



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA



**NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL
SÉPTIMO AL DÉCIMO CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNA-PUNO**

TESIS

PRESENTADO POR:

Bach. FRANKLIN HANCCO FLORES

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

PUNO – PERÚ

2024



Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

**NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTU
DIANTES DEL SÉPTIMO AL DÉCIMO CICL
O DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ED
UCION PRIMARIA DE LA UNA-PUNO**

AUTOR

FRANKLIN HANCCO FLORES

RECuento DE PALABRAS

13030 Words

RECuento DE CARACTERES

74671 Characters

RECuento DE PÁGINAS

72 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

3.4MB

FECHA DE ENTREGA

Jul 24, 2024 10:38 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Jul 24, 2024 10:41 AM GMT-5

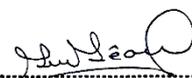
● 14% de similitud general

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

- 13% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 8% Base de datos de trabajos entregados
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)


Dra. Lesy Berly Leon Hancco
DOCENTE UNIVERSITARIO
FCEDUC. - UNA - PUNO


M. Sc. José Antonio Suyo Gutierrez
DOCENTE UNA - PUNO

Resumen



DEDICATORIA

Quiero dedicar el presente trabajo de investigación a mis queridos padres Agustín y Marina, a mis hermanos Verónica y Wilber quienes me brindan siempre el cariño, el amor, y su comprensión, son quienes también me dirige y demuestran a enfrentarme las adversidades con perseverancia.

Para ustedes con todo mi corazón y cariño, porque para mí se convirtieron en pilares y modelos a seguir, el cual me motivan a poder seguir adelante, brindándome el apoyo en cada momento con palabras de aliento para lograr a culminar esta etapa de mi vida.

Franklin Hancco Flores



AGRADECIMIENTO

Doy mi agradecimiento en primer lugar a Dios por darme la vida y guirme por un buen camino de la sabiduria e iluminarme con la luz de esperaza para poder culminar las cosas que me propongo.

Expresar mi verdadero agradecimiento a mis padres y hermanos son quienes contribuyeron de diversas formas para poder culminar con éxito mis estudios, sin el apoyo de ellos tal vez no hubiese sido lo suficientemente posible alcanzar este objetivo anhelado.

De igual manera quiero dar las gracias a la Universidad Nacional Del Altiplano por acogerme en sus aulas hospitalarias, en ellas he ido formandome como un futuro profesional de principios.

Tambien a los docente por proporcionar valiosos conocimientos y sabidurías en mi formación profesional.

Finalmente hacerle llegar mi agradecimiento a mi asesor de tesis Dra. Lesy Berly Leon Hanco y a los miembros del jurado, quienes me dieron las orientaciones de la mejor manera para hacer lo posible este trabajo de investigación.

Franklin Hanco Flores



ÍNDICE GENERAL

	Pág.
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
ÍNDICE GENERAL	
INDICE DE FIGURAS	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE ACRÓNIMOS	
RESUMEN	11
ABSTRACT.....	12
CAPÍTULO I	
INTRODUCCIÓN	
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	14
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	17
1.2.1. Problema general	17
1.2.2. Problemas específicos.....	17
1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	17
1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
1.4.1. Objetivo general	19
1.4.2. Objetivo específico.....	19
1.5. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
CAPÍTULO II	
REVISIÓN LITERARIA	
2.1. ANTECEDENTES.....	20



2.1.1. A nivel internacional	20
2.1.2. A nivel nacional.....	22
2.1.3. A nivel local.....	25
2.2. MARCO TEÓRICO.....	27
2.2.1. Estrés	27
2.2.2. Tipos de estrés	28
2.2.3. Estrés académico	29
2.2.4. Teoría del modelo sistemático cognoscitivo	31
2.2.5. Funcionamiento del Modelo Sistema Cognoscitivista	32
2.3. MARCO CONCEPTUAL.....	39
CAPÍTULO III	
MATERIALES Y MÉTODOS	
3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO.....	40
3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO.....	41
3.3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	41
3.3.1. Tipo de la investigación.....	41
3.3.2. Enfoque de investigación.....	41
3.3.3. Diseño de la investigación.....	42
3.4. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO.....	42
3.5. TÉCNICAS E INSTRUEMNTOS.....	43
3.5.1. Técnica.....	43
3.5.2. Instrumentos	43
3.5.3. Confiabilidad	44



3.6. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	44
3.6.1. Población	44
3.6.2. Muestra	45
3.7. PROCEDIMIENTO.....	46
3.8. SISTEMA DE VARIABLES.....	47
CAPÍTULO IV	
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	
4.1. RESULTADOS.....	48
4.1.1. Resultados de la variable nivel de estrés académico.	48
4.1.2. Resultados de la dimensión de estresores académicos.	49
4.1.3. Resultados de la dimensión de síntomas de estrés académico.	50
4.1.4. Resultados de la dimensión estrategias de afrontamiento.	51
4.2. DISCUSIÓN.....	51
V. CONCLUSIONES.....	54
VII. BIBLIOGRAFÍA	57
ANEXOS.....	63

ÁREA: Perspectivas Teóricas de la Educación

TEMA: Perspectivas Teóricas de la Educación

FECHA DE SUSTENTACIÓN: 31/Julio/2024



ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Modelo sistemático cognoscitivista	34
Figura 2. Ubicación de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.....	40
Figura 3. Diseño de la investigación.....	42



ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Confiabilidad del inventario de SISCO	44
Tabla 2. Estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la escuela profesional de Educación Primara.....	45
Tabla 3. Operacionalizacion de variable.....	47
Tabla 4. Nivel de estrés académico en estudiantes del séptimo al decimo ciclo de la escuela profesional de Educación Primaria.	48
Tabla 5. Nivel de estresores académicos.	49
Tabla 6. Nivel de síntomas de estres académico.....	50
Tabla 7. Nivel de estrategias de afrontamiento.....	51



ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

- SISCO:** Sistema Cognoscitivista
- UNA:** Universidad Nacional del Altiplano
- OMS:** Organización Mundial de la Salud
- SPSS:** Statistical Package for Social Sciences
- APA:** American Psychological Association



RESUMEN

El estrés es uno de los problemas que principalmente genera el decaimiento psicológico, emocional y física debido a las exigencias y retos que demanda la universidad. Es por ello que el presente trabajo de investigación tiene como objetivo principal determinar el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la Escuela profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional del Altiplano. La investigación se enmarca dentro del enfoque cuantitativo de diseño no experimental de tipo descriptivo. La población estuvo conformada por 149 estudiantes. Se aplicó un muestreo censal que vendría a considerarse la totalidad de la población de acuerdo a los matriculados del ciclo académico 2023 II. La técnica utilizada fue la encuesta, siendo como instrumento el inventario de SISCO de estrés académico con escala de tipo Liker con una confiabilidad de 0.963 según el Alfa de Cronbach. Consta de una pregunta dicotómica (si) (no) y 29 ítems. Los resultados que fueron obtenidos muestran que el 47.7% de los estudiantes experimentan un nivel de estrés académico moderado, esto significa que la intensidad de estrés es notable pero manejable; mientras que el 31.5% revelaron que presentan un índice nivel de estrés académico alto, se refiere a una gran cantidad de tensión que es casi difícil de manejarlo, finalmente el 20.8% muestran un nivel de estrés académico leve, tiene una cantidad baja de tensión generalmente es manejable. En conclusión el mayor porcentual de los estudiantes presentan un nivel de estrés académico moderado.

Palabras claves: Afrontamiento, Estudiante, Nivel de estrés, Síntomas de estrés, Universitario.



ABSTRACT

Stress is one of the primary problems that generates psychological, emotional, and physical decline due to the demands and challenges posed by university life. Therefore, the main objective of this research work is to determine the level of academic stress experienced by students from the seventh to tenth cycle of the Professional School of Primary Education at the National University of the Altiplano. The research falls within the quantitative approach of a non-experimental descriptive design. The population consisted of 149 students. A census sampling method was applied, which considered the entire population according to those enrolled in the 2023 II academic cycle. The technique used was a survey, with the SISCO inventory of academic stress as the instrument, utilizing a Likert-type scale with a reliability of 0.963 according to Cronbach's Alpha. It consists of one dichotomous question (yes/no) and 29 items. The results obtained show that 47.7% of the students experience a moderate level of academic stress, indicating that the intensity of stress is noticeable but manageable; while 31.5% revealed that they have a high level of academic stress, referring to a significant amount of tension that is almost difficult to manage. Finally, 20.8% show a low level of academic stress, with a generally manageable amount of tension. In conclusion, the majority of students present a moderate level of academic stress.

Keywords: Coping, Student, Stress level, Stress symptoms, University student.



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

En el ámbito educativo, el estrés se viene convirtiendo en un malestar creciente progresivo en personas estudiantes de nivel superior, esto debido a las exigencias y expectativas que conlleva la obtención de ser un profesional. Los estudiantes a menudo enfrentan el estrés y una carga emocional significativa. Entre las diferentes áreas de estudio, la carrera de Educación Primaria es de particular relevancia, ya que configura el futuro de los jóvenes proporcionando las bases para su aprendizaje. Por ende, es crucial comprender el nivel de estrés académico que experimentan los estudiantes de séptimo a décimo ciclo de la Escuela Profesional de Educación Primaria.

Por esta razón, la investigación tiene el propósito de determinar el nivel de estrés académico que presentan los jóvenes estudiantes de los ciclos superiores del mencionado programa de estudios. En las últimas décadas se observa la problemática de la salud mental con mayor frecuencia, estableciendo riesgos psicosociales y decaimiento emocional que son generados por los factores sociales, familiares y académicos que impone el ámbito educativo, principalmente en los estudiantes que pueden ser afectados por estos problemas. Por ende, surgió la idea de realizar este trabajo de investigación, que busca un análisis cuantitativo para saber el nivel de estrés que presentan los estudiantes, de tal manera esto nos ayudará a tomar acciones preventivas para atender oportunamente.

A continuación, se dará a conocer la estructura del trabajo de investigación, que consta de cuatro capítulos, según lo estipulado por la coordinación de investigación de la facultad.



Capítulo I: se presenta la introducción, desarrollando el planteamiento del problema de investigación, la formulación del problema identificando el problema general y los problemas específicos, la justificación y, finalmente, los objetivos de la investigación.

Capítulo II: en este capítulo se hace referencia a la amplia revisión literaria, considerando los antecedentes y el marco teórico, el cual respaldan el presente trabajo de investigación. Asimismo, se presenta el marco conceptual dando definiciones de los términos básicos del estrés.

Capítulo III: se da a conocer la metodología de la investigación, tomando en consideración la ubicación geográfica, el período de duración del estudio, así mismo se describe el tipo y diseño, la población igualmente la muestra de estudio, las técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos.

Capítulo IV: se muestran los resultados, los cuales son interpretados detalladamente en relación a los objetivos planteados. De igual manera se realiza la discusión tomando en cuenta los hallazgos similares con la investigación. Posteriormente, se redacta las conclusiones y recomendaciones prácticas, por último la bibliografía y anexos con relación a la base de datos de estrés académico.

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En los últimos años, se pudo percibir que se ha incrementado la competitividad académica. Esto se debe a que las demandas académicas y sociales han aumentado, lo que genera una mayor exigencia en la preparación y formación de los estudiantes. Estas exigencias cada vez han repercutido significativamente, generando niveles elevados de estrés entre los estudiantes. Esto es a causa de la carga académica que enfrentan



habitualmente durante su formación profesional, el cual influye de manera significativa en el proceso de rendimiento estudiantil.

Según Cayllahua (2020) "señala que el estrés académico es una de las afecciones psicológicas que dificulta el desarrollo de habilidades de los estudiantes", por lo que se convierte como un inconveniente frecuente que genera tensiones y desequilibrios, afectando el sistema nervioso. García et al. (2012) en su trabajo de investigación, señala que las exigencias académicas hacen que el 73.6% de los estudiantes de nueva incorporación continúen al año siguiente sus estudios; lo que pone de relieve la necesidad de abordar los casos de deserción. Toribio & Franco (2016) mencionan que los aspectos más afectantes en esta población son: los exámenes, la sobrecarga académica, el corto periodo de entrega de las mismas y la personalidad/carácter del profesor.

Según Ávila (2014) el estrés va aumentando a nivel global y es de gran preocupación, ya que puede afectar a cualquier persona ni siquiera respetando la edad, género, condición económica o familia. Por ende, Chuquiya (2015) señala que uno de cada cuatro estudiantes universitarios en el mundo sufren graves problemas de estrés, lo cual se estima que el 50% de las personas padecen este tipo de problemas de salud mental. Puesto que el asunto es grave, ya que el estrés académico es un generador de enfermedades mentales.

Toribio & Franco (2016) revela que México se encuentra entre los países con un alto índice de niveles de estrés en el mundo, en razón de que presenta los principales factores tales como la pobreza, cambios constantes en la situación laboral y social, contaminación y competencia entre los compañeros de trabajo o de clases. Collazo et al. (2008) manifiesta que en América Latina existen numerosas investigaciones que han abordado respecto al tema, centrándose en países como Chile, México, Perú y Venezuela. A pesar de algunas contradicciones, los estudios demuestran consistentemente altos



índices de estrés entre los estudiantes universitarios, con cifras que superan el 67% de la población de estudio en la categoría de estrés moderado.

Cayllahua (2020) señala que el estudio realizado por el Instituto de Opinión Pública de la Pontificia Universidad Católica del Perú indica que aproximadamente el 80% de la población peruana sufre o ha experimentado el estrés en algún momento de su vida. Así mismo, este estudio llevado a cabo mediante la encuesta, ha revelado datos significativos: que el 47.7% de las mujeres dicen sentirse muy estresadas a menudo o muchas veces, mientras que el 29.9% de los hombres reportaron haber sentido niveles elevados de estrés. Por otra parte, Martínez, (2019) en su trabajo de investigación titulado “estrés académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Lima, Arequipa y Piura” donde reveló que el 86.9% de los estudiantes de las tres ciudades del Perú padecen de estrés académico en una intensidad de moderadamente alta.

Se observó situaciones similares en la región de Puno. Investigación realizadas manifiestan que la mayoría de los estudiantes no están exentos del estrés. Huaracallo (2021) señala que el 37.8% de los estudiantes tienen un nivel de estrés académico alto. Mientras que Aquino, (2023) en su investigación realizado con los estudiantes del séptimo y octavo semestres del programa de estudios de Ciencias Sociales de la Escuela Profesional de Educación Eecundaria de la UNA PUNO, los resultados indicaron que el nivel de estrés académico es de nivel moderado con un 76.1%.

Por ende tal como lo señala Quispe, (2019) el estrés, en el mundo actual en que vivimos es una realidad a la que todos los seres humanos estamos susceptibles debido a que nos aqueja numerosos problemas y conflictos personales que enfrentamos a diario, en ese marco los estudiante no son una excepción ya que el estrés se puede considerarse como un fenómeno adaptativo común en las personas.



1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.2.1. Problema general

¿Cuál es el nivel estrés académico que existe en los estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la Escuela Profesional de Educación Primaria?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Con qué nivel se presenta los estresores académicos que afecta en su formación académica en estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la Escuela Profesional de Educación Primaria?
- ¿Cuál es el nivel de síntomas de estrés que presentan los estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la Escuela Profesional de Educación Primaria?
- ¿Cuál es el nivel de uso estratégico de afrontamiento en los estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la Escuela Profesional de Educación Primaria?

1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Desde tiempos remotos, casi en todos los medios y entornos, el estrés siempre estuvo presente en el vivir cotidiano, como se ve en la evolución histórica. En estas últimas décadas, evidentemente se convirtió en un trastorno mental omnipresente la cual afecta a las personas de toda las edades. Asqui (2022) argumenta que el estrés es considerado uno de los problemas de salud más comunes, no solo en Latinoamérica sino a nivel global. Desde aquellas épocas antiguas, ha sido un tema alarmante para nuestra sociedad por su impacto físico, psicológico y comportamental en las personas.

Hernández & Román (2011) señalan que el surgimiento del concepto de estrés tiene un origen en el campo de la física en los albores del siglo XVII. En las épocas de Robert Hooke fue quién descubrió la energía potencia elástica y la relación existente entre las deformaciones de un cuerpo y la fuerza aplicada sobre este.



Posteriormente, fue introducido en el campo de la salud por Selye (1930) quien observó que todos los pacientes que estudiaba, independientemente de sus propias dolencias, presentaban síntomas comunes y generalizados como fatiga, pérdida de apetito, falta de energía, pérdida de peso, fatiga, etc. Esto ha llamado mucho la atención, es así que lo denominó síndrome de enfermedad.

La creciente complejidad del mundo actual, junto con las constantes exigencias de la vida cotidiana, ha provocado aumentos significativos en los niveles de estrés en la sociedad contemporánea. Factores como la inestabilidad económica, social y académico.

Es por ello el presente trabajo de investigación se realizó por que en la actualidad el estrés académico es una problemática real que enfrentan los estudiantes universitarios. Este fenómeno se presenta al inicio y durante del ciclo académico espacio desconocido, lo cual pone al estudiante en una serie de retos y conflictos de manera que la persona sufra cambios afectivos y cognitivos.

La investigación servirá como antecedente para las futuras investigaciones el cual orientará y contrastará los resultados sobre los niveles de estrés académico, contribuyendo conocimientos confiables. Asimismo resaltará y promoverá la salud mental en instituciones de nivel superior, para que puedan llevarse a cabo programas de prevención o talleres según a las necesidades de la población estudiantil, a través de las tutorías que brindan las universidades, esto con el fin de mitigar el nivel de estrés.

Además, la investigación propiciará evaluar los niveles de estrés académico en los estudiantes, comprobando si efectivamente existen niveles predominantes de estrés tanto general como también por dimensiones específicas, en donde se podrá comprobar la dicha problemática.



1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. Objetivo general

Determinar el nivel de estrés académico que presenta los estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la Escuela Profesional Educación Primaria de la Universidad Nacional del Altiplano.

1.4.2. Objetivo específico.

- Identificar el nivel de estresores académicos que enfrenta los estudiantes durante el ciclo académico.
- Identificar el nivel de síntomas de estrés académico que presentan los estudiantes durante el desarrollo del ciclo académico.
- Identificar el nivel de estrategias de afrontamiento que adaptan los estudiantes durante el ciclo académico.

1.5.HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

Los estudios de tipo diagnósticos de nivel descriptivo no requieren necesariamente de una hipótesis, razón por la cual la hipótesis no aparece en la investigación.



CAPÍTULO II

REVISIÓN LITERARIA

2.1. ANTECEDENTES

2.1.1. A nivel internacional

Ramos et al. (2020) en su trabajo de investigación tuvo como objetivo principal determinar los niveles de estrés de los estudiantes de educación superior a través de estudios cuantitativos, descriptivos y correlacionales de una muestra de 255 estudiantes. En lo cual se utilizó el instrumento de inventario SISCO, donde se puede determinar el estrés de los estudiantes de pregrado y posgrado. teniendo en cuenta lo establecido en los Criterios Generales de Salud en Materia de Investigación en Salud. El 86,3% de los encuestados reportaron niveles moderados de estrés, la independencia estuvo determinada por el género y el nivel de estrés de los participantes ($p= .298$), y se reportó una asociación significativa con el programa de estudio ($p= .005$). finalmente Se determinó que existe estrés académico moderado.

Larrea (2019) en su trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre las dimensiones del estrés académico. El diseño fue no experimental con metodología cuantitativa y la muestra es no probabilístico intencional el cual fue de 190 estudiantes, para evaluar las dimensiones de estrés académico se uso el test de SISCO el cual fue de Arturo Barraza. Entre sus resultados se obtuvo que el 80% de estudiantes presentan un estrés académico moderado dentro de los estresores que mas afectan es el exceso



de evaluaciones. Finalmente llegó a concluir que la mayor parte de los estudiantes experimentan un estrés académico moderado.

Perrotta & Kloster (2019) en su trabajo de investigación tuvo como objetivo analizar el estrés académico y las estrategias de afrontamiento de los estudiantes universitarios. El método utilizado fue cuantitativo de tipo descriptivo comparativo, la técnica utilizada fue una encuesta sobre estrés académico en Arturo Barraza Macías y el instrumento cuestionario SISCO, la muestra fue de 163 universitarios entre 17 y 38 años. Se concluyó que los estudiantes exhibieron niveles moderados de estrés y que los estudiantes de último año utilizaron estrategias de afrontamiento con mayor frecuencia que los estudiantes de primer año.

Trujillo & Gonzales (2019) en su trabajo de investigación tuvo como objetivo principal determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de posgrado de la Facultad de Educación en la universidad Cooperativa de Colombia – UCC sede Bogotá. El diseño fue no experimental la dicha investigación se encuentra dentro del enfoque cuantitativo, con una muestra de 216 estudiantes de posgrado. En sus resultados se puede observar que el 72% de los encuestados presentan un nivel de estrés académico medio alto el cual el autor plantea una propuesta educativa enfocado a técnicas de manejo de estrés académico. Finalmente pudo concluir de acuerdo a los datos analizados que existe una relación de nivel de estrés, en cuanto a la carrera debido a que se identificó que los estudiantes de maestría experimentan un nivel de estrés mas alto en relación a los estudiantes de especialización.

Barraza, (2019) en su investigación tuvo como objetivo principal determinar si existen diferencias significativas en el nivel de estrés que presentan



los alumnos de tres niveles educativos diferentes (bachillerato, licenciatura y maestría). Empleó la metodología, el estudio comparativo ex post facto y transversal utilizando el inventario SISCO para el estrés académico, la muestra fue conformada por 250 alumnos: 110 de la escuela preparatoria Diurna de la Universidad Juárez del Estado Durando. 84 de la Facultad de Psicología y Terapia de la Comunicación de la Universidad Juárez y 56 de las maestrías de la Universidad Pedagógica de Durango. Resultado que fueron obtenidos permiten afirmar que ni en los tres Niveles de medición indagados, ni en sus tres componentes sistémico procesuales, el nivel educativo que se curse marca una diferencia significativa en el estrés que manifiestan los estudiantes.

2.1.2. A nivel nacional

Ancajima & Vilches (2022) en su tesis de grado tuvo como objetivo general comparar los niveles del estrés académico en los estudiantes de carreras técnicas de dos instituciones, en tal sentido emplearon la metodología descriptiva comparativo de diseño no experimental transversal, cuya población fue integrada 543 estudiantes divididos en dos grupos, para la recolección de datos se ha aplicado la técnica: encuesta basado en cuestionario, por ende a logrado concluir que no existieron diferencias significativas del estrés académico en los estudiantes de carreras técnicas de dos instituciones ($p=0.00>0.05$).

Estrada et al. (2021) en su trabajo de investigación tuvo como objetivo principal determinar la prevalencia del estrés académico en los estudiantes de la carrera profesional de educación de una universidad peruana. El enfoque fue cuantitativo, de diseño no experimental y de tipo correlacional. La muestra estuvo conformado por 172 estudiantes de educación superior, a los cuales se les aplicó el inventario de SISCO del estrés académico y una ficha de datos



sociodemográficas. Por ende se llegó a una conclusión, que los estudiantes se caracterizaron por presentar altos niveles de estrés académico en donde se determinó que las variables se asocian significativamente al sexo, al grupo etario y al año de estudio.

Rojas (2020) en su estudio de investigación tuvo como objetivo principal determinar el nivel de estrés en los estudiantes de enfermería del último año de formación profesional de la Universidad Señor de Sipán de Lambayeque. Su muestra estuvo conformada por 67 estudiantes de enfermería; el diseño de la investigación es no experimental con una metodología transversal de enfoque cuantitativo. En los resultados se pudo ver que el 59,7% de los encuestados experimentan un nivel de estrés alto siendo un porcentaje más alto y significativo. Por ende se pudo llegar a la conclusión que los estudiantes de enfermería del último año de formación profesional experimentan un nivel de estrés alto.

Vigo (2019) en su estudio de investigación tuvo como objetivo principal determinar los niveles de estrés académico en los estudiantes de estomatología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza. El diseño de investigación fue descriptivo. Con un enfoque cuantitativo de tipo observacional transversal. La muestra estuvo conformada por 92 estudiantes de la Escuela Profesional de Estomatología. En los resultados cabe señalar que el 44.56% tienen estrategias de afrontamiento medianamente bajo. El 36.95% presentan síntomas de estrés medianamente bajo. Finalmente el 41.3% presentan estresores académicos de nivel medio. Se concluye que el estrés académico tiene un sin número de persecuciones en el rendimiento académico de los estudiantes.

Flores (2019) en su investigación tuvo como finalidad comparar los niveles de estrés académico de los estudiantes de psicología, ingeniería industrial



y odontología para ver cuál es el estresor más frecuente, el síntoma con más presencia y la estrategia de afrontamiento más usado. La muestra estuvo compuesta por 595 jóvenes, 387 mujeres y 208 de 17 a 21 años. Herramienta de medición aplicada: Inventario de Estrés Académico SISCO. Como resultado, no hubo diferencia significativa entre los estudiantes de diferentes carreras, se concluye que existe los síntomas ante el estrés, con puntuaciones más altas en las mujeres que en los hombres.

Castillo et al. (2019) en su estudio de investigación realizado planteó como objetivo principal determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes de décimo semestres de la carrera profesional de educación en una universidad privada de lima, donde se ejecutó desde un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal, descriptivo simple. Donde 62 estudiantes fueron parte de este trabajo de investigación. En tal sentido para la recopilación de datos se aplicó el inventario de SISCO SV-21. De una manera general los resultados nos indica que, el 54% de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado de estrés; asimismo, el 69% presenta en un nivel moderado con respecto a la dimensión estresores; el 54% en un nivel moderado en la dimensión de manifestaciones de reacciones y síntomas. Finalmente, en la dimensión de estrategias de afrontamiento el 66% estuvo en un nivel severo. Por lo tanto, se concluye que en los estudiantes predominaba el nivel moderado de estrés académico.

Torpoco, (2018) en su investigación que realizó planteó como objetivo determinar la relación entre las tareas y el estrés académico. El estudio es básico, descriptivo, pertinente, utilizando métodos cuantitativos, diseño no experimental: transversal. Se realizó entre estudiantes del nivel secundario de la institución



educativa “El Amauta” del distrito de Lima comas, Perú, con una muestra de 201 estudiantes, en los cuales se utilizaron cuestionarios, tareas escolares y cuestionarios de estrés académico, se encontró que la mayoría (60.2 %) se encuentran en un nivel moderado de estrés académico. Los investigadores concluyeron que el 60,2% tenía niveles moderados de estrés académico.

Canchi (2014) en su trabajo de investigación, su principal objetivo fue comprender las características del estrés académico, de tal manera interrelacionar las variables sociodemográficas como la edad, el género, y en este marco también estudiar el tiempo, los niveles de estrés académico, los diferentes estresores, los síntomas y la solución preventiva. El método considerado fue un estudio transversal, descriptivo y asociativo de estudiantes matriculados en el programa de medicina de la Universidad Nacional de San Agustín en 2014. Para ello se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO Barraza (2007). Resultados: Se ejecutaron en 396 estudiantes, siendo la mayoría del sexo femenino de 17 a 25 años, concluyo la presencia de estrés en el 93,4% de los estudiantes, que abordó niveles moderados de estrés.

2.1.3. A nivel local

Huariccallo (2023) en su tesis, el objetivo principal fue determinar el nivel de estrés académico. El diseño de la investigación fue descriptivo simple con un enfoque cuantitativo, y la muestra es de 195 estudiantes de las especialidades de matemáticas, física, computación e informática. En sus resultados se obtuvo que 108 estudiantes, que representan el 55%, presentan un nivel de estrés académico moderado. Esto indica que la mayoría enfrenta decaimientos, pero no con mayor frecuencia. Se concluye que la mayor parte de los estudiantes, tanto masculinos como femeninos, presentan un nivel moderado de estrés académico.



Aquino (2023) tuvo como objetivo determinar el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes del séptimo y octavo semestres de la especialidad de ciencias sociales de la Escuela Profesional de Educación Secundaria. El diseño de la investigación fue no experimental, perteneciente al enfoque cuantitativo. La muestra estuvo conformada por 92 estudiantes matriculados. En sus resultados, se destaca que el 76.1% experimenta un nivel medio de estrés académico, y también se observa que el 20% sufre un estrés académico alto. Se concluye que el estrés académico que presentan los estudiantes del séptimo y octavo ciclo es de nivel medio.

Coavoy (2019) cuyo objetivo principal de su investigación fue determinar la relación entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión. El diseño fue no experimental de tipo correlacional de enfoque cuantitativo; la muestra estuvo conformada por 82 estudiantes; los resultados obtenidos indican que el 68.3% presentan un nivel de estrés académico moderado; mientras que el 59.8% emplea las estrategias de afrontamiento en un nivel medio; en conclusión, se encontró que los estudiantes de enfermería enfrentan un nivel de estrés moderado.

Quispe (2019) cuyo objetivo cardinal en su investigación es determinar el nivel de estrés emocional y físico, se empleó el método de investigación descriptivo de tipo diagnóstico, la población fue comprendida de un total de 200 estudiantes, la técnica para la recolección de datos consistió en utilizar la escala de actitudes, en la cual el autor llegó a una conclusión que el nivel de estrés académico es alto, vale decir que el 72% de la población total presenta el nivel de estrés ya señalado.



Roque (2018) en la investigación que realizó plantea como objetivo cardinal determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes del 1° al 10° semestre de las especialidades de lengua literatura, psicología y filosofía, por ende, empleó la metodología descriptiva que corresponde al paradigma cuantitativo, con una población de 350 estudiantes de dicha especialidad, la técnica utilizada fue el cuestionario, donde se lograron resultados apreciables. El autor pudo concluir que el estresor más alto nivel son las reacciones comportamentales con un porcentaje significativo de 76.4%, que representa a 107 estudiantes, demostrando que la mayoría de la población presenta estrés académico.

2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1. Estrés

El termino “estrés” ha ido convirtiéndose en una expresión común (como muletilla lingüística) que se emplea de forma indiscriminada para referirse a diversas situaciones amenazantes que afectan a una persona sin comprender el verdadero significado Quito et al., (2017).

Según Selye (1978) en su libro *The Stress of Life*, a partir de sus experimentos con ratas. Define el estrés como la respuesta no especificada del cuerpo a cualquier demanda del ambiente que suceda.

El Consejo General de la Psicología de España, citado en Fuentes (2020), conceptualiza el estrés como un proceso en el cual el individuo percibe una situación real como amenazante que tiende a generara un cambio en su bien estar y zona de confort, exigiendo un sobre esfuerzo ante dicha exigencia (pág. 22).

Asimismo, Cayllahua (2020) enfatiza el estrés como una respuesta nerviosa de un individuo a los estímulos y situaciones que enfrentamos todos los



días. Por ejemplo, las tareas domésticas, que pueden tener un impacto psicológico, Física y academia. nuevamente, el problema sigue creciendo; Los principales factores estresantes actualmente son la carga académica y la calidad de nuestros estudios. Es decir, nos relacionamos con nuestro entorno, necesariamente dentro de un entorno más amplio.

2.2.2. Tipos de estrés

El estrés no siempre va ser malo como señalaba Selye (1978) Estar completamente libre del estrés es estar como muerto es por ello planteó dos esfuerzos iniciales por definirlo el cual hace referencia al estrés positivo y negativo (p. 5). Rodriguez en Arredondo & Ocoruro, (2020) se caracteriza dos tipos de estrés:

Eustres

También denominado como estrés positivo esto ocurre cuando un individuo se encuentra bajo presión e inconscientemente analiza que el resultado de la situación podría traerle algún beneficio. De esta forma, este tipo de presión hará que las personas estén motivadas y enérgicas. Asimismo, también esté asociada con emociones positivas.

Distrés

Este distrés o estrés negativo desequilibra al individuo en todas sus funciones, y neutraliza los recursos que posee la persona, lo cual genera sentimientos negativos como la ira, tristeza, entre otros. por ende podemos deducir que este tipo de estrés no solamente afecta emocionalmente sino que también neutraliza los recursos internos de la persona, ya que esto puede obstruir su capacidad para enfrentar los desafíos de la vida cotidiana.



2.2.3. Estrés académico

Durante el transcurso de la formación académica de una persona, se encuentra con un conjunto de actividades que se realizan en el ámbito educativo. En este contexto, según OMS (2015) define el estrés académico como reacción de activación fisiológica, emocional, conductual y cognitiva ante estímulos y situaciones académicas.

Por ende, Barraza et al. (2012) señala que el estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y especialmente síquico. Este se presenta cuando el estudiante se ve presionado por distintos factores académicos, ya sea una serie de tareas y trabajo, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores.

Además Alfonso et al., (2015) nos menciona que el “estrés académico es como la angustia cerebral que se enlaza con la frustración anticipada de un fracaso académico”. El cual se da como una forma de ansiedad mental o emocional en donde está relacionado con el miedo a que no se logre los objetivos deseados en el ámbito académico.

Quito et al. (2017) El contexto académico está relacionado básicamente al padecimiento de estrés ya que este último se presenta en casi todos los escenarios del diario vivir del individuo, por ello Orlandini citado en Berrio & Zea, (2011) señala que, desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de posgrado, cuando una persona está en un periodo de aprendizaje experimental. A esta se le denomina como estrés académico, lo cual ocurre en estudio individual como en el aula escolar.



2.2.3.1. Fases o etapas del estrés

Selye (1978) en su libro titulada *The stress of my life* (El estrés de mi vida), dividió el síndrome general de adaptación en tres etapas los cuales son: reacción de alarma, la fase de adaptación y la fase de agotamiento. Torres (2022) evidencia como estas fases actúan ante el estrés.

Fase alarma: El organismo detecta una amenaza y se prepara para dar respuesta y afrontarla, en este momento se da la lucha o huida como respuesta ante los estímulos estresores, durante este momento se liberan las principales hormonas asociadas al estrés (cortisol, adrenalina y noradrenalina).

Fase de resistencia: Durante esta etapa es posible que la situación estresante se prolongue en el tiempo. Donde el organismo hará lo posible para resistir los factores externos que incitan el estrés y prevenir el agotamiento, en lo cual se involucran factores biológicos y psicosociales.

Fase de desgaste o agotamiento: esta fase se caracteriza por el agotamiento mental y físico en donde el cuerpo ya no está en la capacidad de resistir los factores estresantes. Esta fase tiene efectos peligrosos y dañinas para el organismo.

2.2.3.2. niveles de estrés

Según APA (2010) los niveles de estrés están divididos en tres divisiones.

Nivel bajo: este tipo de estrés es más común y surge de las exigencias y presiones del pasado y del futuro cercano. Es emocionante en pequeñas dosis, pero demasiadas puede ser agotador. Pueden estar acompañados por



síntomas de dolores de cabeza, problemas estomacales, dolores de musculares y otros.

Nivel moderado: se da en individuos que experimentan el nivel bajo de estrés con frecuencia. Sus vidas son desordenadas y están llenas de caos y crisis. Suelen estar apurados, llegan tarde y enfrentan constantes problemas las cuales no están en la capacidad de poder organizar la cantidad de exigencias.

Nivel alto: se desarrolla durante un periodo prolongado y es el mas dañino. Puede ser el resultado de situaciones persistentes de largo plazo. Este estrés puede llegar a causar graves problemas de salud el cual alterar el sistema inmunológico destruyen la mente y la vida de las personas.

2.2.4. Teoría del modelo sistemático cognoscitivo

En razón a la teoría del constructo de Barraza (2006) básicamente presenta una teoría denominado modelo sistemático cognoscitivista donde en ello plantea en dos supuestos, en el que señala, que el estrés es un producto de la relación dinámica entre la persona y el entorno el cual lo define de la siguiente manera.

Supuesto sistemático: Al respecto conviene decir que, este supuesto; en primer lugar, conceptualiza al ser humano como sistema abierto y como tal, se vincula con el entorno por medio de un constante flujo de entrada y salida con la finalidad de conseguir un equilibrio sistémico Barraza (2006).

Supuesto cognoscitivo: En esta sección, el modelo transaccional proporciona una base describiendo cómo: La relación de la persona con su entorno se ve mediatizada por un proceso cognoscitivo de valoración de las demandas del entorno (entrada) y de los recursos internos necesarios para enfrentar esas

demandas, que conduce necesariamente a la definición de la forma de enfrentar esa demanda (salida) Barraza (2006).

Posteriormente a ello, Barraza (2008) refirma esta teoría del modelo sistemático cognoscitivista considerando tres etapas.

Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno, son consideradas como estresores.

Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio).

Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico.

2.2.5. Funcionamiento del modelo sistema cognoscitivista

Barraza (2016) señala que el ámbito de estudio del estrés existen múltiples conceptualizaciones lo cual conduce a plantear de diferentes maneras la intervención. Para ello asume un modelo sistemático cognoscitivista el cual conduce a reconocer el siguiente proceso generador de estrés académico.

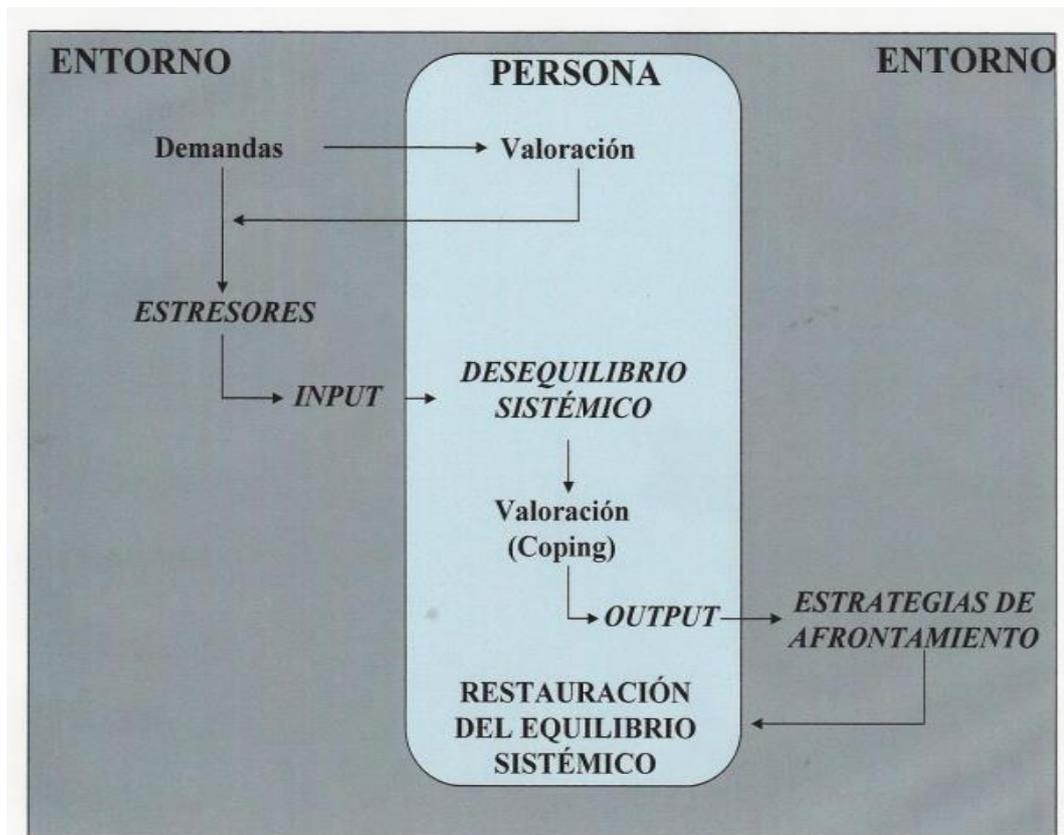
- El entorno (la institución, en lo general, y el docente, en lo particular) le plantea al estudiante un conjunto de demandas o exigencias (una exposición frente al grupo, un examen, resolución de ejercicios, elaboración de ensayos, entre otros factores).
- Las demandas o exigencias son sometidos a un proceso de valoración por el estudiante ¿puedo hacerlo?



- En el caso de considerar que las demandas tal y como se le solicitan desbordan los recursos que posee para realizarlas, el estudiante lo va a valorar como estresores ¡no puedo hacer esta actividad tal como lo quiere el docente! = ¡esto me estresa!.
- Los estresores se constituyen en el *input* o insumo que entra al sistema y provoca un desequilibrio sistémico en la relación del estudiante con su entorno (el centro de estudios). Este desequilibrio sistémico se manifiesta a través de una serie de síntomas (irritabilidad, dolores de cabeza, ansiedad, sudoración excesiva, etc.).
- El desequilibrio sistémico da paso a un segundo paso proceso de valoración de la capacidad de afrontar (*coping*) la situación estresante ¿Cómo puedo afrontar mi estrés? Lo que determina cuál es la mejor manera de enfrentar esa situación (buscar información al respecto, pregunta a una persona al cual que le tenga confianza, ir a un psicólogo, etc.).
- El sistema reacciona con estrategias de afrontamiento (*output*) a las demandas del entorno por ejemplo ventilación o situaciones que preocupa, participación en las actividades religiosas, elaboración de planes de acción para resolver las situaciones que preocupa y entre otras.
- Una vez aplicadas estas estrategias de afrontamiento encaso de que sea exitoso el sistema recupera su equilibrio habitual (los síntomas desaparecen y uno se siente mejor) en caso de que no sea efectivo, el sistema realiza una evaluación adicional para entender ¿Por qué las estrategias no fueron exitosas para disminuir el estrés? Esto sugiere ajustar las estrategias para alcanzar el resultado.

Figura 1

Modelo sistemático cognoscitivista



Nota: Barraza (2016).

2.2.5.1. Estresores académicos

Según Barraza, referenciado por Roque (2018) menciona que los estresores son estímulos que afecta negativamente a los estudiantes debido a las exigencias endógenas o exógenas, afectando su desempeño en el entorno académico. Los estresores académicos provocan un desequilibrio sistémico en los estudiantes, manifestándose en una serie de factores. En la educación media y superior, tiene como fuente exclusiva a estresores relacionados con las actividades a desarrollar en el campo académico”. Águila y Cols (2015).

Asimismo, Buñay et al. (2017) enfatiza que los estresores se clasifican en mayores y menores. Donde se designa como estresores mayores a aquellos que no



dependen de la percepción del individuo ya que su presencia es objetiva y siempre influye negativamente. Por otro lado, los estresores menores son aquellos que dependen de la evaluación personal, que los eventos en si mismos no son estímulos estresantes.

En relación se perciben que las de mayor frecuencia son;

Competencia con los compañeros: esto se da con el propósito de lograr las calificaciones más altas con el deseo de estar entre los mejores estudiantes, por ende algunos de ellos se sienten presionados por sus mismos compañeros de clase que obtienen calificaciones altas lo que les obliga a esforzarse mas.

Sobre carga de tareas y trabajos académicos: esto ocurre a menudo cuando los estudiantes no completan sus tareas a tiempo y permiten que estas se acumulen junto con los de mas asignaturas. También puede influir el grado de complejidad de las tareas el cual requiere un tiempo considerable.

La personalidad y la forma de enseñar del docente: la falta de dinamismo en la personalidad del docente y su estilo de enseñanza dificulta la interacción comunicativa con los estudiantes.

Las evaluaciones: esto es inevitable para los estudiantes ya que las evaluación generan ansiedad porque ellos son conscientes de que no se trata simplemente de una tarea que entregar, sino de una evaluación el cual determinara su promedio final.

Tipos de trabajos que piden los docente: en este caso los docentes dejan tareas de acuerdo a las asignaturas pueden ser informes de practica, monografías, ensayos, organizadores visuales, etc.



No entender los temas que aborden en clases: por lo que los estudiantes están abrumados o preocupados esto hace que no entiendan adecuadamente los temas que aborda en las clases.

Participación en clase. El interactuar con el docente y sus compañeros provoca el nerviosismo y la inseguridad en la mayoría de los estudiantes, también pueden experimentar nerviosismo al no estar preparados y dar respuestas equivocadas.

Tiempo limitado para hacer el trabajo: es el periodo definido o establecido durante el cual se llevara acabo una tarea.

2.2.5.2. Síntomas

Son señales o expresiones subjetivas de una condición o enfermedad que percibe un individuo. Para Asqui (2022) las expresiones del estrés en los estudiantes pueden ser tanto físicas, relacionadas con el cuerpo, como también psicológicas, vinculadas con las funciones cognitivas o comportamentales, que implica la conducta del individuo. Estas están asociadas con síntomas peligrosas como asma, aceleración cardiaca, dolores de cabeza cambios metabólicos y hormonales como depresión y desánimos, etc. Ferrer & Bárcenas, (2016).

2.2.5.2.1. Reacciones físicas

Trastornos en el sueño: estos trastornos pueden dificultar a los estudiantes quedarse dormido.

Fatiga crónica: es donde el estudiante presenta cansancio al momento de realizar sus actividades académicas.

Dolores de cabeza o migraña: son reacciones físicas mas habituales, donde los esfuerzos de la persona se desgastan gradualmente.

Problemas de digestión: estos problemas generan malestares estomacales como pueden ser nauseas, estreñimiento, diarrea y otros.



Sensación de rascarse, morderse y frotar las manos: esto se genera por la desesperación o por la ansiedad que tiene el estudiantes.

Somnolencia: es un estado donde al estudiantes puede dificultar la capacidad que tiene para mantenerse en alerta durante las actividades académicas.

2.2.5.2.2. Reacciones psicológicas

Inquietud (incapacidad de estar relajado): este es el estado en la cual el estudiantes experimenta agitación de manera constante el cual puede dificultar la concentración inclusive quitar el sueño y el bienestar general.

Sentimiento de depresión: es una experiencia que se caracteriza por una sensación abrumadora de tristeza, apatía y la falta de interés en las actividades diarias.

Ansiedad, angustia o depresión: es donde el estudiante siente miedo y preocupación por los exámenes y trabajos finales.

Sentimiento de agresividad: se enoja y se molesta por cualquier situación.

Problemas de concentración: es la incapacidad que tiene un estudiante para entender un tema.

2.2.5.2.3. Reacciones comportamentales

Conflictos o tendencia a discutir: en este caso se refiere a la propensión de conflictos como discutir de cualquier cosa de manera agresiva.

Aislamiento: el estudiante se aleja de sus compañeros y no tiene ganas para entablar una socialización.



Desgano para realizar las labores académicas: es la pérdida de interés para realizar las actividades académicas en diferentes curso.

Aumento o reducción del consumo de alimentos: en este caso puede que el estudiante pierda o aumente el apetito esto sería uno de los señales que esta presente el estrés.

2.2.5.3. Estrategias de afrontamiento

Amarís et al. (2013) las estrategias de afrontamiento se consideran como los recursos psicológicos que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes. Asimismo Lazarus & Folkman (1986) señala que son esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y internas que son evaluados como exedentes o desbordantes de los recursos del individuo.

Por ello Lazarus & Folkman (1986) existe diferentes estrategias de afrontamiento que va depender de acuerdo a la situación o entorno los cuales son: habilidades sociales, recursos materiales, uso de técnicas, apoyo social, Creencias positivas, salud y energía. Algunas de ellas se da conocer en seguida.

Habilidades de asertividad: Ser asertivo significa expresar tus pensamientos y emociones de forma clara y respetuosa, lo que ayuda a establecer límites y mantener relaciones sanas y justas con los demás.

Plan de ejecución de sus tareas: se refiere a un conjunto de pasos o actos para llevar acabo una serie de actividades dando conocer en el esquema que se va desarrollar en un futuro.

Autoestima: Es una expresión de una actitud centrado a un mismo.



Escuchar música o distraerme viendo celular.

Habilidades investigativas: Son las diversas maneras en que una persona utiliza sus habilidades y virtudes para adquirir un conjunto de conocimientos relacionados con un tema en particular.

Extroversión: es un atributos de personalidad caracterizados por una tendencia de interactuar con los demás básicamente tiende a compartir sus pensamientos y emociones de manera abierta.

2.3. MARCO CONCEPTUAL

Estrés: significa reacción del cuerpo a factores externos que afecta el equilibrio emocional que es provocado por la presión o tención.

Estrés académico: son presiones o tenciones que están ligadas con el aspecto educativo.

Nivel de estrés: es el grado de intensidad de la tención, que un individuo puede experimentar; un nivel leve, moderado y severo. Esto de acuerdo a las diversa situaciones que le presente.

Estresores: son agentes que generan el estrés ya sea de forma directa o indirecta, en las cuales pueden ser una exposición, tareas encargadas, exámenes, etc.

Síntomas: son indicios perceptibles que indican de algo que está por ocurrir o evidencia que esta ocurriendo.

Afrontamiento: es un plan de acción o mecanismos usadas para enfrentar a situaciones estresantes.

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

El trabajo de investigación se llevó a cabo en la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Facultad de Ciencias de la Educación, de la Universidad Nacional del Altiplano, ubicada en la Av. Floral N° 1153 en la región Puno. La cual está situada en la zona sureste del territorio Peruano, a una altitud de aproximadamente 3.827 metros sobre el nivel mar, entre las coordenadas geográficas $13^{\circ}00'66''00''$ y $17^{\circ}17'30''$ de altitud sur y a $71^{\circ}06'57''$ y $68^{\circ}48'46''$ de longitud oeste del meridiano de Greenwich.

Figura 2

Ubicación de la Universidad Nacional del Altiplano Puno



Nota: Google Erath Pro 2024



3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO

La aplicación del instrumento en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria, tuvo una duración de 2 meses. Dándose inicio a fines de diciembre del 2023 y enero del 2024. Dándose por concluido con la elaboración del informe en junio del 2024.

3.3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.3.1. Tipo de la investigación

Según Hernández et al. (2014) las investigaciones es descriptivas pretenden únicamente medir o recolectar información de manera independiente o conjunta sobre la variable (p. 92). De acuerdo a las peculiaridades del estudio, la dichas investigación es descriptiva en particular permitió describir la variable de nivel de estrés académico en estudiantes de séptimo al decimo ciclo de escuela profesional de educación primaria, utilizando la herramienta de inventario SISCO que incluyen la recopilación de información.

3.3.2. Enfoque de investigación

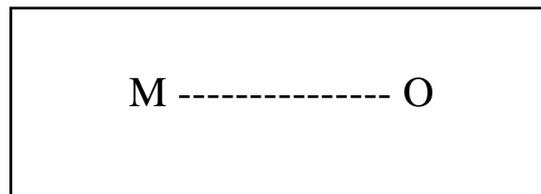
El presente trabajo de investigación se basa en un enfoque cuantitativo. Es decir que la recopilación y el análisis de datos es expresado de manera numérica tal como lo señala Monje (2011) que las investigaciones cuantitativas se distinguen por lo que se obtienen datos cuantitativos para expresar el resultado de medición de sus variables y mediante procedimientos estadísticos describir el fenómeno o evaluar la magnitud y confiabilidad de la relación entres ellos.

3.3.3. Diseño de la investigación

Según Hernández et al. (2014) el diseño de esta investigación es no experimental, por lo que que la variable no es manipulada deliberadamente ya que se observa los fenómenos en su estado natural para analizarlos (p. 152). Hernández & Mendoza (2018) recolecta datos y permite identificar, comparar las característica en un solo momento y en tiempo único (p. 176). es por ello los individuos en la dicha investigación no se han sometido a estímulos o situaciones que cambien su comportamiento habitual.

Figura 3

Diseño de la investigación



Donde:

M: Muestra de estudio: estudiantes de séptimo al décimo ciclo

O: Información obtenida: nivel de estrés

3.4. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO.

En esta investigación el material que fue empleada “inventario SISCO” es de la autoría Barraza (2007)



3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

3.5.1. Técnica

Según Carrasco (2019) la encuesta se puede definir como una técnica de investigación social para la indagación, exploratorio y recolección de datos, mediante preguntas formuladas directas o indirectas a los sujetos que constituyen la unidad de análisis del estudio investigativo (p. 314). Se utilizó con la finalidad de conseguir información confiable con respecto al nivel de estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria.

3.5.2. Instrumentos

El instrumento que se utilizó para la recolección de datos en esta investigación fue el inventario SISCO de estrés académico según Olivas et al. (2021) es un instrumento que permite obtener información para uso en el contexto psicoeducativo.

Ficha técnica

Nombre de instrumento: Inventario SISICO de estrés académico

Autor: Arturo Barraza (2007)

Lapso de aplicación: 8 a 10 min.

Modo de aplicación: Virtual

Población: Estudiantes de la Escuela Profesiona de Educacion Primaria.

Objetivo: Tiene la finalidad de determinar el nivel de estrés académico.

Lugar de aplicación: Puno

Valoración: (1) nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre, (5) siempre.

Codificación: leve, moderado y alto.

Descripción: Consta de tres dimensiones y hacen un total de 29 ítems

3.5.3. Confiabilidad

Según Condori & Cahuascanco (2018) es una escala utilizada para evaluar coherencia interna del instrumento de investigación con la finalidad de garantizar la confiabilidad adecuada, donde se tomara en cuenta al efectuar la interpretación de los datos asimilados.

Por lo cual el inventario de SISCO de estrés académico, instrumento de investigación que fue sometido a la prueba de confiabilidad con alfa de Cronbach en el programa estadístico SPSS, donde nos dio como resultado de 0,963 lo cual indica que el instrumento es fiable como se puede apreciar en la siguiente tabla.

Tabla 1.

Confiabilidad del inventario de SISCO

Estadística de confiabilidad	
Alfa de Cronbach	N° de elementos
,963	29

Nota: SPSS (2023).

3.6. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.6.1. Población

Según Ventura (2017) la población es un conjunto de elementos que contienen ciertas características que se presentan a estudiar (p. 648). Por ende, el



presente trabajo de investigación está compuesta por los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria del séptimo al decimo ciclo académico del 2023, los cuales consta de 149 estudiantes.

Tabla 2.

Estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la escuela profesional de Educación Primara

N°	Escuela Profesional De Educación Primaria	Cantidad de estudiantes
1	Séptimo	32
2	Octavo	13
3	Noveno	43
4	Decimo	61
Total		149

Nota: *estudiantes matriculados en 2023 II*

3.6.2. Muestra

Hernandez et al., (2014) la muestra es un subgrupo de la población de interés sobre el cual se recolectan los datos, el cual debe definirse con precisión, además de que debe ser representativo.

Cortes & Iglesias (2004) indica que es subconjunto de la población que es utilizado para estudiar las características en la totalidad de la población, tomando una fracción representativa de la población.

Envista que se tomó el cien por ciento de la población adscrito a la investigación Ramirez (1997) indica que la muestra censal es aquella donde las unidades de investigación son considerados como parte de la muestra, es allí, que la población a estudiar precise que sea censal por ser al mismo tiempo universo



población y muestra. En tal sentido se puso el énfasis a todo los estudiantes del séptimo al decimo ciclo que conforman 149 personas

3.7. PROCEDIMIENTO

Para obtener los datos se realizo una serie de actividades:

- ✓ Por medio de un escrito se solicitó la autorización de la directora de estudios de la Escuela Profesional de Educación Primaria para aplicar la encuesta.
- ✓ En seguida pasamos a visitar a cada semestres que es de séptimo a décimos ciclo, antes de iniciar con la encuesta pasamos a explicar un poco sobre en que consiste la investigación y como es el correcto marcado de la encuesta, dicho esto, pasamos a enviar el enlace por el intermedio de la delegada la cual nos ayudo a compartir a través del grupo de WhatsApp a todos los estudiantes. Así fue que recolectamos la data de cada ciclo.
- ✓ Se realizó el acompañamiento en todo el transcurso de la encuesta, para aclarar si hubiese cualquier u otra duda durante el marcado de la encuesta.
- ✓ Una vez que terminaron de llenar la encuesta se ido verificando a cada estudiante que si efectivamente envió la encuesta llenada al correo del investigador.
- ✓ Una vez que acabamos de recabar la base de datos, se realizo el análisis de datos en el programa estadístico SPSS esto con la finalidad de obtener los resultados de la investigación.

3.8. SISTEMA DE VARIABLES

Tabla 3.

Operacionalización de variable.

Variable	Dimensiones	Items	Valores	Instrumento
Nivel de estrés académico	Estrésores académicos	- La competencia con mis compañeros de clase.	Variable	
		- Sobrecarga de trabajos académicos que tenga que realizar todos los días.	Leve (29-68)	
		- La personalidad y la forma de enseñar de mis docentes.	Moderado (69-106)	
		- Las evaluaciones escritas y controles de lectura.	Alto (107-145)	
		- El tipo de trabajos académicos que pide el docente en forma permanente (monografías, infografías, ensayos, organizadores visuales e informes).		
		- No entender los temas que abordan en clases.	Dimensión 01	
		- La participación en clases (responder a preguntas y exposiciones)	Leve (8-19)	
		- Tiempo limitado para realizar los trabajos.	Moderado (20-29)	
		- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadilla).	Alto (30-40)	
		- fatiga crónica (cansancio permanente).		
		- Dolores de cabeza o migrañas.	Dimensión 02	
		- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	Leve (15-35)	
		- Morderse las uñas rascarse la cabeza.	Moderado (36-55)	Inventario de sisco
		- Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	Alto (56-75)	
	- Inquietud (incapacidad de relajarse o de estar tranquilo).			
	- Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)			
	- Ansiedad, angustia o depresión.			
	- Problemas de concentración.			
	- Sentimiento de agresividad o aumento irritabilidad.			
	- Conflictos o tendencias a polemizar o discutir con los compañeros.	Dimensión 03		
	- Aislamiento de los demás.	Leve (6-14)		
	- Desgano para realizar las labores académicas.	Moderado (15-22)		
	- Aumento o reducción del consumo de alimentos.	Alto (23-30)		
	- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).			
	- Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.			
	- Elogios así mismo.			
	- Escuchar música o distraerme viendo celular.			
	- Búsqueda de información			
- Ventilación y confidencias (verbalización de la misma que preocupa).				
Estrategias de afrontamiento				



CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS

4.1.1. Resultados de la variable nivel de estrés académico.

Tabla 4

Nivel de estrés académico en estudiantes del séptimo al decimo ciclo de la escuela profesional de Educación Primaria.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Leve	31	20,8	20,8	20,8
Moderado	71	47,7	47,7	68,5
Alto	47	31,5	31,5	100,0
Total	149	100,0	100,0	

Nota: elaboración propia.

En la tabla 4 muestra el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes, que cursan del séptimo al decimo ciclo de la Escuela Profesional de Educación Primaria. Según los datos que fueron analizados, se observa que el 47.7% de estudiantes encuestados presentan una prevalencia de nivel de estrés académico moderado. Por otro lado, podemos evidenciar el 31.5% de estudiantes presentan un nivel de estrés académico alto, los cuales puede ser debido a los estresores académicos; finalmente el 20.8% mostraron un nivel de estrés académico leve. Por ende cabe resaltar que el mayor porcentual de los encuestados presentan un nivel de estrés moderado el cual quiere decir que si hay una

significancia de preocupación y desafíos en sus responsabilidades académicas, no tan alta pero un impacto relevante en el bienestar del estudiante.

4.1.2. Resultados de la dimensión de estresores académicos.

Tabla 5

Nivel de estresores académicos.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Leve	26	17,4	17,4	17,4
Moderado	59	39,6	39,6	57,0
alto	64	43,0	43,0	100,0
Total	149	100,0	100,0	

Nota: elaboración propia.

En la tabla 5 muestra los resultados del nivel de estresores académicos que inciden básicamente en los estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la escuela profesional de Educación Primaria, en consonancia con los datos que han sido analizados se percibe que el 43.0% de los estudiantes encuestados tienen un nivel de estresores académicos alto, mientras que el 39.6% presenta un nivel moderado de estresores académicos finalmente 17.4% de los estudiantes perciben un nivel de estresores académicos leve. De manera que el mayor porcentual de los estudiantes presentan un índice alto de estresores en su entorno educativo; esto puede ser debido a las presiones académicos como practicas calificadas, desarrollo de tareas, exámenes y otros factores mas.

4.1.3. Resultados de la dimensión de síntomas de estrés académico.

Tabla 6

Nivel de síntomas de estrés académico

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Leve	33	22,1	22,1	22,1
Moderado	64	43,0	43,0	65,1
Alto	52	34,9	34,9	100,0
Total	149	100,0	100,0	

Nota: elaboración propia.

En la tabla 6, se puede evidenciar los resultados del nivel de síntomas del estrés académico que reside en los estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la escuela profesional de Educación Primaria, donde da conocer que el 43.0% de los encuestados presentan un nivel de síntomas de estrés académico moderado, de la misma manera el 34.9% de estudiantes encuestados se encuentran con un nivel alto de síntomas de estrés académico; el 22.1% tiene una síntoma leve. Por lo tanto, se puede indicar que el nivel moderado tiene el mayor porcentual, esto significa que los estudiantes perciben síntomas concernientes al estrés como pueden ser la fatiga, dolores de cabeza, la ansiedad, insomnio, angustia entre otros. Así mismo también se observa que existe una significancia de un nivel alto, este grupo puede percibir síntomas más severas lo cual afecta el bienestar del estudiante.

4.1.4. Resultados de la dimensión estrategias de afrontamiento.

Tabla 7

Nivel de estrategias de afrontamiento.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Leve	21	14,1	14,1	14,1
Moderado	81	54,4	54,4	68,5
Alto	47	31,5	31,5	100,0
Total	149	100,0	100,0	

Nota: elaboración propia.

En la tabla 7, se observa los resultados del nivel de estrategias de afrontamiento en los estudiantes de séptimo al décimo ciclo de la Escuela Profesional de Educación Primaria, donde muestra que el 54.4% de los encuestados presentan un nivel de estrategias afrontamiento moderado, de tal manera que el 31.5% de los participantes en la investigación perciben un nivel de estrategias alto y por ultimo, un 14.1% de los encuestados tiene un nivel leve; por ende podemos concluir que el mayor porcentual de los estudiantes se encuentra con un nivel de estrategias de afrontamiento moderado seguido por el nivel alto.

4.2. DISCUSIÓN

Los resultado en esta investigación muestran que el 47.75% de los estudiantes experimentan un nivel moderado de estrés académico. Esto se refiere a una intensidad de estrés que es notable pero manejable, y que no causa un deteriorado significativo en la vida diara del estudiante, el cual está lidiada con la preocupación en relación a las cargas académicas. Ante esta situación, según la revisión de la literatura sobre el estrés académico Selye (1978) señala que durante esta etapa el organismo hace lo posible para



resistir los factores externos que incitan el estrés y prevenir el agotamiento, en lo cual se involucran factores biológicos y psicosociales. Por otro lado APA (2010) señala que las vidas de estas personas son desordenadas y están llenas de caos y crisis. Suelen estar apurados, llegan tarde y enfrentan constantes problemas las cuales no están en la capacidad de poder organizar la cantidad de exigencias académicas.

En tal sentido, el presente estudio se pudo corroborar con otras investigaciones en donde coinciden en gran medida. Huariccallo (2023) estudio que realizó en la Universidad Nacional del Altiplano, donde sus resultados mostraron que el 55% de sus encuestados presenta un nivel de estrés académico moderado, así mismo también mencionar que Ramos et al. (2020); Aquino (2023); Larrea (2019); en sus investigaciones llegaron a obtener un resultado de forma similar. Sin embargo Rojas (2020) encontró que el 59.7% de estudiantes de enfermería del último año de formación profesional de la Universidad Señor de Sipán predomina el nivel de estrés alto, puesto que los estudiantes enfrentan diversos factores que afectan el rendimiento académico. También Estrada et al. (2021) en su estudio los estudiantes de educación de una universidad peruana encontró un índice de nivel de estrés alto, similar a ello Quispe evidencia que el nivel de estrés académico que padecen es alto. En ese entender contradicen los resultados que se obtuvieron en la presente investigación, ya que los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria estarían tomando conciencia usando las estrategias de afrontamiento originando la disminución del nivel estrés académico.

Al identificar el nivel estresores académicos que presentan los estudiante del séptimo al décimo ciclo, se obtuvo que el 43.0% se encuentra en un nivel alto. Por lo que los estudiantes reciben situaciones estresantes. Según Roque (2018) menciona que los estresores son estímulos que afecta negativamente a los estudiantes debido a las exigencias endógenas o exógenas, afectando su desempeño en el entorno académico. Sin



embargo, Castillo et al. (2019) encontró que el 69% se encuentra en un nivel moderado, este resultado contradice a lo que se consiguió, ya que los estudiantes de la escuela profesional de educación primaria se sienten seriamente afectados por las situaciones estresantes.

Al diagnosticar los niveles síntomas de estrés académico, el 43.0% de los estudiantes se encuentran en nivel moderado. Dado que los estudiantes presentan dolores de cabeza, fatiga, somnolencia entre otras situaciones. Según Asqui (2022) las expresiones del estrés en los estudiantes pueden ser tanto físicas, relacionadas con el cuerpo, como también psicológicas, vinculadas con las funciones cognitivas o comportamentales, que implica la conducta del individuo de forma similar Castillo et al. (2019) el 54% de estudiantes se encuentran en un nivel moderado, este resultado concuerda con lo que se halló, ya que los estudiantes de la dicha Escuela Profesional, no presentan manifestaciones severas.

Finalmente se pudo identificar el nivel de afrontamiento, donde se obtuvo que el 54.4% se encuentran en un nivel moderado. por lo que los estudiantes casi no encuentran o identifican perfectamente las estrategias. Según Berrío (2011) afirma que el afrontamiento es un proceso a través por el cual la persona maneja las demandas de la relación individuo-ambiente que evalúa como estresantes y las emociones que ello genera. Por consiguiente, Vigo (2019) encontró que el 44.56% tienen estrategias de afrontamiento medianamente bajo. En lo cual este resultado contradice lo que se logró en los resultados en la presente investigación por ende cabe señalar que de alguna otro forma los estudiantes de las escuela profesional tienen conocimiento que les permita manejar la situación.



V. CONCLUSIONES

PRIMERA: Los estudiantes de séptimo al décimo ciclo de la Escuela Profesional de Educación Primaria, presentan un índice de estrés académico de nivel moderado con 47.7%, con una tendencia creciente al nivel alto con una representatividad del 31.5%, mientras que un 20.8% presencia un nivel leve de estrés. Vale destacar que el mayor porcentaje de los investigados presencian un estrés moderado. El cual refleja que enfrentan diversas obligaciones durante ciclo académico.

SEGUNDA: Con respecto a la dimensión de estresores, los estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la Escuela Profesional de educación Primaria, presentan un nivel alto de estresores con un representatividad del 43.0%. mientras que el 39,6% presencia un nivel moderado, este es un resultado evidentemente significativo, por lo tanto los estudiantes son afectados seriamente por los factores estresantes las cuales pueden ser las evaluaciones, la sobre carga de tareas entre otros. mientras que un porcentual mínimo del 17.4% muestra un nivel leve.

TERCERA: Concerniente a la dimensión de síntomas de estrés académico, reveló que los estudiantes del séptimo al décimo ciclo de Escuela Profesional de Educación Primaria presentan un nivel moderado de síntomas con un índice del 43.0% con una tendencia creciente hacia el nivel alto con una representatividad del 43.9%. Con base a estos hallazgos significa que presentan dolores de cabeza, fatiga, somnolencia, entre otros. mientras que un porcentaje mínimo del 22.1% reportó un nivel leve de síntomas de estrés.

CUARTA: Finalmente, en cuanto a la dimensión de estrategias de afrontamiento de estrés, el estudio reveló que el 54% de los estudiantes presenta un nivel



moderado de estrategias, mientras que el 31.5% reportó un nivel alto de estrategias, y un 14.1% indicó que tienen un nivel leve de estrategias. Esto muestra que los estudiantes están en la capacidad de manejar las situaciones estresantes.



VI. RECOMENDACIONES

PRIMERO: En primer instancia, a las autoridades académicas de la escuela Profesional de Educación Primaria se recomienda tomar medidas de implementación como charlas o estrategias dirigidos por un profesional especializado en estrés académico así mismo también implementar talleres recreación que fomente a superar y disminuir los niveles de estrés que afectan a los estudiantes.

SEGUNDO: Se recomienda a los docente que investiguen un poco mas a cerca del estrés académico, de tal manera fomentarían la planificación y organización de talleres que den técnicas de gestión con respecto al tiempo, crear actividades recreativas durante el horario académico para que el estudiante pueda disminuir la intensidad del estrés.

TERCERO: Si presenta síntomas de estrés, es importante recomendar a los estudiantes a seleccionar las estrategias mas convenientes y conversar con los docentes, familiares, amigos el cual coadyuvaría a la persona a disminuir la carga emocional negativa. Caso contrario acudir a un especialista de estrés académico.



VII. BIBLIOGRAFÍA

- Alfonso, B., Calsines, M., & Monteagudo, R. (2010). *Estrés Académico*. *European Journal of Education and Psychology*, 3(1), 75–87.
<http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v7n2/edu13215.pdf>
- Amarís, M., Madariaga, C., Valle, M., & Zambrano, J. (2013). *Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico*.
<http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v30n1/v30n1a07.pdf>
- APA. (2010). *Los distintos tipos de estrés*. *American Psychological Association*.
<https://www.apa.org/topics/stress/tipos>
- Aquino, L. M. (2023). *Nivel de estrés académico en los estudiantes del séptimo y octavo semestre del programa ciencias sociales de la escuela profesional de educación Secundaria de la UNA-PUNO, 2021*. In *Tesis*.
http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7104/Molleapaza_Mamani_Joel_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Arredondo, K. M., & Ocoruro, E. K. (2020). *Capacidad de afrontamiento y estrés académico en entornos virtuales en estudiantes de Pregrado de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, 2020*” (Issue July) [Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa].
<https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/71e2cac4-cbf1-4ae8-985c-79a522aa391a/content>
- Asqui, R. (2022). *Nivel de estrés académico en estudiantes de la Institución Educativa Villa de Fátima durante la pandemia Covid-19- Puno, 2022*. 23–45.
<https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3576174?locale=es>
- Ávila, J. (2014). “El estrés un problema de salud del mundo actual”. *Revista Con Ciencia*, 2, 115–124. http://www.scielo.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1_a13.pdf
- Barraza, A. (2008). *El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: Un diseño de diferencia de grupos*. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 26(2), 270–289.
https://www.researchgate.net/publication/262755892_Academic_stress_in_master%27s_students_and_its_modulatory_variables_A_between-groups_design



- Barraza, A. (2016). *Estrategias para la gestion del estres academico*.
<http://redie.mx/librosyrevistas/libros/estrategiasgestionestres.pdf>
- Barraza, A. (2019). *Estrés académico en alumnos de tres niveles educativos: un estudio comparativo*. *Revista Electrónica de La Red Durango de Investigadores Educativos*, 11(21), 149–163.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7145135&info=resumen&idioma=ENG%0Ahttps://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7145135&info=resumen&idioma=SPA%0Ahttps://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7145135>
- Barraza, A., Martínez, J., Silva, T., Camargo, E., & Antuna, R. (2012). *Estresores academicos y género*. *Visión Educativa IUNAES*, 5(12), 33–43.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4034740>
- Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110–129.
<http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/principal.html>
- Berrio, N., & Zea, R. M. (2011). *Estrés académico*. *estres academico*, 82.
<https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369>
- Carrasco, S. (2019). *Metologia de la investigacion cientifica* (A. J. Paredes Galvan (ed.); San Marcos). https://www.sancristoballibros.com/libro/metodologia-de-la-investigacion-cientifica_45761
- Castillo, R. E., Gómez, K. K., & Ortiz, S. D. (2019). *Nivel de estres academico en los estudiantes de educacion*. 0–3. <http://repositorio.umch.edu.pe/handle/UMCH/3222>
- Cayllahua, N. Y. (2020). *Escuela Profesional de Psicología estrés académico en estudiantes universitarios: una aproximación teórica* [Universidad de San Martin de Porres].
https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/8660/CAYLLAHUA_QN.pdf?sequence=
- Chuquija, Y. (2015). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería de la universidad alas Peruanas, Juliaca, 2015*. 1–2.
<http://dx.doi.org/10.23857/dc.v6i3.1218>
- Coavoy, L. X. (2019). *Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de enfermería*.



- Dirección General de Investigación,* 1–93.
https://drive.google.com/file/d/1_IR8G2xOKhcG-2YVMyc1XXEeJ99GQQ2s/view
- Condori, C. M., & Cahuascano, Y. (2018). universidad privada TELESUP [Universidad Privada TELESUP]. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). <https://acortar.link/YWkhDR>
- Estrada, E. G., Mamani, M., Gallegos, N. A., Mamani, H. J., & Zuloaga, M. C. (2021). Estrés académico en estudiantes. *15 De Enero*, 40(1), 88–93. http://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_1_2021/16_estres_academico_estudiantes.pdf
- Flores, L. F. (2019). *Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios* [Universidad Católica de Santa María]. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/9691/76.0404.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Fuentes, N. (2020). *Niveles de depresión relacionados con el estrés académico en una muestra de estudiantes de la facultad de Odontología UNAM, 2020*. [Universidad Nacional Autónoma de México]. <https://repositorio.unam.mx/contenidos/3610534>
- García, R., Pérez, F., Pérez, J., & Natividad, L. A. (2012). *Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad*. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80524058011.pdf>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. In *McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES* (McGRAW-HILL, Vol. 6). <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Hernández, Y., & Roman Collazo, C. alberto. (2011). El Estrés Académico: Una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(2), 1–14.
- Huaracallo, C. (2021). Actividad Física y su relación con el estrés académico en estudiantes del 5to grado de los Colegios Emblemáticos Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Carlos y María Auxiliadora de la Ciudad de Puno. *Tesis*, 1–74. http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/16126/Huaracallo_T



acuri_Cindy.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Huariccallo, B. (2023). Nivel de estrés académico de los estudiantes de matemática, física, computación e informática. *Tesis*, 1–111.
<https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3581453>
- Larrea, V. (2019). Estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes. *Repositorio UTA*, 76.
<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/30307/2/TESIS%20COMPLETA%20VALERIAL%20%281%29.pdf>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *estres y procesos cognitivos*. file:///D:/avances de la investigacion para optar titulo/revision bibliografica/lazarus-y-folkman-1986_compress.pdf
- Cortes, M. & Leon, M. . (n.d.). *Generalidades sobre Metodología de la Investigación*. 101. https://www.ucipfg.com/Repositorio/MIA/MIA-12/Doc/metodologia_investigacion.pdf
- Martinez, L. X. (2019). *Estrés académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes* [Pontificia Universidad Católica del Perú].
https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14775/Martínez_Quispe_Estrés_académico_adaptación1.pdf
- Monje, C. A. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica*. Universidad Surcolombiana, 1–216.
<http://carmonje.wikispaces.com/file/view/Monje+Carlos+Arturo++Guía+didáctica+Metodología+de+la+investigación.pdf>
- Olivas, L. O., Morales, S. F., & Solano, M. K. (2021). *Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos*. *Propósitos y Representaciones*, 9(2), 647.
<https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/647>
- OMS. (2015) *Causas Del Estres*. <https://abcdelestres.wordpress.com/2015/05/13/el-estres-segun-la-organizacion-mundial-de-la-salud/>
- Perrotta, D., & Kloster, G. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná*. Repositorio Institucional Universidad Católica Argentina, 96.



<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9774>

- Quispe, C. G. (2019). Nivel De Estrés Académico En Los Estudiantes De Cuarto Y Quinto De Secundaria De La Institución Educativa Independencia Nacional De La Ciudad De Puno. *Tesis*, 1–56. http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/12194/Quispe_Llanos_Cynthia_Guadalupe.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Quito, J. V., Tamayo, M. del C., Buñay, D. P., & Neira Cardenas, O. S. (2017). *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* *Obesos, Universitarios*. 3, 1009–1018. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252023000200055
- Rojas, E. R. (2020). *Nivel de estrés en estudiantes de enfermería del último año de formación profesional en una Universidad Privada de Lambayeque*. Universidad Señor de Sipán, 1, 1–66. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/7119>
- Román, C. A., Ortiz, F., & Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 46(7), 1–8. <https://doi.org/10.35362/rie4671911>
- Roque, D. E. (2018). *El nivel de estrés académico en los alumnos de la especialidad de lengua, literatura, psicología y filosofía de la UNA-Puno 2016-II*. http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/11720/Roque_Itusaca_Dany_Elizabeth.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Hernandez, R., Fernández, C. & Patista. (2014). *Metodología de la investigación*. <https://drive.google.com/file/d/0B7fKI4RAT39QeHNzTGh0N19SME0/view?resourcekey=0-Tg3V3qROROH0Aw4maw5dDQ>
- Selye, H. (2023). *Hito en la medicina moderna*. 32(124), 111–125. <https://revgmespirituana.sld.cu/index.php/gme/article/view/2492>
- Ramos, M. F., Lopez, J. J., & Columba, M. E. (2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios Investigación y Ciencia - 2020*. *Investigación y Ciencia*, vol.28,num.79,2020,pp75-83. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>
- Toribio, C., & Franco, S. (2016). *Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del*



- Estudiante. Salud y Administración.*, 3(200), 11–18.
https://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf
- Torpoco, A. (2018). *Tareas escolares y Estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas*, 2018. *Energies*, 6(1), 1–8.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/20867?locale-attribute=es>
- Torres, D. (2022). *Niveles de estrés y habilidades sociales en adolescentes de 15 a 17 años, en la unidad educativa palora - Ecuador*. Universidad Peruana Cayetano Heredia.
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/11833/Niveles_TorresOrtiz_Diana.pdf?sequence=1&isAllowed=n
- Trujillo, P. & Gonzales, N. (2019). *Nivel de estrés académico en estudiantes de posgrado de la Facultad de Educación en la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Bogota* [Universidad Cooperativa de Colombia].
<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/9d8f5d7e-0b2d-4685-95e5-16d7e0d1a472/content>
- Ventura, J. L. (2017). *¿ Población o muestra ? : Una diferencia necesaria Population or sample ? A necessary difference.* 43(3), 648–649.
<https://www.scielosp.org/pdf/rcsp/2017.v43n4/643-644/es>
- Vigo, Y. F. (2019). *Nivel de estrés académico en los estudiantes de estomatología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza*.
<https://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14077/3170/AkintuiWashikatElengayEledino.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



ANEXOS

Anexo 1: Base de datos

avance de datos estadisticos.sav (ConjuntoDatos1) - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 42 de 42 variables

	Escuela Profesional	Ciclo	Genero	Edad	Hastendominios de preocupación en ism	item 1	item 2	item 3	item 4	item 5	item 6	item 7	item 8	item 9	item 10	item 11	item 12	item 13	item 14	item 15	item 16	item 17	item 18	item 19	item 20
1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3
2	1	2	1	2	1	3	5	3	3	4	2	3	5	5	5	5	1	3	5	5	5	5	5	3	2
3	1	2	1	5	1	5	4	4	4	5	3	4	4	4	4	5	4	2	5	5	4	4	5	2	4
4	1	2	1	3	1	1	5	1	1	4	1	1	1	1	1	3	3	1	1	5	1	1	1	1	1
5	1	2	1	5	1	5	3	4	4	5	5	5	5	3	4	3	5	1	5	1	5	5	4	5	5
6	1	2	1	5	1	5	3	4	4	5	5	5	5	3	4	3	5	1	5	1	5	5	4	5	5
7	1	3	1	5	1	3	5	4	3	5	4	5	4	5	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5
8	1	1	1	3	1	4	5	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	4	2	2	2	1	1	1	2
9	1	3	1	5	1	3	5	4	3	5	4	5	4	5	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5
10	1	2	1	2	1	2	4	3	4	4	3	3	4	5	4	4	5	4	5	5	4	5	5	4	1
11	1	3	1	5	1	3	5	4	3	5	4	5	4	5	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5
12	1	1	1	2	1	3	3	3	4	4	2	2	3	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2
13	1	1	1	5	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	5	5	4	4	4	4	3	3
14	1	4	1	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
15	1	4	1	3	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2
16	1	3	1	4	1	3	5	5	5	5	5	5	2	1	3	2	2	1	2	2	2	1	2	1	3
17	1	4	1	3	1	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1
18	1	3	1	3	1	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2
19	1	4	1	5	1	3	3	1	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	1	2	2	2	5	3
20	1	1	1	2	1	1	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	3	3	5	4	5	5	5	2	1
21	1	3	1	4	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1
22	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	1	3	4	4	3	4	3	3
23	1	1	1	1	1	4	5	5	5	5	4	5	5	4	4	3	3	1	5	2	2	2	3	3	4
24	1	1	1	2	1	4	4	4	5	4	3	3	4	1	2	2	5	3	1	2	3	3	3	3	3
25	1	3	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
26	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1
27	1	1	1	3	1	1	4	4	4	4	3	2	3	2	3	3	2	1	1	3	3	3	3	3	3
28	1	1	1	5	1	4	2	2	2	5	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
29	1	3	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	4	3	4	3	3
30	1	3	2	3	1	3	4	5	4	4	5	4	5	3	2	3	3	4	4	4	4	5	4	4	2
31	1	1	1	2	1	2	2	3	1	2	3	2	2	3	3	3	2	4	3	2	3	4	2	1	1
32	1	4	1	3	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2
33	1	4	1	2	1	2	3	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2
34	1	3	1	2	1	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
35	1	3	2	5	1	3	4	3	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	2
36	1	4	1	5	1	3	4	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3
37	1	1	1	3	1	2	3	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	1	3
38	1	3	2	5	1	2	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3
39	1	4	1	5	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	4	3
40	1	1	1	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1
41	1	3	1	3	1	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5
42	1	4	1	4	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3
43	1	3	1	3	1	2	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	5	3	2	3	3	3	3
44	1	3	1	2	1	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
45	1	4	1	5	1	3	4	3	4	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	4	3
46	1	3	1	2	1	2	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	2	1	2	2	3	2	2	2	1
47	1	3	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
48	1	3	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2
49	1	3	1	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2
50	1	3	2	5	1	2	3	3	2	2	3	4	3	1	3	1	3	4	2	2	3	2	3	4	3
51	1	3	1	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON



Anexo 2: Base de datos

avance de datos estadisticos.sav (ConjuntoDatos1) - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 42 de 42 variables

	Escola Profesional	Ciclo	Genero	Edad	Hastendimientos de preocupacion en nosisism.	item 1	item 2	item 3	item 4	item 5	item 6	item 7	item 8	item 9	item 10	item 11	item 12	item 13	item 14	item 15	item 16	item 17	item 18	item 19	item 20	
100	1	3	1	2		4	3	5	4	5	1	4	4	5	2	4	3	4	4	3	1	4	3	3	2	
101	1	3	1	4		5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	3	4	5	5	5	4	5	2	3	
102	1	4	1	5		3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	
103	1	3	1	3		3	4	4	4	5	4	3	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	1	
104	1	4	1	5		3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	
105	1	3	1	2		2	4	3	4	2	2	3	4	5	5	4	4	3	4	3	5	4	3	3	3	
106	1	4	1	2		4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	
107	1	3	1	4		1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	
108	1	2	1	4		3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	1	3	3	3	3	2	2	3	
109	1	4	2	5		1	5	3	3	5	4	3	4	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	
110	1	2	2	3		2	3	3	2	3	2	3	4	3	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	
111	1	2	1	2		3	5	4	5	3	2	2	3	1	1	3	1	2	3	3	3	3	2	3	2	
112	1	2	1	2		2	3	2	4	3	2	1	3	2	1	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	
113	1	2	1	3		1	2	2	3	4	1	1	2	2	3	3	5	2	5	1	4	3	4	4	2	
114	1	4	2	5		2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	2	
115	1	4	2	5		4	3	3	2	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	
116	1	4	1	5		3	2	3	4	4	3	4	2	2	3	3	5	2	3	2	3	2	3	1	1	
117	1	4	1	5		4	4	4	3	4	3	4	5	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	
118	1	4	1	5		3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	
119	1	4	1	5		3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	
120	1	3	2	4		2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	3	3	3	
121	1	4	1	4		3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	5	5	5	4	3	2	2	
122	1	4	1	5		2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	
123	1	4	1	4		2	2	2	3	3	1	2	3	2	1	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	
124	1	4	1	5		3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	
125	1	4	1	2		2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	
126	1	4	1	3		2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	1	
127	1	4	1	5		3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	
128	1	4	1	5		3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	
129	1	4	1	5		3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	
130	1	4	1	4		4	4	4	5	4	4	5	5	4	3	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	
131	1	4	1	4		4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	3	3	3	
132	1	4	1	4		4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	
133	1	4	1	4		4	4	3	4	4	3	4	5	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	2	
134	1	4	1	5		4	5	4	4	5	4	3	5	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	
135	1	4	1	5		3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	
136	1	4	1	5		3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	
137	1	3	1	2		4	5	4	5	4	4	5	5	4	3	5	3	4	5	3	4	4	3	4	3	
138	1	3	1	3		4	5	4	4	3	4	4	5	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	
139	1	3	1	3		4	4	5	4	5	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4
140	1	3	1	3		4	4	5	5	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	
141	1	3	1	3		4	4	5	5	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	
142	1	3	1	4		4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	
143	1	3	1	2		4	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	4	4	5	5	4	5	5	4	5	
144	1	3	1	2		4	4	4	5	5	4	5	5	4	3	4	4	3	5	4	4	5	4	5	5	
145	1	3	1	2		4	5	4	5	4	4	5	5	5	4	5	4	4	5	5	4	5	5	4	5	
146	1	3	1	4		5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	3	
147	1	3	1	3		5	5	4	5	5	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	5	4	4	4	
148	1	3	1	4		5	5	4	4	4	3	4	5	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	
149	1	3	1	5		3	5	4	3	5	4	5	4	5	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON



Anexo 3: Recolección de datos virtual

Gmail YouTube Maps (18) WhatsApp

ENCUESTA "INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO" Se han guardado todos los cambios en Drive Enviar

Preguntas Respuestas 149 Configuración

"INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO"

B *I* U

I. El presente inventario tiene la finalidad principal de reconocer los niveles de estrés académico de acuerdo a las características que tiende acompañar a los estudiantes de educación superior en el transcurso de sus estudios. Con la lealdad que respondan a las preguntas será de gran ayuda para la investigación.

I. Instrucciones: a continuación, le presentamos 31 ítems donde deberá leer atentamente y responder con total sinceridad.

Escuela Profesional *

Texto de respuesta corta

Ciclo *

VII

ENCUESTA "INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO" (respuestas) Compartir

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Extensiones Ayuda

100% Predet... 10 B I U

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	Marca temporal	Escuela Profesional	Ciclo	Genero	Edad	1) ¿Has tenido momentos de estrés académico?	Estresores académicos	Estresores académicos	Estresores académicos	Estresores académicos
2	29/12/2023 8:45:25	Educación Primaria	VIII	Mujer		21 Si		2	2	2
3	30/12/2023 8:45:25	Educación Primaria	VIII	Mujer		21 Si		3	5	3
4	31/12/2023 8:45:25	Educación Primaria	VIII	Mujer		25 Si		5	4	4
5	29/12/2023 8:57:41	Educación Primaria	VIII	Mujer		22 Si		1	5	1
6	29/12/2023 9:01:03	Educación primaria	VIII	Varón		24 Si		4	4	4
7	29/12/2023 9:04:21	Educación primaria	VIII	Mujer		25 Si		5	3	4
8	29/12/2023 9:07:31	Educación Primaria	VIII	Mujer		20 Si		3	3	1
9	29/12/2023 9:27:37	Educación primaria	VII	Mujer		22 Si		4	5	2
10	29/12/2023 9:44:33	Educación primaria	VII	Varón		24 Si		4	4	2
11	29/12/2023 9:53:53	Educación Primaria	VIII	Mujer		21 Si		2	4	3
12	29/12/2023 9:54:02	Educación Primaria	IX	Mujer		26 Si		3	5	4
13	29/12/2023 10:24:09	Educación primaria	VII	Mujer		21 Si		3	3	3
14	29/12/2023 11:04:58	Educación primaria	VII	Mujer		25 Si		3	3	3
15	3/01/2024 20:02:41	Educación Primaria	X	Mujer		21 Si		3	3	3
16	3/01/2024 20:11:19	Educación Primaria	X	Mujer		22 Si		2	2	2
17	3/01/2024 20:16:07	EDUCACIÓN PRIMARIA	IX	Mujer		23 Si		3	5	5
18	3/01/2024 20:21:31	Educación Primaria	X	Mujer		22 Si		4	1	4
19	3/01/2024 20:24:21	Educación Primaria	IX	Mujer		22 Si		2	3	2
20	3/01/2024 20:26:52	Primaria	X	Mujer		25 Si		3	3	1
21	3/01/2024 20:43:30	Educación primaria	VII	Mujer		21 Si		1	5	4
22	3/01/2024 20:43:58	Educación primaria	IX	Mujer		23 Si		1	2	2
23	3/01/2024 20:44:44	Educación primaria	VII	Mujer		20 Si		2	2	2

Anexo 4: Matriz de consistencia

Matriz de consistencia						
Objetivos	Problema	Variable (s)	Dimensión (es)	Ítems	Escala	Metodología
Determinar el nivel de estrés académico que presenta los estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional del Altiplano.	¿Cuál es el nivel de estrés académico que existe en los estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la Escuela Profesional de Educación Primaria?		Estresores	<ul style="list-style-type: none"> - La competencia con mis compañeros de clase. - Sobrecarga de trabajos académicos que tenga que realizar todos los días. - La personalidad y la forma de enseñar de mis docentes. - Las evaluaciones escritas y controles de lectura. - El tipo de trabajos académicos que pide el docente en forma permanente (monografías, infografías, ensayos, organizadores visuales e informes). - No entender los temas que abordan en clases. - La participación en clases (responder a preguntas y exposiciones) - Tiempo limitado para realizar los trabajos. 	<p>Leve (8-19)</p> <p>Moderado (20-29)</p> <p>Alto (30-40)</p>	<p>Enfoque Cuantitativo</p> <p>Diseño No experimental de corte transversal</p> <p>Tipo Descriptivo</p> <p>Población Estudiantes de la escuela profesional de educación primaria</p> <p>Muestra Muestreo censal 149 estudiantes</p> <p>Técnica instrumento Encuesta</p>
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Identificar el nivel de estresores académicos que enfrenta los estudiantes durante el ciclo académico. ✓ Identificar el nivel de síntomas de estrés académico que presentan los estudiantes durante el desarrollo del ciclo académico. ✓ Identificar el nivel de estrategias de afrontamiento que adaptan los estudiantes durante el ciclo académico. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ¿Con que nivel se presenta los estresores académicos que afecta en su formación académica en estudiantes de séptimo al décimo ciclo de la escuela profesional de educación primaria ✓ ¿Cuál es el nivel de síntomas de estrés que presentan los estudiantes de séptimo al décimo ciclo de la escuela profesional de educación primaria? ✓ ¿Cuál es el nivel de uso estratégico de afrontamiento en los estudiantes de séptimo al décimo ciclo de la escuela profesional de educación primaria? 	Nivel de estrés académico	Síntomas	<ul style="list-style-type: none"> - Trastornos en el sueño (insomnio o pesadilla). - fatiga crónica (cansancio permanente). - Dolores de cabeza o migrañas. - Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea. - Morderse las uñas rascarse la cabeza. - Somnolencia o mayor necesidad de dormir. - Inquietud (incapacidad de relajarse o de estar tranquilo). - Sentimiento de depresión y tristeza (decaído) - Ansiedad, angustia o depresión. - Problemas de concentración. - Sentimiento de agresividad o aumento irritabilidad. - Conflictos o tendencias a polemizar o discutir con los compañeros. - Aislamiento de los demás. - Desgano para realizar las labores académicas. - Aumento o reducción del consumo de alimentos. 	<p>Leve (15-35)</p> <p>Moderado (36-55)</p> <p>Alto (56-75)</p>	
			Estrategias de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros). - Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas. - Elogios así mismo. - Escuchar música o distraerme viendo celular. - Búsqueda de información - Ventilación y confidencias (verbalización de la misma que preocupa). 	<p>Leve (6-14)</p> <p>Moderado (15-22)</p> <p>Alto (23-30)</p>	



Anexo 5: Instrumento aplicado

“INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO”

B *I* U ↻ ✕

I. El presente inventario tiene la finalidad principal de reconocer los niveles de estrés académico de acuerdo a las características que tiende acompañar a los estudiantes de educación superior en el transcurso de sus estudios. Con la lealdad que respondan a las preguntas será de gran ayuda para la investigación.

I. Instrucciones: a continuación, le presentamos 31 ítems donde deberá leer atentamente y responder con total sinceridad.

Escuela Profesional *

...

Texto de respuesta corta

Ciclo *

...

VII

VIII

IX

X

Genero *

Mujer

Varón

Edad *

Texto de respuesta corta

1) ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso de este ciclo?

Marca una sola alternativa en caso de seleccionar la alternativa "NO", el cuestionario se da por concluido. En caso de seleccionar la alternativa "SI", pasar a la siguiente pregunta de tal manera continuar con el resto de las preguntas.

Si

No



Síntomas

(Reacciones físicas)

En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre y (5) siempre; señale con qué frecuencia tuviste los siguientes síntomas cuando estabas preocupado o nervioso.

	1	2	3	4	5
Trastornos en ...	<input type="checkbox"/>				
Fatiga crónica ...	<input type="checkbox"/>				
Dolores de cab...	<input type="checkbox"/>				
Problemas de ...	<input type="checkbox"/>				
Morderse las u...	<input type="checkbox"/>				
Somnolencia o...	<input type="checkbox"/>				

Estresores académicos

En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre y (5) siempre; señale con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.

	1	2	3	4	5
La competenci...	<input type="checkbox"/>				
Sobrecarga de ...	<input type="checkbox"/>				
La personalida ...	<input type="checkbox"/>				
Las evaluacion...	<input type="checkbox"/>				
El tipo de traba...	<input type="checkbox"/>				
No entender lo...	<input type="checkbox"/>				
La participació...	<input type="checkbox"/>				
Tiempo limitad ...	<input type="checkbox"/>				



Síntomas

(Reacciones físicas)

En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre y (5) siempre; señale con qué frecuencia tuviste los siguientes síntomas cuando estabas preocupado o nervioso.

	1	2	3	4	5
Trastornos en ...	<input type="checkbox"/>				
Fatiga crónica ...	<input type="checkbox"/>				
Dolores de cab...	<input type="checkbox"/>				
Problemas de ...	<input type="checkbox"/>				
Morderse las u...	<input type="checkbox"/>				
Somnolencia o...	<input type="checkbox"/>				

Estresores académicos

En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre y (5) siempre; señale con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.

	1	2	3	4	5
La competenci...	<input type="checkbox"/>				
Sobrecarga de ...	<input type="checkbox"/>				
La personalida...	<input type="checkbox"/>				
Las evaluacion...	<input type="checkbox"/>				
El tipo de traba...	<input type="checkbox"/>				
No entender lo...	<input type="checkbox"/>				
La participació...	<input type="checkbox"/>				
Tiempo limitad...	<input type="checkbox"/>				



Estrategias de afrontamiento

En una escala del 1 al 5, donde (1) es nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre y (5) siempre; señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	1	2	3	4	5
Habilidad asert...	<input type="checkbox"/>				
Elaboración de ...	<input type="checkbox"/>				
Elogias así mis...	<input type="checkbox"/>				
Escuchar músi...	<input type="checkbox"/>				
Búsqueda de in...	<input type="checkbox"/>				
Ventilación y c...	<input type="checkbox"/>				



Anexo 6: Autorización para el depósito de tesis repositorio institucional



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

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

Por el presente documento, Yo FRANKLIN HANCCO FLORES,
identificado con DNI 72158422 en mi condición de egresado de:

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

EDUCACIÓN PRIMARIA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

“ NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO
AL DÉCIMO CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE
EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNA- PUNO ”

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 04 de JULIO del 2024

[Firma]

FIRMA (obligatoria)



Huella



Anexo 7: Declaración jurada de autenticidad de tesis



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo FRANKLIN HANCCO FLORES,
identificado con DNI 72158422 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado
EDUCACIÓN PRIMARIA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:
" NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO
AL DÉCIMO CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE
EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNA-PUNO "

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 suyas 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 04 de JULIO del 2024

[Firma manuscrita]

FIRMA (obligatoria)



Huella