5 a 6 horas a su estudio, el 1% dedica 7 a 8 horas a su estudio y 1% dedica 9 horas a más a su estudio.

Tabla 7

Los estudiantes que tienen tensión psicológica y horas diarias que dedica a su estudio

Tensión	Horas diarias que dedica a su estudio					TOTAL	
	Psicológica	1 a 2 horas	3 a 4 horas	5 a 6 horas	7 a 8 horas		9 a mas horas
Alta		0	0	1	1	1	2
Medio		5	7	5	7	3	28
Baja		7	19	14	20	10	70
TOTAL		11	26	20	29	14	100

Tabla de relación entre tensión psicológica y las horas diarias que dedica a su estudio de los estudiantes según (ECE)



Figura 6. Los alumnos que tienen tensión psicológica y horas diarias que dedica a su estudio.

En el número 7 de la tabla y figura 6, se modelo el nivel de riesgo en la tensión psicológica del cansancio emocional y las horas diarias que dedican a su estudio, los estudiantes de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, del 70% que está en un riesgo bajo de tensión psicológica, el 7% dedica 1 a 2 horas a su estudio, 19% dedica 3 a 4 horas a su estudio, 14% dedica 5 a 6 horas a su estudio, el 20% dedica 7 a 8 horas a su estudio y 10% dedica 9 horas a más a su estudio.

Seguido por 28% de un riesgo medio de la tensión psicológica, de los cuales el 5% dedica 1 a 2 horas a su estudio, 7% dedica 3 a 4 horas a su estudio, 5% dedica 5 a 6 horas a su estudio, el 7% dedica 7 a 8 horas a su estudio y 3% dedica 9 horas a más a su estudio.

Posteriormente, solo el 2% que está en un riesgo alto de tensión psicológica, el 1% dedica 5 a 6 horas a su estudio, el 1% dedica 7 a 8 horas a su estudio y 1% dedica 9 horas a más a su estudio.

Tabla 8

Los estudiantes que tienen tensión física y los conocimientos adquiridos en ETSPNP, le sirven actualmente en su desempeño laboral

Tensión Física	Los conocimientos adquiridos en ETSPNP, le sirven actualmente en su desempeño laboral					TOTAL
	Nunca	Muy pocas veces	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
Alta	0	0	1	1	2	4
Medio	0	0	5	11	20	36
Baja	0	2	6	12	40	60
TOTAL	0	2	11	25	62	100

Tabla de relación entre tensión física y los conocimientos adquiridos en su institución, le sirven en su desempeño laboral de los estudiantes según (ECE).

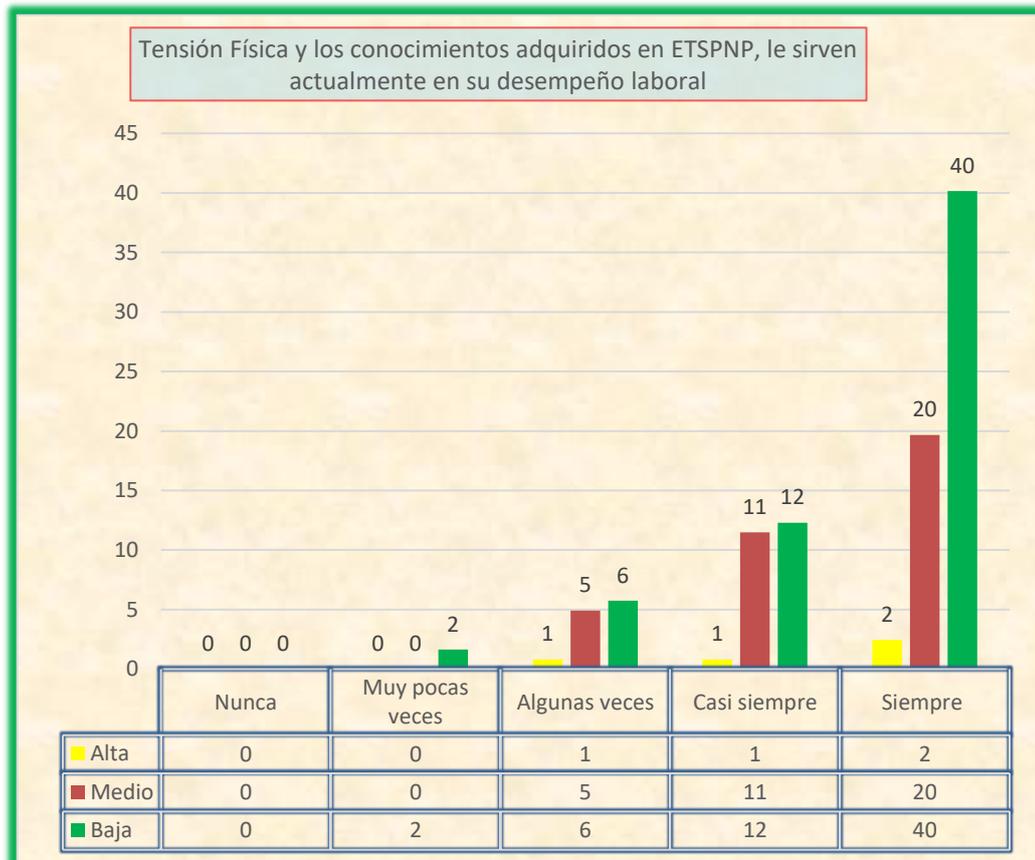


Figura 7. Los estudiantes que tienen nivel de riesgo en la tensión física y los conocimientos adquiridos en ETSPNP, le sirven actualmente en su desempeño laboral.



En el número 8 de la tabla y figura 7, se espécimen el nivel de riesgo en la tensión física del cansancio emocional y los conocimientos adquiridos en ETSPNP, le sirven actualmente en su desempeño laboral, a los estudiantes de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, del 60%, que está en un riesgo bajo de tensión física, el 2% dice que las experiencias aprendidas de la escuela le sirven muy pocas veces en el desempeño laboral, 6% dice que los conocimientos adquiridos en la escuela le sirven algunas veces en el desempeño laboral, 12% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven casi siempre en el desempeño laboral, el 40% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven siempre en el desempeño laboral.

Seguido por 36% de un riesgo medio de la tensión física, el 5% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven algunas veces en el desempeño laboral, 11% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven casi siempre en el desempeño laboral, el 20% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven siempre en el desempeño laboral.

Últimamente, solo el 4% que está en un riesgo alto de tensión física, el 1% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven algunas veces en el desempeño laboral, 1% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven casi siempre en el desempeño laboral, el 2% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven siempre en el desempeño laboral.

Tabla 9

Los estudiantes que tienen tensión psicológica y los conocimientos adquiridos en ETSPNP, le sirven actualmente en su desempeño laboral

Tensión Psicológica	Los conocimientos adquiridos en ETSPNP, le sirven actualmente en su desempeño laboral					TOTAL
	Nunca	Muy pocas veces	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
Alta	0	0	1	0	2	2
Medio	0	0	5	11	12	28
Baja	0	2	6	14	48	70
TOTAL	0	2	11	25	62	100

Tabla de relación entre tensión psicológico y los conocimientos adquiridos en su institución, le sirven en su desempeño laboral de los estudiantes según (ECE).

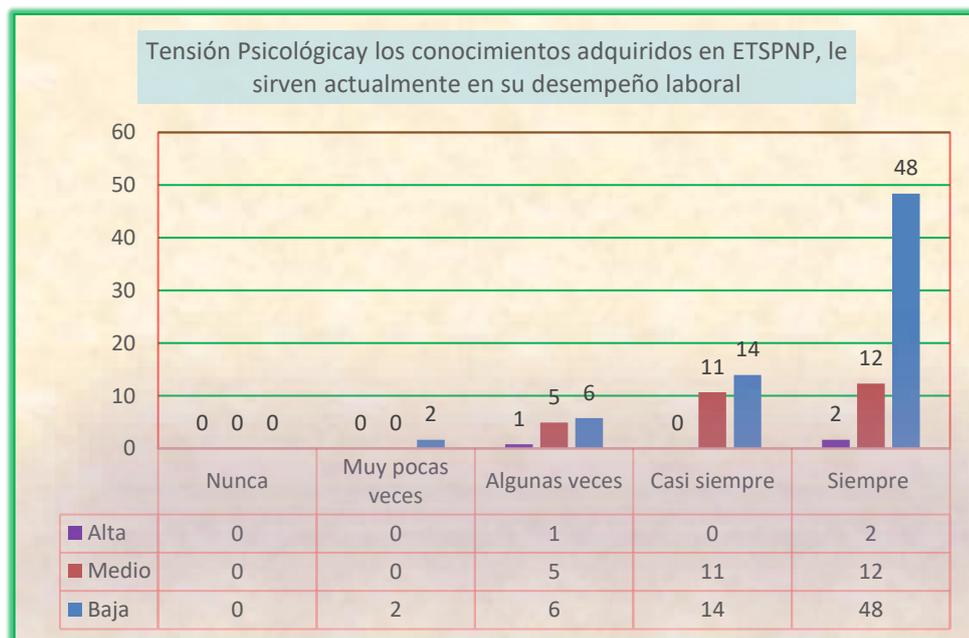


Figura 8. Los estudiantes que tienen nivel de riesgo en la tensión psicológica y los conocimientos adquiridos en ETSPNP, le sirven actualmente en su desempeño laboral.

En el número 9 de la tabla y figura 8, se muestra el nivel de riesgo en la tensión psicológica del cansancio emocional y las experiencias aprendidas en ETSPNP, le sirven

actualmente en su desempeño laboral, a los estudiantes de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, del 70%, que está en un riesgo bajo de tensión psicológica, el 2% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven muy pocas veces en el desempeño laboral, 6% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven algunas veces en el desempeño laboral, 14% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven casi siempre en el desempeño laboral, el 48% dice que los las experiencias aprendidas en la escuela le sirven siempre en el desempeño laboral.

Continuado por 28% de un riesgo medio de la tensión psicológica, el 5% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven algunas veces en el desempeño laboral, 11% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven casi siempre en el desempeño laboral, el 12% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven siempre en el desempeño laboral.

Recientemente, solo el 2% que está en un riesgo alto de tensión psicológica, el 1% dice que las las experiencias aprendidas en la escuela le sirven algunas veces en el desempeño laboral, el 2% dice que las experiencias aprendidas en la escuela le sirven siempre en el desempeño laboral.

Tabla 10

La tensión física y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio

Tensión Física	Cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio					TOTAL
	No satisfecho	Poco satisfecho	Moderadamente satisfecho	Muy satisfecho	Extremadamente satisfecho	
Alta	1	0	1	2	0	4
Medio	0	2	12	19	3	36
Baja	1	6	8	38	7	60
TOTAL	2	7	21	59	11	100

Tabla de relación entre tensión física y cómo se siente después de su jornada de trabajo y

estudio de los estudiantes según (ECE).

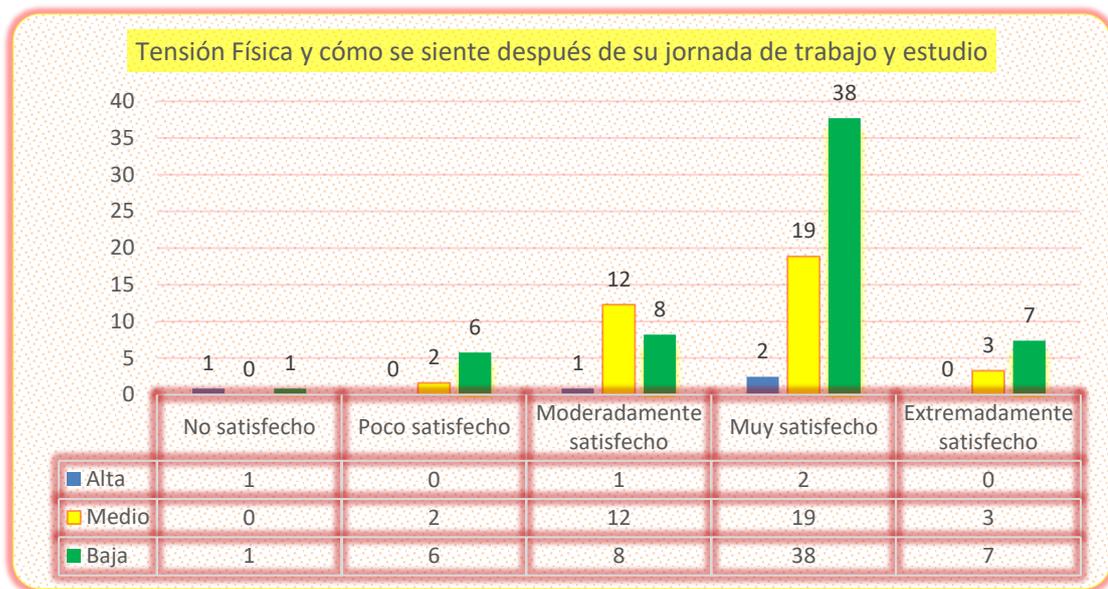


Figura 9. Los estudiantes que tienen nivel de riesgo en la tensión física y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio

En el número 10 de la tabla y figura 9, se muestra el nivel de riesgo en la tensión física del cansancio emocional y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio, a los estudiantes de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, del 60%, que está en un riesgo bajo de tensión física, el 1% se siente no satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 6% se siente poco satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 8% se siente moderadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, el 38% se siente muy satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 7% se siente extremadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio.

Luego el 36% de un riesgo medio de la tensión física, el 2% se siente poco satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 12% se siente moderadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, el 38% se siente muy satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 7% se siente extremadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio.

Seguido por el 4% que está en un riesgo alto de tensión física, el 1% se siente no satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 1% se siente moderadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, el 2% se siente muy satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio.

Tabla 11

La tensión psicológica y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio

Tensión Psicológica	Cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio					TOTAL
	No satisfecho	Poco satisfecho	Moderadamente satisfecho	Muy satisfecho	Extremadamente satisfecho	
Alta	0	0	1	2	0	2
Medio	1	3	10	12	2	28
Baja	1	4	11	45	9	70
TOTAL	2	7	21	59	11	100

Tabla de relación entre tensión psicológica y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio de los estudiantes según (ECE).

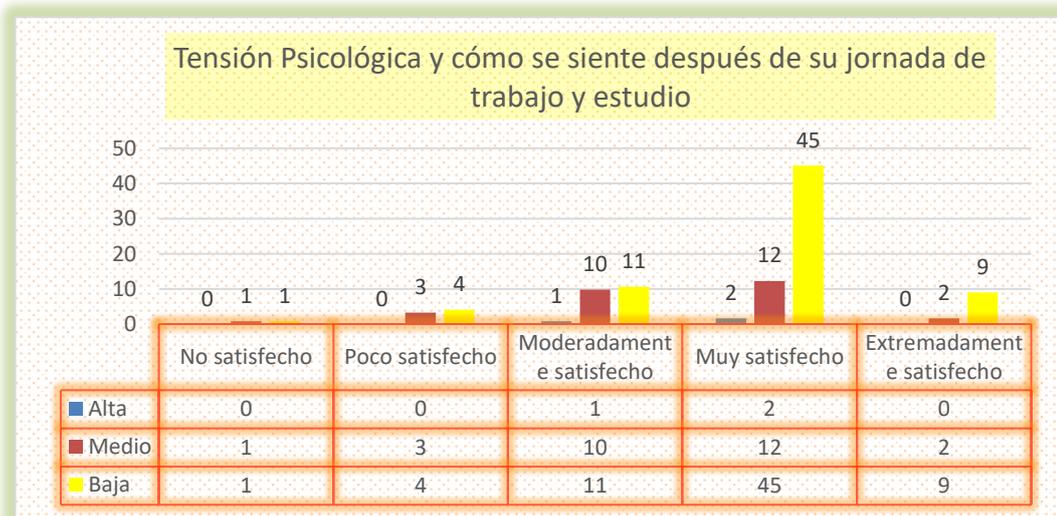


Figura 10. La tensión psicológica y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio.

En el número 11 de la tabla y figura 10, se muestra el nivel de riesgo en la tensión psicológica del cansancio emocional y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio, a los estudiantes de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, del 70%, que



está en un riesgo bajo de tensión psicológica, el 1% se siente no satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 4% se siente poco satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 11% se siente moderadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, el 45% se siente muy satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 9% se siente extremadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio.

Prontamente el 28% de un riesgo medio de la tensión psicológica, el 1% se siente no satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 3% se siente poco satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 10% se siente moderadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, el 12% se siente muy satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 2% se siente extremadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio.

Continuando con el 2% que está en un riesgo alto de tensión psicológica, el 1% se siente moderadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, el 2% se siente muy satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio.

4.2. DISCUSIÓN

En esta investigación el objetivo fue determinar los niveles de cansancio emocional en los estudiantes de la ETSPNP, de la región de Puno en el año académico 2021, de los que estudian en la ciudad de Puno, la investigación es de variable única, y tiene dos dimensiones, uno de ellos es la tensión física y el otro es la tensión psicológica, en ambos casos el cansancio emocional está en un nivel bajo, seguido por el nivel medio y finalmente el nivel alto que están muy pocos estudiantes, esto debido a que los estudiantes realizan actividades físicas, actividades deportivas y ejercicios aeróbicos, y tiene un hábito tradicional para estudiar y realizar actividades físicas, esto ayuda a no adquirir las enfermedades no transmisibles, como el estrés, los accidentes cerebro



basculares, la migraña, además toda persona que es saludable y realiza actividad física no tendrá el cansancio emocional (Ramos et al. 2010).

En el nivel de la tensión física , el 60% está en un riesgo bajo, seguido por 36% de un riesgo medio ,y finalmente solo el 4% está en un riesgo alto, por lo tanto los estudiantes en su mayoría esta en un riesgo de nivel bajo, esto debido a que los estudiantes duermen horas completas, no tienen dolor de cabeza u otra que moleste su rendimiento físico y generalmente no tienen fatiga y fácilmente se concentran porque están en nivel de riesgo bajo y muy poco esta en nivel de tensión física alta, y que tienen un agotamiento emocional en su situación en la que el estudiante considera que ya no pueden dar más de sí mismo a nivel del estudio y del trabajo, experimentando así una impresión de estar mentalmente cansado fruto del quehaceres diarios con individuos a los que prestara servicio a la comunidad como seguridad (Sáenz 2018).

En la tensión psicológica el 69.7% está en un riesgo bajo, por lo tanto los estudiantes no tienen tensión excesiva, se sienten con ánimo de trabajar y estudiar y no le falta tiempo para sus estudios, seguido por 27.9% en un riesgo medio ,y finalmente solo el 2.5% está en un riesgo alto, que significa que tienen tensión, bajo de ánimo, están tristes, se sienten agotados, los exámenes le producen estrés y se siente sobre cargado por los estudios, Mientras tanto, algunos docentes enseñan a manejar las preocupaciones, y contribuí a facilitar la adaptación de los estudiantes a las condiciones de la vida policial y enseñarles un adecuado manejo del cansancio emocional generado por diferentes condiciones (González & Landero 2007).

Además la tensión física esta ubicada en el nivel de riesgo bajo de 60%, el 16% se dedica de 3 a 4 horas diarias a su estudio, seguido por 18% que dedica 7 a 8 horas diarias a su estudio, en cuanto a su estudio, deben dedicar tiempo y a eso deben orientar



los docentes, según los resultados observados, también la tensión psicológica es similar a este resultado, si no estudian logra formar un elemento de riesgo, de desaprobación de asignaturas, como con el tiempo puede haber deserción (Dominguez et al. 2018), debido a la iniciación de las experiencias en el trayecto de la práctica profesional en las calles, la proximidad de que se acomoden de representación más eficaz a esa nueva experiencia de su alineación correcta no es preocupante.

Tanto la tensión física como la tensión psicológica están en el nivel bajo, y en su mayoría responde a nuevas experiencias aprendidas en la ETSPNP, le valen casi siempre y siempre actualmente en su desempeño laboral, y ninguno de los estudiantes dijo que nunca lo sirvió, el cambio de las nuevas formas de enseñar de los profesores y al alumno las nuevas formas de acceder al aprendizaje, como consecuencia el equipo docente ha reflexionado de manera colaborativa para mejorar las enseñanzas e imparten en la educación superior, siendo un elemento nuevo y de innovación, como crear espacios más efectivos y positivos, donde el estudiante se sienta más cómodo, con liberación y seguridad psíquica para enfrentar sus estudios y sus labores en las calles como futuro policía (Lledó et al. 2017).

En la tensión física como la tensión psicológica están en el nivel bajo, con respecto cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio y en su mayoría responde, que se sienten muy satisfechos y moderadamente satisfecho, esto se debe a que, la mayoría de los estudiantes tienen la vocación de ser un policía responsable, esto dentro de los factores orientados al contexto se introducen los ejercicios extremos relacionados con el aprendizaje mientras que las variables realmente interiores se relacionan con características individuales, como la auto adecuación, el autorretrato mental, el locus de control, la confianza y la tensión de calidad (Herrera et al. 2016).



Los estudiantes de la Escuela Técnica Predominante de la Policía Nacional del Perú, que se concentran en la ciudad de Puno, se sienten excepcionalmente realizados después de su jornada de trabajo y estudio, seguido de muy realizados, esto en razón de que las consecuencias de este estudio reflejan estos extremos equivalentes, es decir, que los individuos con menor cansancio cercano al hogar, impacta negativamente en los supuestos de progreso y desarrollo experto, es decir, los estudiantes universitarios con niveles más significativos de pereza tienen bajos supuestos para completar sus exámenes de manera efectiva y adicionalmente están inadecuadamente preparados para enfrentar el escenario de funcionamiento (Lledó et al. 2017).



V. CONCLUSIONES

PRIMERO: Para la variable cansancio emocional en los los estudiantes de la ETS PNP Puno, se concluye que el 64.8% presentan un bajo nivel de cansancio emocional, seguido por un 32.0% de nivel medio, y finalmente solo el 3.3% está en un nivel alto; ello significa que los estudiantes desarrollan normalmente sus actividades académicas, físicas y funciones policiales de apoyo, en consecuencia, significa que se han adaptado satisfactoriamente a la etapa de formación policial.

SEGUNDO: Respecto a la tensión física, el 60% está en un nivel bajo, seguido por 36% de nivel medio y solo el 4% está en un nivel alto; por lo tanto, la mayoría de estudiantes de la ETS PNP Puno presentan un bajo nivel de tensión física; lo cual guarda relación con las constantes actividades físicas que realizan mientras dura su preparación policial.

TERCERO: Para la dimensión tensión psicológica de los estudiantes de la ETS PNP Puno, el 69.7% presenta un bajo nivel de tensión psicológica, el 27.9% en un nivel medio y solo el 2.5% está en un nivel alto; por lo tanto los estudiantes se sienten con ánimo de trabajar y estudiar, presentan una fortaleza mental que les permite sobreponerse a las exigencias de su escuela de formación policial.



VI. RECOMENDACIONES

PRIMERA: A pesar de que la mayoría de los estudiantes presentan un bajo nivel de cansancio emocional, es recomendable realizar un monitoreo constante a los estudiantes de la ETS PNP Puno, a fin de mantener al mínimo el nivel de cansancio emocional, así como reducir el nivel medio y alto, pues pues como futuros policías deben de tener una preparación adecuada para afrontar todo tipo de dificultades que en el servicio policial se presentan.

SEGUNDA: Se recomienda continuar con la preparación física, para lo cual su entrenamiento deberá estar orientado a las funciones que como futuro efectivo policial deberá de afrontar en su servicio; asimismo debe tener un descanso apropiado que le permita intercalar la formación académica con la física.

TERCERA: Para reducir la tensión psicológica, los monitores y docentes deben enseñan a manejar las preocupaciones, el estrés, situaciones problemáticas, ya que como futuros policías deben demostrar en todo momento y lugar una fortaleza mental.



VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias-Gómez, Jesús, Miguel Ángel Villasís-Keever, and María Guadalupe Miranda-Novales. 2016. "The Research Protocol III. Study Population." *Revista Alergia Mexico* 63(2):201–6.
- Arquero, José Luis, and José Antonio Donoso. 2013. "Docencia, Investigación y Burnout: El Síndrome Del Quemado En Profesores Universitarios de Contabilidad." *Revista de Contabilidad-Spanish Accounting Review* 16(2):94–105.
- Cavero, Karem, Medalith Condor, and Esther Ramos. 2017. "Síndrome de Burnout En El Profesional de Enfermería Del Servicio de La Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales En Una Clínica, Marzo Lima 2017." UNIVERSIDAD PERUANA CAYETANO HEREDIA.
- Chavarria, Rafael, Francisco Colunga, Jorge Loria, and Karina Peláez. 2017. "Síndrome de Burnout En Médicos Docentes de Un Hospital de 2.º Nivel En México." *Educación Médica* 18(4):254–61.
- Dominguez-lara, Sergio Alexis. 2018. "Educación Médica." 19(5):264–70.
- Dominguez, Sergio. 2014. "Escala de Cansancio Emocional: Estructura Factorial y Validez Delos Ítems En Estudiantes de Una Universidad Privada." *Avances En Psicología* 22(1):89–97.
- Dominguez, Sergio, Manuel Fernández, Denisse Manrique, Danitsa Alarcón, and Maité Díaz. 2018. "Datos Normativos de Una Escala de Agotamiento Emocional Académico En Estudiantes Universitarios de Psicología de Lima (Perú)." *Educación Médica* 19:246–55.
- Escribà, Vicenta, Lucía Artazcoz, and Santiago Pérez. 2008. "Efecto Del Ambiente Psicosocial y de La Satisfacción Laboral En El Síndrome de Burnout En Médicos Especialistas." *Gaceta Sanitaria* 22(4):300–308.



- Fontán, Isabel María, and José Luis Dueñas. 2008. “Síndrome de Burnout En Los Ginecólogos Del Hospital Universitario Virgen Macarena de Sevilla.” *Progresos En Obstetricia y Ginecología* 51(9):531–40.
- Ford, Elaine, and Winfriend Weck. 2020. *Internet y Pandemia En Las Americas (Primera Crisis Sanitaria En La Era Digital)*. Konrad-Ade. edited by E. Ford. 2020.
- Gallardo Echenique, Eliana. 2017. “Metodología de La Investigación.” *Universidad Continental* 1:98.
- González, Teresa, and René Landero. 2007. “Escala de Cansancio Emocional (ECE) Para Estudiantes Universitarios: Propiedades Psicométricas En Una Muestra de México.” *Anales de Psicología* 23(2):253–57.
- Herrera, Lucía, Laila Mohamed, and Sergio Cepero. 2016. “CANSANCIO EMOCIONAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS.” *REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES* 9(August):173–91.
- Lledó, Asunción, Teresa Perandones, Lucía Herrera, and Gonzalo Lorenzo. 2017. “Cansancio Emocional, Autoestima Y Satisfacción Con Los Estudios En Estudiantes Universitarios.” *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología*. 7(1):161.
- Ordóñez, A., C. Maganto, and R. González. 2015. “Quejas Somáticas, Conciencia Emocional e Inadaptación En Población Escolar.” *Anales de Pediatría* 82(5):308–15.
- Ovejas, Aida, Fernanda Izquierdo, María Rodríguez, Jaume Rodríguez, Mireia Garcia, Maria Alonso, and Cristina Alonso. 2020. “Burnout y Malestar Psicológico En Los Residentes de Medicina Familiar y Comunitaria.” *Atención Primaria* 52(9):608–16.
- Ramos, Arnulfo, Abraham Wall, Oscar A. Esparza, and Rosa P. Hernández. 2010. “Validez Del Cuestionario de Hábitos y Conductas Físico-Deportivas de Pierón En



- Jóvenes Del Norte de México.” *Revista Electronica de Investigacion Educativa* 12(2):1–16.
- Ramos, Francisco, Dionisio Manga, and Maria Moran. 2005. “Escala de cansancio emocional (ece) para estudiantes universitarios: propiedades psicométricas y asociación.” Pp. 253–57 in *sexto congreso virtual de psiquiatria*.
- Rios Avila, Betzabe Maria. 2020. “Universidad Nacional Del Altiplano Universidad Nacional Del Altiplano.” UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO.
- Sáenz, Richard. 2018. “Cansancio Emocional y Rendimiento Académico de Los Estudiantes de La Escuela Técnica Superior PNP - Puente Piedra, 2017.” UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO.
- Sánchez, V., I. Jiménez, and L. García. 2009. “Burnout En Médicos de Atención Primaria de Los Centros de Salud Del Municipio de Vigo.” *SEMERGEN* 35(9):435–42.
- Sani, Ana, and Nunes Laura. 2016. “Diagnóstico de Seguridad/Inseguridad. Un Estudio Exploratorio En Una Comunidad Urbana.” *Anuario de Psicología Jurídica* 26:102–6.
- Sifuentes, Anita. 2019. “Nivel de Síndrome de Burnout En Los Trabajadores de La EPS Moyobamba S.A., 2019.” UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO.
- Tejada, Carla Angélica. 2020. “Cansancio Emocional y Procrastinación En Estudiantes de Secundaria de Una Institución Educativa Particular de Trujillo.” UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO.
- Valenzuela Santoyo, Alba del Carmen. 2022. “Cansancio Emocional En Estudiantes de Bachillerato En El Contexto de Enseñanza Remota de Emergencia.” *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores* 10(1):1–17.
- Vizoso, Carmen, and Olga Arias. 2016. “Estresores Académicos Percibidos Por Estudiantes Universitarios y Su Relación Con El Burnout y El Rendimiento



Académicos.” *Anuario de Psicología* 46(2):90–97.



ANEXOS



ESCALA DE CANSANCIO EMOCIONAL (ECE)

(Ramos, F. Manga, D. y Moran, C. 2005)

A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de pensar, sentir y actuar respecto a tus estudios y/o trabajo en la escuela militar.

Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante y/o trabajador marcando con una X, la información que nos proporcionará será sólo de conocimiento del investigador, por tanto emita su opinión en forma objetiva y veraz, respondiendo a las siguientes interrogantes:

I. PARTE INFORMATIVA:

I.1. ¿Cuál es su edad?.....

I.2. ¿Cuántas horas diarias dedicas al estudio?

- a) 1 a 2 horas d) 7 a 8 horas
b) 3 a 4 horas e) Otro, especifique

I.3. ¿Los conocimientos adquiridos en ETSPNP, le sirven actualmente en su desempeño laboral?

- a) Nunca d) Casi siempre
b) Muy pocas veces e) Siempre
c) Algunas veces f) No trabajo

I.4. ¿Cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio?

- a) No satisfecho d) Muy satisfecho
b) Poco satisfecho e) Extremadamente satisfecho
c) Moderadamente satisfecho Otro.....

II. ESCALA DE CANSANCIO EMOCIONAL

ÍTEMS	RV	PV	AV	CF	S
1. Los exámenes me producen una tensión excesiva.					
2. Creo que me esfuerzo mucho para lo poco que consigo.					
3. Me siento bajo de ánimo, como triste, sin motivo aparente.					
4. Hay días que no duermo bien a causa del estudio.					
5. Tengo dolor de cabeza y otras molestias que afectan a mi rendimiento.					
6. Hay días que noto más la fatiga, y me falta energía para concentrarme.					
7. Me siento emocionalmente agotado(a) por mis estudios.					
8. Me siento cansado(a) al final de la jornada de trabajo.					
9. Trabajar pensando en los exámenes me produce estrés.					
10. Me falta tiempo y me siento desbordado(a) (sobrecargado) por los estudios.					

Significado de la escala de valoración ECE

RV = Rara vez CF = Con frecuencia
PV = Pocas veces S = Siempre
AV = Algunas veces



DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo Saul Abel Inofuente Ramos,
identificado con DNI 41290993 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado
Didáctica Universitaria.

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:
" Los niveles de cansancio emocional en los estudiantes de la Escuela
Técnica Superior de la Policía Nacional del Perú - Región Puno -
2021 "

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

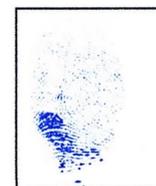
Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 12 de junio del 2023


FIRMA (obligatoria)



Huella



AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo Savi Abel Inofuente Ramos,
identificado con DNI 41290993 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado
Didáctica Universitaria

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:
"Los niveles de cansancio Emocional en los Estudiantes de la Escuela
Técnica Superior de la Policía Nacional del Perú - Región Puno -
2021"

para la obtención de Grado, Título Profesional o Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

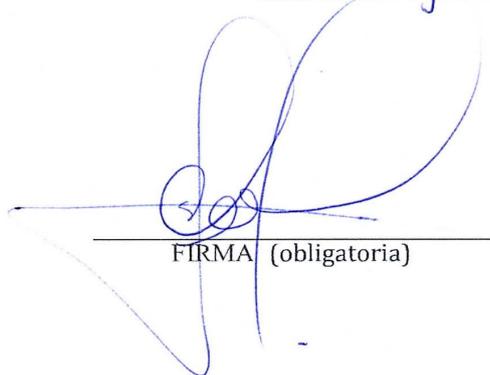
En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 12 de junio del 2023


FIRMA (obligatoria)



Huella