



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ODONTOLOGÍA**

**ESTRÉS ACADÉMICO, DURANTE LA PANDEMIA
COVID-19, EN ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO CICLO
DEL ISTEP “PABLO CASALS”, DISTRITO DE
TRUJILLO, PROVINCIA DE TRUJILLO,
DEPARTAMENTO DE LA LIBERTAD, 2020.**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO
ACADÉMICO DE BACHILLER EN ESTOMATOLOGÍA**

AUTOR

CABALLERO GRANDEZ, GELAR

ORCID: 0000-0003-3473-5876

ASESOR

REYES VARGAS AUGUSTO ENRIQUE

ORCID: 0000-0001-5360-4981

TRUJILLO - PERÚ

2021

1. Título de la tesis

**ESTRÉS ACADÉMICO, DURANTE LA PANDEMIA
COVID-19, EN ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO CICLO
DEL ISTP “PABLO CASALS”, DISTRITO DE
TRUJILLO, PROVINCIA DE TRUJILLO,
DEPARTAMENTO DE LA LIBERTAD, 2020.**

2. Equipo de Trabajo

AUTOR

Caballero Grandez, Gelar

ORCID: 0000-0003-3473-5876

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado
Trujillo, Perú

ASESOR

Reyes Vargas, Augusto Enrique

ORCID: 0000-0001-5360-4981

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de
la Salud, Escuela Profesional de Odontología, Trujillo, Perú.

JURADO

San Miguel Arce, Adolfo Rafael

ORCID: 0000-0002-3451- 4195

Canchis Manrique, Walter Enrique

ORCID: 0000-0002-0140-8548

Zelada Silva, Wilson Nicolás

ORCID: 0000-0002-6002-7796

3. Hoja de firma del jurado y asesor

Mgr. SAN MIGUEL ARCE, ADOLFO RAFAEL

Presidente

Mgr. CANCHIS MANRIQUE, WALTER ENRIQUE

Miembro

Mgr. ZELADA SILVA, WILSON NICOLÁS

Miembro

Mgr. HONORES SOLANO, TAMMY MARGARITA

Asesor

4. Hoja de agradecimiento y/o dedicatoria

A Dios, por bendecirme, cuidarme y fortalecerme en todo momento para continuar cumpliendo mis propósitos y metas, y poder llegar hasta donde el me lo permita. Por el amor incondicional que me brinda día con día y estar conmigo en cada paso que doy.

A mi familia, por la confianza, colaboración, motivación y amor en todo el proceso de mi formación profesional.

A mis docentes, por su apoyo, exigencia y colaboración en mi formación profesional y en la realización de mi trabajo de investigación.

Gracias a todos ellos por hacer posible este trabajo.

5. Resumen y abstract

RESUMEN

Los problemas de salud mental son el principal impedimento para el éxito académico. Las enfermedades mentales pueden afectar la motivación, la concentración y las interacciones sociales de los estudiantes, factores cruciales para que los estudiantes tengan éxito en la educación superior. **Objetivo:** determinar el nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020. **Metodología:** El estudio fue de tipo cuantitativo, prospectivo, transversal, descriptivo y observacional, de nivel descriptivo y de diseño no experimental – observacional. La muestra estuvo conformada por 38 estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, matriculados en el año 2020; se aplicó como método la encuesta a través de un cuestionario el Inventario SISCO SV adaptado al contexto de la crisis por COVID-19. **Resultados:** se determinó que los estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals” presentaron un nivel de estrés académico moderado con 71,1% (27). El nivel de estrés académico en la dimensión estresores fue moderado con 52,6% (20). El nivel de estrés académico en la dimensión síntomas fue moderado con 78,9% (30). El nivel de estrés académico en la dimensión estrategias de afrontamiento fue moderado con 65,8% (25). **Conclusión:** el nivel de estrés académico general y en todas las dimensiones fue moderado en los estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”.

Palabras clave: estrés académico, inventario SISCO SV, pandemia.

ABSTRACT

Mental health problems are the number one impediment to academic success. Mental illness can affect students' motivation, concentration, and social interactions, crucial factors for students to be successful in higher education. **Objective:** to determine the level of academic stress, during the covid-19 pandemic, in 4th and 5th cycle students of the ISTP “Pablo Casals”, district of Trujillo, province of Trujillo, department of La Libertad, 2020. **Methodology:** The study was quantitative, prospective, cross-sectional, descriptive and observational, descriptive level and non-experimental-observational design. The sample consisted of 38 students from the 4th and 5th cycle of the ISTP “Pablo Casals”, enrolled in the year 2020; The survey method was applied through a questionnaire, the SISCO SV Inventory adapted to the context of the COVID-19 crisis. **Results:** it was determined that the students of the 4th and 5th cycle of the ISTP “Pablo Casals” presented a moderate level of academic stress with 71.1% (27). The level of academic stress in the stressors dimension was moderate with 52.6% (20). The level of academic stress in the symptom dimension was moderate with 78.9% (30). The level of academic stress in the dimension of coping strategies was moderate with 65.8% (25). **Conclusion:** the level of general academic stress and in all dimensions was moderate in the 4th and 5th cycle students of the ISTP “Pablo Casals”.

Keywords: academic stress, pandemic, SISCO SV inventory.

6. Contenido

1.	Título de la tesis	i
2.	Equipo de Trabajo.....	ii
3.	Hoja de firma del jurado y asesor	iii
4.	Hoja de agradecimiento y/o dedicatoria	iv
5.	Resumen y abstract	v
6.	Contenido.....	viii
7.	Índice de tablas y gráficos	ix
I.	Introducción	1
II.	Revisión de literatura	5
	2.1. Antecedentes	5
	2.2. Bases teóricas de la investigación.....	14
	2.2.1. Estrés.....	14
	2.2.2. Estrés académico.....	20
	2.2.3. Inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO)	22
III.	Hipótesis	24
IV.	Metodología	25
	4.1. Diseño de la investigación	25
	4.2. Población y muestra	27
	4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores	28
	4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	29
	4.5. Plan de análisis	31
	4.6. Matriz de consistencia	32
	4.7. Principios éticos.....	33
V.	Resultados.....	35
	5.1. Resultados	35
	5.2. Análisis de resultados.....	40
VI.	Conclusiones	45
	Aspectos complementarios	46
	Referencias Bibliograficas	47
	Anexos	52

7. Índice de tablas y gráficos

Tablas:

Tabla 1: Nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 202035

Tabla 2: Nivel de estrés académico en la dimensión Estresores, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 202036

Tabla 3: Nivel de estrés académico en la dimensión Síntomas, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020...37

Tabla 4: Nivel de estrés académico en la dimensión Estrategias de Afrontamiento, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 202038

Gráficos:

Gráfico 1: Nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo,

provincia de Trujillo, departamento de La Libertad,
202035

Gráfico 2: Nivel de estrés académico en la dimensión Estresores, durante la
pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”,
distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad,
202036

Gráfico 3: Nivel de estrés académico en la dimensión Síntomas, durante la
pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”,
distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad,
2020...37

Gráfico 4: Nivel de estrés académico en la dimensión Estrategias de
Afrontamiento, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo
del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento
de La Libertad,
202038

I. Introducción

En la actualidad el estrés es el mayor factor que causa enfermedades en el mundo. La organización mundial de la salud (OMS) la define como “Un conjunto de reacciones fisiológicas que preparan el organismo para la acción”. Por otro lado, la organización Panamericana de la Salud la reconoce como un problema de salud pública. (1)

El estrés no es una enfermedad, por el contrario, es un proceso normal y necesario, pero de adaptación constante. Podemos hablar del estrés como una “situación”, la cual se manifiesta en cambios psicológicos y fisiológicos. Una manera característica de diferenciarlo son los signos y síntomas entre los cuales tenemos cefalea, disminución del sentido del humor, sialopenia, etc. (2)

A nivel internacional, Son, et al. (Estados Unidos, 2020) realizaron un estudio con el objetivo de realizar una evaluación oportuna de los efectos de la pandemia COVID-19 en la salud mental de los estudiantes universitarios. Identificaron múltiples factores de estrés que contribuyeron al aumento de los niveles de estrés, ansiedad y pensamientos depresivos entre los estudiantes. Estos incluían miedo y preocupación por su propia salud y la de sus seres queridos, dificultad para concentrarse, interrupciones en los patrones de sueño, disminución de las interacciones sociales debido al distanciamiento físico y mayor preocupación por el rendimiento académico. (3)

Mientras que a nivel nacional Melchor M. (Lima, Perú, 2016) en su estudio determinó la relación del estrés académico en la autoestima de los estudiantes de la facultad de administración. Determinando que el nivel de Estrés académico

está relacionado inversa y significativamente con el nivel del Autoestima de los estudiantes. (4)

Los problemas de salud mental son el principal impedimento para el éxito académico. Las enfermedades mentales pueden afectar la motivación, la concentración y las interacciones sociales de los estudiantes, factores cruciales para que los estudiantes tengan éxito en la educación superior. Los estudiantes están exentos de la realidad de esta problemática ya que están experimentando una nueva realidad y un nuevo método enseñanza virtual a la que difícilmente pueden adaptarse si sumado a eso tenemos en cuenta la actual situación sanitaria por la pandemia del covid19. Estas situaciones requieren de esfuerzo y muchas veces preocupaciones. Muchos de los estudiantes tienen estrategias para sobrellevar estas tareas y adaptarse, sin embargo, muchos de ellos carecen de la capacidad y se enfrentan a situaciones de estrés académico. (3)

Se formuló el siguiente enunciado del problema: ¿Cuál es el nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020?

El objetivo general de este estudio fue determinar el nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020. Además, como objetivos específicos se determinó el nivel de estrés académico según cada una de sus tres dimensiones: Estresores, Síntomas y Estrategias de afrontamiento.

Esta investigación se justifica porque tiene interés teórico ya que coopera en un mayor conocimiento sobre la condición emocional de aquellos estudiantes que atraviesan una fuerte exigencia en su carrera y que deben afrontarla sin mas opciones ya que la educación virtual es lo único a lo que pueden acceder en la actualidad, sumado a eso la situación por la pandemia del covid19 y los cambios en el estilo de vida que eso conlleva. Asimismo presenta un interés social por lograr determinar de que manera se esta impactando en los estudiantes esta situación y poder identificar cuales son las causas principales y de que manera poder solucionar o ayudar a sobrellevar esto para que no cause problemas a largo plazo.

Para la ejecución de esta investigación, se siguió la metodología de un estudio de tipo cuantitativo, prospectivo y transversal, de nivel descriptivo y de diseño no experimental – observacional. La muestra estuvo compuesta por 38 estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, matriculados en el año 2020, se aplicó como cuestionario el Inventario SISCO SV adaptado al contexto de la crisis por COVID-19.

En los resultados se determinó que de los 38 estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, presentaron un nivel de estrés académico moderado con 71,1% (27). El nivel de estrés académico en la dimensión estresores fue moderado con 52,6% (20). El nivel de estrés académico en la dimensión síntomas fue moderado con 78,9% (30). El nivel de estrés académico en la dimensión estrategias de afrontamiento fue moderado con 65,8% (25). Por lo tanto, se concluye que el nivel de estrés académico general y en todas las

dimensiones fue moderado en los estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”.

La investigación sigue las etapas del método científico otorgada por la universidad, consta de seis partes, en la primera parte se encuentra la introducción, en el que se detalla de forma puntual, la problemática, objetivos y algunos estudios con planteamientos similares; la segunda sección está conformada por el marco teórico y conceptual, en el cual presenta antecedentes que fundamentan la realización de este estudio, como también las principales variables; en la siguiente son las bases metodológicas, la explicación del trabajo en cuestión a su procedimiento, la población estudiada y el planteamiento del análisis a utilizar; a continuación expone los resultados y la distinción de estos, por último, se encuentran las conclusiones, las referencias y anexos.

II. Revisión de literatura

2.1. Antecedentes

Internacionales

Son C, Hegde S, Smith A, Wang X, Sasangohar F. (Estados Unidos, 2020)

Realizaron un estudio titulado “Efectos del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios en los Estados Unidos: estudio de encuesta de entrevista”. **Objetivo:** realizar una evaluación oportuna de los efectos de la pandemia COVID-19 en la salud mental de los estudiantes universitarios.

Metodología: estudio cuantitativo, prospectivo y transversal, de nivel descriptivo y no experimental – observacional, donde se realizaron encuestas de entrevistas a 195 estudiantes de una gran universidad pública de los Estados Unidos. Se utilizó como instrumento la Escala de percepción de estrés. **Resultados:** de los 195 estudiantes, 138 (71%) indicaron un aumento del estrés y la ansiedad debido al brote de COVID-19. Se identificaron múltiples factores de estrés que contribuyeron al aumento de los niveles de estrés, ansiedad y pensamientos depresivos entre los estudiantes. Estos incluían miedo y preocupación por su propia salud y la de sus seres queridos (177/195, 91% informó impactos negativos de la pandemia), dificultad para concentrarse (173/195, 89%), interrupciones en los patrones de sueño (168/195, 86%), disminución de las interacciones sociales debido al distanciamiento físico (167/195, 86%) y mayor preocupación por el rendimiento académico (159/195, 82%). Para hacer frente al estrés y la ansiedad, los participantes han buscado el apoyo de otros

y se han ayudado a sí mismos adoptando mecanismos de afrontamiento negativos o positivos. **Conclusión:** debido a la situación de pandemia de larga duración y a medidas onerosas como el encierro y las órdenes de quedarse en casa, la pandemia de COVID-19 trae impactos negativos en la educación superior. Los hallazgos de nuestro estudio destacan la urgente necesidad de desarrollar intervenciones y estrategias preventivas para abordar la salud mental de los estudiantes universitarios. (3)

Tapia P. (Ecuador, 2020) Realizó una investigación titulada “Estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de la Facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador”. **Objetivo:** Determinar el nivel de estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de la Facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador. **Metodología:** Investigación de tipo observacional, analítica y transversal, aplicada sobre una muestra conformada por 280 estudiantes de la Facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador quienes respondieron el Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO SV-21). Por otra parte, llenaron el cuestionario de Funcionalidad Familiar. **Resultados:** El 96% de los estudiantes que participaron en el estudio tienen estrés académico, los más afectados por el estrés académico son los de 21 años, incidiendo en los hombres con el 96,3%, que cursan el primer, sexto y noveno semestre de la carrera de Odontología, el 58% presenta una funcionalidad familiar normal y el 12% una disfunción familiar severa, no existió diferencia significativa entre las variables estrés académico y funcionalidad familiar de los estudiantes. **Conclusión:** Se

determina que el estrés académico no está relacionado por la funcionalidad familiar en estudiantes de la Facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador.(5)

Rodríguez I, Fonseca G, Aramburú G. (Argentina, 2020) Realizaron una investigación titulada “Estrés Académico en Alumnos Ingresantes a la Carrera de Odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina”. **Objetivo:** evaluar el estrés académico autopercebido en alumnos ingresantes a la Carrera de Odontología de la Universidad Nacional de Córdoba (Córdoba, Argentina). **Metodología:** Se realizó un estudio descriptivo, donde la muestra estuvo conformada por 291 estudiantes. La información se recolectó a través del cuestionario autoadministrado Inventario Sisco del Estrés Académico (Barraza Macías, 2007a,b). **Resultados:** Una mayoría significativa de los alumnos (98,3 %) presentó estrés académico, con un 88,81 % de los participantes inclinándose por las categorías de intensidad más altas de estrés. Se identificó una muy significativa correlación entre las dimensiones Estresores y Reacciones ($p < 0,001$) y entre Estresores y Estrategias ($p = 0,034$). **Conclusión:** La identificación de estrés académico, su caracterización y la prevención respecto a la potencial instalación de hábitos o empleo de medicamentos en muchos casos insalubres, permitirá desarrollar estrategias que favorezcan a los estudiantes el poder hacer frente a las situaciones que el nuevo entorno demanda.(6)

Rentala S, Thimmajja S, Tilekar S, Nayak R, Aladakatti R. (India, 2019) Realizaron un estudio titulado “Impacto del programa holístico de manejo

del estrés en el estrés académico y el bienestar de las adolescentes indias: un ensayo controlado aleatorio”. **Objetivo:** evaluar la efectividad del programa holístico de manejo del estrés en grupo para reducir el estrés académico, la depresión, la ansiedad y mejorar el bienestar entre las adolescentes. **Metodología:** se adoptó un ensayo de control aleatorio y el estudio se llevó a cabo en universidades seleccionadas de la ciudad de Dharwad, Karnataka, India. Se seleccionaron aleatoriamente 230 adolescentes. Los participantes del grupo experimental participaron en ocho sesiones de un programa holístico de manejo del estrés grupal durante un período de 1 mes. Se realizaron evaluaciones posteriores a la intervención para todos los participantes en intervalos mensuales durante 6 meses. **Resultados:** Durante un seguimiento de 6 meses en comparación con el grupo de control, los participantes del grupo experimental mostraron una disminución estadísticamente significativa en el estrés académico ($F = 131.60$, $P < 0.01$, $n_2 G = 0.14$), depresión ($F = 156.70$, $P < 0.01$, $n_2 G = 0.13$), ansiedad ($F = 190.50$, $P < 0.01$, $n_2 G = 0.16$), estrés general ($F = 166.10$, $P < 0.01$, $n_2 G = 0.16$) y mejora en el bienestar ($F = 156.40$, $P < 0.01$, $n_2 G = 0.13$). **Conclusión:** estos hallazgos indican que el programa integral de manejo del estrés tiene un efecto positivo en la reducción del estrés académico, la ansiedad, la depresión y la mejora del bienestar. (7)

Marín M. (México, 2015) Realizó un estudio titulado “Estrés en estudiantes de educación superior de Ciencias de la Salud”. **Objetivo:** comparar el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes universitarios de las facultades de Químicofarmacobiología, Psicología y escuela de Enfermería

y Salud Pública de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.

Metodología: Fue un estudio no experimental, correlacional, descriptivo y transversal, se encuestaron a 900 estudiantes de nivel licenciatura de las Facultades de Químicofarmacobiología, Psicología y Escuela de Enfermería y Salud Pública de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. El cuestionario fue proporcionado directamente a los participantes.

Resultados: respecto al género predomina el género femenino con un 64.4% (580). Con un comportamiento similar en las tres instituciones educativas), el 30.4% (273) estudiantes manifestó que casi siempre y siempre les causa estrés la competencia con los compañeros del grupo, esto se presenta con mayor frecuencia en Psicología, referente a la sobrecarga de tareas y trabajos escolares el 55.2% (469) refiere que casi siempre y siempre tiene sobrecarga de tareas y trabajos escolares les ocasiona estrés, con mayor disposición en Químicofarmacobiología y Salud Pública, el 61.7% (555) precisa que casi siempre y siempre presenta estrés con las evaluaciones de los profesores, presentándose con mayor frecuencia en Químicofarmacobiología con un 23.7 % (213) y Salud Pública. **Conclusión:** en las tres facultades predomina el género femenino, A un tercio de los estudiantes la competencia con su compañeros de grupo les produce estrés, se presenta con mayor frecuencia en Psicología. Otro factor es la sobrecarga de tareas, trabajos escolares, y las evaluaciones de los profesores, con mayor disposición en los estudiantes de Químicofarmacobiología y Salud Pública. Una de las manifestaciones físicas es la fatiga crónica, con predominio en Químicofarmacobiología. De las manifestaciones psicológicas, la ansiedad,

angustia o desesperación y en las manifestaciones comportamentales el incremento o disminución en el consumo de alimentos, en los estudiantes de Psicología. (8)

Nacionales

Cotrado J. (Puno, 2020) Realizó un estudio titulado “Estrés académico ante nueva modalidad de prácticas virtuales en internistas de psicología de la Universidad Peruana Unión, Juliaca- 2020”. **Objetivo:** determinar el nivel de estrés académico en internistas de psicología de la universidad peruana unión filial Juliaca-2020. **Metodología:** El estudio es de enfoque cuantitativo de diseño no experimental, tipo descriptivo, corte transversal; con una población de 56 participantes hombres y mujeres internistas de psicología. El instrumento utilizado para la evaluación es el Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico segunda versión de 21 ítems. Nombre abreviado: Inventario SISCO SV-21. **Resultados:** son un nivel moderado de 66,1% que corresponde a 37 participantes, así mismo, un nivel severo de 26,8% correspondiente a 15 participantes, finalmente un 7,1% que corresponde a 4 participantes. **Conclusión:** existe un nivel moderado de estrés académico en internistas de psicología de la universidad peruana unión.(9)

Solano V. (Lima, 2020) Realizó un estudio titulado “Estrés académico y estrategias de aprendizaje en estudiantes de posgrado de una universidad privada”. **Objetivo:** determinar la existencia de correlación entre la percepción del estrés académico y las estrategias de aprendizaje en

estudiantes de posgrado de maestría en educación en una universidad privada de Lima norte. **Metodología:** fue de enfoque cuantitativo, básico, correlacional, de corte transversal. Se utilizó una muestra por conveniencia y muestreo no probabilístico de 75 estudiantes, a los cuales se les aplicó el inventario SISCO SV-21 y el cuestionario ACRA abreviado para universitarios, adaptados para el contexto de la investigación. **Resultados:** En base al objetivo general, el análisis descriptivo encontró que 57,3% de estudiantes presentaron un nivel de estrés académico severo, en las dimensiones encontró que fue severo con 81,3% en la dimensión Estresores, fue moderado con 38,3% en la dimensión Síntomas y fue severo con 74,7% en la dimensión Estrategias de afrontamiento. El 54,7% tuvieron niveles muy altos de estrategias de aprendizaje; asimismo, se encontró una correlación débil y positiva ($\rho=0,242$) entre el estrés académico y las estrategias de aprendizaje con un p valor ($0,037$) $< 0,05$. **Conclusión:** se encontraron correlaciones débiles y positivas entre el estrés académico y las dimensiones estrategias adquisición y estrategias de recuperación de la información en estudiantes de posgrado.(10)

Melchor M. (Lima, 2016) Realizo un estudio titulado “Estrés académico y su relación con la autoestima de los estudiantes de la Universidad de Cañete”. **Objetivo:** determinar la relación del estrés académico en la autoestima de los estudiantes de la facultad de administración de la universidad de Cañete. **Metodología:** Tiene un enfoque cuantitativo, donde se utilizó el tipo de investigación descriptiva correccional. Se elaboró un cuestionario dirigido a los 150 estudiantes. **Resultados:** los resultados

obtenidos nos indican que la Hipótesis general de investigación ha sido contundentemente aceptada, estimando que: El nivel de Estrés académico está relacionado inversa y significativamente con el nivel del Autoestima de los estudiantes de administración de la universidad de Cañete. **Conclusión:** existe razones suficientes para inferir que el nivel del Estrés académico de los estudiantes de administración de la universidad de Cañete, es regular y existen razones suficientes para inferir que el nivel del Autoestima de los estudiantes de administración de la universidad de Cañete, es bajo. (4)

Bedoya S, Perea M, Ormeño R. (Lima, 2015) Realizaron un estudio denominado “Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología”. **Objetivo:** evaluar los niveles, situaciones generadoras y manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales en 118 alumnos del tercer y cuarto año de la Facultad de Estomatología de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. **Metodología:** estudio cuantitativo, prospectivo y transversal, de nivel descriptivo y no experimental – observacional, se evaluó mediante un cuestionario desarrollado de forma colectiva y dentro del aula donde recibían clases teórico – practicas. **Resultados:** se encontró que el nivel de estrés académico presentó un nivel de estrés de $4,10 \pm 1,00$ y los del cuarto año $3,86 \pm 1,04$. Las mujeres presentaron un nivel de estrés de $3,96 \pm 0,98$ y los varones $4,06 \pm 1,12$. **Conclusión:** se relacionó positivamente con todas las situaciones generadoras y manifestaciones físicas y psicológicas; así como se relacionó negativamente con algunos comportamientos indagados. (11)

Locales

Nolasco G. (La Libertad, 2014) Realizó un estudio denominado “Autoestima y estrés académico en los estudiantes de la clínica estomatológica de la Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo- 2014”’.

Objetivo: determinar los niveles de autoestima y estrés académico en los estudiantes de la Clínica Estomatológica de la Universidad Privada Antenor Orrego teniendo en cuenta su edad y sexo. **Metodología:** se realizó un estudio de tipo prospectivo, transversal, descriptivo y observacional constituido por 105 estudiantes que estaban llevando el curso de clínica I y II. Se utilizó el cuestionario de Cooper Smith para medir la autoestima y el cuestionario de SISCO para el estrés académico. **Resultados:** se encontró que el 59.05% tuvo nivel alto de autoestima y el 31.43 %, un nivel medio alto. Asimismo, el 45.7% presentó nivel alto de estrés académico y el 25.7, nivel medio alto. **Conclusión:** los estudiantes presentaron un nivel de autoestima y estrés académico alto, con respecto a la edad y al sexo no encontró diferencia significativa entre los niveles de autoestima y estrés académico. (12)

2.2. Bases teóricas de la investigación

2.2.1. Estrés

Hans Selye (considerado padre del estrés) en 1935, introdujo el concepto de estrés como síndrome o conjunto de reacciones fisiológicas no específicas del organismo a diferentes agentes nocivos del ambiente de naturaleza física o química. El estrés es un fenómeno que se presenta cuando las demandas de la vida se perciben demasiado difíciles. La persona se siente ansiosa y tensa y se percibe mayor rapidez en los latidos del corazón. El estrés es lo que uno nota cuando reacciona a la presión, sea del mundo exterior sea del interior de uno mismo. (4)

El estrés, es una reacción normal de la vida de las personas de cualquier edad. Está producido por el instinto del organismo de protegerse de las presiones físicas o emocionales o, en situaciones extremas, del peligro. El estrés es la respuesta del cuerpo a condiciones externas que perturban el equilibrio emocional de la persona. El resultado fisiológico de este proceso es un deseo de huir de la situación que lo provoca o confrontarla violentamente. En esta reacción participan casi todos los órganos y funciones del cuerpo, incluidos cerebro, los nervios, el corazón, el flujo de sangre, el nivel hormonal, la digestión y la función muscular. (12)

El estrés es un estímulo que nos agrede emocional o físicamente. Si el peligro es real o percibido como tal, el resultado es el mismo.

Usualmente provoca tensión, ansiedad, y distintas reacciones fisiológicas. Es la respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento de un sujeto que busca adaptarse y reajustarse a presiones tanto internas como externas. (13)

Perspectivas del estrés

Selye H. desde entonces indico que los enfoques teóricos han perfilado el concepto de estrés en tres perspectivas:

a. Estrés como estímulo:

Se define al estrés como factores estresantes o estresores, productores de respuestas de tensión o presión. Se consideran el origen de los estresores en dos orígenes: biológico y psicosocial. También los clasifica según trece criterios: momento en que actúan, periodo de acción, repetición, cantidad, intensidad del impacto, naturaleza del agente, magnitud social, tema traumático, realidad del estímulo, localización de la demanda, relaciones intra-psíquicas, efectos sobre la salud y la formula diátesis/estrés. Se concibe el estrés como un conjunto de factores ya sea internos y externos que causaran una respuesta biofísica como psicológica de consecuencia tanto positiva como negativa en el bienestar. (14)

b. Estrés como respuesta:

Hace referencia a los procesos fisiológicos que desencadena el organismo por la presencia de un estímulo. Abarca el carácter

cognitivo - conductual como aspecto adherido al biológico, puesto que la generación del estrés sería consecuencia de la cognición amenazadora. El estrés es la adaptación ante las demandas físicas y psicológicas donde los elementos físicos, cognitivos, y conductuales, como el afrontamiento, están presentes. En síntesis, la concepción de estrés como respuesta abarca mecanismos físicos, cognitivos y conductuales que son conocidos como los efectos a corto plazo del estrés. (14)

c. Estrés como relación estímulo- respuesta:

Este enfoque abarca el curso interactivo que existe entre el individuo y su entorno, mediado por el proceso cognitivo de autoevaluación; ello afirma la premisa de que no solo por la presencia de estímulos externos se generará una enfermedad, sino que es importante considerar las características de la persona, referidas a la capacidad de respuesta y/o afronte ante las situaciones demandantes. (14)

Manifestaciones del estrés

En principio, se trata de una respuesta normal del organismo ante las situaciones de peligro. En respuesta a las situaciones de emboscada, el organismo se prepara para combatir o huir mediante la secreción de sustancias como la adrenalina, producida principalmente en unas glándulas llamadas "suprarrenales" o "adrenales" (llamadas así por estar ubicadas adyacentes al extremo superior de los riñones). (12)

La adrenalina se disemina por toda la sangre y es percibida por receptores especiales en distintos lugares del organismo, que responden para prepararse para la acción: (15,16)

- El corazón late más fuerte y rápido.
- Las pequeñas arterias que irrigan la piel y los órganos menos críticos (riñones, intestinos), se contraen para disminuir la pérdida de sangre en caso de heridas y para dar prioridad al cerebro y los órganos más críticos para la acción (corazón, pulmones, músculos).
- La mente aumenta el estado de alerta.
- Los sentidos se agudizan

Fisiología del estrés

El estrés produce cambios químicos en el cuerpo. En una situación de estrés, el cerebro envía señales químicas que activan la secreción de hormonas (catecolaminas y entre ellas, la adrenalina) en la glándula suprarrenal. Las hormonas inician una reacción en cadena en el organismo: el corazón late más rápido y la presión arterial sube; la sangre es desviada de los intestinos a los músculos para huir del peligro; y el nivel de insulina aumenta para permitir que el cuerpo metabolice más energía. (16)

Estas reacciones permiten evitar el peligro, a corto plazo no son dañinas, pero si la situación persiste, la fatiga resultante será nociva para la salud general del individuo. El estrés puede estimular un

exceso de ácido estomacal, lo cual dará origen una úlcera o puede contraer arterias ya dañadas, aumentando la presión y precipitando una angina o un paro cardíaco. Así mismo, el estrés puede provocar una pérdida o un aumento del apetito con la consecuente variación de peso en la persona. (16)

Indicadores o síntomas del estrés

El estrés académico, daña de manera distinta a cada individuo en distintas áreas tales como estado emocional, físico e interpersonal. Barraza, identificó maneras en los que se manifiestan los síntomas: físicos, psicológicos y comportamentales. (1)

a. Reacciones físicas: Cefalea, taquicardia, agotamiento, rechinar los dientes mientras duerme, elevada presión arterial, problemas gástricos, ideas de insuficiencia, dolores de espalda, insomnio o sueño irregular, hormigueo, enfermedades respiratorias, poco deseo sexual, vaginitis, transpiración, adelgazamiento o engorde, tics nerviosos, desgaste del sistema inmune. (1)

b. Síntomas psicológicos: Mostrarse ansioso, susceptible, triste, sentir que no se les considera, volverse irritable, inquietud, indeciso, pobre autoconfianza, sentirse inútil, pobre entusiasmo, no lograr controlar una circunstancia, ideas negativas de sí mismo, melancólico, desasosiego, problemas para concentrarse, infelicidad, inseguridad. (1)

c. Síntomas comportamentales: Aislarse, pobre esfuerzo en sus deberes, genera conflictos, desgano, no ir a la universidad, no toma responsabilidades, fumar, olvida sus deberes, incremento o disminución en ingesta de alimentos, poco interés en sí mismo, indiferencia. (1)

Tipos de estrés

El manejo del estrés puede resultar complicado y confuso porque existen diferentes tipos de estrés: estrés agudo, estrés agudo episódico y estrés crónico. Cada uno cuenta con sus propias características, síntomas, duración y enfoques de tratamiento. (8)

a) Estrés agudo

El estrés agudo, es la forma de estrés más común. Surge de las exigencias y presiones del pasado reciente y las exigencias y presiones anticipadas del futuro cercano. El estrés agudo es emocionante y fascinante en pequeñas dosis, pero cuando es demasiado resulta agotador. Una bajada rápida por una pendiente de esquí difícil, por ejemplo, es estimulante temprano por la mañana. La misma bajada al final del día resulta agotadora y desgastante. Del mismo modo, exagerar con el estrés a corto plazo puede derivar en agonía psicológica, dolores de cabeza tensionales, malestar estomacal y otros síntomas. (12)

b) Estrés agudo episódico

Por otra parte, están aquellas personas que tienen estrés agudo con frecuencia, cuyas vidas son tan desordenadas que son estudios de caos y crisis. Siempre están apuradas, pero siempre llegan tarde. Si algo puede salir mal, les sale mal. Asumen muchas responsabilidades, tienen demasiadas cosas entre manos y no pueden organizar la cantidad de exigencias autoimpuestas ni las presiones que reclaman su atención. Parecen estar perpetuamente en las garras del estrés agudo. Es común que las personas con reacciones de estrés agudo estén demasiado agitadas, tengan mal carácter, sean irritables, ansiosas y estén tensas. Suelen describirse como personas con "mucho energía nerviosa", siempre apuradas, tienden a ser cortantes y a veces su irritabilidad se transmite como hostilidad. Las relaciones interpersonales se deterioran con rapidez cuando otros responden con hostilidad real. El trabajo se vuelve un lugar muy estresante para ellas. (12)

2.2.2. Estrés académico

El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos: (17)

Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores. (17)

Segundo: estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante), que se manifiesta en una serie de síntomas (que son los indicadores del desequilibrio). (17)

Tercero: este desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de adaptación para restaurar el equilibrio sistémico, lo que se conoce como estrategias de afrontamiento, esta valoración constituye un proceso psicológico de interpretación que se pone en marcha cuando el entorno se considera amenazante y cada sujeto tiende a la utilización de los estilos de afrontamiento que domina, sea por aprendizaje o por descubrimiento fortuito, en una situación de emergencia. (17)

Estrés académico en estudiantes de salud

Dentro de los factores estresores que existen en los estudiantes están el tiempo limitado para hacer sus quehaceres y las sobrecargas de tareas y trabajos. Las evaluaciones conforman, en cierta medida, uno de los estresores académicos más importantes en la vida estudiantil, con sensibles efectos a nivel conductual, cognitivo y fisiológico-emocional. Diversos estudios señalan que los estresores que más les afectan a los estudiantes en las prácticas clínicas son los relacionados con el desconocimiento, impotencia e incertidumbre ante una situación clínica, el aumento de la carga de trabajo, falta de tiempo y algunos aspectos de la clínica. (17)

Para cualquier institución educativa universitaria es importante conocer los niveles de estrés académico en sus estudiantes, ya que el estrés se ha asociado a enfermedades como la depresión, enfermedades infecciosas y complementariamente pudiera ocasionar factores de riesgo para la salud como es el consumo de alcohol y droga en los estudiantes. El estrés aparece como un fenómeno frecuente en los estudiantes del área de la salud especialmente en mujeres. para poder cumplir el alto nivel de exigencia de estas carreras, sabiendo que debe reducirse la sobrecarga, ya que la ausencia de estrés disminuye la probabilidad de padecer una enfermedad infecciosa y que el grado con que se experimenta el estrés tiene relación directa con la frecuencia de infecciones. (17)

2.2.3. Inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO)

El inventario de estrés académico Inventario SISCO – SV del Estrés Académico, fue construido y validado por Barraza (2007, 2018) ciudad de México, y está constituido por 45 ítems distribuidos en tres dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento con 15 preguntas cada una, con seis opciones de respuestas cada una en escala tipo Likert: nunca (0), casi nunca (1), raras veces (2), algunas veces (3), casi siempre (4) y siempre (5).(18,19)

Se adaptaron en muchos estudios de investigación el Inventario SISCO SV en estudiantes universitarios peruanos, logrando resultados y evidencias de validez y confiabilidad en dicha población.(1,20)

El Inventario SISCO fue adaptado por diversos autores con el fin de actualizarlo a la población a la que se le aplicaría y al contexto actual, tal es la adaptación realiza por Castillo et al.(21), quienes buscaron evaluar las propiedades psicométricas de los estudiantes universitarios mediante una versión adaptada del inventario SISCO del estrés académico, denominada SISCO-II.

Alania et al.(22), trabajaron la adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV (Adaptado de Barraza, 2018) para estudiantes Universitarios en el contexto de la crisis por COVID-19; brindando una oportunidad de identificar la extensión del estrés académico, lo que a su vez permitiría tomar medidas más adecuadas para controlar los efectos negativos de este en la comunidad estudiantil. Los investigadores realizaron la revisión del contenido del instrumento, adaptándolo al ámbito espacial del estudio y al contexto de la crisis sanitaria por la COVID-19, se agregaron dos ítems (46. Navegar en internet y 47. Jugar videojuegos) a la dimensión estrategias de afrontamiento, considerando que representan dos hábitos que se han potenciado en el aislamiento social obligatorio.

El Inventario de Estrés Académico SISCO SV (Adaptado de Barraza, 2018) para estudiantes Universitarios en el contexto de la crisis por COVID-19, consta de 47 preguntas divididas en tres dimensiones: estresores (15 preguntas), síntomas (15 preguntas) y estrategias de afrontamiento (17 preguntas). Las respuestas a las preguntas presentan

seis opciones de respuestas cada una en escala tipo Likert: nunca = 0, casi nunca = 1, raras veces = 2, algunas veces = 3, casi siempre = 4 y siempre = 5. (22)

III. Hipótesis

El presente trabajo de investigación por ser un estudio de nivel descriptivo no requiere plantear hipótesis.

Según Hernández R. Fernández C. Baptista M. (México, 2014), un estudio descriptivo busca especificar características de un fenómeno analizado, además describe tendencias de un grupo o población. (23)

IV. Metodología

4.1. Diseño de la investigación

Tipo de investigación

Según el enfoque: Cuantitativo

Hernández R. Fernández C. Baptista M. (México, 2014) refieren que un estudio es cuantitativo cuando recogen y analizan los datos en números. (23)

Según la planificación de la toma de datos: Prospectivo

Supo J. (2014) Los datos necesarios para el estudio son recogidos a propósito de la investigación por lo que posee control del sesgo de medición. (24)

Según el número de ocasiones en que mide la variable de estudio: Transversal

Supo J. (2014) Todas las variables son medidas en una sola ocasión; por ello de realizar comparaciones, se trata de muestras independientes. (24)

Según el número de variables de interés: Descriptivo

Supo J. (2014) El análisis estadístico, es univariado porque solo describe o estima parámetros en la población de estudio a partir de una muestra. (24)

Según la intervención del investigador: Observacional

Supo J. (2014) La recopilación de resultados ocurren de manera natural y espontánea sin necesidad de la intervención del investigador.(24)

Nivel de la investigación

El presente trabajo es una investigación de nivel descriptivo:

Según Hernández R. Fernández C. Baptista M. (México, 2014), porque busca especificar características de un fenómeno analizado, además describe tendencias de un grupo o población. (23)

Diseño de la investigación

La presente investigación es de diseño no experimental – observacional:

Según Hernández R. Fernández C. Baptista M. (México, 2014), se trata de un estudio no experimental, ya que “podría definirse como la investigación que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Es decir, se trata de estudios en los que no hacemos variar en forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables”.(23)

Según Hernández R. Fernández C. Baptista M. (México, 2014), es observacional porque no existe intervención del investigador; los datos reflejan la evolución natural de los eventos, ajena a la voluntad del investigador. (23)

4.2. Población y muestra

Población:

La población estuvo conformada por 38 estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals” matriculados en el año 2020.

Criterios de selección:

a) Criterios de inclusión:

- Estudiante mayor de 18 años.
- Estudiantes matriculados en el semestre 2020 – II

b) Criterios de exclusión

- Estudiantes que se encuentre en otro ciclo académico.

Muestra:

Dada la naturaleza del estudio y por el número reducido de unidad de analisis se opto por trabajar con la totalidad de la población.

4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Tipo de variable	Escala de medición	Indicador	Valores Finales	
Nivel de Estrés Académico	Proceso sistémico que se presenta cuando el alumno es sometido a estímulos o estresores que desencadenan en una situación de desequilibrio sistémico.(19)	Estresores	Cualitativo	Ordinal	Inventario SISCO SV de Estrés Académico (Adaptado de Barraza 2018)	1. Leve: 0 - 25 2. Moderado: 26 - 50 3. Severo: 51 - 75	1. Leve: 0 - 78 2. Moderado: 79 - 156 3. Severo: 157 - 235
		Síntomas				1. Leve: 0 - 25 2. Moderado: 26 - 50 3. Severo: 51 - 75	
		Estrategias de Afrontamiento				1. Leve: 0 - 28 2. Moderado: 29 - 56 3. Severo: 57 - 85	

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica

Encuesta:

Se aplicó un cuestionario bajo formato virtual, a través de un formulario de google.

Instrumento

Se utilizó el Inventario de Estrés Académico Sisco SV, Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19, realizado por Alania R, Llancari R, Rafaele M, Ortega D.(22) en junio del 2020, siendo validado y publicado en diciembre del mismo año. (Anexo 2)

Procedimiento:

a) Coordinación

Se emitió a través de la coordinación académica de la escuela profesional de odontología, una carta de autorización para la ejecución del estudio al director del Instituto Superior Tecnológico Particular “Pablo Casals”. (Anexo 1)

A demás se solicitó la base de datos de los estudiantes registrados en el semestre académico 2020-II al director del instituto.

b) Consentimiento informado

Se utilizó el consentimiento informado llenado por el estudiante, el cual nos brindó autorización para la participación de proyecto y la utilización de los datos obtenidos. (Anexo 3)

c) Recolección de datos

Para la recolección de datos se adaptó de manera virtual el Inventario de Estrés Académico Sisco SV, el cual fue enviado a través de los correos electrónicos a cada uno de los estudiantes.

Cada participante dispuso de 20 minutos aproximadamente para llenar la encuesta virtual en la cual tuvo una parte inicial donde acepto o no su participación mediante un consentimiento informado.

Si su respuesta fue No acepto, se finalizó el cuestionario.

Si su respuesta fue Acepto, se continuo con una segunda parte donde lleno sus datos personales, luego de esto pasó a la parte final donde se encontró el Inventario de Estrés Académico Sisco SV, el cuestionario consto de 47 preguntas divididas en tres dimensiones: estresores (15 preguntas), síntomas (15 preguntas) y estrategias de afrontamiento (17 preguntas).

Las respuestas a las preguntas presentan seis opciones de respuestas cada una en escala tipo Likert: nunca = 0, casi nunca = 1, raras veces = 2, algunas veces = 3, casi siempre = 4 y siempre = 5. El participante

marcó la respuesta que considere según el enunciado hasta finalizar y enviar sus respuestas.

4.5. Plan de análisis

El procesamiento de datos se realizó de manera automatizada en Microsoft office –Excel, donde se obtuvo la base de datos con las respuestas de los participantes en el cuestionario. El programa estadístico SPSS v25 se utilizó para la construcción de tablas de frecuencias e interpretaciones.

4.6. Matriz de consistencia

Título	Problema	Objetivos	Variable	Hipótesis	Metodología
Estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020.	¿Cuál es el nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020?	<p>Objetivo general Determinar el nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020.</p> <p>Objetivos específicos: 1. Determinar el nivel de estrés académico en la dimensión Estresores, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020. 2. Determinar el nivel de estrés académico en la dimensión Síntomas, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020. 3. Determinar el nivel de estrés académico en la dimensión Estrategias de afrontamiento, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020.</p>	<p>Nivel de Estrés Académico:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estresores - Síntomas - Estrategias de afrontamiento 	No presenta hipótesis por ser un estudio descriptivo.	<p>Tipo: Cuantitativo, prospectivo, transversal, descriptivo y observacional.</p> <p>Nivel: Descriptivo</p> <p>Diseño: No experimental - observacional.</p> <p>Población: 38 estudiantes.</p> <p>Muestra: se aplicó el estudio a toda la población.</p>

4.7. Principios éticos

Para la ejecución de la presente investigación se respetaron los principios especificados en el Código de Ética versión 002 Aprobado por acuerdo del Consejo Universitario con Resolución N° 0973-2019-CU- ULADECH - Católica, los cuales comprenden: (25)

Protección a las personas: En las investigaciones en las que se trabaja con personas, se debe respetar la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad. (25)

Libre participación y derecho a estar informado: Los participantes tienen el derecho a estar bien informados sobre los propósitos y finalidades de la investigación; así como tienen la libertad de participar en ella, por voluntad propia. (25)

Beneficencia y no maleficencia: Se debe asegurar el bienestar de las personas que participan, el investigador debe responder a las siguientes reglas generales: no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios. (25)

Justicia: Se reconoce que la equidad y la justicia otorgan a todas las personas que participan en la investigación derecho a acceder a sus resultados. (25)

Integridad científica: La integridad o rectitud deben regir no sólo la actividad científica de un investigador, sino que debe extenderse a sus actividades de enseñanza y a su ejercicio profesional. (25)

Asimismo, se respetará la responsabilidad ética y deontológica de buenas prácticas del investigador, procediendo con rigor científico asegurando la validez, la fiabilidad y credibilidad de los métodos, fuentes y datos usados en la presente investigación. (25)

Para la ejecución de la presente investigación, se siguieron los principios de la Declaración de Helsinki (octubre 2013), en donde se consideró el anonimato, la privacidad y la confidencialidad, para resguardar la intimidad de la persona que participa en la investigación y la confidencialidad de su información personal.(26)

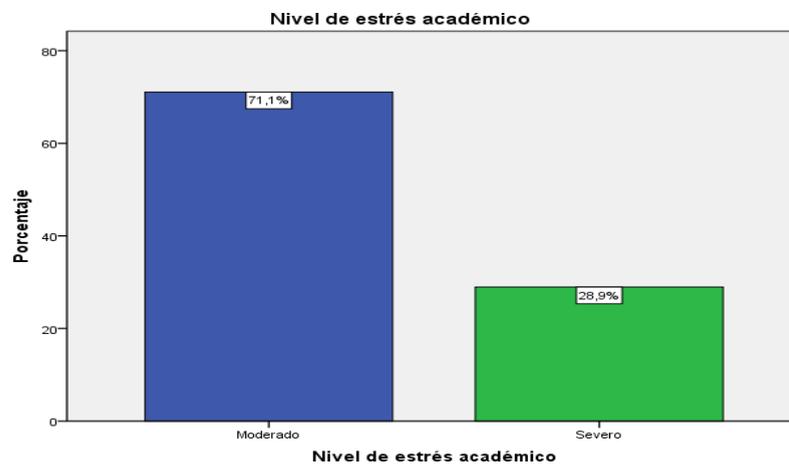
V. Resultados

5.1. Resultados

Tabla 1: Nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020.

Nivel de estrés académico		
	Frecuencia	Porcentaje
Moderado	27	71,1%
Severo	11	28,9%
Total	38	100,0%

Fuente: Ficha de recolección de datos.



Fuente: Datos de la tabla 1.

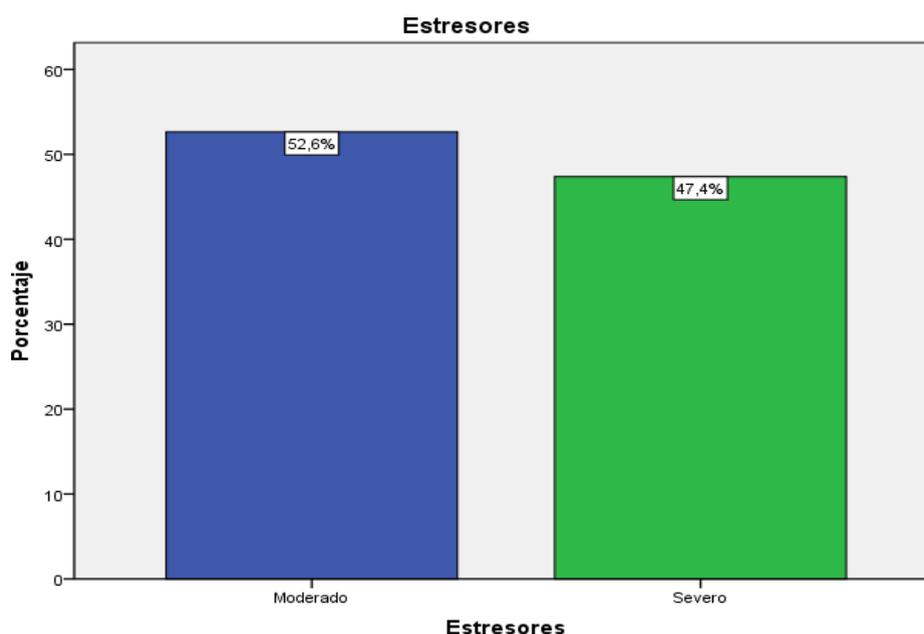
Gráfico 1: Nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020.

Interpretación: se observa que de los 38 estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, el nivel de estrés académico fue moderado con 71,1% (27), seguido de un nivel de estrés académico severo con 28,9% (11).

Tabla 2: Nivel de estrés académico en la dimensión Estresores, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020.

Estresores		
	Frecuencia	Porcentaje
Moderado	20	52,6%
Severo	18	47,4%
Total	38	100,0%

Fuente: Ficha de recolección de datos.



Fuente: Datos de la tabla 2.

Gráfico 2: Nivel de estrés académico en la dimensión Estresores, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020.

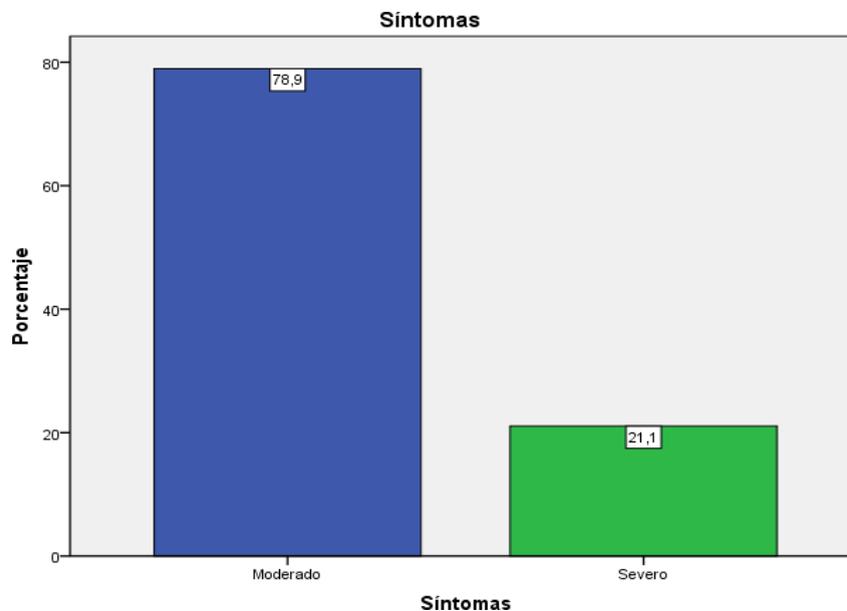
Interpretación: se observa que de los 38 estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, el nivel de estrés académico en la dimensión Estresores fue

moderado con 52,6% (20), seguido de un nivel de estrés académico severo con 47,4% (18).

Tabla 3: Nivel de estrés académico en la dimensión Síntomas, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020.

Síntomas		
	Frecuencia	Porcentaje
Moderado	30	78,9%
Severo	8	21,1%
Total	38	100,0%

Fuente: Ficha de recolección de datos.



Fuente: Datos de la tabla 3.

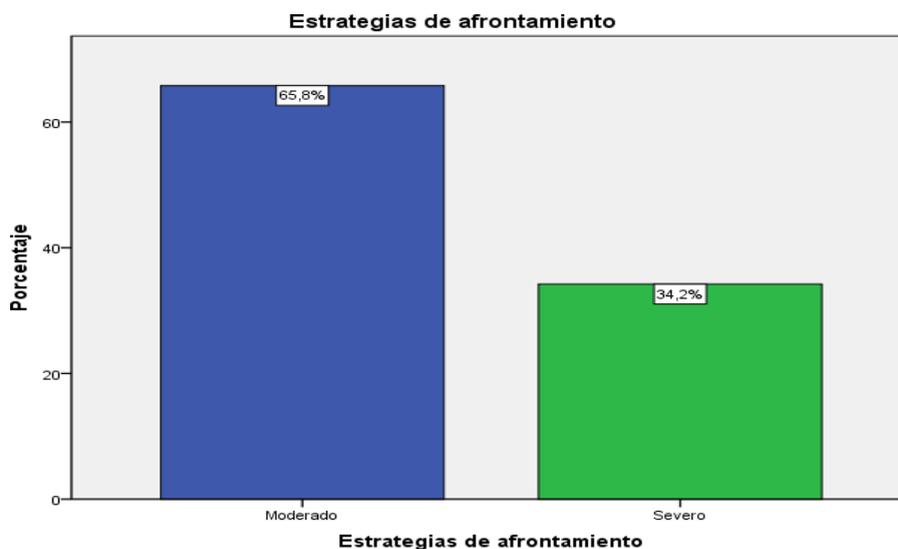
Gráfico 3: Nivel de estrés académico en la dimensión Síntomas, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020.

Interpretación: se observa que de los 38 estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, el nivel de estrés académico en la dimensión Síntomas fue moderado con 78,9% (30), seguido de un nivel de estrés académico severo con 21,1% (8).

Tabla 4: Nivel de estrés académico en la dimensión Estrategias de Afrontamiento, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020.

Estrategias de afrontamiento		
	Frecuencia	Porcentaje
Moderado	25	65,8%
Severo	13	34,2%
Total	38	100,0%

Fuente: Ficha de recolección de datos.



Fuente: Datos de la tabla 4.

Gráfico 4: Nivel de estrés académico en la dimensión Estrategias de Afrontamiento, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020.

Interpretación: se observa que de los 38 estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, el nivel de estrés académico en la dimensión Estrategias de

afrontamiento fue moderado con 65,8% (25), seguido de un nivel de estrés académico severo con 34,2% (13).

5.2. Análisis de resultados

Una vez obtenidos los resultados acordes a los objetivos planteados, se contrastó los resultados hallados con los antecedentes.

- Se determinó, según el objetivo general, que los estudiantes presentaron un nivel de estrés académico moderado con 71,1% (27). Los hallazgos obtenidos en este estudio demostraron que los estudiantes del instituto presentaron una alteración moderada en sus niveles de estrés académico, esto debido en gran parte al cambio de modalidad de enseñanza. Los resultados obtenidos en este estudio concuerdan con uno de los únicos estudios publicados en tiempos de pandemia, como es el estudio de Son et al. (Estados Unidos, 2020)³, en el cual determinaron los efectos de la pandemia covid-19 en la salud mental de los estudiantes universitarios mediante el uso de una encuesta entrevista, donde indicaron que un 71% de estudiantes presentaron un aumento del estrés y la ansiedad debido al brote de COVID-19, concluyeron al igual que en nuestro estudio que debido a la situación de la pandemia, esta trae impactos negativos en la educación superior debido al cambio de modalidad de enseñanza y a las limitaciones que actualmente se presentan, además de la ausencia de interacción entre estudiantes y sus docentes. Asimismo, el estudio de Tapia P. (Ecuador, 2020)⁵ determinó que el 96% de los estudiantes de una facultad de odontología, tienen

estrés académico, estos resultados no indicaron en qué nivel de estrés se encontraron, sin embargo, se explica sus resultados por el tipo de carrera y carga académica que esta representa en los estudiantes. Se recomienda que es necesario la intervención de estrategias preventivas para abordar la salud mental de los estudiantes de educación superior. Así lo menciona Rentala et al. (India, 2019)⁷ quienes en su estudio impartieron sesiones de un programa integral para el manejo de estrés en estudiantes, y en sus resultados se demostró que el grupo experimental tuvo un efecto positivo logrando así una disminución significativa en el estrés académico. Los hallazgos obtenidos en este estudio demostraron que los estudiantes del instituto presentaron una alteración moderada en sus niveles de estrés académico, esto debido en gran parte al cambio de modalidad de enseñanza. Los resultados son en parte favorables considerando en supuesto que los estudiantes no presentaron estrés académico durante la modalidad de enseñanza presencial, esto debido a que normalmente los cambios radicales repercuten gravemente en una llamada normalidad y se esperaban resultados menos alentadores. Es entendible que tanto por la afectación de la crisis mundial de la pandemia del covid19 y a su vez el cambio abrupto de modalidad de enseñanza antes no conocida por los estudiantes, los resultados sean alentadores ya que se presentaron niveles moderados de estrés académico a nivel general como en todas las dimensiones. De igual manera se sugiere que a dichos estudiantes se

les realice un seguimiento hasta el término de sus estudios superiores.

(Tabla 1)

- Respecto a los objetivos específicos, en este estudio se determinó que el nivel de estrés académico en la dimensión Estresores fue moderado con 52,6% (20). El resultado coincide con el estudio de Rodríguez y col. (Argentina, 2020)⁶, quienes determinaron un nivel de estrés moderado con 41,5%, sus resultados explican el hecho de que las situaciones que con más frecuencia generaron estrés académico a los participantes fueron las evaluaciones de los profesores y la sobrecarga de tareas. En el estudio de Marín M. (México, 2015)⁸, se demostró que los principales estresores que manifiestan los estudiantes fueron la sobrecarga de tareas, las evaluaciones de los profesores, la dificultad de algunas materias y el hecho de enfrentarse al estudio, y además otro factor de estrés académico es la competencia con sus compañeros.

(Tabla 2)

- Continuando con los resultados según las dimensiones, se determinó que el nivel de estrés académico en la dimensión Síntomas fue moderado con 78,9% (30). Dicho resultado fue superior al del estudio de Rodríguez y col.⁶, sin embargo, coincide en el nivel, en el cual se determinó un nivel moderado con 46,2% de estrés académico. En otro estudio Marín M.⁸ identificaron que las manifestaciones físicas, al igual que en nuestro estudio fueron la fatiga crónica, ansiedad, angustia o desesperación, y en las manifestaciones comportamentales se presentó

disminución en el consumo de alimentos. Los resultados explican que las reacciones físicas más frecuentes fueron la fatiga crónica y la somnolencia. Las reacciones psicológicas más frecuentes fueron la ansiedad, angustia e inquietud. Por último, las reacciones comportamentales fueron el aumento o reducción del consumo de alimentos y el desgano. Determinando así factores específicos en los cuales enfocarse para promover un cambio en el nivel de estrés académico de dichos estudiantes. (Tabla 3)

- Por último, el estrés académico en la dimensión estrategias de afrontamiento, se determinó que fue de nivel moderado con 65,8% (25). De igual manera este resultado fue mayor al encontrado en el estudio de Rodríguez y col.⁶, quienes presentaron un nivel moderado con 50,7%, sin embargo, ambos estudios coinciden en el nivel de estrés académico. Estos resultados explican y al realizar un análisis detallado de cada una de las estrategias de afrontamiento se verificó que la estrategia concentrarse en resolver la situación fue la que mayor elección por los estudiantes, seguida por las estrategias tratar de obtener lo positivo y elaboración de plan y ejecución de tareas. Marín M.⁸ determino al igual que este estudio que entre las estrategias de afrontamiento que los estudiantes utilizaron para canalizar el estrés académico esta principalmente la religiosidad. En este estudio se evidenció que las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes del instituto conllevaron a presentar un nivel moderado debido a una regular utilización de distractores e instrumentos para sobrellevar el estrés

causado tanto en lo académico como en la vida diaria durante el confinamiento por la pandemia del covid19. (Tabla 4)

VI. Conclusiones

1. El nivel de estrés académico durante la pandemia en estudiantes del ISTP “Pablo Casals” fue moderado.
2. El nivel de estrés académico en la dimensión Estresores, durante la pandemia en estudiantes del ISTP “Pablo Casals” fue moderado.
3. El nivel de estrés académico en la dimensión Síntomas, durante la pandemia en estudiantes del ISTP “Pablo Casals” fue moderado.
4. El nivel de estrés académico en la dimensión Estrategias de Afrontamiento, durante la pandemia en estudiantes del ISTP “Pablo Casals” fue moderado.

Aspectos complementarios

Recomendaciones:

- Realizar un estudio de Estrés Académico con una muestra más amplia en dicha institución, analizando varias zonas de la región para tener más datos relacionados con el tema y realizar otros estudios abordando variables que influyan en los niveles de estrés académico.
- Crear un cuestionario de Estrés Académico orientados a estudiantes de la carrera de estomatología y así motivar a los profesionales encargados del área psicológica para que elaboren sus propios instrumentos de recolección de información.

Referencias Bibliograficas

1. Anicama J, Jabel M. Estandarización del inventario de estrés académico Sisco en estudiantes de dos universidades de Villa El Salvador [Internet]. Universidad Autónoma del Perú; 2017 [citado el 22 de abril de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/417>
2. Jerez M, Oyarzo C. Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Rev Chil Neuro-Psiquiat [Internet]. 2015 [citado el 18 de octubre de 2020];53(3):149–57. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v53n3/art02.pdf>
3. Son C, Hegde S, Smith A, Wang X, Sasangohar F. Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survey Study. J Med Internet Res [Internet]. 2020 [citado el 8 de noviembre de 2020];22(9). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34881411/>
4. Melchor M. Estrés académico y su relación con la autoestima de los estudiantes de la Universidad de Cañete [Internet]. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle; 2016 [citado el 8 de noviembre de 2020]. Disponible en: <http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/1999/TMCE-Du 3501 M1 - Melchor Acosta.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
5. Tapia P. Estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de la Facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador [Internet]. Universidad Central del Ecuador; 2020. Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/21134/1/T-UCE-0015-ODO-327.pdf>
6. Rodríguez I, Fonseca G, Aramburú G. Estrés Académico en Alumnos

- Ingresantes a la Carrera de Odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. *Int J Odontostomat* [Internet]. 2020;14(4):639–47. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/ijodontos/v14n4/0718-381X-ijodontos-14-04-639.pdf>
7. Rentala S, Thimmajja S, Tilekar S, Nayak R, Aladakatti R. Impact of holistic stress management program on academic stress and well-being of Indian adolescent girls: A randomized controlled trial. *J Educ Health Promot* [Internet]. 2019 [citado el 18 de octubre de 2020];8(1):253–8. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6967204/>
 8. Marín M. Estrés en estudiantes de educación superior de Ciencias de la Salud. *Rev Iberoam Inv Desarro Educ* [Internet]. 2015 [citado el 18 de octubre de 2020];6(11):1–15. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/4981/498150319040.pdf>
 9. Cotrado J. Estrés académico ante nueva modalidad de prácticas virtuales en internistas de psicología de la Universidad Peruana Unión, Juliaca- 2020 [Internet]. Universidad Peruana Unión; 2020 [citado el 22 de abril de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/3662>
 10. Solano V. Estrés académico y estrategias de aprendizaje en estudiantes de posgrado de una universidad privada [Internet]. Universidad César Vallejo; 2020 [citado el 22 de abril de 2021]. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/47872>
 11. Bedoya S, Perea M, Ormeño R. Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología. *Rev Estomatológica Hered*

- [Internet]. 2015 [citado el 8 de noviembre de 2020];16(1):15–20. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/4215/421539345004.pdf>
12. Nolasco G. Autoestima y estrés académico en los estudiantes de la clínica estomatológica de la Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo- 2014. [Internet]. Universidad Privada Antenor Orrego; 2015 [citado el 8 de noviembre de 2020]. Disponible en: <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/1112>
 13. Toribio C, Franco S. Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. Salud y Adm [Internet]. 2016 [citado el 22 de abril de 2021];3(7):11–8. Disponible en: http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf
 14. Barrio J, García M, Ruiz I, Arce A. El estrés como respuesta. Int J Dev Educ Psychol [Internet]. 2006;1(1):37–48. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>
 15. Osorio M. Reconocer, prevenir y afrontar el estrés académico [Internet]. Universidad de Chile. 2019 [citado el 22 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.uchile.cl/portal/presentacion/centro-de-aprendizaje-campus-sur/114600/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico>
 16. Maceo O, Maceo A, Ortega Y, Maceo M, Peralta Y. Estrés académico: causas y consecuencias. Rev Multident [Internet]. 2013 [citado el 22 de abril de 2021];17(2). Disponible en: <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/302/410>
 17. Jerez M, Oyarzo C. Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Rev Chil Neuro-Psiquiatria

- [Internet]. 2015 [citado el 22 de abril de 2021];53(3):149–57. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272015000300002
18. Barraza A. Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Revi Psicol Cient* [Internet]. 2007 [citado el 22 de abril de 2021];9(10). Disponible en: <https://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>
 19. Barraza A. INVENTARIO SISCO SV-21, Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems [Internet]. 2da ed. México: ECORFAN; 2018 [citado el 22 de abril de 2021]. 68 p. Disponible en: http://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sistémico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estrés.pdf
 20. Manrique D, Millones R, Manrique O. El Inventario de Estrés Académico SISCO: análisis de sus propiedades psicométricas en una muestra peruana. *Ansiedad y Estrés* [Internet]. 2019 [citado el 22 de abril de 2021];25(1). Disponible en: <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/8525>
 21. Castillo J, Guzmán A, Bustos C, Zavala W, Vicente B. Propiedades Psicométricas del Inventario SISCO-II de Estrés Académico. *Revi Iberoam Diag y Eval* [Internet]. 2020 [citado el 22 de abril de 2021];3(56):101–16. Disponible en: <https://www.aidep.org/sites/default/files/2020-08/RIDEP56-Art8.pdf>
 22. Alania R, Llancari R, Rafaele M, Ortega D. Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Rev Cient*

- Cienc Soc [Internet]. 2020 [citado el 8 de noviembre de 2020];4(2):111–30.
Disponible en:
<http://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/669/867>
23. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación [Internet]. 6a edición. Interamericana, editor. México: McGrawHill; 2014. 634 p. Disponible en:
https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
24. Supo J. Metodología de la investigación científica: para las ciencias de la salud. Seminarios de Investigación Científica; 2014. 45 p.
25. ULADECH. Código de ética para la investigación. versión004. Chimbote, Perú: Comité de Ética de la Investigación; 2021. 1–12 p.
26. Manzini J. Declaración de Helsinki: principios éticos para la investigación médica sobre sujetos humanos. Acta Bioeth [Internet]. 2000 [citado el 15 de octubre de 2019];6(2):321–34. Disponible en:
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/abioeth/v6n2/art10.pdf>

Anexos

Anexo 1: Carta de autorización



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

CARTA N° - 2021 - DIR-EPOD-FCCS-ULADECH Católica

DR. JUAN CARLOS CANCINO BOLAÑOS

Director del Instituto Superior Tecnológico Particular Pablo Casals Cargo

Presente.

A través del presente, reciba Ud. el cordial saludo en nombre de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, para solicitarle lo siguiente:

En cumplimiento del Plan Curricular del programa de Odontología, el estudiante Caballero Grandez Gelar, viene desarrollando la asignatura de Taller de Investigación, a través de un trabajo de investigación denominado: **Nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTEP "Pablo Casals", distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020.** Para ejecutar su investigación, el alumno ha seleccionado la institución que Ud. dirige, por lo cual, solicito brindarle las facilidades del caso; a fin de realizar el presente trabajo.

Es propicia la oportunidad, para reiterarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Dr. Rojas Barrios, José Luis
Director de Escuela de Odontología - ULADECH Católica

Anexo 2: Ficha de recolección de datos



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ODONTOLOGIA**

ESTRÉS ACADÉMICO, DURANTE LA PANDEMIA COVID-19, EN
ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO CICLO DEL ISTD “PABLO CASALS”,
DISTRITO DE TRUJILLO, PROVINCIA DE TRUJILLO, DEPARTAMENTO DE
LA LIBERTAD, 2020.

Autor: Caballero Grandez Gelar

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO SV

(Adaptado de Barraza, 2018)

***Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis
por COVID-19***

1. Durante el transcurso de este semestre ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

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 estrés, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3. Dimensiones estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X. ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? Tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos estudiantes. Responde, tomando en consideración la siguiente escala de valores.

¿Con qué frecuencia te estresa:

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
1. La competitividad con o entre mis compañeros de clases.						
2. La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días.						
3. La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases.						
4. La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas de internet, etc.						
5. El nivel de exigencia de mis profesores/as.						
6. El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en internet, etc.)						
7. Que me enseñen profesores/as muy teóricos/as.						
8. Mi participación en clase (conectarme a clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.)						

9. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as.						
10. La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación.						
11. Exposición de un tema ante la clase.						
12. La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as.						
13. Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología)						
14. Asistir o conectarme a clases aburridas o monótonas.						
15. No entender los temas que se abordan en clase.						

4. Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X. ¿Con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? Tomando en consideración la misma la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla).						
2. Fatiga crónica (cansancio permanente).						
3. Dolores de cabeza o migrañas.						
4. Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea.						
5. Rascarme, morderme las uñas, frotarse, etc.						
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.						
7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).						
8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).						

9. Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación.						
10. Dificultades para concentrarse.						
11. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.						
12. Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear.						
13. Aislamiento de los demás.						
14. Desgano para realizar las labores académicas.						
15. Aumento o reducción del consumo de alimentos.						

5. Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, señalando con una X, ¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? Tomando en consideración la misma la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a:

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).						
2. Escuchar música o distraerme viendo televisión.						
3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.						
4. Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa.						
5. La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa).						
6. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa.						
7. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos.						
8. Contar lo que me pasa a otros. (verbalización de la situación que preocupa).						
9. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						

10. Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante.						
11. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.						
12. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione.						
13. Hacer ejercicio físico						
14. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.						
15. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.						
16. Navegar en internet.						
17. Jugar videojuegos.						

Alania R, Llancari R, Rafaele M, Ortega D. Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. Rev Cient Cienc Soc [Internet]. 2020 [citado el 8 de noviembre de 2020];4(2):111–30. Disponible en: <http://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/669/867>

Validez del instrumento

La validez del instrumento comprende la validez de contenido y la validez de constructo. La primera se evalúa con la opinión de 10 expertos sobre 10 indicadores con cinco opciones de opinión: deficiente (1), mala (2), regular (3), buena (4) y muy buena (5); la segunda, con los resultados de la aplicación del instrumento a la muestra de estudio (151 estudiantes), para cada una de las dimensiones del estrés académico con el coeficiente de correlación r de Pearson corregida.

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

a) Validez de contenido

Tabla 1

Validez genérica de contenido con el coeficiente V de Aiken

Indicador	Criterio	V de Aiken	Valor p	Validez
1. Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible	1.00	< 0.01	Si
2. Objetividad	Permite medir hechos observables	1.00	< 0.01	Si
3. Actualidad	Está adecuado al avance de la ciencia y tecnología	0.99	< 0.01	Si
4. Organización	Su presentación es ordenada	1.00	< 0.01	Si
5. Suficiencia	Comprende los aspectos de las variables en cantidad y calidad suficientes	1.00	< 0.01	Si
6. Pertinencia	Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados	0.81	< 0.01	Si
7. Consistencia	Pretende conseguir datos basados en teorías o modelos teóricos	0.85	< 0.01	Si
8. Coherencia	Existe congruencia entre variables, indicadores e ítems	1.00	< 0.01	Si
9. Metodología	Su estrategia responde al propósito de la investigación	0.98	< 0.01	Si
10. Aplicación	Los datos a recoger permiten un tratamiento estadístico	0.96	< 0.01	Si

En mérito al coeficiente de concordancia V de Aiken (tabla 1), el instrumento presenta validez genérica de contenido, pues los coeficientes de todos los indicadores son superiores a 0.8 ($p < 0.01$).

De igual forma, según el coeficiente V de Aiken (tabla 2), el instrumento presenta validez específica de contenido, ya que los coeficientes de todos los ítems superan a 0.75 ($p < 0.01$).

Con estos resultados, se afirma que el instrumento es válido con la opinión expertos.

b) Validez de constructo

b.1) Validez de constructo de la dimensión Estresores

Tabla 3

Validez de los ítems de la dimensión Estresores

Ítems	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de la escala si el elemento se ha suprimido	Coefficiente alfa de Cronbach	Coefficiente alfa de Cronbach estandarizada	r (ítem, total) de Pearson corregida
ES1	43.37	196.182	0.9238	0.9247	0.5058
ES2	42.18	189.374	0.9185	0.9192	0.6948
ES3	43.26	190.020	0.9193	0.9201	0.6641
ES4	42.42	189.165	0.9182	0.9188	0.7062
ES5	42.60	188.109	0.9181	0.9188	0.7070
ES6	42.54	188.076	0.9178	0.9185	0.7170
ES7	42.95	193.138	0.9227	0.9235	0.5487
ES8	43.34	189.652	0.9219	0.9225	0.5854
ES9	42.42	187.565	0.9178	0.9186	0.7137
ES10	42.65	184.763	0.9168	0.9178	0.7422
ES11	43.23	188.993	0.9214	0.9221	0.6003
ES12	43.01	187.380	0.9184	0.9194	0.6947
ES13	43.58	193.486	0.9233	0.9242	0.5294
ES14	43.00	189.067	0.9194	0.9203	0.6623
ES15	43.09	186.778	0.9208	0.9213	0.6229

De acuerdo al coeficiente de correlación [ítem, total] de la última columna de la tabla 3 (r (ítem, total) de Pearson corregida), todos los ítems de la dimensión Estresores son válidos, al reportar coeficientes mayores a 0,2, entre 0.5058 (ítem ES1) y 0.7422 (ítem ES10), revelando validez muy buena [0.45 a 0.54] y excelente [0.55 a 1] (Muñiz, 2005; Prieto y Muñiz, 2000, citados por Ferrer, Guílera y Però, 2011), encontrándose tres ítems con validez muy buena y 12 ítems con validez excelente. Con estos resultados, la dimensión Estresores presenta validez de constructo.

b.2) Validez de constructo de la dimensión Síntomas

Tabla 4

Validez de los ítems de la dimensión Síntomas

Ítems	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de la escala si el elemento se ha suprimido	Coefficiente alfa de Cronbach	Coefficiente alfa de Cronbach estandarizado	r (ítem, total) de Pearson corregida
SI1	40.73	221.532	0.9495	0.9498	0.6921
SI2	40.65	221.203	0.9488	0.9491	0.7255
SI3	40.73	221.959	0.9495	0.9499	0.6923
SI4	41.32	223.874	0.9503	0.9506	0.6527
SI5	41.00	219.507	0.9506	0.9507	0.6573
SI6	40.59	222.630	0.9499	0.9503	0.6707
SI7	40.53	217.331	0.9473	0.9477	0.7895
SI8	40.79	218.391	0.9478	0.9482	0.7673
SI9	40.56	218.621	0.9482	0.9487	0.7488
SI10	40.54	219.850	0.9472	0.9474	0.8027
SI11	41.04	219.225	0.9482	0.9486	0.7513
SI12	41.09	217.445	0.9472	0.9476	0.7948
SI13	41.01	219.300	0.9486	0.9490	0.7345
SI14	40.64	218.938	0.9474	0.9477	0.7892
SI15	40.79	216.875	0.9478	0.9482	0.7671

Según el coeficiente de correlación (ítem, total) de la última columna de la tabla 4 (r (ítem, total) de Pearson corregida), todos los ítems de la dimensión Síntomas son válidos, al dar coeficientes mayores a 0.2, entre 0.6527 (ítem SI4) y 0.8027 (ítem SI10), mostrando validez excelente (0.55 a 1) (Muñiz, 2005; Prieto y Muñiz, 2000, citados por Ferrer, Guilera y Però, 2011). Con estos resultados, la dimensión Síntomas presenta validez de constructo.

b.3) Validez de constructo de la dimensión Estrategias de afrontamiento

En concordancia con el coeficiente de correlación (ítem, total) de la última columna de la tabla 5 (r (ítem, total) de Pearson corregida), todos los ítems de la dimensión Síntomas son válidos, al dar coeficientes mayores a 0.2, entre 0.2969 (ítem EA5) y 0.6767 (ítem EA3), revelando validez suficiente (0.2 a 0.34), buena (0.35 a 0.44), muy buena [0.45 a 0.54] y excelente [0.55 a 1] (Muñiz, 2005; Prieto y Muñiz, 2000, citados por Ferrer, Guilera y Peró, 2011). Con estos resultados, la dimensión Estrategias de afrontamiento presenta validez de constructo.

Dado que el instrumento presenta validez de contenido y las dimensiones del estrés académico validez de constructo, se concluye que el instrumento es válido.

Tabla 5

Validez de los ítems de la dimensión Estrategias de afrontamiento

Ítems	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Coefficiente alfa de Cronbach	Coefficiente alfa de Cronbach estandarizado	r (ítem, total) de Pearson corregida
EA1	47.41	123.777	0.8783	0.8845	0.4944
A2	46.93	123.329	0.8802	0.8864	0.4426
EA3	47.38	119.877	0.8722	0.8779	0.6767
EA4	47.68	119.952	0.8743	0.8809	0.6017
EA5	48.28	125.725	0.8866	0.8916	0.2969
EA6	47.66	119.294	0.8745	0.8813	0.5935
EA7	48.11	116.615	0.8718	0.8793	0.6559
EA8	48.07	118.116	0.8743	0.8815	0.5944
EA9	47.60	118.576	0.8713	0.8776	0.6890
EA10	47.49	118.852	0.8722	0.8782	0.6609
EA11	47.56	122.062	0.8765	0.8826	0.5453
EA12	47.56	120.528	0.8751	0.8815	0.5809
EA13	47.84	124.561	0.8850	0.8902	0.3378
EA14	47.81	121.365	0.8746	0.8806	0.6051

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Confiabilidad del instrumento

La confiabilidad del instrumento se evalúa con el coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach para cada una de las dimensiones del estrés académico. De acuerdo con este coeficiente (tabla 6), las tres dimensiones del estrés académico son confiables, con confiabilidad excelente (0.85 a 1) (Muñiz, 2005; Prieto y Muñiz, 2000, citados por Ferrer, Guilera y Perú, 2011), entre 0.9937 (Estrategias de afrontamiento) y 0.9518 (Síntomas). Con estos resultados, las dimensiones del estrés académico presentan confiabilidad y, por ende, el instrumento del estrés académico es confiable.

Tabla 6

Confiabilidad de las dimensiones del estrés académico

Dimensión	Número de ítems	Coefficiente alfa de Cronbach	Coefficiente alfa de Cronbach estandarizado
Estresores	15	0.9248	0.9256
Síntomas	15	0.9518	0.9522
Estrategias de afrontamiento	17	0.8837	0.8895

Anexo 3: Consentimiento informado



PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: Nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020; y es dirigido por Caballero Grandez, Gelar, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Determinar el nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020. Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de su correo electrónico. Si desea, también podrá escribir al correo pcaballerosilva83@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: _____

Correo electrónico: _____

Anexo 4: Evidencias de consentimiento informado



PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: Nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020; y es dirigido por Caballero Grandez, Gelar, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Determinar el nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP “Pablo Casals”, distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020. Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de su correo electrónico. Si desea, también podrá escribir al correo pcaballerosilva83@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: Patria Rodríguez Avila

Correo electrónico: prodriguez75@gmail.com



PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: Nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP "Pablo Casals", distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020; y es dirigido por Caballero Grandez, Gelar, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Determinar el nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP "Pablo Casals", distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020. Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de su correo electrónico. Si desea, también podrá escribir al correo pcaballerosilva83@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: KORUS ESEFANY COLOEN MESTANA

Correo electrónico: KORUS_COLOEN26@gmail.com

Anexo 5: Evidencias de ejecución

ESTRÉS ACADÉMICO, DURANTE LA PANDEMIA COVID-19, EN ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO CICLO DEL ISTP "PABLO CASALS", DISTRITO DE TRUJILLO, PROVINCIA DE TRUJILLO, DEPARTAMENTO DE LA LIBERTAD, 2020.

*Obligatorio

0 de 0 puntos

CORREO ELECTRÓNICO *

hgeronimo@gmail.com

Añadir comentarios a una respuesta individual

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de Investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia. La presente Investigación en Salud se titula: Nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP "Pablo Casals", distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020; y es dirigido por Caballero Grande, Gelar, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El propósito de la investigación es: Determinar el nivel de estrés académico, durante la pandemia covid-19, en estudiantes de 4to y 5to ciclo del ISTP "Pablo Casals", distrito de Trujillo, provincia de Trujillo, departamento de La Libertad, 2020. Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente. Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de su correo electrónico. Si desea, también podrá escribir al correo pcaballerosilva83@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Si está de acuerdo con los puntos anteriores, marque según corresponda: *

ACEPTO

NO ACEPTO

Encuesta 1

CUESTIONARIO SISCO - SV MODIFICADO AL CONTEXTO DE PANDEMIA DE COVID - 19 0 de 0 puntos

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo(estrés)? * _____ / 0

- Sí
 No

Añadir comentarios a una respuesta individual

CUESTIONARIO SISCO - SV MODIFICADO AL CONTEXTO DE PANDEMIA DE COVID - 19 0 de 0 puntos

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de estrés, donde (1) es poco y (5) mucho. * _____ / 0

- 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

3. DIMENSIÓN ESTRESORES

0 de 0 puntos

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos.

Responde, señalando solo una respuesta, ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa?

Tomando en consideración la siguiente escala de valores:

- nunca = 0
- casi nunca =1
- rara vez = 2
- algunas veces = 3
- casi siempre =4
- siempre = 5

1. La competitividad con o entre mis compañeros de clases *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

1. La competitividad con o entre mis compañeros de clases *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

2. La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días. *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

3. La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases. *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

4. La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc. *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

5. El nivel de exigencia de mis profesores/as. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

6. El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en Internet etc.) *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

7. Que me enseñen profesores/as muy teóricos/as. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

8. Mi participación en clase (conectarme a la clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.) *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

9. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. La realización de exámenes, prácticos o trabajos de aplicación. *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

11. Exposición de un tema ante la clase. *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

12. La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as. *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

13. Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología). *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

14. Asistir o conectarme a clases aburridas o monótonas. *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

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

_____ / 0

- 0 1 2 3 4 5
-

Añadir comentarios a una respuesta individual

4. DIMENSIÓN SÍNTOMAS (REACCIONES)

0 de 0 puntos

Instrucciones: A continuación se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando solo una respuesta, ¿Con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado?

Tomando en consideración la siguiente escala de valores:

nunca = 0

casi nunca = 1

rara vez = 2

algunas veces = 3

casi siempre = 4

siempre = 5

1. Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla). *

_____ / 0

- 0 1 2 3 4 5
-

Añadir comentarios a una respuesta individual

2. Fatiga crónica (cansancio permanente). *

_____ / 0

- 0 1 2 3 4 5
-

Añadir comentarios a una respuesta individual

3. Dolores de cabeza o migrañas. *

_____ / 0

- 0 1 2 3 4 5
-

Añadir comentarios a una respuesta individual

4. Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

7. Inquietud (Incapacidad de relajarse y estar tranquilo). *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído). *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

9. Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

10. Dificultades para concentrarse. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

11. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

12. Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

13. Aislamiento de los demás. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

14. Desgano para realizar las labores académicas. *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

15. Aumento o reducción del consumo de alimentos. *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

6. DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

0 de 0 puntos

Instrucciones: A continuación se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, ¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? Tomando en consideración la siguiente escala de valores:

nunca = 0
casi nunca = 1
rare vez = 2
algunas veces = 3
casi siempre = 4
siempre = 5

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

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

2. Escuchar música o distraerme viendo televisión. *

_____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

4. Elegir mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

5. La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa). *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

6. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

7. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

8. Contar lo que me pasa a otros. (verbalización de la situación que preocupa). * _____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

9. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa. * _____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

10. Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante. * _____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

11. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa. * _____ / 0

0 1 2 3 4 5

Añadir comentarios a una respuesta individual

12. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las resolví. * _____ / 0

0 1 2 3 4 5

13. Hacer ejercicio físico *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

14. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

15. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

16. Navegar en internet. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

17. Jugar videojuegos. *

_____ / 0

0	1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Añadir comentarios a una respuesta individual

Informe Gelar

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	revistasocialium.com	6%
	Fuente de Internet	
2	www.redalyc.org	4%
	Fuente de Internet	

Excluir citas Activo
Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 4%