

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA



**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADOS EN
PSICOLOGÍA**

**Estrés académico entre estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de
psicología de una universidad privada de Piura**

Área de Investigación:

Ciencias Médicas – Psicología positiva y Bienestar Psicológico

Autores:

Acosta Cardoza, Alexandra Vanessa
López Coronado, Leonardo Enrique

Jurado Evaluador:

Presidente: Espinoza Porras, Fátima Rosalía

Secretario: Vélez Sancararranco, Miguel Alberto

Vocal: Quintanilla Castro, María Cristina

Asesora:

Cruz Cedillo, Aura Violeta

Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-3470-209X>

**PIURA – PERÚ
2023**

Fecha de sustentación: 16/06/2023

Estrés Académico

INFORME DE ORIGINALIDAD

16%

INDICE DE SIMILITUD

16%

FUENTES DE INTERNET

2%

PUBLICACIONES

8%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

hdl.handle.net

Fuente de Internet

6%

2

docs.google.com

Fuente de Internet

6%

3

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

2%

4

repositorio.upao.edu.pe

Fuente de Internet

2%

Excluir citas

Activo

Excluir bibliografía

Activo

Excluir coincidencias < 1%

Declaración de originalidad

Yo, Aura Violeta Cruz Cedillo, docente del Programa de Estudio de Licenciatura, de la Universidad Privada Antenor Orrego, asesor de la tesis de investigación titulada “Estrés académico entre estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura”, autores, Alexandra Vanessa Acosta Cardoza y Leonardo Enrique Lopez Coronado, dejo en constancia lo siguiente:

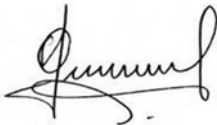
- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de 16%. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software Turnitin el 27 de julio del 2023.
- He revisado con detalle dicho reporte y la tesis, y no se advierte indicios de plagio.
- Las citas a autores y sus respectivas referencias cumplen con las normas establecidas por la Universidad.

Lugar y fecha: Piura 27 de julio del 2023

Aura Violeta Cruz Cedillo

DNI: 25682201

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3470-209X>



FIRMA

Alexandra Vanessa Acosta Cardoza

DNI: 76614091



FIRMA

Leonardo Enrique Lopez Coronado

DNI: 76009538



FIRMA

**ESTRÉS ACADÉMICO ENTRE ESTUDIANTES QUE CURSAN EL PRIMERO Y
DÉCIMO CICLO DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE
PIURA**

PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado calificador

Cumpliendo con las disposiciones vigentes emanadas por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Privada Antenor Orrego, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Psicología, sometemos a vuestro criterio profesional la evaluación del presente trabajo de investigación titulado “ESTRÉS ACADÉMICO ENTRE ESTUDIANTES QUE CURSAN EL PRIMERO Y DÉCIMO CICLO DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE PIURA”. Elaborado con el propósito de obtener el título de Licenciados en Psicología.

Con la convicción de que se le otorgara el valor justo y mostrando apertura a sus observaciones, les agradecemos por anticipado por las sugerencias y apreciaciones que se brinden en la investigación.

Piura 10 de setiembre del 2022

Bachiller. Acosta Cardoza, Alexandra Vanessa

Bachiller. López Coronado, Leonardo Enrique

DEDICATORIA

A mis padres, por su apoyo incondicional, por su constante motivación y la confianza que me brindan a diario. A mi abuela Ana María Briceño Zeta, por haber estado conmigo en todo momento, por su motivación y ayuda, hasta donde sus alcances lo permitían. A mi hijo Sebastián, una razón que me permite seguir motivándome, mi fuerza y quien me impulsa a seguir creciendo como persona, y el no dejar de soñar, de creer en mí misma y seguir trabajando en ello.

Acosta Cardoza, Alexandra Vanessa

Dedico esta investigación y mi experiencia, que he llegado a obtener a lo largo de mi estancia en la casa estudios, hacia mis padres que llegaron a notar el esfuerzo constante que mantenía para lograr cumplir la meta académica y realizar mi desarrollo profesional y como ser humano. Y a mi hermano que fue un pilar fundamental para mantener mi visión en la carrera de Psicología y seguir manteniendo esta meta profesional.

López Coronado, Leonardo Enrique

AGRADECIMIENTO

Gracias a Dios, por no soltar mi mano nunca, así mismo, gracias a mis padres por permitirme conocer de Dios. Agradezco a los docentes, que llegaron a compartir su conocimiento y experiencias, llevo conmigo muy placenteros recuerdos y aprendizajes durante todo el trayecto de mi carrera universitaria, son mi modelo a seguir. Finalmente, y no menos importante, agradecer a mi casa de estudios UPAO, por acogerme y mostrar que puedo completar mis metas, prepararme como profesional y principalmente como ser humano.

Acosta Cardoza, Alexandra Vanessa

A mis docentes por compartir los conocimientos necesarios y acompañamiento en este proceso de aprendizaje. A mis compañeros de la facultad de Psicología por brindar el apoyo y parte de su tiempo para que la actual investigación se llegue a realizar según las normas establecidas.

López Coronado, Leonardo Enrique

ÍNDICE DE CONTENIDO

PORTADA	i
PRESENTACIÓN	v
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTO	vii
INDICE DE TABLAS Y FIGURAS	x
RESUMEN	xi
ABSTRACT	xii
CAPITULO I	13
MARCO METODOLOGICO	13
1.1. El problema.....	14
1.1.1. Delimitación del problema.....	14
1.1.2. Formulación del problema	17
1.1.3. Justificación del estudio.....	17
1.1.4. Limitaciones	18
1.2. OBJETIVOS.....	18
1.2.1. Objetivos generales	18
1.2.2. Objetivos específicos.....	19
1.3. HIPÓTESIS.....	19
1.3.1. Hipótesis generales	19
1.3.2. Hipótesis específicas	19
1.4. VARIABLES E INDICADORES	19
1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN.....	20
1.5.1. Tipo de investigación	20
1.5.2. Diseño de investigación	20
1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA	21
1.6.1. Población	21
1.6.2. Muestra	21
1.6.3. Muestreo	22
1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	22
1.7.1. Técnica.....	22
1.7.2. Instrumentos.....	22
1.8. PRODECIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	24

1.9. ANALISIS ESTADISTICO	24
2.1. ANTECEDENTES:.....	27
2.2. MARCO TEÓRICO	32
2.2.1. Estrés académico.....	32
2.3. MARCO CONCEPTUAL	39
CAPITULO IV:	49
ANALISIS DE RESULTADOS	49
CAPITULO V:	55
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	55
CAPITULO VI	58
REFERENCIAS Y ANEXOS	58

INDICE DE TABLAS Y FIGURAS

Tabla 1	Descripción de los grupos poblacionales de estudio	21
Tabla 2	Descripción de los grupos muestrales de estudio	21
Tabla 3	Resultado de la prueba de normalidad de las variables	25
Tabla 4	Descripción del nivel de estrés académico en estudiantes de primero y décimo ciclo de psicología	41
Tabla 5	Descripción de los niveles de la dimensión estresores en estudiantes de primero y décimo ciclo de psicología.....	42
Tabla 6	Descripción de los niveles de la dimensión síntomas de estrés en estudiantes de primero y décimo ciclo de psicología.....	43
Tabla 7	Descripción de los niveles de la dimensión afrontamiento en estudiantes de primero y décimo ciclo de psicología.....	44
Tabla 8	Análisis comparativo del estrés académico en estudiantes del primero y décimo ciclo de psicología	45
Tabla 9	Análisis comparativo de la dimensión estresores en estudiantes del primero y décimo ciclo de psicología.....	46
Tabla 10	Análisis comparativo de la dimensión síntomas en estudiantes del primero y décimo ciclo de psicología.....	47
Tabla 11	Análisis comparativo de la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes del primero y décimo ciclo de psicología.....	48

RESUMEN

El presente estudio de investigación tuvo como objetivo comparar los niveles del estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura; basado en una investigación de naturaleza cuantitativa, por su finalidad básica de carácter, descriptiva comparativa, de diseño no experimental, transversal, en una muestra no probabilística de 104 académicos divididos en grupo de estudiantes de psicología de primero ciclo (52) y del décimo ciclo (52), en la que se utilizó la técnica para recopilar información como la encuesta basado en un inventario que estimo la variable de la investigación. Los resultados determinaron que existieron diferencias significativas del estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura ($p < 0.01$).

Palabras Clave: *estrés, académico, universitarios, psicología*

ABSTRACT

The objective of this research study was to compare the levels of academic stress in students enrolled in the first and tenth cycle of psychology at a private university in Piura; based on a research of a quantitative nature, due to its basic purpose of character, comparative descriptive, non-experimental, cross-sectional design, in a non-probabilistic sample of 104 academics divided into a group of psychology students from the first cycle (52) and from the tenth cycle (52), in which the technique was used to collect information such as the survey based on an inventory that estimated the research variable. The results determined that there were significant differences in academic stress in students enrolled in the first and tenth cycle of psychology at a private university in Piura ($p < 0.01$).

Keywords: *stress, academic, university, psychology*

CAPITULO I
MARCO METODOLOGICO

1.1. EL PROBLEMA

1.1.1. Delimitación del problema

La educación universitaria es una etapa la cual implica diferentes labores y exigencias, demandas tanto sociales, personales y académicas que preocupan a los académicos de estudios superiores. (Estrada et al., 2021). En esa línea, los estudiantes son un grupo propenso al estrés académico, los universitarios son más susceptibles a este fenómeno ya que la educación superior está sujeta a cambios que en diferentes ocasiones los estudiantes no llegan a tomar en cuenta o ignoran el estrés académico que esto genera (Soto et al., 2021). Asimismo, el rendimiento académico en universitarios, en su mayoría, se ve afectado por el estrés, puesto que todas las actividades implican la inversión de tiempo, esfuerzo, incluso hasta recurso económico (Armenta et al., 2020). Dentro de los factores que generan este estrés se encuentran el realizar un examen, exposiciones, exceso de trabajos, circunstancia económica, escaso interés por el estudio, falta de tiempo, lazos sociales y competitividad en el grupo entre otras situaciones. (Peña & Sierra, 2021).

Asimismo, en base a la coyuntura de la pandemia, el desarrollo de las clases y o metodologías de enseñanza pasaron del campo presencial a lo virtual. Esto trajo consigo ciertos cambios inesperados en el ámbito pedagógico como lo sería el uso de dispositivos digitales para la realización de jornadas de aprendizaje; las situaciones económicas se vieron afectadas, apareció la incertidumbre, estrés y ansiedad dada la existencia de un virus presente en el exterior que mantenía a todos en alerta además de un miedo a entrar en contacto con el virus (González, 2020).

De acuerdo a la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) alrededor del año 2020, obtuvieron que el 70% de los estudiantes, bajo un contexto global, se vieron afectados en sus círculos sociales, economía y propias emociones (Terrazas et al., 2022). En esa línea en una investigación realizado a universitarios en el país de Estados Unidos dio como resultado que el 75% de estudiantes habían pasado por cuadros de depresión y ansiedad como resultado de la crisis de estrés producto de la pandemia (González,

2020). Siendo estos datos un indicativo de cambios importantes y negativos que ha dejado como secuela la pandemia vivida en ese año.

(ODCE, 2017) se halló que un 50% de jóvenes estudiantes de México declararon tener tensión ante labores académicas, un 60% se encuentra ansioso por el rendimiento por las materias que llevan y el 79% de los jóvenes se encuentra angustiado por obtener bajas calificaciones. Estos resultados son vitales como aporte a comprender cuán importante es enfocarse no solamente en los resultados académicos de los estudiantes sino también en sus áreas emocionales y psicológicas y lo que verdaderamente significa para el estudiante la carrera que está realizando.

Además, investigaciones realizadas en Latinoamérica concuerdan en sus resultados habiendo obtenido una creciente incidencia de estrés en los estudiantes de educación superior, indicando que el 67% de la población ha obtenido niveles moderados de estrés. (Armenta et al., 2020). Siendo un valor que corrobora como en los estudios anteriores que estudiantes de educación superior tienen mayor predisposición a padecer estrés académico y de ahí que sería relevante hallar sus distinciones o particularidades en cada estudiante, es decir del cómo lo afronta.

A nivel nacional, es sabido que por motivo de la cuarentena y pandemia del COVID-19 el estado del Perú optó por dictaminar una serie de medidas para así reducir la tasa de contagios. Entre las nuevas medidas figuraban la enseñanza virtual tanto en educación básica, superior y tecnológica. Una vez aplicado esta medida, salieron a la luz diferentes dificultades como, la limitada accesibilidad a redes de internet, la exposición constante a los dispositivos digitales, la metodología de enseñanza del docente a cargo, la sobrecarga de labores y la negativa percepción de didáctica. Este conjunto de factores ha llegado a generar en los estudiantes universitarios el incremento del nivel de estrés al igual que una preocupación constante que estarían afectado su rendimiento académico. (Estrada et al., 2021).

Asimismo, en otro análisis con este tipo de población, la evaluación del estrés académico pudo identificar que un 56% de estudiantes universitarios llegaron a

padecer un moderado nivel de estrés, por otra parte, un 40% se encontraba en un nivel mayor de estrés académico, siendo porcentajes que se asociaron a tendencia de ideación suicida (Guzmán, 2021). Los porcentajes de los estudios manifiestan una tendencia latente y sostenida en esta población, siendo vital poder no solamente enfocarse en los rendimientos académicos sino también en el estado emocional de los estudiantes y las modalidades de enseñanza de los docentes.

En una investigación realizada en Lima con universitarios entre el primer y último año de la carrera de psicología, pudo identificarse que el 49.2% de evaluados se encontraban el nivel medio del estrés académico, así como manifestaciones moderadas en respuestas psicológicas (50.2%), respuestas corporales (51.1%) y de afrontamiento al estrés (47%) (Huamán, 2020).

Según datos del Ministerio de Salud (MINSA, 2019) se llegó a reportar que en la comunidad educativa el 85% de los estudiantes universitarios peruanos presenta dificultades en su salud mental, las situaciones más frecuentes estrés (79%), son ansiedad (82%) y violencia (52%). Estos datos suponen un grave problema latente en la salud psicoemocional de los universitarios lo cual, si se hace un contraste con lo que el contexto de la pandemia, es posible que los porcentajes se hallan incrementando aún más.

Cáceres, M. citada por Salazar (2018) resaltó el hecho que de las razones que fomentan el estrés académico en los académicos de educación superior se debe a la ausencia de una adecuada organización, en especial en los periodos de exámenes parciales. En un estudio realizado a académicos del primer ciclo de las carreras profesionales de Psicología y Ciencias de la Comunicación se halló que un 44% de la población estudiada Ciencias de la Comunicación y Psicología se identificó que un grupo de estudiantes manifestó estrés académico moderado en un 44% y 38% en niveles altos; mientras que en un segundo grupo se conoció que el 47% de estudiantes tuvieron altos grados de estrés académico y 41% se ubicó en el nivel moderado.

La problemática descrita conlleva a tener una comprensión de la realidad a las que están expuestos los estudiantes por las cuales se deben posteriormente

analizar con detenimiento e implementar estrategias educativas que ayuden a los estudiantes a adaptarse a los cambios a los que afrontan. De tal manera que por lo anteriormente mencionado y teniendo en cuenta los porcentajes de estrés que reflejan los antecedentes considerados para la presente investigación es que creímos conveniente formularnos la siguiente interrogante.

1.1.2. Formulación del problema

¿Qué diferencias existen del estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura?

1.1.3. Justificación del estudio

La actual investigación tiene como relevancia tres ámbitos de justificación la cual pretende aportar con tema de estrés académico en estudiantes universitarios del primero y décimo ciclo puesto que se dio un cambio imprevisto en las actividades estudiantiles a raíz de la pandemia y además diversos estudios corroboran que esta etapa universitaria los estudiantes se ven expuesto de por sí a un estrés académico latente que tiene serias dificultades en el proceso educativo y psicoemocional de los estudiantes de educación superiores.

Entre los criterios de justificación la investigación, el aporte teórico se justifica en que mediante las contribuciones de autores y modelos teóricos se pretende revalidar dichos conocimientos y llegar explicar el problema de investigación en los estudiantes del ámbito universitario llegando a entender el grado de afección que llega a producir el estrés académico en esta población. En esa línea los resultados pueden aportar a cada estudiante una comprensión teórica del porqué de su conducta y de su estado emocional y el cómo se sienten y posiblemente pueda ayudarles a prever dicho comportamiento para tomar decisiones que necesitan cambiar en su forma de afrontar los estudios.

Con relación a la implicancia práctica, el estudio estuvo sujeto a aportar con los profesionales docentes, psicólogos, tutores, entre otros en pro de reconocer el contexto de los estudiantes y como estos en su práctica profesional puedan promover un acercamiento al estudiante a fin de trabajar el tema de las cargas emocionales que padece el estudiante por los diversos factores que muchas veces

conlleve al padecimiento de estrés académico. Además, los resultados puedan significarle a los estudiantes el poner en práctica mejores hábitos de estudio y de organización de sus tiempos académicos para adecuarse a la carga de labores académicas.

Sobre la relevancia social, fue importante dado que pretendió beneficiar a los estudiantes universitarios en general para identificar la situación que vivencian tanto al ingresar como a la etapa de egreso de la casa de estudios superiores de como el estrés académico impacto en ellos de tal manera que brinde un panorama claro que los directivos de las instituciones universitarias puedan comprender y promover algún tipo de acción para atenuar esta problemática latente en los estudiantes, además los resultados obtenidos del estudio pueden aportar a los estudiantes en general a reconocer que el ambiente universitario requiere de un esfuerzo importante por lo que deben estar preparados para adecuarse en este nuevo contexto educativo, diferente al escolar de tal manera que se esperaría tener menos estudiantes estresados por lo tanto tendrán un mejor rendimiento académico por ende se vuelvan excelentes profesionales.

1.1.4. Limitaciones

- Los resultados de esta investigación no se pueden generalizar.
- Es aplicable a sujetos que presenten las mismas características.
- No puede generalizarse con otras teorías del estrés académico.
- Debido al contexto del COVID 19 se nos hizo complicado contar con todos los alumnos que conformaban la muestra para así poder aplicar el inventario debido a que la pandemia nos obligó a la modalidad virtual siendo así que no todos disponían de la condiciones o herramientas para así poder continuar con sus estudios académicos.

1.2. OBJETIVOS

1.2.1. Objetivos generales

Comparar los niveles del estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

1.2.2. Objetivos específicos

- Comparar los niveles de la dimensión estresores en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.
- Comparar los niveles de la dimensión síntomas de estrés en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.
- Comparar los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

1.3. HIPÓTESIS

1.3.1. Hipótesis generales

H₀: Existirán diferencias en los niveles de estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

1.3.2. Hipótesis específicas

H₁: Existirán diferencias en los niveles de la dimensión estresores en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

H₂: Existirán diferencias en los niveles de la dimensión síntomas de estrés en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

H₃: Existirán diferencias en los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

1.4. VARIABLES E INDICADORES

Variable: Estrés académico

Definición operacional: es la percepción del estudiante universitario sobre las exigencias académicas que generan estrés y genera una inestabilidad

apareciendo síntomas que pueden equilibrarse o no por los modos de afrontamiento (Barraza, 2007). Compuesto por los indicadores de sobrecargas, competencias, evaluaciones, carácter y personalidad, participación, no entender; tipo de trabajo asimismo los indicadores psicológicos, físicos y comportamentales para la dimensión síntomas y finalmente los indicadores de habilidad asertiva, elogios, religiosidad, elaboración de un plan, buscar información para así cortar la preocupación.

1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN

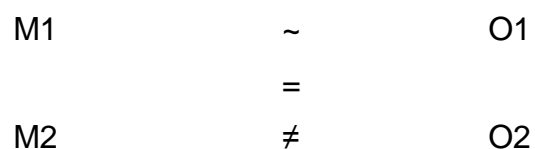
1.5.1. Tipo de investigación

La presente investigación fue de tipo básica, la cual busca conocimientos sin un propósito práctico inmediato (Pimienta, 2017). Asimismo, fue descriptiva siendo un estudio que ayuda a hacer un detallado de información en relación a una problemática sostenida por variables (Niño, 2019). Siendo comparativa para el determinismo de si dos muestras de estudio son similares o no de acuerdo a un constructo o variable (Sánchez et al., 2018).

1.5.2. Diseño de investigación

El diseño de estudio fue no experimental, esto implica que no hubo manipulación de los constructos investigados (Martínez, 2018). Siendo transversal, por lo que la información recogida se hizo en un único momento (Sánchez et al., 2018). Cabiendo añadir que el diseño comparativo obedeció al análisis de dos grupos de estudiantes universitarios que se encuentran en la carrera de psicología.

Gráfico 1 *Diseño de estudio comparativo*



Dónde:

M1 = Alumnos del grupo 1

M2 = Alumnos del grupo 2

O = Aplicación del instrumento (observación de variable)

1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA

1.6.1. Población

La población se conformó de 152 estudiantes del primer ciclo y 52 del décimo ciclo pertenecientes a la carrera de psicología de una entidad universitaria privada de Piura.

Tabla 1 Descripción de los grupos poblacionales de estudio

Grupos	Frecuencias	%
Estudiantes I ciclo	152	74.5%
Estudiantes X ciclo	52	25.5%
Total	204	100%

Fuente: Registro de matrícula del ciclo académico I año 2022 de Piura.

1.6.2. Muestra

La muestra se conformó de 52 estudiantes del primer ciclo y de 52 del décimo ciclo de la carrera pertenecientes a la carrera de psicología, considerando varones y mujeres de una entidad universitaria privada de Piura.

Tabla 2 Descripción de los grupos muestrales de estudio

Grupos	Frecuencias	%
Estudiantes I ciclo	52	50%
Estudiantes X ciclo	52	50%
Total	104	100%

Fuente: Registro de matrícula del ciclo académico I año 2022 de Piura.

- Criterios de inclusión:

- Estudiantes que pertenecen a la facultad de psicología.
- Estudiantes de primer y décimo ciclo.
- Estudiantes que desearon ser parte del estudio.

- Criterios de exclusión:

- Estudiantes que obviaron alguna pregunta o respuesta del instrumento.
- Estudiantes que no quisieron ser parte de este estudio.
- Estudiantes que no se encontraban pasando por una situación de estrés.

1.6.3. Muestreo

Se utilizó para nuestro estudio el muestro no probabilístico por conveniencia. Este el cúmulo de operaciones que se llegan a realizar para así examinar la organización de una serie de características en una población nombrada como muestra (Sánchez et al., 2018). Para nuestro estudio se asumió el muestreo no probabilístico, este nos permite seleccionar muestras por criterio preestablecido. En este caso, el muestreo fue por conveniencia donde se empleó el criterio de cual muestra es la más conveniente para este estudio (Niño, 2019).

1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

1.7.1. Técnica

Evaluación psicométrica: Proceso estandarizado que se compone de reactivos organizados y elegidos, hechos para ocasionar en el evaluado un tipo de respuesta que llega a ser medible; estas reacciones se encuentran enlazadas a su propia naturaleza en relación a su duración, naturaleza, significado y forma (Hernández et al., 2018).

1.7.2. Instrumentos

Para la investigación se tomó como referencia el Inventario SISCO del estrés académico de Arturo Barraza Macías creado en año 2007 en la nación mexicana.

En esa línea en Piura, Perú se realizó una adaptación de dicho instrumento en estudiantes de educación superior de una universidad privada por Cabellos (2020), considerando que la aplicación del mismo puede ser de manera tanto individual como grupal en el nivel académico universitario y postgrado, cuyo objetivo es estimar cual es el nivel de estrés académico que perciben los académicos en el entorno universitario. De tal manera que este inventario contiene alrededor de 31 reactivos y se compone de 3 factores, aduciendo que la forma de corrección del instrumento se da mediante un protocolo de respuestas por las que los encuestados detallan sus datos generales y posteriormente se dirigen a marcar la opción que más se acerca a lo que perciben. En esa línea, se resalta el hecho que las opciones en que se basan las preguntas, implican un tipo Likert como: Nunca (1), Rara vez (2), Algunas veces (3), Casi siempre (4), Siempre (5). Posterior a la evaluación las tablas interpretativas corresponden a puntuaciones y categorías como: 29 a 67 bajo; 68 a 106 medio y de 107 a 145 alto.

Validez: Con relación a la validación del estudio se asumió la adaptación al ámbito peruano de acuerdo al estudio de Cabellos (2020) en la ciudad de Piura, el cual asumió en principio la validez de contenido mediante la V de Aiken por el criterio de expertos donde los aspectos de claridad, relevancia y coherencia se definieron de forma aceptable debido a que el índice de acuerdos (IA) fue igual a 1.00 ($p < .05$). Asimismo, se realizó la validez bajo el análisis factorial confirmatorio (AFC) donde la prueba Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) fue igual a 0.901 y le prueba de Bartlett, = 0.00, siendo valores que dieron paso a este análisis. En esa medida el AFC por componentes principales estableció la existencia de tres factores y la matriz de rotación por el método Varimax arrojó valores fluctuantes entre 0.329 y 0.925. Sumado a ello, la validez de constructo donde se relacionó el constructo general y sus dimensiones arrojaron valores en Estresores =.818, Síntomas =.921, y Estrategias de afrontamiento = .358, los cuales fueron valores superiores a 0.21 y altamente significativos $p < 0.01$.

Por otro lado, la confiabilidad del instrumento según el estudio de Cabellos (2020) en la ciudad de Piura mediante la prueba Omega de McDonald a nivel general fue igual .899; y en sus dimensiones se obtuvieron coeficiente de

Estresores 0.842, Síntomas 0.904 y Estrategias de afrontamiento 0.701, siendo valores aceptables de consistencia interna.

1.8. PRODECIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

El procedimiento inicio cuando entramos en contacto con el director de la escuela profesional de Psicología, carrera de la cual forman parte los estudiantes de la presente investigación. Se le envió el documento de solicitud de aplicación de instrumentos dirigida para unas muestras de estudios específicas y en la que se declara los alcances de estudio.

El contacto con los sujetos de estudio se dio en las sesiones virtuales de clase previa comunicación con los docentes responsables de la misma. Ya estando en la clase respectiva, se les compartió el formulario adaptado en formato digital junto con el documento de consentimiento informado donde cada participante declaró por voluntad propia formar parte de la investigación.

Terminada la evaluación se recolecto la información, asegurándose de que todas hayan sido respondidas y se les agradeció a los estudiantes por el apoyo.

La información recolectada se pasó a una hoja de Excel MS en la que se estructuró la base de datos donde posteriormente se pasaría a realizar el respectivo análisis estadístico.

1.9. ANALISIS ESTADISTICO

Para obtener los resultados en la presente investigación nos apoyamos en la estadística descriptiva, esta se encarga de describir de forma simplificada una serie de características básicas que llegan a mostrar grupos de datos, presentándose de una manera comprensible (Jiménez, 2018). De la misma forma, para comprobar las hipótesis, objetivos y establecer las relaciones de causalidad de esta investigación se sustentó en el uso de la inferencia estadística (Castro, 2019). De ahí que para poder utilizar una prueba que responde las hipótesis de estudio, antes fue importante la realización de una prueba de normalidad, siendo

adecuada la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Esta nos permitió una prueba adecuada para comparar dos grupos de estudio. La prueba U de Mann-Whitney para analizar las posibles diferencias entre los grupos de estudio. Los análisis anteriormente mencionados se realizaron mediante los softwares estadísticos MS Excel 2019 y SPSS versión 25.

1.10. PRUEBA DE NORMALIDAD

Tabla 3 Resultado de la prueba de normalidad de las variables

Ciclo		Pruebas de normalidad		
		Kolmogorov-smirnov		
		Estadístico	gl	Sig.
I ciclo	Estrés Académico	0.178	52	0.000
	Estresores	0.143	52	0.009
	Síntomas	0.222	52	0.000
	Estrategias de afrontamiento	0.118	52	0.067
X ciclo	Estrés Académico	0.093	52	,200*
	Estresores	0.130	52	0.028
	Síntomas	0.089	52	,200*
	Estrategias de afrontamiento	0.091	52	,200*

En la Tabla 1, de acuerdo con la prueba de normalidad de kolmogorov-smirnov se pudo conocer en el grupo de estudiantes de primer ciclo, que la distribución de la variable estrés académico (0.000) y las dimensiones estresores (0.009) y síntomas (0.000) fueron distribuciones distintas a la normal ($p < 0.05$) y solo la dimensión estrategias de afrontamiento fue de distribución normal (0.067; $p > 0.05$). Mientras tanto los estudiantes del décimo ciclo obtuvieron distribuciones normales ($p > 0.05$) en la variable de estrés académico (,200), síntomas y estratégicas de afrontamiento (,200); a excepción de la dimensión estresores (0.028) que fue de distribución distinta a la normal ($p < 0.05$). Estos resultados implican que es esencial utilizar la prueba no paramétrica U de Mann Whitney.

CAPITULO II
MARCO REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES:

INTERNACIONALES

Silva et al. (2020) en México, su investigación tuvo como objetivo principal determinar el nivel de estrés en estudiantes pertenecientes a educación superior. Siendo una investigación de tipo descriptivo, correlacional – comparativa, de diseño no experimental con una muestra de 255 académicos. Uso el inventario SISCO de estrés académico de Barraza (2007). Su investigación dio como resultado un nivel de estrés moderado con un 86.3%, además obtuvo un profundo nivel de estrés con un 11.4%, y por último un leve nivel con 2.14%. En esa línea, el investigador halló una asociación significativa entre programa de estudios y el nivel de estrés ($\chi^2= 18.551$, $p=.005$). Donde los estudiantes de Enfermería y Petroquímica obtuvieron un nivel porcentual más elevado siendo este de 88.1% y 97%; cabe mencionar que los académicos de la facultad de Nanotecnología obtuvieron un profundo índice de estrés con un 17.9%. De la misma manera, la Licenciatura en Genómica obtuvo una 16.7%. Finalmente, no existió diferencias entre el sexo y el nivel de estrés sexo entre los sujetos de estudio ($\chi^2= 2.423$, $p= .298$). En conclusión, es posible determinar que el estrés está presente en ambos sexos.

Kloster & Perrotta (2019) en Argentina. Su investigación tuvo como objetivo principal el analizar las diferencias de las técnicas de afrontamiento y el estrés académico, siendo un estudio de metodología de tipo descriptiva-comparativa, teniendo una muestra total de 163 estudiantes de educación superior. El instrumento aplicado fue el Inventario SISCO de estrés académico. En los resultados, se obtuvo que un 85% de los académicos presentaron moderados niveles de estrés académico, por otra parte, también se obtuvo que en el nivel leve hubo un 11% y en el nivel profundo se obtuvo un 4%. Además, en su investigación halló la existencia de diferencias significativas entre los niveles de estrés académico de académicos de educación superior pertenecientes a los primeros y últimos ciclos ($p=0.000$), donde los estudiantes de los primeros ciclos obtuvieron mayores niveles de estrés académico. También se encontraron diferencias significativas en la dimensión estrategias de afrontamiento siendo $t= -4,341$ y $p=.0002$, donde

finalmente se logró conocer que los académicos de últimos ciclos tienden a usar mayormente estas estrategias, a diferencia de los académicos de primer ciclo,

González (2017) en Paraguay. Su investigación tuvo como objetivo principal diferenciar el tipo de respuesta al estrés académico según el tipo de carrera universitaria. Bajo un diseño no experimental de tipo descriptivo – comparativo. Teniendo una muestra de 353 estudiantes quienes conforman las carreras de Ciencias de la Salud con 79, Economía y administración con 19, Ciencia exactas y naturales con 42, Ciencias sociales y humanidades con 42, Ingenierías con 111 y, Arquitectura, diseño y arte con 41. Para su investigación usó la Escala de Respuesta al Estrés del Cuestionario de Estrés Académico de Cabanach (2008). En los resultados halló diferencias significativas en la dimensión pensamientos negativos, en su comparación entre las facultades de Ciencias de la Salud y las de Economía y Administración con un $p=0.020$, e Ingenierías con $p=0.022$. También halló diferencias significativas en la comparación realizada entre las facultades de Ciencias de la Salud y Ingenierías, según la dimensión alteraciones de sueño siendo $p=0.003$, y agotamiento físico con $p=0.001$. Por último, obtuvo diferencias significativas en la dimensión pensamientos negativos en la comparación realizada entre las facultades de Ciencias de la Salud con las facultades de Economía y Administración obteniendo un $p=0.025$, e Ingenierías con un $p=0.000$. Concluye con que las facultades de Ciencias de la Salud obtuvieron más preponderancia de los niveles alteraciones del sueño, pensamientos negativos, de cansancio físico y sentimientos físicos.

NACIONALES

Salazar (2022) en Trujillo. En su investigación pretendió analizar las diferencias del estrés académico en académicos en dos entidades universitarias. Bajo un diseño no experimental, de tipo descriptiva – comparativa. Y una muestra de dos grupos de académicos del quinto ciclo de ingeniería industrial de universidad pública con 100 estudiantes y una privada con 95. Se aplicó el Inventario de Estrés Académico (IDEA) de Edwar Sánchez. En su investigación, obtuvo que en los académicos de la entidad pública predominó un alto nivel de estrés académico con un 80%, lo mismo en sus dimensiones como, estrés autopercebido con 80%, estrés

académico con 92%, reacciones físicas con un 65%, reacciones psicológicas con un 65.7%, reacciones comportamentales con un 59%. Mientras que en los estudiantes de la entidad privada predominaron niveles altos de estrés con un 63%, y en sus dimensiones; estrés autopercebido con un 66%, estrés académico con un 76%, reacciones físicas con un 53%, reacciones psicológicas con 54%, reacciones comportamentales con un 46%. El análisis comparativo dio como resultado la existencia de diferencias significativas entre ambas muestras según el estrés académico ($t = - 2.220$; $p = .028 < 0.05$). De la misma manera existieron diferencias con la dimensión estresores académicos ($t = - 3.130$; $p = .002 < 0.01$). Por otro lado, también se halló la inexistencia de diferencias significantes entre ambas muestras y las dimensiones de estrés autopercebido, reacciones físicas, reacciones psicológicas, reacciones comportamentales.

Díaz (2020) en Chiclayo tuvo como objetivo analizar las diferencias del estrés académico en estudiantes de las carreras profesionales de Arquitectura e Ingeniería Civil en una universidad privada. Con un diseño no experimental y tipo descriptivo – comparativo. La investigación trabajó con una muestra entre dos grupos de estudiantes de la escuela Ingeniería Civil (80) y Arquitectura (80). Se usó el Inventario SISCO del estrés académico de Barraza (2007). Dentro de sus resultados se halló una prevalencia en ambos conjuntos de estudio en niveles medios de estrés académico en académicos en la carrera profesional de Ingeniería Civil (85%) y de Arquitectura (50%). En las dimensiones prevalecieron niveles medios como en la dimensión estresores, donde estudiantes de la escuela de Ingeniería Civil (83%) y de Arquitectura (57%); en la dimensión de Estrategias de Afrontamiento, los académicos de la carrera de Ingeniería Civil (61%) y de la carrera de Arquitectura (58%), respectivamente. Por último, dentro de la dimensión síntomas, se encontraron en el nivel medio los académicos de Ingeniería Civil (77%) y en Arquitectura, niveles bajos (50%). Se halló diferencias significantes del estrés académico en la comparación realizada a los académicos de Ingeniería Civil y Arquitectura ($p = .041 < 0.05$). De la misma manera existieron diferencias significantes en la dimensión de estresores ($p = .045$) y en la dimensión síntomas ($p = .042$) con relación a los académicos de Ingeniería Civil y Arquitectura $p < .05$.

Finalmente, no existió diferencias con las estrategias de afrontamiento ($p=.088>.05$).

Espinoza & Ruiz (2019) en Huancayo. El objetivo principal de su investigación fue analizar las diferencias entre los niveles del estrés académico en alumnos de dos académicas pre-universitarias. Bajo un diseño no experimental y de tipo descriptivo comparativo. Con una muestra de 105 académicos de academias pre universitarias de Huancayo con 51 y Huancavelica con 51. Aplicó el Inventario SISCO del estrés académico de Barraza (2007). Los resultados demostraron la existencia de altos niveles de estrés en académicos hombres en los dos grupos muestrales, Huancavelica con 42% y Huancayo con 42%. Mientras que mujeres obtuvieron altos niveles, pero en un menor porcentaje, Huancavelica con 9% y Huancayo con 11%. En la comparación se halló la inexistencia de diferencias significativas entre los niveles de estrés en Huancayo y Huancavelica siendo $p=0.089>0.05$. En cuanto a las dimensiones, halló diferencias significativas entre el nivel de reacciones siendo $p=0.034<0.05$. En la dimensión estresores no existieron diferencias significativas siendo $p=0.213>0.05$, al igual que en ambos grupos muestrales.

Poma (2019) en Lima, tuvo como objetivo analizar la relación entre estrés académico y manejo del tiempo de académicos universitarios. Bajo un diseño no experimental y tipo comparativo – correlacional. Con una muestra de 381 académicos de la facultad de contabilidad, psicología y administración. Se aplicó la Escala de manejo de tiempo de García y Pérez y el Inventario SISCO de estrés académico de Barraza. En su investigación halló que existe una predominancia de moderados niveles de estrés con 39.9% de académicos. Mientras que para el manejo del tiempo general fue de una tendencia moderada en el 26% de encuestados. En esa línea, se halló relación inversa y significativa de acuerdo a las variables generales ($Rho=-.206$; $p=.000<0.01$). Asimismo, el análisis comparativo entre las dimensiones y el estrés académico en relación al sexo, fueron significativas con el afrontamiento al estrés ($p=.034<.05$), mientras que no hubo diferencias con las demás dimensiones. En relación al ciclo académico, se halló diferencias significativas con la dimensión estrategias de afrontamiento siendo

$p=0.028<0.05$. Y en función de la carrera, no se encontró diferencias significativas $p<0.05$.

REGIONALES

Landeo (2022) en su estudio pretendió conocer la asociación sobre las técnicas de afrontamiento al estrés y las ideas suicidas en universitarios en tiempos de pandemia Covid-19. Bajo un diseño no experimental y correlacional. Una muestra de 130 académicos, a quienes se les aplicó el Inventario SISCO de estrés académico y el Inventario de Ideación suicida de Beck. Los análisis dieron a conocer que ningún estudiante llegó a presentar niveles de ideación suicida, mientras que un 22% se ubicó en niveles graves de afrontamiento al estrés. Asimismo, se pudo llegar a conocer que las variables de estudio se asociaron significativamente ($p=0.00<0.01$).

Amaro et al. (2021) en su estudio indagó cómo la enseñanza en modalidad virtual en tiempos de pandemia causa estrés académico en académicos de una universidad privada. Con un enfoque cualitativo, bajo un diseño fenomenológico y un alcance explicativo. Consideró una muestra de 16 universitarios. Dentro de los resultados hallados reflejan que la enseñanza virtual en tiempos de pandemia Covid-19 si ocasiona estrés académico en académicos. Habiendo factores estresores como dificultades para conectarse a internet, el incremento de las labores y trabajos, horas frente a la computadora, poca empatía por parte de los profesores, etc. Amaro concluye su investigación afirmando que la enseñanza virtual en tiempos de pandemia Covid-19 causa estrés académico en universitarios, presentando reacciones tanto físicas, psicológicas y comportamentales.

Timoteo (2021) en su investigación pretendió analizar la asociación del estrés académico y la ansiedad en respuesta al Covid-19 en académicos de un instituto. Bajo un diseño no experimental y correlacional, con una muestra de 125 académicos. Se aplicaron dos instrumentos. En análisis de estudio obtuvo que la ansiedad se encuentra en un moderado nivel de ansiedad con 52%, un 24% de los académicos tiene niveles altos, y un 22% de la muestra en bajos niveles. En relación al estrés académico se halló una predominancia de moderados niveles de estrés en un 52.8%, también halló altos niveles de estrés en un 24% y bajos niveles

en un 23%. De la misma manera, logró hallar que si existe relación general de los constructos de estudio siendo $r = .523$ y $p = .000 < 0.01$.

2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1. Estrés académico

2.2.1.1. Definiciones

Según Martínez & Díaz (2007) el estrés académico es esa aquella incomodidad que aparece en académicos a causa de la tensión presentada al hacerle frente a un tópico del propio contexto estudiantil.

Berrio (2011) define al estrés académico como la respuesta que estimula la parte emocional, conductual y fisiológica ante los eventos estudiantiles y estímulos y eventos.

Por su parte, según Parra et al. (2015) el estrés académico tiende a definirse como los impactos que llegan a manifestarse de forma sintomatológica en los estudiantes los cuales afectan su bienestar físico, psicológico y social en el entorno universitario.

Para Valdivieso & Lucas (2020) es un proceso sistémico y de carácter adaptativo que se llega a presentar cuando el estudiante percibe un conjunto de demandas como estresores.

Según Barraza (2007) es un proceso sistémico el cual se considera por ser psicológico y adaptativo donde el propio contexto estudiantil domina al estudiante, viéndose presionado por la misma circunstancia y su perspectiva. Esto genera el desequilibrio sistémico que aparece en forma de reacciones. En última instancia, este desequilibrio instiga al académico a buscar o llevar a cabo formas para afrontar estas circunstancias (output), mediante esto recuperará el equilibrio sistémico.

En base a estos conceptos se puede llegar a inferir que efectivamente el estrés académico implica un exceso de las funciones académicas percibidas por

los académicos en su entorno universitario que por lo general no ha podido llegar a adaptarse, y en la medida que no se llegue a generar un equilibrio, entre las demandas académicas y la capacidad de responder adecuadamente a las mismas, el estudiante empezará a manifestar una serie de síntomas físicos, fisiológicos, y psicológicos que pueden llegar a comprometer su desempeño académico.

2.2.1.2. Características del estrés

El estrés es un proceso fisiopatológico que aparece en el momento que demandas exteriores sobrepasan las estrategias que posee una persona, y al no lograr una respuesta óptima causa que el propio organismo haga un incremento de actividad fisiológica y así poder tener una mayor percepción de la circunstancia y sus requerimientos, un rápido proceso cognitivo, eficaz hallazgo de soluciones y la deliberación de acciones adecuadas para enfrentar la situación. (Castrillón et al., 2015). En esa línea la construcción teórica, el estrés se ha subdividido en tres subcategorías: eustrés, el cual es positivo y permite que la persona se entre en alerta y enfrente la amenaza percibida. El estrés normal, este es el que se necesita para afrontar situaciones que demanden estar en alerta. Y por último el distrés, el estrés negativo, cuando las capacidades de una persona se ven superadas por las situaciones consideradas amenazantes, esto es agobiante (Suárez et al., 2021).

En esa línea, la importancia del estrés académico sobre su análisis radica en sus posibles consecuencias negativas, en este caso lo serían el tabaquismo, alcohol y otras adicciones que solo arriesgan el rendimiento académico de los estudiantes universitarios (Alfonso et al., 2015). Se ha demostrado que el estrés académico afecta la parte fisiológica del organismo desde diferentes procesos, hormonales, metabólicos e inmunes, lo que conlleva a pensar que dentro de los mecanismo y causas que producen el estrés, interactúan aspectos medioambientales, genéticos, personales y biológicos. Estos inducen la alteración del sistema nervioso autónomo, siendo esto que afecte el sistema nervioso parasimpático disminuyendo su actividad, a la vez el sistema nervioso simpático incrementa su actividad (Escobar et al., 2021).

En esa medida según McGrath (1976 citado en You, 2018) el estrés no es un simple desajuste entre la demanda y la capacidad; más bien, ocurre con

evaluaciones combinadas de la capacidad percibida y el valor de la tarea percibida. En consecuencia, los individuos perciben el estrés académico de manera diferente: algunos estudiantes lo perciben como un desafío, mientras que otros lo perciben como una amenaza (You, 2018).

2.2.1.3. Estrés académico en el contexto universitario

Las actividades dentro de la propia universidad también representan factores estresantes para muchos universitarios debido a las altas demandas académicas, sociales y personales (Estrada et al., 2021). Un gran número de estudiantes pasan por altos niveles de estrés académico, pues tienen una carga consiguiente que va desde la responsabilidad de concretar labores académicas, la propia sobrecarga, además de evaluaciones de los docentes, por los propios padres y por ellos mismos en relación a su desenvolvimiento, genera ansiedad. (Sierra et al., 2015). En esa línea se dice que el estrés académico se relaciona con una diversidad de resultados adversos. Por ejemplo, los estudiantes se convierten en víctimas del estrés académico cuando se le presiona para sobresalir en pruebas o exámenes (Dada et al., 2019)

Asimismo, se dice que, para los académicos, esta presión universitaria tiende a ser normal, cabe resaltar que, en las circunstancias de la modalidad virtual y las propias modificaciones en el ámbito social, llegan a causar un impacto psicológico y un deterioro emocional. Si bien es cierto que la generación actual destaca por su cercanía a la tecnología y su adaptación a esta, el tener una reacción como el estrés académico es natural como en todo ser humano ante un cambio repentino en su vida diaria. (Alania et al., 2020). Habiendo mencionado lo anterior, en diferentes estudios se ha demostrado que existen periodos donde el estudiante llega a percibir mayor estrés, periodos que comprende evaluaciones, la sobrecarga en las primeras materias de la facultad, enseñanza muy arraigada a la memorización de temas, la escasez de tiempo, exposiciones o participaciones en público, deficiencias en el método de enseñanza del docente y el haber obtenido resultados no concordes a la expectativa (Toribio & Franco, 2016). También se añade que, los niveles altos de estrés también aparecen cuando el estudiante no logra tener el control sobre las demandas o exigencias. El nuevo ingreso al

ambiente universitario también representa un factor estresante ya que el hecho de entrar a un nuevo ambiente puede experimentar una falta de control sobre este, así sea de manera transitoria (Soto et al., 2021).

2.2.2.4. Manifestaciones del estrés académico

La etapa universitaria se caracteriza por estar llena de exigencias y demandas tanto personales como sociales que llegan a afectar el récord académico y aumentar los niveles de estrés (Estrada et al., 2021). Este tipo de estrés, se evidencia en todos los grupos etarios e influye en el normal desenvolvimiento de las personas dentro del ambiente universitario (Estrada et al., 2021). En ese sentido cuando el estudiante percibe que las demandas académicas lo superan sus capacidades o recursos, es donde aparece el estrés académico, pudiendo inducir a pensamientos desalentadores y emociones negativas que afecten su productividad y esfuerzo (Ramos et al., 2020).

Dentro de los efectos del estrés pueden ir desde incomodidad casi imperceptible con pocas o escasas consecuencias, siendo las alteraciones psicológicas y físicas con consecuencias graves sobre el ámbito social, personal y social (Emiro et al., 2020), dado que los múltiples factores que conllevan al estrés académico repercuten negativamente en la adquisición de las competencias profesionales (Asenjo et al., 2021), generando un notable impacto mental y desgaste emocional (Alania et al., 2020). Asimismo, el estrés académico puede manifestarse en dos aspectos: de manera física, dolores tanto de cuello, cabeza, mareos, insomnio o somnolencia, dolor de espalda. Y en la parte psicológica, ansiedad, angustia, temor, alteración del carácter, aislamiento o escasa socialización por estar pendientes u ocupados en sus labores o exigencias académicas (Salazar, 2018). La ansiedad también tiene un papel aquí ya que es otro factor, siendo esta un factor que puede disminuir o aumentar. A veces ese desequilibrio por la falta de recursos. (Álvarez et al., 2018).

Cabe mencionar que el propio estrés no es perjudicial en sí mismo, más bien que el inconveniente se halla en la dificultad para recuperar el equilibrio luego de

perderlo. Esto llega a pasar cuando el académico tiene poca resiliencia. Mediante este sistema (Osorno et al., 2021). Cabe mencionar también que los estudiantes se abruma si llevan pensando la realización de una actividad. Este esfuerzo mental hace que el académico aproveche el tiempo en organizarse considerando días libres y horas para estudiar o trabajar. Así no se acumulan trabajos o evaluaciones, además el tiempo que dispone para los lazos sociales o amigos será más prolongado (Salazar, 2018). El propio autoconcepto y la regulación de emociones son características de una persona exitosa, esta forma de ver el panorama también permitirá afrontar los nuevos retos y exigencias académicas, para superar asertivamente el trabajo de ciclo. Viendo superado esto, los estudiantes pueden prevenir la aparición de síntomas tanto físicos, psicológicos y conductuales (Aldana et al., 2020).

2.2.2.5. Dimensiones del estrés académico

El estrés académico ocurre cuando las exigencias en el contexto universitario exceden los recursos que llegan a ser accesibles a una persona. Esto llega a afectar el cómo se podrían adaptar los académicos (Dada et al., 2019). Es cierto que estas demandas son una amenaza para el estudiante, pero su grado de afección dependerá de la respuesta que el estudiante saca a relucir en dichas situaciones (Freire & Ferradás, 2020). Barraza (2006) propone tres dimensiones:

Dimensión 1: Estresores: Son el grupo de demandas en el contexto universitario que llegan a afectar al académico. El estudiante hace una valoración cognitiva de algún contexto amenazante (Barraza, 2006).

Dimensión 2: Síntomas: indican el desequilibrio ocasionado por un contexto que causa estrés los de los cuales llegan a ser angustia, dolor de cabeza, tristeza etc., (Barraza, 2006).

Dimensión 3: Estrategias de Afrontamiento: Estos son una serie de refuerzos cognitivos y conductuales que se mantienen en constante cambio, mejorando para poder sobrellevar de una manera más óptima las exigencias externas e internas

que son catalogadas como excedentes o desbordantes de recursos del propio estudiante (Lazarus y Folkman, 1986, citados en Barraza, 2006).

2.2.1.6. Modelos teóricos

Teorías basadas en el estímulo de Holmes y Rahe (1967). Este modelo se centra en el estímulo, se llega a interpretar en relación a las características de los estímulos del ambiente, ya que consideraron que los estímulos externos pueden llegar a afectar las funciones del organismo. En esa medida estos autores han llegado a proponer que situaciones importantes o vitales para las personas como lo sería una mudanza, el nacimiento de un bebé o hijo, una boda, el fallecimiento de un ser querido, etc., son factores causantes de estrés ya que están relacionados a grandes cambios que realizara una persona en su vida, por ende, exigen su capacidad de adaptación. Este modelo se centra en estímulo, ya que el estrés se focaliza más en la parte externa mas no centrándose en la persona, a quien le corresponde el strain (efecto generado por el estrés). Cabe recalcar que, por el hecho de haber diferencias entre cada persona, los estímulos no llegan a tener igual o parecido resultado estresor en todos los individuos. En esa línea Weitz (1970, citado en Berrio, 2011) llegó a clasificar las circunstancias causantes de estrés más comunes: impedimento para terminar o cumplir un objetivo, estímulos nocivos del ambiente, alteradas funciones fisiológicas, percepción de amenaza, encierro y aislamiento, frustración y presión social (Berrio, 2011).

El modelo transaccional del estrés enunciado por Lazarus y Folkman (1986). Los procesos cognitivos de las personas tienen un rol determinante al momento de aparecer el estrés. Un componente importante es la evaluación que realiza la persona sobre el contexto o la situación, las demandas y las herramientas personales y sociales para considerarla desbordante o no (Román & Hernández, 2011). Asimismo, según los autores, el origen del estrés se halla en la relación que tiene la persona con el entorno, que llega a catalogar o evaluar como una amenaza que es difícil de enfrentar. Por este motivo, esta teoría se basa en la evaluación cognitiva. “La evaluación cognitiva es un proceso evaluativo que determina por qué y hasta qué punto una relación determinada o una serie de relaciones entre el individuo y el entorno es estresante” (Lazarus y Folkman, 1986 citados en (Berrio,

2011). Por lo tanto, la acción de evaluar es un importante factor que sirve de mediador cognitivo entre los estímulos estresores y las reacciones de estrés. Habiendo mencionado lo anterior, los autores propusieron tres tipos de evaluación: Evaluación primaria: es la primera evaluación psicológica. Ocurre en el encuentro con una demanda ya sea interna o externa. Evaluación secundaria: ocurre después de la primaria, y aquí se van a evaluar las propias facultades y recursos que disponemos para enfrentar una situación estresante. Y finalmente la reevaluación: se realizan procesos de feedback, permitiendo corregir las evaluaciones previas (Berrio, 2011).

Modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico, se construye por 4 hipótesis (Barraza, 2006):

Hipótesis de los Componentes Sistémicos-procesuales del Estrés Académico. Los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico hacen referencia a los sistemas de equilibrio que se encuentran en diversos sistemas para estabilizarse, flujo de entrada (input) y flujo de salida (output). Estos componentes son 3: estímulos estresores (input), síntomas (indicadores del desequilibrio) y estrategias de afrontamiento (output).

Hipótesis del Estrés Académico Como Estado Psicológico. El estrés académico es un estado sustancialmente psicológico ya que presenta estresores menores, siendo estos los que la persona le da una valoración, y los estresores mayores los cuales amenazan a la persona y no pueden tener una valoración de la misma. En resumen, el factor estresor es el incentivo o estímulo percibido como hostil que llega a desencadenar en la persona una reacción inespecífica o generalizada.

Hipótesis de los Indicadores del Desequilibrio Sistémico que Implica el Estrés Académico. Aquí se encuentran los síntomas o indicadores de la situación estresante (desequilibrio sistémico), y se clasifican en reacciones psicológicas, físicas y comportamentales.

Hipótesis del Afrontamiento Como Restaurador del Equilibrio Sistémico. Ante el desequilibrio que produce el estrés, la persona pone en juego variedad de técnicas o estrategias de afrontamiento que pueden recuperar el equilibrio del sistema. Hay diferentes estrategias de afrontamiento que se pueden realizar, Barraza (2006) propone las siguientes: elogios a uno mismo, confidencias o ventilación, habilidad asertiva, religiosidad, buscar información sobre la situación, humor, distracciones evasivas, asistencia profesional, y elaborar un plan de ejecución de las tareas.

2.3. MARCO CONCEPTUAL

2.3.1. Estrés académico: Proceso sistémico el cual se considera por ser adaptativo y psicológico donde el entorno universitario somete al estudiante a las exigencias académicas sintiéndose presionado por el propio contexto y su perspectiva. Estas exigencias se consideran estresores (input) y generan un desequilibrio sistémico siendo aquí donde aparecen los síntomas o reacciones tanto psicológicas, físicas y conductuales. Y, por último, el mismo desequilibrio induce a los estudiantes a buscar técnicas o formas de afrontamiento (output) para recuperar el equilibrio sistémico (Barraza, 2007).

CAPITULO III
RESULTADOS

Tabla 4 Descripción del nivel de estrés académico en estudiantes de primero y décimo ciclo de psicología

Variable	Nivel	Ciclo de estudio			
		I ciclo		X ciclo	
		F	%	F	%
Estrés Académico	Bajo	32	61.5%	12	23.1%
	Medio	18	34.6%	39	75.0%
	Alto	2	3.8%	1	1.9%

Fuente: Encuestas aplicadas en estudiantes de psicología de una universidad privada

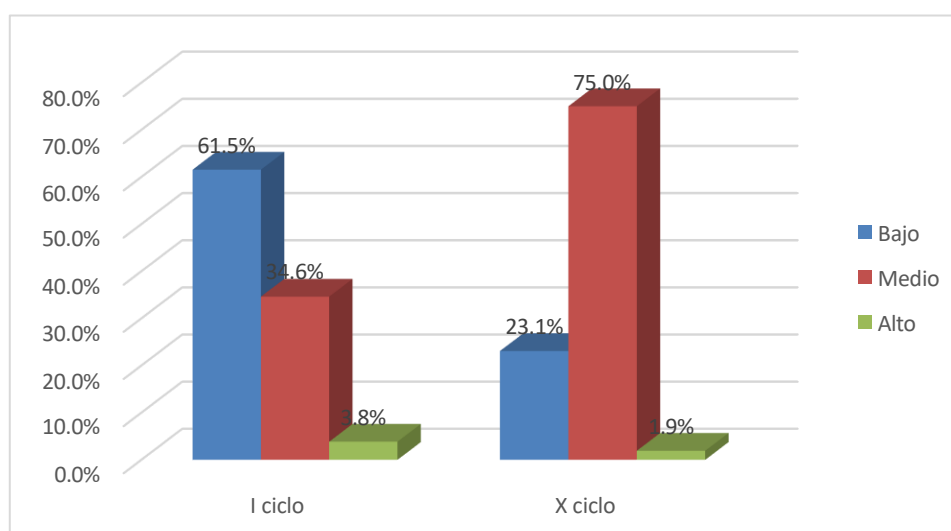


Gráfico 2 Descripción del nivel de estrés académico en estudiantes de psicología

En la Tabla 4, de acuerdo con el estrés académico, se evidenció que existió una predominancia de niveles medios en el 75% de los estudiantes del décimo ciclo, en comparación a un 34.6% de encuestados del primer ciclo; asimismo existió un alto porcentaje del 61.5% de estudiantes del primer ciclo con niveles bajos de estrés académico y solo un 23.1% mostró niveles bajos; finalmente un 3.8% de estudiantes del primer ciclo señalan tener un nivel alto de estrés académico en comparación a un 1.9% de los encuestados del décimo ciclo.

Tabla 5 Descripción de los niveles de la dimensión estresores en estudiantes de primero y décimo ciclo de psicología

Variable	Nivel	Ciclo de estudio			
		I ciclo		X ciclo	
		F	%	F	%
Estresores	Bajo	26	50.0%	2	3.8%
	Medio	20	38.5%	41	78.8%
	Alto	6	11.5%	9	17.3%

Fuente: Encuestas aplicadas en estudiantes de psicología de una universidad privada

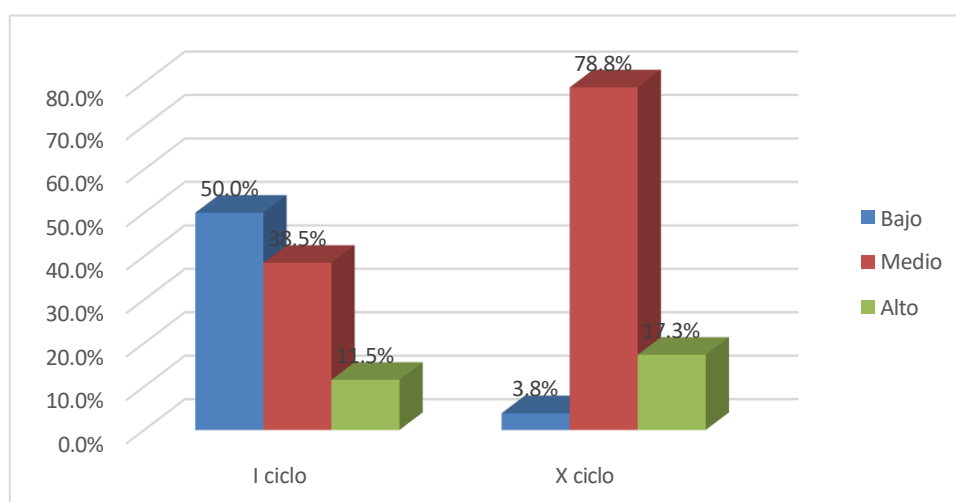


Gráfico 3 Descripción de los niveles de la dimensión estresores en estudiantes de psicología

En la Tabla 5, de acuerdo con la dimensión estresores pudo hallarse una predominancia de niveles medios en el 78.8% de académicos del décimo ciclo, en comparación a un 38.5% de estudiantes del primer ciclo en ese mismo nivel; asimismo se aprecia un importante porcentajes del 50% de estudiantes con niveles bajos en esta dimensión en contraparte a solo un 3.8% con niveles medios; finalmente un 17.3% de académicos del décimo ciclo percibieron niveles alto de estresores y en menor medida un 11.5% lo padeció en niveles altos.

Tabla 6 Descripción de los niveles de la dimensión síntomas de estrés en estudiantes de primero y décimo ciclo de psicología

Variable	Nivel	Ciclo de estudio			
		I ciclo		X ciclo	
		F	%	F	%
Síntomas	Bajo	35	67.3%	33	63.5%
	Medio	15	28.8%	19	36.5%
	Alto	2	3.8%	0	0.0%

Fuente: Encuestas aplicadas en estudiantes de psicología de una universidad privada

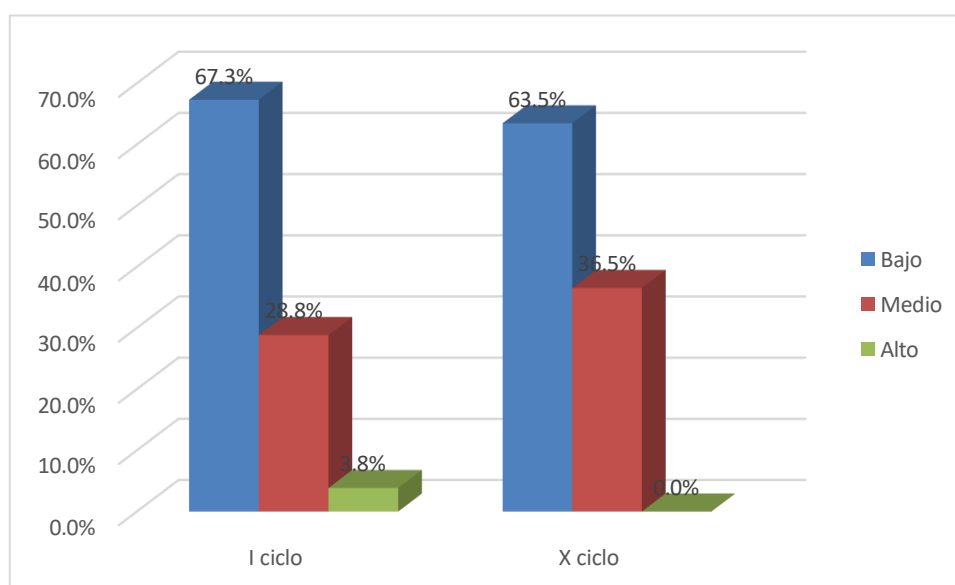


Gráfico 4 Descripción de los niveles de la dimensión síntomas de estrés en estudiante de psicología

En la Tabla 6, según la dimensión de síntomas, se evidenció que el 67.3% de estudiantes del primer ciclo y un 63.5% se ubicaron en niveles bajos de la dimensión de síntomas respectivamente; en tanto que un 36.5% y el 28.8% del décimo y primer ciclo se ubicaron en niveles medios de esta dimensión; finalmente solo un 3.8% de los estudiantes del primer ciclo se ubicaron en niveles altos de la dimensión síntomas.

Tabla 7 Descripción de los niveles de la dimensión afrontamiento en estudiantes de primero y décimo ciclo de psicología

Variable	Nivel	Ciclo de estudio			
		I ciclo		X ciclo	
		F	%	F	%
Estrategias de afrontamiento	Bajo	10	19.2%	8	15.4%
	Medio	27	51.9%	23	44.2%
	Alto	15	28.8%	21	40.4%

Fuente: Encuestas aplicadas en estudiantes de psicología de una universidad privada

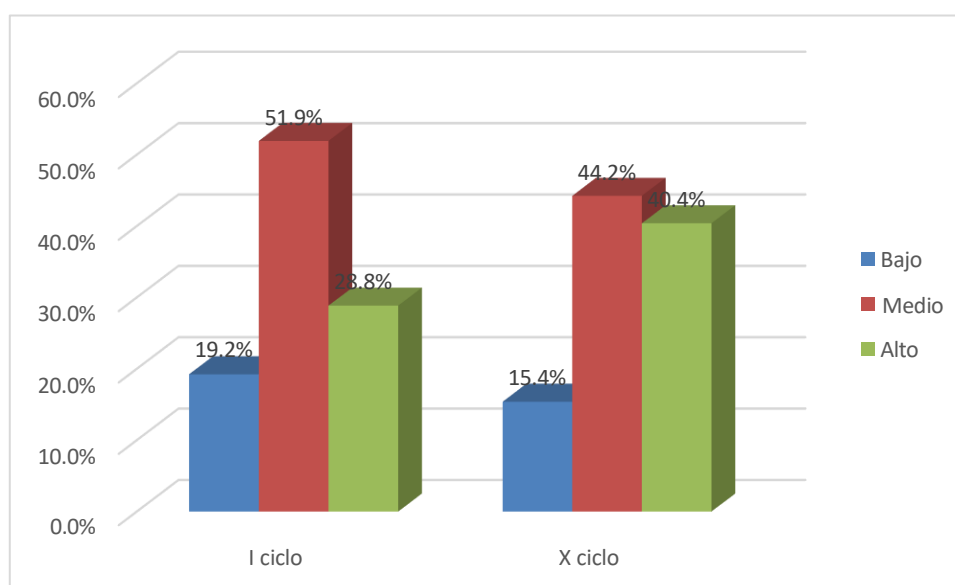


Gráfico 5 Descripción de los niveles de la dimensión afrontamiento en estudiantes de psicología

En la Tabla 7, respecto a la dimensión afrontamiento pudo reconocerse una prevalencia de niveles medios en el 51.9% de los estudiantes del primer ciclo en comparación a un 44.2% de los académicos del décimo ciclo en este mismo nivel; asimismo, existió una predominancia del 40.4% de estudiantes del décimo ciclo en niveles altos en contrapartida a un menor porcentaje como el 28.8% en los académicos del primer ciclo con el mismo nivel en esta dimensión; finalmente se apreció que el 19.2% y 15.4% de estudiantes del primero y decimo ciclo respectivamente se ubicaron en niveles bajos de esta dimensión.

Hipótesis general

H_G: Existen diferencias significativas del estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

H₀: No existen diferencias significativas del estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

Tabla 8 Análisis comparativo del estrés académico en estudiantes del primero y décimo ciclo de psicología

Estadísticos de prueba ^a	
	Estrés académico
U de Mann-Whitney	846.500
W de Wilcoxon	2224.500
Z	-3.288
Sig. asintótica(bilateral)	0.001

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuestas aplicadas en estudiantes de psicología de una universidad privada

En la Tabla 8, el análisis comparativo de los niveles del estrés académico en relación a los estudiantes de psicología de primero y décimo ciclo, en base a la prueba U de Mann-Whitney que el coeficiente de significancia (sig.) fue de 0.001 siendo menor a 0.01, confirmando que efectivamente existen diferencias significativas del estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

Prueba de hipótesis 1

H₁: Existen diferencias significativas de la dimensión estresores en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

H₀: No existen diferencias significativas de la dimensión estresores en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

Tabla 9 Análisis comparativo de la dimensión estresores en estudiantes del primero y décimo ciclo de psicología

Estadísticos de prueba ^a	
	Estrés académico
U de Mann-Whitney	624.000
W de Wilcoxon	2002.000
Z	-4.740
Sig. asintótica(bilateral)	0.000

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuestas aplicadas en estudiantes de psicología de una universidad privada

En la Tabla 9, el análisis comparativo de los niveles del estrés académico en su dimensión estresores en relación a los estudiantes de psicología de primero y décimo ciclo, en base a la prueba U de Mann-Whitney que el coeficiente de significancia (sig.) fue de 0.000 siendo menor a 0.01, confirmando que efectivamente existen diferencias significativas de la dimensión estresores en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

Prueba de hipótesis 2

H₂: Existen diferencias significativas de la dimensión síntomas de estrés en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

H₀: No existen diferencias significativas de la dimensión síntomas de estrés en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

Tabla 10 Análisis comparativo de la dimensión síntomas en estudiantes del primero y décimo ciclo de psicología

Estadísticos de prueba ^a	
	Estrés académico
U de Mann-Whitney	1186.500
W de Wilcoxon	2564.500
Z	-1.077
Sig. asintótica(bilateral)	0.282

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuestas aplicadas en estudiantes de psicología de una universidad privada

En la Tabla 10, el análisis comparativo de los niveles del estrés académico en su dimensión síntomas en relación a los estudiantes de psicología de primero y décimo ciclo, en base a la prueba U de Mann-Whitney que el coeficiente de significancia (sig.) fue de 0.282 siendo mayor a 0.05, confirmando que no existen diferencias significativas de la dimensión síntomas de estrés en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

Prueba de hipótesis 3

H₃: Existen diferencias significativas de la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

H₀: No existen diferencias significativas de la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

Tabla 11 Análisis comparativo de la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes del primero y décimo ciclo de psicología

Estadísticos de prueba ^a	
	Estrés académico
U de Mann-Whitney	1081.500
W de Wilcoxon	2459.500
Z	-1.763
Sig. asintótica(bilateral)	0.078

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuestas aplicadas en estudiantes de psicología de una universidad privada

En la Tabla 11, el análisis comparativo de los niveles del estrés académico en su dimensión estrategias de afrontamiento en relación a los estudiantes de psicología de primero y décimo ciclo, en base a la prueba U de Mann-Whitney que el coeficiente de significancia (sig.) fue de 0.078 siendo mayor a 0.05, confirmando que no existen diferencias significativas de la dimensión estresores en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.

CAPITULO IV:
ANALISIS DE RESULTADOS

El objetivo general se basó en comparar los niveles del estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura. De acuerdo con el análisis descriptivo los resultados más destacados se hallaron en los niveles medios para el 75% de los estudiantes del décimo ciclo, en comparación a un 34.6% de encuestados del primer ciclo. Asimismo, el análisis inferencial demostró que existieron diferencias significativas del estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura ($p=0.001<0.01$).

Los resultados descriptivos se asociaron a investigaciones en las que se hallaron prevalencias de niveles medios de estrés académico como el de Silva et al. (2020) con estudiantes universitarios (86.3%); Diaz (2020) en universitarios de las carreras de Ingeniería Civil (85%) y Arquitectura (50%); Poma (2019) en los universitarios de las carreras de psicología, contabilidad y administración (39.9%). A nivel inferencial, los resultados se asociaron a estudios que hallaron diferencias significativas del estrés académico como la investigación de Kloster & Perrotta (2019) con estudiantes de educación superior entre los del primer ciclo y último ciclo ($p=0.000$), donde los primeros ciclos tuvieron mayores niveles de estrés académico; sumado Diaz (2020) con universitarios de la escuela de Ingeniería Civil y Arquitectura ($p=.041<0.05$). Sin embargo, se discrepó con Poma (2019) donde no existieron diferencias significativas del estrés académico en función del sexo ($p=.221>0.05$), ciclo académico ($p=.459>0.05$) y la carrera profesional ($p=.721>0.05$).

Se puede decir de acuerdo con Sierra et al. (2015) que es común que en el contexto universitario, los estudiantes experimenten estrés académico, dado por que a diferencia del contexto escolar, exista una mayor exigencia de responsabilidades y obligaciones académicas, que sobrecargan al estudiante, especialmente aquellos que están iniciando. Asimismo, según Armenta et al. (2020), la afectación del estrés, pudiera diferenciarse entre los primeros ciclos y los últimos por la inversión de tiempo, esfuerzo, incluso hasta recurso económico. Esto quedaría constatado al considerar a la Asociación Americana de Psicología la cual señalo que los individuos entre las edades de 18 y 33 años, son quienes presentan

un mayor porcentaje de estrés, el cual alcanza un 5,4 en una escala de 10, cuando lo saludable o recomendable es llegar a 3,6 (APA, 2015). Por lo que se puede inferir, así como los primeros ciclos como los últimos son estresantes, pudiendo señalar que, al hecho de culminar los estudios, los estudiantes perciben estrés dado por el contexto de insertarse al mundo laboral de acuerdo a las expectativas de cada estudiante, el hecho de conseguir un trabajo inmediato, presentarse a alguna empresa, observar posibles índices de desempleo en su área, las posibilidades de trabajo, la alta competitividad laboral, etc.

El objetivo específico 1, se basó en comparar los niveles de la dimensión estresores en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura. Al respecto, el análisis descriptivo evidenció una predominancia de niveles medios en el 78.8% de académicos del décimo ciclo en comparación a un 38.5% de estudiantes del primer ciclo. Donde la estadística inferencial confirmó la existencia de diferencias significativas de la dimensión estresores en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura ($p=0.000<0.01$).

Los resultados guardan relación con estudios que determinaron diferencias significativas respecto de la dimensión estresores como la investigación de Salazar (2022) con estudiantes de una universidad pública y privada ($t = - 3.130$; $p= .002 <0.01$); Diaz (2020) entre estudiantes universitarios de Ingeniería Civil y de Arquitectura ($p=.045<0.05$).

Los resultados considerando a Martínez & Díaz (2007) tienen asidero al referir que en el estrés académico existen elementos estresores que representan un malestar común producto de la presión del nuevo contexto académico para los ingresantes universitarios. Donde según Peña & Sierra (2021) los factores estresores más recurrentes se asociarían a las evaluaciones de docentes, la sobrecarga de tareas y trabajos, el limitado tiempo para entrega de los estos y el poco tiempo que ellos consideran que pueden dedicar al ocio y esparcimiento social. Asimismo, para los últimos ciclos, el estrés percibido se asociaría a que los mismos estarían percibiendo una alta carga de labores relacionadas al internado

donde los trabajos y actividades son prácticas muy relacionadas a actividades que pondrán en práctica en el mundo laboral, por lo que a pesar de la existencia de que los cursos sean pocos, la exigencia de los tiempos de prácticas sumado a la evaluación final como es la tesis son presiones muy importantes como elementos estresores en estos estudiantes, por lo que las capacidades y destrezas se ponen en un nivel muy alto por lograr tanto en los primeros ciclos una estabilidad y adaptación educativa como en los últimos ciclos para soportar las exigencias de estudio.

El segundo objetivo específico pretendió comparar los niveles de la dimensión síntomas de estrés en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura. En respuesta a ello, los hallazgos descriptivos demostraron prevalencias importantes donde un 67.3% de estudiantes del primer ciclo y un 63.5% se ubicaron en niveles bajos de la dimensión de síntomas respectivamente. La estadística inferencial determinó que no existieron diferencias significativas de la dimensión síntomas de estrés en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura ($p=0.282>0.05$).

Los resultados se asociaron a estudios que no encontraron diferencias significativas según la dimensión de síntomas como la investigación de Poma (2019) con universitarios de las carreras de psicología, contabilidad y administración ($p>0.05$); así como a Salazar (2022) con estudiantes universitarios de una universidad pública y privada ($p>0.05$).

Por lo hallado se puede decir que tanto los de primer ciclo como de los últimos, tienden a percibir bajos niveles de síntomas de estrés académico, dado que es común, de acuerdo con Berrio (2011) de que en el contexto universitario exista una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos que genera el estrés académico. Aunque cabría distinguir en el nivel de resultados que tiene cada estudiante debido a que según Dada et al. (2019) la sintomatología del estrés académico se daría por la diversidad de resultados adversos, producto de como perciben la presión de las evaluaciones,

donde de alguna manera para Parra et al. (2015) los impactos de este tipo de estrés se manifestarán en forma sintomatológica que pudieran afectar bienestar físico, psicológico y social en el entorno universitario, reflejados también en el nivel de rendimiento académico; siendo que además es importante analizar el contexto ambiental del estudiante, el estilo de vida, las características de personalidad, los hábitos de estudio, etc., que serán determinantes para el desarrollo sintomatológico del estrés académico.

Finalmente, el tercer objetivo específico implicó comparar los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura. El análisis descriptivo destacó porcentajes importantes sobre los niveles medios en el 51.9% de los estudiantes del primer ciclo en comparación a un 44.2% de los académicos del décimo ciclo. Por su parte, la inferencia estadística dio a conocer que no existieron diferencias significativas de la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura ($p=0.078>0.05$).

Los resultados se diferenciaron del estudio de Kloster & Perrotta (2019) donde se encontraron diferencias significativas ($t= -4,341$; $p=.0002$) respecto a la utilización de estrategias de afrontamiento entre los estudiantes universitarios que cursan el primer año y los que cursan los últimos años, el cual determinó que los estudiantes de los últimos ciclos emplearon con mayor frecuencia estrategias de afrontamiento que los estudiantes de los primeros ciclos. Asimismo, el estudio de Poma (2019) halló diferencias significativas entre universitarios de las carreras de psicología, contabilidad y administración ($p=.028<0.05$); y Diaz (2020) con estudiantes universitarios de Ingeniería Civil y Arquitectura ($p=.088>.05$).

Cabe añadir que de acuerdo con Valdivieso & Lucas (2020) el estrés académico viene siendo un proceso sistémico y de carácter adaptativo que se presenta cuando el estudiante detecta una serie de demandas que son percibidas como estresores; por lo que se parafrasea a Soto et al. (2021) aquellos estudiantes que presentan un nivel más alto de estrés se darán cuando no tienen control sobre

las demandas y exigencias del contexto universitario, donde esta experimentación de estrés se daría transitoriamente en su proceso de adaptación al nuevo ambiente, por lo que las capacidades de afrontamiento de cada estudiante será relevante para evitar posibles consecuencias negativas que arriesgan el éxito académico de los estudiantes (Alfonso et al., 2015); de ahí que se asuma que el estrés no es un simple desajuste entre la demanda y la capacidad; más bien, ocurre con evaluaciones combinadas de la capacidad percibida y el valor de la tarea percibida, por lo que para algunos estudiantes el contexto nuevo tanto al ingresar como en los últimos ciclos, representará un aspecto de desafío y para otros un problema o amenaza, donde entrará en juego su capacidad para ajustarse a las exigencias, su personalidad, sus áreas de vida familiar, social, amical, etc.

CAPITULO V:
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones:

1. Existen diferencias significativas del estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura ($p=0.001<0.01$).
2. Existen diferencias significativas de la dimensión estresores en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura ($p=0.000<0.01$).
3. No existen diferencias significativas de la dimensión síntomas de estrés en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura ($p=0.282>0.05$).
4. No existen diferencias significativas de la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura ($p=0.078>0.05$).

5.2. Recomendaciones:

- Brindar a los estudiantes universitarios desde el primer ciclo técnicas y estrategias, para así planificar sus horarios, métodos de estudios con el fin de prevenir indicios de estrés académico, así mismo abastecer las técnicas adecuadas para afrontar el estrés académico.
- Promocionar programas de orientación en relación al estrés académico y sus consecuencias con la finalidad de fomentar y potenciar competencias blandas, teniendo en cuenta los factores de confianza en si mismo, perseverancia y satisfacción personal para así los estudiantes mantengan un óptimo desempeño.
- Realizar programas de orientación en relación al estrés académico y sus consecuencias, además de brindar herramientas que permitan sobrellevar el estrés académico.

- Se recomienda realizar las siguientes técnicas: Técnica de administración del tiempo, entrenamiento en soluciones y relajación muscular progresiva de Jacobson, para afrontar las situaciones de estrés académico de una manera óptima.

CAPITULO VI:
REFERENCIAS Y ANEXOS

6.1. Referencias

- Alania, R., Llancari, R., Rafaele, M., & Ortega, D. (2020). Adaptación del Inventariode Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Revista Científica de Ciencias Sociales*, 4(2), 111–130. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/669/867>
- Aldana, J., Isea, J., & Colina, F. (2020). Estrés Académico y Trabajo de Grado en Licenciatura en Educación. *Telos: Revista de Estudios Interdisciplinarios En Ciencias Sociales*, 22(1), 91–105. <https://doi.org/10.36390/TELOS221.07>
- Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo, R., & Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO*, 7(2), 163–178. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2077-28742015000200013&script=sci_abstract
- Álvarez, L., Gallegos, R., & Herrera, P. (2018). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. *Revista de Ciencias Sociales y Humana - Universitas*, 28, 193–209. <https://doi.org/10.17163/UNI.N28.2018.10>
- Amaro, C., Ataucusi, K., Benavente, M., & Vilca, L. (2021). La educación virtual y el estrés académico en el contexto del Covid-19 de los estudiantes de sexto ciclo del curso de Diseño Arquitectónico de la Escuela Profesional de Arquitectura en una universidad privada de Piura, en el 2020-II [Tesis de maestría]. In *Universidad Tecnológica del Perú*. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3033066>
- APA. (2015). *Estrés es un problema serio en los Estados Unidos*. <https://www.apa.org/centrodeapoyo/estresproblema>
- Armenta, L., Quiroz, C., Abundis, F., & Zea, A. (2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 41(48), 402–415. <https://revistaespacios.com/a20v41n48/a20v41n48p30.pdf>
- Asenjo, J., Linares, O., & Díaz, Y. (2021). Academic stress level in nursing students during the COVID-19 pandemic. *Revista Peruana de Investigación En Salud*, 5(2), 59–66. <http://revistas.unheval.edu.pe/index.php/repis/article/view/867/856>

- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110–129. <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol9num3/art6vol9no3.pdf>
- Barraza, A. (2007). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Revista Psicología Científica*, 9(6), 1-5|. <https://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>
- Berrio, N. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2). <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369>
- Cabellos, A. (2020). *Análisis psicométrico del inventario SISCO del estrés académico en universitarios de la ciudad de Piura, 2020*. Universidad César Vallejo. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2979853>
- Castrillón, E., Sarsosa, K., & Moreno, F. (2015). Academic stress and immunological manifestations: Evidence of psycho-neuroendocrine- immunology. *Salutem Scientia Spiritus*, 1(1), 16–28. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-986679>
- Castro, M. (2019). Biostatistics applied in clinical research: basic concepts. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 30(1), 50–65. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2018.12.002>
- Dada, J., Babatunde, S., & Adeleye, R. (2019). Assessment of academic stress and coping strategies among built environment undergraduate students in Nigerian higher education. *Journal of Applied Research in Higher Education*, 11(3), 367–378. <https://doi.org/10.1108/JARHE-06-2018-0100>
- Díaz, J. (2020). Estrés académico en alumnos de las escuelas de ingeniería civil y arquitectura de una universidad privada de Chiclayo [Tesis de licenciatura]. In *Universidad Señor de Sipán*. [https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9023/Diaz Márquez Jonatan Daniel.pdf?sequence=1](https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9023/Diaz_Márquez_Jonatan_Daniel.pdf?sequence=1)

- Emiro, J., Amador, O., & Castañeda, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17–37. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>
- Escobar, M., Piedrahíta, I., Becerra, L., Moreno, F., Ortega, J., & Moreno, S. (2021). Relación entre la disminución del estrés académico y la práctica de yoga en estudiantes de las áreas de la salud. Revisión de la literatura. *Universitas Medica*, 62(4), 60–77. <https://doi.org/10.11144/JAVERIANA.UMED62-4.YOGA>
- Espinoza, P., & Ruiz, K. (2019). Estrés académico en estudiantes de preparación pre-universitaria de dos academias de Huancavelica y Huancayo -2019 [Tesis de licenciatura]. In *Universidad Peruana Los Andes*. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1109>
- Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H., & Zuloaga, M. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *AVFT – Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1). http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22351
- Freire, C., & Ferradás, M. (2020). Afrontamiento del estrés académico y autoeficacia en estudiantes universitarios: un enfoque basado en perfiles. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología*, 1(1), 133–142. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1769/1562>
- González, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por COVID-19. *ESPACIO I+D, INNOVACIÓN MÁS DESARROLLO*, 9(25). <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249/794>
- González, M. (2017). Respuesta al estrés académico en estudiantes universitarios de Asunción entre diciembre del 2015 y marzo del 2016: Una comparación entre carreras. *Revista Científica de La UCSA*, 4(3), 48–58. [https://doi.org/10.18004/UCSA/2409-8752/2017.004\(03\)048-058](https://doi.org/10.18004/UCSA/2409-8752/2017.004(03)048-058)
- Guevara, H. (2022). Juegos Dramáticos para disminuir el estrés académico en universitarios del campus Upao-Piura, 2018 [Tesis de licenciatura]. In *Universidad Privada Antenor Orrego*.

<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/8662>

Guzmán, C. (2021). Estrés académico asociado a ideación suicida en estudiantes de medicina humana UPAO – Piura, 2019 [Tesis de licenciatura]. In *Universidad Privada Antenor Orrego - UPAO*.
<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/7571>

Hernández, A., Ramos, M., Placencia, B., Indacochea, B., Quimis, A., & Moreno, L. (2018). *Metodología de la investigación científica*. Área de Innovación y Desarrollo S.L. <https://bit.ly/2SyfZuE>

Huamán, R. (2020). *Estrés académico y miedo a contraer coronavirus en universitarios del primer y último año de la carrera de psicología de una universidad privada Lima – Sur*. [Universidad Autónoma del Perú].
[https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1254/Huamán Villagaray Ronaldo Andre.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1254/Huamán%20Villagaray%20Ronaldo%20Andre.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Jiménez, J. (2018). An approach to the use of inferential statistics in research for peace. *Revista de Paz y Conflictos*, 11(2), 161–177.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30827/revpaz.v11i2.8389>

Kloster, G., & Perrotta, F. (2019). Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná [Tesis de licenciatura]. In *Universidad Católica Argentina*. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>

Landeo, L. (2022). Registro Nacional de Trabajos de Investigación: Ideación suicida y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios en época de pandemia Covid-19 en Piura, 2021 [Tesis de licenciatura]. In *Universidad César Vallejo*.
<https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3130003>

Martínez, E., & Díaz, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Revista Educación y Educadores*, 10(2), 11–22.
<https://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>

Martínez, H. (2018). *Metodología de la investigación*. México: Cengage Learning Editores.

- MINSA. (2019, October 15). *Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental*. Ministerio de Educación. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>
- Niño, V. (2019). *Metodología de la investigación* (2da ed.). Bogotá: Ediciones de la U.
- ODCE. (2017). *Programme for international student assessment (PISA) Result from PISA 2015 Student's Well-Being*. Organización Para La Cooperación y El Desarrollo Económicos . <https://www.oecd.org/pisa/PISA2015-Students-Well-being-Country-note-Mexico.pdf>
- Osorno, M., De Hoyos, M., García, M., & Cordoba, V. (2021). El estrés académico y resiliencia en madres universitarias colombianas con y sin apoyo institucional en el cuidado de sus hijos. *Psicoespacios*, 14(25), 9–24. <http://bibliotecadigital.iue.edu.co/jspui/handle/20.500.12717/2048>
- Parra, L., Rojas, Lady, Patiño, I., Caicedo, G., & Valderrama, A. (2015). Correlación en Síndrome de Burnout y estrés académico en estudiantes de medicina de una facultad de salud en Cali, Colombia - Dialnet. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 5(3), 31–34. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7890186>
- Peña, K., & Sierra, D. (2021). Estrés académico en estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Villavicencio [Tesis de licenciatura]. In *Universidad Cooperativa de Colombia*. https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/33086/1/2021_estres_academico.pdf
- Pimienta, J. (2017). *Metodología de la Investigación* (3era ed.). México: Pearson.
- Poma, R. (2019). Estrés académico y manejo del tiempo en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Sur [Tesis de licenciatura]. In *Universidad Autónoma del Perú*. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/923>

- Ramos, F., Barbachan, E., Pacovilca, G., & Leguía, Z. (2020). Academic stress and professional training. *Revista Conrado*, 16(77), 93–98. <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v16n77/1990-8644-rc-16-77-93.pdf>
- Román, C., & Hernández, Y. (2011). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(2), 1–14. www.revistas.unam.mx/index.php/repwww.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin
- Salazar, A. (2022). Estrés académico en estudiantes de una universidad pública y privada durante clases virtuales en época de pandemia en Trujillo, 2020 [Tesis de licenciatura]. In *Universidad Privada Antenor Orrego*. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3072093>
- Salazar, M. (2018, April 9). *¿Estrés universitario?*. Universidad de Piura - UDEP. <https://www.udep.edu.pe/hoy/2018/04/estres-universitario/>
- Sánchez, H., Romero, C., & Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Lima: Universidad Ricardo Palma.
- Sierra, O., Urrego, G., Montenegro, S., & Castillo, C. (2015). Estrés escolar y empatía en estudiantes de bachillerato practicantes de Mindfulness. *Cuadernos de Lingüística Hispánica*, 26, 175–197.
- Silva, G., Lima, M., Acioli, R., & Barreira, A. (2020). Prevalência e fatores associados ao *bullying*: diferenças entre os papéis de vítimas e agressores. *Jornal de Pediatria*, 96(6), 693–701. <https://doi.org/10.1016/J.JPED.2019.09.005>
- Solano, O., Salas, B., Manrique, S., & Núñez, L. (2022). Relación entre hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes universitarios del área de Ciencias Básicas de Lima (Perú). *Revista Ciencias de La Salud*, 20(1), 1–15. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.10716>
- Soto, M., Franco, L., López, L., Medina, H., & Flores, F. (2021). Estrés académico en universitarios y la práctica de ejercicio físico-deportivo. *Revista Publicando*,

8(28), 1–8. <https://doi.org/10.51528/rp.vol8.id2175>

- Suárez, Ó., Hurtado, A., & Lizarazo, J. (2021). Variables que subyacen al estrés académico y motivación estudiantil en la educación superior en medio de la pandemia por covid-19. *Tecné, Episteme y Didaxis: TED*, 51. <https://doi.org/10.17227/ted.num51-12269>
- Terrazas, A., Velázquez, J., & Testón, N. (2022). El estrés académico y afectaciones emocionales en estudiantes de nivel superior. *Revista Innova Educación*, 4(2), 132–146. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2022.02.008>
- Timoteo, Y. (2021). Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”, 2021 [Tesis de licenciatura]. In *Universidad César Vallejo*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/66506>
- Toribio, C., & Franco, S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Revista Salud y Administración*, 3(7), 11–18. <https://revista.unsis.edu.mx/index.php/saludyadmon/article/view/49>
- Valdivieso, L., & Lucas, S. (2020). Estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario: educación infantil-primaria. *Educación XX1*, 23(2), 165–186. <https://revistas.uned.es/index.php/educacionXX1/article/view/25651/21458>
- You, J. W. (2018). Testing the three-way interaction effect of academic stress, academic self-efficacy, and task value on persistence in learning among Korean college students. *Higher Education*, 76(5), 921–935. <https://doi.org/10.1007/S10734-018-0255-0>

6.2. Anexos

Anexo 01: Autorización del autor del inventario

Asunto: Autorización

Victoria de Durango, a 06 de febrero de 2022

Leonardo López
Presente.

Por medio de la presente me permito autorizarle el uso del Inventario SISCO para el estudio el Estrés Académico. Dicho inventario es de mi autoría y su validación fue reportada en el artículo "Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico" disponible en <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>

Para mayor información al respecto puede consultar el video denominado "Inventario SISCO de estrés académico" disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=NsPEqQs3htg&t=312s>

Esta autorización es para su uso con fines exclusivamente académicos y otorgando los créditos correspondientes de autoría a un servidor.

Sin otro particular por el momento me despido reiterándole las seguridades de mi atenta consideración.



Dr. Arturo Barraza Macías

c.c.p. archivo

Anexo 02. Solicitud de aplicación de instrumentos

**SOLICITO: Carta de presentación
para aplicar instrumentos de
recolección de datos**

**Dra. Zelmira Beatriz Lozano Sánchez
Directora del Programa Académico de Psicología**

Nosotros, Acosta Cardoza Alexandra Vanessa, Bachiller en psicología de la Universidad Privada Antenor Orrego, identificada con DNI 76614091. Y López Coronado Leonardo Enrique, Bachiller en psicología en la Universidad Privada AntenorOrrego, identificado con DNI 76009538 ante usted exponemos:

Que con la finalidad de ejecutar el proyecto de tesis titulado “Estrés académico entre estudiantes que cursan el primero y decimo ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Piura” como parte del proceso a obtener el título de licenciado, acudo a su despacho para solicitar se me expida la carta de presentación respectiva para poder realizar la aplicación del Inventario SISCO del Estrés Académico a alumnos de primer y decimo ciclo. Adjunto a la presente la resolución N.º 0944-2022 de aprobación del proyecto de tesis y el formulario de asentimiento/consentimiento informado que se empleará con la finalidad de garantizar el acuerdo voluntario de la población que será parte del estudio.

La carta de presentación deberá estar dirigida a los docentes del Programa de Psicología de la Universidad Privada Antenor Orrego

Es de precisar que una vez culminada la investigación y posterior a la sustentación del informe de tesis me **comprometo a presentar un ejemplar de la investigación en la institución respectiva.**

Esperando acceda a mi petición, agradezco su gentil atención al presente.

Piura, 05 de junio del 2022.



Alexandra Vanessa Acosta Cardoza
Bachiller en Psicología
ID N.º 000144350



Leonardo Enrique López Coronado
Bachiller en Psicología
ID N.º 000153252

Anexo 03. Consentimiento informado

FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento manifiesto que se me ha brindado información para la participación en la investigación científica que se aplicará a estudiantes que cursan el primer y décimo ciclo.

Se me ha explicado que:

- El objetivo del estudio es comparar los niveles de estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de una universidad privada de Piura.
- El procedimiento consiste en responder a un cuestionario denominado Inventario SISCO del Estrés Académico
- El tiempo de duración de mi participación es de 15 minutos
- Puedo recibir respuestas a cualquier pregunta o aclaración
- Soy libre de rehusarme a participar en cualquier momento y dejar de participar en la investigación, sin que ello me perjudique
- No se identificará mi identidad y se reservará la información que yo proporcione. Sólo será revelada la información que proporcione cuando haya riesgo o peligro para mi persona o para los demás en caso de mandato judicial.
- Mi participación se realizará a través de una plataforma virtual, es decir de manera no presencial
- Puedo contactarme con los autores de la investigación Alexandra Acosta Cardoza y Leonardo López Coronado mediante correo electrónico para presentarme preguntas y recibir respuestas.

Finalmente, bajo estas condiciones **ACEPTO** ser participante de la investigación.

Piura 05, de mayo de 2022

Anexo 04. Cuadernillo del instrumento

Inventario

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

SI

NO

“En caso de seleccionar la alternativa “NO”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “SI”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas”

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

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

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. La competencia con los compañeros del grupo					
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3. La personalidad y el carácter del profesor					
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6. No entender los temas que se abordan en la clase					
7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
8. Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
9. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					

10. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
11. Dolores de cabeza o migrañas					
12. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
13. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
14. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
15. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
16. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
17. Ansiedad, angustia o desesperación.					
18. Problemas de concentración					
19. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
20. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
21. Aislamiento de los demás					
22. Desgano para realizar las labores escolares					
23. Aumento o reducción del consumo de alimentos					

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

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
24. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
25. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
26. Elogios a sí mismo					
27. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
28. Búsqueda de información sobre la situación					
29. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra _____ (Especifique)					

Anexo 05. Enlace del Formulario Google

Enlace: <https://forms.gle/nwkEWSvoTBTxSjyN7>

ESTRES ACADEMICO

En esta primera parte se expone el consentimiento informado con fin de participación en la investigación. Los datos recogidos no serán divulgados.

azbhvel@gmail.com [Cambiar de cuenta](#)

No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento manifiesto que se me ha brindado información para la participación en la investigación científica que se aplicará a estudiantes que cursan el primer y décimo ciclo de la facultad de Psicología.

Se me ha explicado que:

- El objetivo del estudio es: Comparar los niveles del estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.
- El procedimiento consiste en responder a un cuestionario denominado Inventario SISCO de Estrés Académico.
- El tiempo de duración de mi participación es de 15 minutos
- Puedo recibir respuesta a cualquier pregunta o aclaración.
- Soy libre de rehusarme a participar en cualquier momento y dejar de participar en la investigación, sin que ello me perjudique.
- No se identificará mi identidad y se reservará la información que yo proporcione. Sólo será revelada la información que proporcione cuando haya riesgo o peligro para mi persona o para los demás o en caso de mandato judicial.
- Mi participación se realizará a través de una plataforma virtual (es decir de manera no presencial).
- Puedo contactarme con las autoras de la investigación Alexandra Acosta Cardoza y Leonardo Lopez Coronado mediante correo electrónico para presentar mis preguntas y recibir respuestas.

Finalmente, bajo estas condiciones ACEPTO ser participante de la investigación.

ACEPTO *

SI

NO

CICLO ACTUAL *

I

X

[Siguiente](#) Página 1 de 3 [Borrar formulario](#)

Anexo 06: Evidencia de la aplicación virtual

No se pueden editar las respuestas

ESTRES ACADEMICO

En esta primera parte se expone el consentimiento informado con fin de participación en la investigación. Los datos recogidos no serán divulgados.

* Indica que la pregunta es obligatoria

FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento manifiesto que se me ha brindado información para la participación en la investigación científica que se aplicará a estudiantes que cursan el primer y décimo ciclo de la facultad de Psicología.

Se me ha explicado que:

- El objetivo del estudio es: Comparar los niveles del estrés académico en estudiantes que cursan el primero y décimo ciclo de psicología de una universidad privada de Piura.
- El procedimiento consiste en responder a un cuestionario denominado Inventario SISCO de Estrés Académico.
- El tiempo de duración de mi participación es de 15 minutos.
- Puedo recibir respuesta a cualquier pregunta o aclaración.
- Soy libre de rehusarme a participar en cualquier momento y dejar de participar en la investigación, sin que ello me perjudique.
- No se identificará mi identidad y se reservará la información que yo proporcione. Sólo será revelada la información que proporcione cuando haya riesgo o peligro para mi persona o para los demás o en caso de mandato judicial.
- Mi participación se realizará a través de una plataforma virtual, es decir de manera no presencial.
- Puedo contactarme con las autoras de la investigación Alexandra Acosta Cardoza y Leonardo Lopez Coronado mediante correo electrónico para presentar mis preguntas y recibir respuestas.

Finalmente, bajo estas condiciones ACEPTO ser participante de la investigación.

ACEPTO *

SI

NO

CICLO ACTUAL *

I

X

INVENTARIO SISCO DEL ESTRES ACADEMICO

Durante el transcurso de este semestre, ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? *

- SI
 NO

En caso de seleccionar la alternativa "no", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "si", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas

Con la idea de obtener mayor precisión utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación * o nerviosismo, donde (1) es poca y (5) es mucha.

- | | | | | | | |
|-------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------------------|---------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| NUNCA | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | SIEMPRE |

INSTRUMENTO

INVENTARIO SISCO DEL ESTRES ACADEMICO

En una escala del (1) al (5), donde (1) es NUNCA, (2) es RARA VEZ, (3) es ALGUNAS VECES, (4) es CASI SIEMPRE y (5) es SIEMPRE. Señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

1. La competencia con los compañeros del grupo *

- | | | | | | | |
|-------|-----------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|---------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| NUNCA | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SIEMPRE |

2. Sobrecarga de tareas y trabajos universitarios *

- | | | | | | | |
|-------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----------------------------------|---------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| NUNCA | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> | SIEMPRE |

3. La personalidad y el carácter del profesor *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.) *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

6. No entender los temas que se abordan en la clase *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.) *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

8. Tiempo limitado para hacer el trabajo *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	SIEMPRE

En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso

9. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas) *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

10. Fatiga crónica (cansancio permanente) *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

11. Dolores de cabeza o migrañas *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

12. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

13. Rasarse, morderse las uñas, frotarse, etc. *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

14. Somnolencia o mayor necesidad de dormir *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

15. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo) *						
	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

16. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído) *						
	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

17. Ansiedad, angustia o desesperación. *						
	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

18. Problemas de concentración *						
	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

19. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad *						
	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

20. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir *						
	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

21. Aislamiento de los demás *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

22. Desgano para realizar las labores universitarias *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

23. Aumento o reducción del consumo de alimentos *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

En una escala del (1) al (5) donde (1) es NUNCA, (2) es RARA VEZ, (3) es ALGUNAS VECES, (4) es CASI SIEMPRE y (5) es SIEMPRE, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

24. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros) *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

25. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

26. Elogia a sí mismo *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

27. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa) *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE

28. Búsqueda de información sobre la situación *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	SIEMPRE

29. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa) *

	1	2	3	4	5	
NUNCA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	SIEMPRE