



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE
EDUCACIÓN INICIAL, UNIVERSIDAD CATÓLICA
LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE SATIPO-2019**

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

AUTORA:

GORDILLO OLIVARES MARITZA RUTH

ORCID: 0000-0002-5563-6626

ASESOR:

VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE

ORCID: 0000-0003-0878-6397

CHIMBOTE – PERÚ

2021

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Gordillo Olivares Maritza Ruth

ORCID: 0000-0002-5563-6626

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

ASESOR

Valle Ríos Sergio Enrique

ORCID: 0000-0003-0878-6397

Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Facultad de ciencias de la salud,

Escuela profesional de Psicología, Piura, Perú

JURADO

Millones Alba Erica Lucy

ORCID: 0000-0002-3999-5987

Salazar Roldán Verónica del Rosillo

ORCID: 0000-0002-3781-8434

Morillas Orchessi Marisa Esperanza

ORCID: 0000-0001-5032-4618

FIRMA DE JURADO Y ASESOR

Dra. Millones Alba Erica Lucy

Presidente

Dra. Salazar Roldán Verónica del Rosillo

Miembro

Mgtr. Morillas Orchessi Marisa Esperanza

Miembro

Mgtr. Valle Ríos Sergio Enrique

Asesor

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi familia en especial a mi madre Pilar, a mi mamita Felicita y en especial a mi tío Jorge quienes fueron las personas que siempre me dieron su apoyo en los difíciles momentos y producto de ello estoy a punto de terminar con mi carrera profesional

Agradezco a todos los docentes de mi alma mater Universidad Católica los Ángeles de Chimbote quienes contribuyeron en mi formación profesional aportándome con sus conocimientos adquiridos.

DEDICATORIA

Dedico la presente investigación a todos los que contribuyeron de una u otra manera en la culminación del presente trabajo la cual estoy seguro contribuirá en el desarrollo de la investigación científica.

Dedico la presente investigación a todos aquellos quienes están inmersos en el mundo del conocimiento científico y que este trabajo contribuirá al desarrollo de futuras investigaciones.

RESUMEN

La presente investigación tuvo como finalidad determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019. Este estudio fue de tipo cuantitativo, nivel descriptivo, y diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 47 estudiantes por muestreo no probabilístico de tipo por conveniencia, la técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento utilizado fue el inventario SISCO de estrés académico. El análisis se realizó mediante el programa SPSS versión 22, obteniendo como resultado que el 80.9% de estudiantes presentaron un rango moderado de estrés académico. Con respecto a los resultados de sus tres dimensiones quedaron establecidas de la siguiente manera 72.3% para los estresores, 55.3% para las reacciones y 61.7 para el afrontamiento. En conclusión, el nivel de estrés académico en los estudiantes fue moderado.

Palabras clave: Afrontamiento, estudiantes universitarios, estrés académico, estresores

ABSTRACT

The purpose of this research was to determine the level of academic stress in initial education students of the Los Angeles Catholic University of Chimbote Satipo-2019. This study was of a quantitative type, descriptive level, and a non-experimental cross-sectional design. The sample consisted of 47 students by non-probability convenience sampling, the technique used was the survey and the instrument used was the SISCO inventory of academic stress. The analysis was carried out through the SPSS version 22 program, obtaining as a result that 80.9% of students presented a moderate range of academic stress. Regarding the results of its three dimensions, 72.3% were established for stressors, 55.3% for reactions and 61.7 for coping. In conclusion, the level of academic stress in the students was moderate.

Keywords: Coping, college students, academic stress, stressors

CONTENIDO

EQUIPO DE TRABAJO	ii
FIRMA DE JURADO Y ASESOR	iii
AGRADECIMIENTO	iv
DEDICATORIA	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT.....	vii
CONTENIDO	viii
ÍNDICE DE TABLAS	ix
INDICE DE FIGURAS	x
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA.....	5
III. METODOLOGÍA.....	19
3.1 Diseño de investigación	19
3.2. Población y muestra	19
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	23
3.5 Plan de Análisis	25
3.6 Matriz de consistencia.....	26
3.7 Principios éticos	26
IV. RESULTADOS	28
4.1. Resultados	28
4.2. Análisis de resultados.....	32
V. CONCLUSIONES	35
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS	36
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	37
ANEXOS	40

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla i	28
<i>Niveles de estrés académico en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.</i>	
Tabla ii	29
<i>Niveles de estresores en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.</i>	
Tabla iii	30
<i>Niveles de reacciones en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.</i>	
Tabla iv	31
<i>Niveles de afrontamiento en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.</i>	

INDICE DE FIGURAS

FIGURA 1	28
Niveles de estrés académico en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.	
FIGURA 2	29
Niveles de estresores en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.	
FIGURA 3	30
Niveles de reacciones en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.	
FIGURA 4	31
Niveles de afrontamiento en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.	

I. INTRODUCCIÓN

En las últimas dos décadas los casos de estrés académico han ido en aumento debido a múltiples factores como la competitividad, la presión social, mayores horas de estudio, etc.

Ingresar a una universidad, mantenerse en ella, aprobar los exámenes, entregar los trabajos, realizar las practicas preprofesionales, elaborar una tesis y egresar, suele ser una experiencia estresante y es que en niveles altos el estrés académico tiene consecuencias perjudiciales en la salud física y mental de los estudiantes (Echevarría y Vadori,2010).

El estrés académico al que se enfrentan la mayoría de los estudiantes suele ser muchas veces consecuencia de hábitos de estudio deficientes, como la mala gestión del tiempo (Macan, Shahani, Dipboye y Phillips, 1990), el estudio de exámenes (Baldwin, Wilkinson y Barkley, 2000) y los cursos (Robotham, 2008), lo que eventualmente puede conducir a un bajo rendimiento académico.

Para superar la presión del estrés académico, los estudiantes deben emplear estrategias de afrontamiento adecuadas, como en cualquier otra situación estresante (Smith & Renk, 2007). Al respecto existen muchas estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes cuando experimentan estrés académico. Algunos recurren al afrontamiento evitativo; abuso de alcohol / drogas, negación y desvinculación conductual; mientras que otros se las arreglan activamente a través de la aceptación, la planificación y el replanteamiento positivo, y toman las medidas necesarias para superar el estrés académico (Sreeramareddy et al., 2007).

Además, muchos de los síntomas emocionales y físicos que ocurren comúnmente en la población estudiantil, como dolores de cabeza, fatiga, la depresión, la ansiedad y la incapacidad para sobrellevar, pueden ser atribuidos o exacerbados por estrés. (Dusselier et al 2005).

Muñoz, (1999) en un estudio realizado en la Universidad de Sevilla con 264 estudiantes voluntarios de la facultad de psicología confirma esta condición, al demostrar la existencia de índices notables de estrés en la población universitaria, alcanzando mayores niveles en los primeros cursos de la carrera y en los períodos inmediatamente anteriores a los exámenes. Por otro lado, las encuestas realizadas por la Universidad San Martín de Porres revelan un aumento del 58% en el estrés relacionados con problemas de salud mental informados a los consejeros del campus entre 2009 y 2014 (Hoover 2003).

Los pocos trabajos dentro de nuestro ámbito sobre el tema han demostrado la existencia de índices notables de estrés en los jóvenes universitarios, alcanzando mayores cuotas en los primeros cursos de carrera y en los periodos inmediatamente anteriores a los exámenes (Muñoz, 1999). Una falta de control sobre este cambio abrupto podría ser un potencial generador de estrés y en último término, podría conllevar al fracaso académico universitario.

Debido a lo expuesto es que nos planteamos la siguiente pregunta ¿Cuáles son los niveles del estrés académico en estudiantes de educación inicial de la Universidad

Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo- 2019?, y para responder a dicha pregunta nos planteamos los siguientes objetivos:

Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019.

Describir el nivel de estresores en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019.

Describir el nivel de reacciones en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019.

Describir el nivel de afrontamiento en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019.

La presente investigación está justificada pues cuenta con pertinencia teórica ya que sus resultados se basan en bases teóricas científicas lo cual permitió ampliar el conocimiento que se tiene sobre el estrés académico, también conto con pertinencia social, ya que dio a conocer al mundo científico un estudio enfocado en los niveles del estrés académico en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de una universidad peruana y con ello se podrá formar un diagnostico grupal de estrés permitiéndonos buscar alternativas de solución para los estudiantes.

El diseño de investigación fue no experimental corte transversal, puesto que en su ejecución no se manipularon las variables de una forma deliberada y se observó el fenómeno en un solo tiempo y momento, para luego analizar sus resultados (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). El nivel de investigación fue descriptivo

ya que solamente se hizo la descripción de las frecuencias de las dimensiones de la variable en estudio.

La muestra estuvo conformada por 47 estudiantes del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote Satipo- 2019.

Los resultados muestran que los estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019 presentan un nivel moderado de estrés académico y en la dimensión estresores los estudiantes de educación inicial presentaron un nivel moderado , en la dimensión de reacciones los estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019 presentaron un nivel leve y por último en la dimensión de afrontamiento los estudiantes presentaron un nivel moderado.

En conclusión, los estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019 tienen un nivel moderado de estrés académico.

La estructura del presente estudio cuenta con un orden, presentándose de la siguiente manera. En el capítulo I contiene la introducción; donde se conceptualiza el planteamiento del problema, el objetivo general y los objetivos específicos y por último la justificación. En el capítulo II se realizará la revisión de la literatura, donde se incluye los antecedentes y las bases teóricas. Mientras que en el capítulo III, se encuentra la metodología de la investigación. Del mismo modo en el capítulo IV, comprende los resultados y análisis de resultados. Concluyendo en el capítulo V, con las conclusiones y recomendaciones.

II. REVISIÓN DE LITERATURA

2.1 Antecedentes

Internacionales

Jerez y Oyarzo (2016) realizaron una investigación con el objetivo de identificar la prevalencia de estrés en estudiantes de la Universidad de Los Lagos, Osorno en Chile. La muestra estuvo compuesta por 314 alumnos de las carreras de Enfermería, Fonoaudiología, Kinesiología y Nutrición, a los que se les aplicó el inventario SISCO del estrés académico que mide nivel de estrés, factores estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, obtuvieron como resultado que un 98% de los estudiantes presentaron estrés académico, señalando estar más estresadas las mujeres (96,24%) que los hombres (88,57%). Los estresores más mencionados por los alumnos fueron las evaluaciones de los profesores (95,6%) y la sobrecarga de tareas y trabajos (92,3%). Existiendo diferencia significativa entre las carreras en las evaluaciones de los profesores (Sig. 0,009). Con respecto a los síntomas la mayoría de los encuestados señalaron haber tenido somnolencia (86,3%) y problemas de concentración (77,4%), presentando diferencia por carreras en fatiga crónica (0,002) y problemas de digestión (0,006) y en cuanto al género existió diferencia en varios de los síntomas que son presentados mayormente en las mujeres. Posteriormente concluyeron que existe una alta prevalencia de estrés en los estudiantes del área de la salud, indicando un mayor estrés el género femenino existiendo diferencia por carreras en las evaluaciones de los profesores, fatiga crónica y dolores abdominales, siendo la carrera de Kinesiología la que presento menor nivel de estrés en cada una de ellas.

Álvarez, Gallegos y Herrera (2018) determinaron el nivel de estrés académico en estudiantes de tecnología superior en Finanzas de una entidad de educación superior pública de la ciudad de Guayaquil-Ecuador.. La muestra estuvo conformada por 210 estudiantes con edad promedio de 23 años, de ambos sexos. El instrumento utilizado fue el Inventario SISCO del estrés académico de Barraza. Los resultados obtenidos indicaron que los estudiantes presentaban un nivel medio de exposición de intensidad al estrés académico. Dentro de esos factores los más predominantes eran la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, las evaluaciones de los profesores, no entender los temas que se abordaban en la clase y el tiempo limitado para hacer los trabajos. En el nivel de las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, las de mayor incidencia eran las reacciones psicológicas, como la ansiedad, la angustia o desesperación, las dificultades en la concentración e inquietud. Las reacciones físicas ocuparon un segundo lugar, las más comunes eran: cansancio permanente, somnolencia o mayor necesidad de dormir, dolores de cabeza o migrañas. Por último, en el factor comportamental, los más relevantes fueron los conflictos o discusiones de pares y el desgano para realizar las labores académicas. Las estrategias de afrontamiento permitieron evidenciar que los encuestados realizaban acciones de afrontamiento ante las situaciones características de estrés académico, las más comunes eran la ejecución de un plan de estudios y asertividad.

Kloster (2019) realizó un estudio sobre el estrés académico en estudiantes universitarios de primer, cuarto y quinto año de la ciudad de Paraná-Argentina. La muestra estuvo conformada por 163 estudiantes cuyas edades, oscilaban

entre los 17 y los 38 años. Se utilizó el Inventario SISCO del Estrés Académico de Barraza Macías (2007). Los resultados arrojaron que en general, los estudiantes universitarios presentaron un nivel de estrés académico moderado, y no hubo diferencias estadísticamente significativas en el nivel de estrés académico entre los estudiantes de primer año y los de los últimos años. Sin embargo, pudo observarse que los estudiantes universitarios de primer año presentaban un nivel de estrés académico mayor que los del cuarto y quinto año y que estos últimos empleaban con mayor frecuencia estrategias de afrontamiento que los estudiantes de primer año.

Nacionales

Chiyong y Villacampa (2015) analizaron el estrés académico y su repercusión con el desempeño académico de los estudiantes de Odontología. La muestra estuvo conformada por 186 estudiantes de Odontología de la facultad de Odontología de la UNMSM. Se utilizó el Inventario SISCO validado, que evalúa: estresores académicos, manifestaciones del estrés y las estrategias de afrontamiento y que obtuvo una consistencia interna de 0.768. Los resultados mostraron que el 100% de los estudiantes presentaron en algún momento situaciones de estrés con una intensidad promedio de 3.5.

Rojas, Chang y Delegado (2015) analizaron los niveles de estrés y formas de afrontarlos en estudiantes universitarios. La muestra estuvo conformada por alumnos de las facultades de Medicina, Derecho y Psicología de una universidad privada de Lima. Se utilizó el Inventario SISCO del Estrés Académico y el cuestionario de afrontamiento del estrés. Los resultados

muestran que el 92,4% presento preocupación o nerviosismo como manifestaciones de estrés. Los estudiantes de Medicina presentaron mayores niveles de estrés en comparación con los estudiantes de psicología y derecho. Las formas de afrontamiento más frecuentes fueron focalización en la solución del problema, reevaluación positiva y búsqueda de apoyo social.

Rosales (2016) realizó una investigación cuyo objetivo fue correlacionar el estrés académico y los hábitos de estudio, en estudiantes de Psicología de la universidad Privada Autónoma del Perú. La muestra estuvo compuesta por 337 estudiantes, de los cuatro primeros ciclos, de ambos sexos cuyas edades fluctuaban entre 16 y 31 años. El tipo de diseño utilizado fue correlacional y el tipo no experimental transversal. Los instrumentos que utilizaron fueron el Inventario SISCO de Estrés Académico y el Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85. Los resultados refieren que el 80,50 % presento un nivel promedio del estrés académico y el 78,99 % un nivel promedio de hábitos de estudio de la población total. Asimismo, se encontró que son las mujeres quien presentan mayor estrés académico, y el ciclo que presenta mayor estrés académico es el 3er ciclo. En la variable hábitos de estudio se encontró que los alumnos de 1 y 3er ciclo son quienes presenta mejores hábitos de estudios. En conclusiones se encontró una correlación estadísticamente significativa y positiva entre ambas variables.

Venancio (2018) realizo una investigación con el objetivo de describir los niveles de estrés académico en una muestra de 432 universitarios de primer a sexto año, distribuidos en 124 varones y 308 mujeres. Se utilizó el inventario SISCO de estrés académico de Barraza (2006). Los resultados indican que la

presencia de estrés académico se presenta en un nivel promedio (52%); en cuanto a las características de la muestra quienes presentan mayor estrés académico son las estudiantes de sexo femenino (75%), y los que presentan mayor estrés académico son los estudiantes de sexto año (30%). Se concluye que el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes de psicología es en su mayoría promedio.

2.2 Bases Teóricas

Definición del estrés

American Psychological Association (2010), menciona que el estrés es un estado de respuesta psicológica o fisiológica a fuerzas o sucesos internos o externos que comprende cambios que afectan en casi todos los sistemas de cuerpo.

Consuegra (2010, p. 106), menciona que el estrés es una “reacción fisiológica y psicológica del organismo frente a las demandas del medio. / Respuesta general e inespecífica del organismo a un estresor o situación estresante”.

Cosacov (2007, p. 300), menciona que el estrés es una reacción metabólica que consiste en mayores latidos cardíacos, bombeo de la sangre a las extremidades, liberación de glucosa y producción de adrenalina, lo cual prepara al cuerpo para la acción.

Fuertes (2004) menciona que el estrés se puede definir como un proceso de relación entre el sujeto y el entorno, y se produce cuando dicha relación se percibe como amenazante y desbordante de los propios recursos y pone en peligro el bienestar o salud personal.

Para Lazarus y Folkman, (1986, citado por Marmanilla, 2015) el estrés es una respuesta adaptativa, producto de la interacción entre el individuo y su entorno, este último es evaluado como amenazante y en algún momento llega a superar los recursos propios de la persona, poniendo en peligro su bienestar.

En esta definición se habla de la interpretación que realiza el individuo de las situaciones del entorno, si estas se consideran peligrosas para su bienestar, habrá una mayor activación y respuesta al estrés en distintos niveles.

Aunque sentir estrés no es algo negativo, es más cumple una función adaptativa., al respecto Vadori y Echevarria (2010) mencionan que experimentar estrés activa mecanismos de emergencia necesarios para la supervivencia y solo bajo determinadas circunstancias se tornan negativas y perjudiciales para la salud.

Síntomas del estrés

Aunque inicialmente el estrés es adaptativo, ya que nos ayuda a activarnos para poder responder a las demandas y exigencias del medio, con el tiempo nuestro cuerpo y nuestra mente se van agotando y comienza a disminuir su rendimiento.

Una vez que se han identificado las causas que pueden generar estrés, es importante reconocer como reaccionan las personas ante ellas; que efectos generan en el organismo y en la conducta.

Entre las reacciones físicas, propia del cuerpo, se encuentran las siguientes (Barraza, 2009):

- Dolor de cabeza
- Cansancio difuso o fatiga crónica
- Disfunciones gástricas

- Dolor de espalda
- Dificultad para dormir o sueño irregular
- Frecuentes catarrros y gripes
- Excesiva sudoración
- Aumento o pérdida de peso
- Temblores o tic nervioso

Por otro lado, tenemos a los siguientes síntomas psicológicos (Barraza, 2009).

- Ansiedad
- Susceptibilidad
- Tristeza
- Sensación de no ser considerado
- Irritabilidad excesiva
- Indecisión
- Pesimismo hacia la vida
- Preocupación excesiva
- Tono de humor depresivo

Barraza (2009) menciona que entre los indicadores comportamentales se encuentran:

- Olvidos frecuentes
- Aislamiento
- Tendencia a polemizar
- Desgano
- Absentismo escolar
- Escaso interés en la propia persona

- Conflictos frecuentes
- Dificultad para aceptar responsabilidades
- Aumento o reducción de alimentos

Factores causales del Estrés

Según Challco y Cuba (2019) existen dos tipos de factores que pueden provocar estrés:

· **Estímulos externos**

Entre ellos encontramos los problemas económicos, familiares, exceso de trabajo, temor, responsabilidades en la universidad, pérdida de un ser querido, de un trabajo, una mudanza, etc.

· **Estímulos internos**

Están relacionados a procesos internos psicológicos y fisiológicos como, por ejemplo, un dolor Intenso, enfermedad, sentimientos de inferioridad, preocupación excesiva, etc.

Fases del estrés

Selye (1935, citado por Briones,2019) habla de tres fases que se dan durante el estrés.

Alarma: Esta fase se produce cuando la demanda generará estrés en la persona y se presentan síntomas como alteración en el sueño, problemas de concentración, sudoración, irritabilidad entre otros. Es así que el organismo se altera fisiológicamente debido a la activación de una serie de glándulas, principalmente en el hipotálamo y la hipófisis. Si esto es superado sin mayor dificultad terminará el síndrome general de adaptación, caso contrario deberá pasar a la siguiente fase.

Resistencia: Cuando el individuo es expuesto al estresor de forma prolongada, el organismo si bien puede adaptarse debe mantenerse en actividad con el fin de manejar la demanda que se presenta, debido esto puede que disminuya su capacidad de respuesta debido a la fatiga o cansancio que se produce frente al estrés. Durante esta fase suele ocurrir un equilibrio entre el medio interno y externo del individuo. Debido a esto el organismo tiene la capacidad para resistir mucho tiempo. Sino da fin al síndrome general de adaptación, pasa a la siguiente fase.

Agotamiento: Aquí el organismo del individuo colapsa apareciendo las alteraciones físicas y psíquicas, si el estrés aparece con frecuencia, se prolonga su presencia o se concentra en un órgano del cuerpo puede traer consecuencias graves, conduciendo a un estado de deterioro alterando su homeostasis. Con ello sobreviene la fase de agotamiento donde el sujeto suele rendirse ante las demandas pues se minimizan sus capacidades de adaptación e interrelación con el medio.

Estrés académico

Arribas (2013), menciona que el estrés académico es aquel que se produce a partir de las exigencias del medio académico, en la que no tiene influencia aspectos externos como la familia, pareja, etcétera.

Berrío y Mazo (2011), mencionan que el estrés académico es una resistencia de la persona a nivel fisiológico, conductual, emocional y cognitivo ante los hechos, acontecimientos que se presentan en el ámbito académico.

Muñoz (2003) sostiene que el estrés académico se basa en las demandas, conflictos, acciones y hechos de la vida académica que desencadenan el estrés en los estudiantes y que afectan nocivamente la salud, el bienestar y el mismo rendimiento académico.

Barraza (2006) define que el estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta

- Cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores (input).
- Cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio).
- Cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico.

Modelo Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico

Barraza (2005), plantea una serie de hipótesis explicativas del estrés académico para así conceptualizar el estrés académico, estas hipótesis son las siguientes:

- Hipótesis de los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico. Es un continuo flujo de entrada y salida de los estresores, esto implica primero se valoran los estresores que vendrían a ser los inputs, ocasionando una situación estresante lo cual desencadena una serie de desequilibrios manifestados en comportamientos, los comportamientos son los outputs.
- Hipótesis del estrés académico como estado psicológico. El estrés académico es un estado psicológico porque esta depende de los estresores y la valoración

que hace el sujeto sobre estas, en la que distintos sujetos pueden verse afectadas o no por diversos estresores, es decir que es el sujeto quien percibe un estresor como amenazante.

- Hipótesis de los indicadores del desequilibrio sistémico que implica el estrés académico. Los estresores desencadenan un desequilibrio en los sujetos, esto dado la idiosincrasia de cada persona, en ese sentido, cada persona experimenta y manifiesta de forma distinta el desequilibrio ocasionado por las situaciones estresantes.
- Hipótesis del afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico. Posterior al desequilibrio los sujetos actúan ante los estresores, este proceso se le conoce como afrontamiento, del inglés coping, que es la puesta en acción del sujeto ante las amenazas del medio.

Causas del estrés académico

Barraza, (2003) propone un conjunto de estresores que considera propios del estrés académico, como competitividad grupal, sobrecarga de tareas, exceso de responsabilidad, ambiente físico desagradable, tiempo limitado para hacer el trabajo, problemas o conflictos con los compañeros y/o profesores, evaluaciones y tipo de trabajo que se les solicita a los estudiantes.

Es posible distinguir cuatro grupos de estresores académicos relativos (Muñoz, 1999):

- Evaluación: se agrupan estudios que tratan aspectos tales como exámenes orales y escritos, parciales, finales, la preparación de los mismos; esto conlleva preocupación personal ¿por el rendimiento, miedo al fracaso, la incertidumbre del sujeto respecto de las expectativas del profesor.

- ✓ Sobrecarga de trabajo: demandas excesivas, problemas para distribuir y aprovechar el tiempo, falta de tiempo libre, necesidad de desarrollar una gran capacidad de atención y concentración.
- ✓ Otras condiciones del proceso enseñanza – aprendizaje: para abordar esta clase específica de estresor, se contempla las siguientes condiciones:
 - La relación profesor – alumno: método pedagógico o estilo de enseñanza, grado de competencia del profesor en la materia, personalidad del profesor.
 - Diversas variables organizacionales de las que no son responsables directos e inmediatos ni profesores, ni alumnos (planes de estudio, ordenación académica de horarios, turnos y grupos).
- ✓ Adaptación y transición en el ámbito educativo: los problemas de adaptación y transición dentro del ámbito educativo, suponen para cualquier individuo un proceso de resocialización, un esfuerzo para adaptarse a su nuevo status, a nuevos roles, nuevas responsabilidades, normas y a nuevas demandas académicas.

Dimensiones del estrés académico

Según Barraza (2007), la evaluación del estrés académico comprende tres componentes principales, los mismos que fueron determinados a priori y luego definidos empíricamente por análisis factorial, estos tres componentes son los siguientes:

- ✓ **Estresores académicos.** Que son aquellos factores que predisponen al estrés en contextos educativos y que además influyen por medio de presión y sobrecarga en el estudiante (García, 2004; como se citó en Barraza, 2007)

Cabanach, Souto – Gestal y Franco (2016) en su investigación mencionan como estresores académicos: deficiencias metodológicas del profesorado, sobrecarga académica, creencias sobre el rendimiento, intervenciones en público, clima social negativo, exámenes, carencia de valor de los contenidos y dificultades de participación

- ✓ **Síntomas del estrés académico.** Son las manifestaciones corporales, psicológicas y conductuales que presenta un estudiante en el contexto académico (Barraza, 2007)

Barraza (2006, citado por Kloster, 2019) identifica tres indicadores de estrés académico:

- Físicos: como morderse las uñas, tensión muscular, temblores, migrañas, insomnio, etc.
- Psicológicos: Inquietud, problemas de concentración, bloqueo mental, problemas de memoria
- Comportamentales: asilamiento social, ausentismo de clases, discutir con los demás, etc.

- ✓ **Estrategias de afrontamiento.** Son los modos en como un estudiante hace frente a las demandas ya sean externas o internas que desbordan las capacidades de una persona (Lazarus y Folkman, 1984; como se citó en Barraza, 2007).

Espinoza, Lucas, Tous y Valdivieso (2020) en su investigación identifican que las estrategias de afrontamiento al estrés académico más empleadas son: el pensamiento desiderativo, la expresión emocional, la resolución de problemas y la retirada social.

Además de las anteriores dimensiones, Barraza (2007), incluye en su modelo de evaluación dos categorías más, el primero es para valorar si es que el sujeto presenta estrés académico, y el segundo examina la intensidad de estrés académico percibida por el sujeto.

III. METODOLOGÍA

3.1 Diseño de investigación

En base a lo postulado por Supo (2014), la investigación es de tipo prospectivo ya que los datos recolectados fueron de fuente primaria el nivel fue descriptivo ya que solamente se hizo la descripción de las frecuencias de las dimensiones de la variable en estudio. El diseño de investigación fue no experimental corte transversal, puesto que en su ejecución no se manipularon las variables de una forma deliberada y se observó el fenómeno en un solo tiempo y momento, para luego analizar sus resultados (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

3.2. Población y muestra

La muestra estuvo conformada por 47 estudiantes del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote Satipo- 2019

Criterios de Inclusión

- Estudiantes universitarios matriculados en el tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote Satipo- 2019
- Haber leído y firmado el consentimiento informado

Criterios de Exclusión

- Estudiantes que faltaron a clase el día de la aplicación del instrumento.
- Estudiantes que presentaron algún inconveniente en la ejecución del desarrollo del instrumento psicométrico

3.3. Definición y operacionalización de variables

a) Definición conceptual

Barraza (2014), el estrés académico es un proceso sistémico, considerado de carácter adaptativo y básicamente psicológico, la cual se da cuando el alumno se ve sujeto, dentro de contextos escolares, a una serie de estímulos que son considerados como estresores (input); cuando éstos provocan una situación estresante o desequilibrio sistémico la cual se presenta con una serie de síntomas; esto obliga al estudiante a aplicar estrategias de afrontamiento (output) para recuperar homeostasis.

b) Definición Operacional

Lo obtuvimos de las tres dimensiones en conjunto, los cuales corresponden a los estresores, reacciones y afrontamiento aquellos que serán medidos de las partes N°3, N°4 y N°5, respectivamente del Inventario SISCO del estrés académico. Además, se operacionalizó los componentes del estrés académico según el inventario.

- Definición operacional de la Dimensión Estresores: se obtiene de la sumatoria de los puntajes brutos de los Ítems 3.1 hasta 3.9 que representan las respuestas a la pregunta N° 3 del inventario SISCO
- Definición operacional de la Dimensión Reacciones: Se obtiene de la sumatoria de los puntajes brutos de los Ítems 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6 (Sub dimensión: síntomas o reacciones físicas); 4.7, 4.8, 4.9, 4.10, 4.11 (Sub dimensión: síntomas o reacciones psicológicas); 4.12, 4.13, 4.14, 4.15 (Sub

dimensión: síntomas o reacciones comportamentales); vesque representan las respuestas a la pregunta N° 4 del inventario SISCO.

- Definición operacional de la Dimensión afrontamiento del estrés académico: esta dimensión se obtiene de la sumatoria de los puntajes brutos de los Ítems 5.1 hasta 5.8 que representan las respuestas a la pregunta N° 5 del inventario SISCO

c) **Operacionalización de variables**

Variables	Dimensiones	Indicadores	Valores finales	Tipos de variable
Estrés académico	Estresores	<ul style="list-style-type: none"> -La competencia con los compañeros. -Sobrecarga de tareas -La personalidad y el carácter del profesor. -Las evaluaciones de los profesores. -Problemas con el Horario de clases. -El tipo de trabajo que piden los profesores. -No comprender los temas. -Participación en clase. -El tiempo limitado para hacer los trabajos. 	<ul style="list-style-type: none"> Nivel leve Nivel moderado Nivel severo 	<ul style="list-style-type: none"> Catagórica Nominal Politomica
	Reacciones	<ul style="list-style-type: none"> - Reacciones físicas - Reacciones psicológicas, -Reacciones comportamentales 	<ul style="list-style-type: none"> Nivel leve Nivel moderado Nivel severo 	<ul style="list-style-type: none"> Catagórica Nominal Politomica
	Afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Habilidad Asertiva. - Elaboración de un plan y ejecución de tareas. -Concentrarse en resolver la situación preocupante. -Elogios a uno mismo. -La religiosidad. -Búsqueda de información sobre la situación. -Tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa. -Verbalización de la situación. 	<ul style="list-style-type: none"> Nivel leve Nivel moderado Nivel severo 	<ul style="list-style-type: none"> Catagórica Nominal Politomica

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

a) Técnica

Mediante la técnica psicométrica recolectamos los datos primarios de nuestro instrumento aplicado. Al aplicar una técnica psicométrica, independientemente del propósito con que se utilice, se juegan permanentemente, cuestiones relacionadas con la validez y confiabilidad del instrumento (Supo,2014).

b) Instrumento

Ficha técnica

Nombre original: Inventario SISCO para el estrés académico

Autor: Arturo Barraza Macías (2006)

Objetivos: Identificar las características del estrés que acompañan a los estudiantes en su vida académica

Estructura: se configura por 31 ítems distribuidos de la siguiente manera:

Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (sí-no) permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.

Un ítem que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.

Ocho ítems que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.

Quince ítems que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.

Seis ítems que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos), permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento.

Administración: Individual y colectiva

Duración: Sin tiempo limitado

Propiedades Psicométricas:

La validez original. La validez de tipo constructo se determinó mediante el método de correlaciones ítem test, aplicando el coeficiente de correlación de Pearson, esto determinó que se eliminaran diez ítems de la escala quedando 31 de los 41 ítems propuestos ya que la relación no era significativa ($p > 0,05$). A partir de los anteriores resultados se administró el análisis factorial confirmatorio, primero se aplicó la prueba de esfericidad de Bartlett ($p < 0,000$), y el test KMO para adecuación cuyo valor fue de 0,762; paso que indicaron la pertinencia para el análisis factorial, ergo se administró el método de Componentes Principales con rotación Varimax determinando la adecuación de tres componentes que explican el 46% de la varianza total. Por último, se revisó las correlaciones de los componentes con el total del test por medio del coeficiente de correlación de Pearson, cuyos resultados de relación fueron significativos ($p < 0,01$), y los valores de relación fluctuaron entre $r = 0,675$ y $r = 0,895$.

La confiabilidad original. La confiabilidad del instrumento se determinó por el coeficiente de consistencia interna aplicando el coeficiente Alfa de Cronbach y el método de mitades Spearman-Brown, cuyos índices a nivel general y las dimensiones en el caso del alfa fluctuaron entre 0,71 y 0,88 (Mitades), y entre 0,69 y 0,91 (Alfa).

Venancio (2018) investigó las propiedades psicométricas para población peruana, donde obtuvo un alfa de Cronbach de 0.902 para la totalidad del instrumento. En cuanto a la validez las cargas factoriales fueron mayores de 0.30 lo cual confirmó la correspondencia entre los ítems y sus respectivas dimensiones.

3.5 Plan de Análisis

Para el procesamiento de los datos obtenidos de la aplicación del instrumento, se hizo uso del programa estadístico SPSS versión 22.0, con lo cual se identificó las características descriptivas de la muestra en relación al estrés académico. Para los procesos en el análisis de los datos se utilizó las técnicas de análisis estadístico descriptivo, como son las tablas de distribución de frecuencias y porcentajes

3.6 Matriz de consistencia

PROBLEMA	VARIABLE	DIMENSIONES / ESCALA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA
PROBLEMA GENERAL ¿Cuáles son los niveles del estrés académico en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019?,	Estrés académico	Estresores Reacciones Afrontamiento	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019</p> <p>OBJETIVO ESPECIFICO Describir el nivel de estresores en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019.</p> <p>Describir el nivel de reacciones en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019.</p> <p>Describir el nivel de afrontamiento en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019.</p>	<p>TIPO Prospectivo-transversal</p> <p>NIVEL Descriptivo</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACION No experimental</p> <p>POBLACION Alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.</p> <p>MUESTRA 47 alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.</p> <p>TECNICA Psicométrica</p> <p>INSTRUMENTO Inventario SISCO</p>

3.7 Principios éticos

El presente proyecto de investigación se realizó teniendo en cuenta el Reglamento de Sanciones por Infracciones al Ejercicio de la Investigación Científica Versión 001 – 2019 establecida por la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, que a su vez tuvo en cuenta el código de ética internacional a la cual se rigen todas las instituciones que promueven la investigación.

En primer lugar se tuvo en cuenta la autorización de la coordinadora general de la Universidad UALDECH Filial Satipo, así como la autorización de la coordinadora de la facultad de educación de la mencionada universidad donde se realizó la investigación, asimismo se garantizó la protección de las personas respetando su dignidad, seguridad y disposición a través del consentimiento informado de los estudiantes, cabe resaltar que la participación fue de voluntad propia, no se ejerció algún tipo de presión para que de esa manera se puede ejecutar la disposición de información veraz y oportuna.

Finalmente, los datos obtenidos quedarán en absoluta confidencialidad, puesto que a través de concepciones adquiridas con anterioridad se estaría infringiendo a uno de los principios éticos de todo investigador; los datos obtenidos en dicha intervención se archivarán de forma minuciosa para no causar daños irreparables a cualquiera de los involucrados, es decir, en todo momento se asegurará el bienestar físico y emocional de los participantes.

IV. RESULTADOS

4.1. Resultados

TABLA I

Tabla I

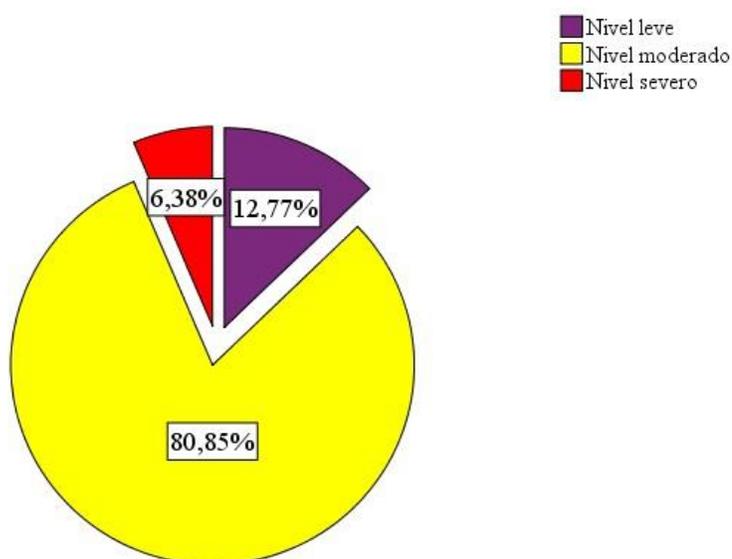
Niveles de estrés académico en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nivel leve	6	12.8
Nivel moderado	38	80.9
Nivel severo	3	6.4
Total	47	100.0

FUENTE: Inventario SISCO para el estrés académico

FIGURA 1

Niveles de estrés académico en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.



FUENTE: Inventario SISCO para el estrés académico

Descripción: En la tabla I y la figura 1, se presentan los resultados del análisis de frecuencias y porcentajes de los niveles del estrés académico en los participantes de la

investigación, donde se observa que la mayor puntuación se encontró en el nivel moderado (80.9%), y la menor se obtuvo en el nivel severo (6.4%).

TABLA II

Tabla II

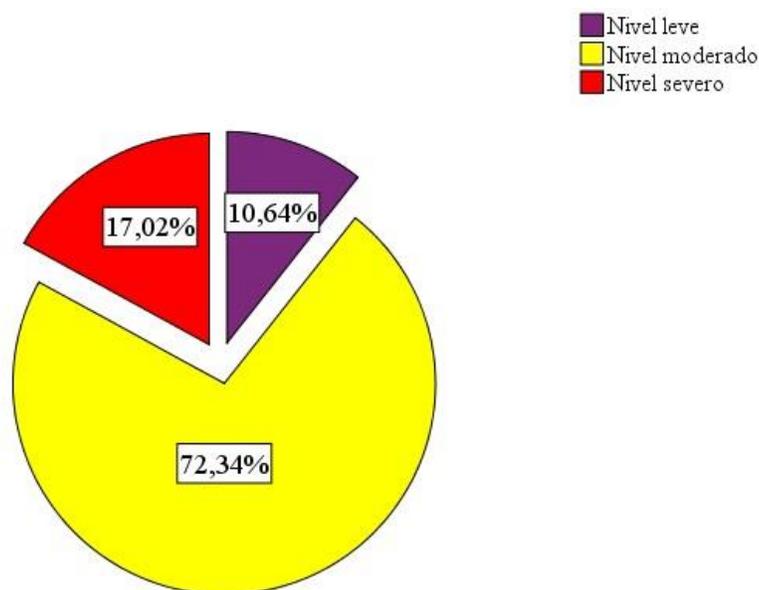
Niveles de estresores en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019.

Niveñ	Frecuencia	Porcentaje
Nivel leve	5	10.6
Nivel moderado	34	72.3
Nivel severo	8	17.0
Total	47	100.0

FUENTE: Inventario SISCO para el estrés académico

FIGURA 2

Niveles de estresores en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.



FUENTE: Inventario SISCO para el estrés académico

Descripción: En la tabla II y la figura 2, se presentan los resultados del análisis de frecuencias y porcentajes de los niveles de estresores en los participantes de la investigación, donde se observa que la mayor puntuación se encontró en el nivel moderado (72.3%), y la menor se obtuvo en el nivel leve (10.6%).

TABLA III

Tabla III

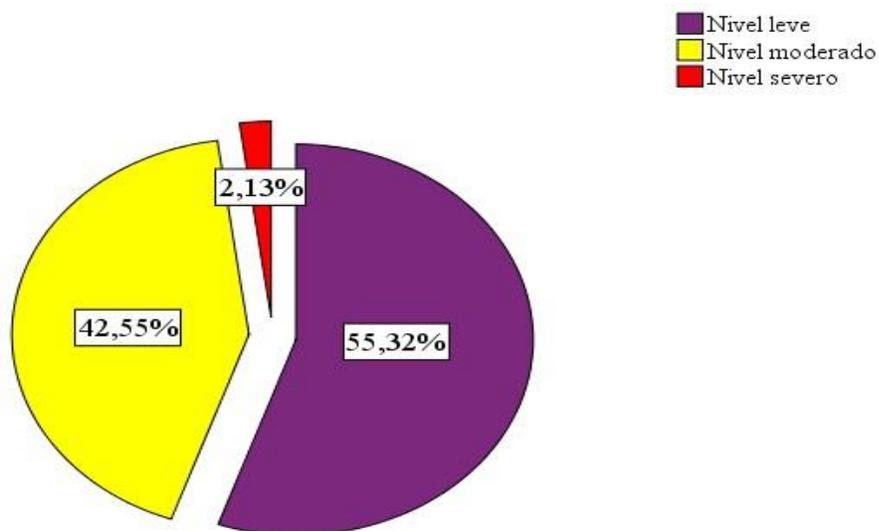
Niveles de reacciones en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nivel leve	26	55.3
Nivel moderado	20	42.6
Nivel severo	1	2.1
Total	47	100.0

FUENTE: Inventario SISCO para el estrés académico

FIGURA 3

Niveles de reacciones en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo.



FUENTE: Inventario SISCO para el estrés académico

Descripción: En la tabla III y la figura 3, se presentan los resultados del análisis de frecuencias y porcentajes de los niveles de reacciones en los participantes de la investigación, donde se observa que la mayor puntuación se encontró en el nivel leve (55.3%), y la menor se obtuvo en el nivel severo (2.1%).

TABLA IV

Tabla IV

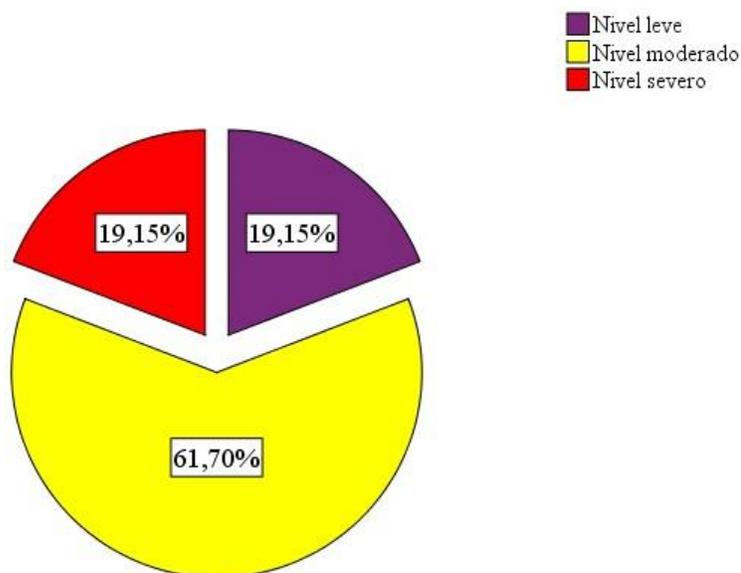
Niveles de afrontamiento en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nivel leve	9	19.1
Nivel moderado	29	61.7
Nivel severo	9	19.1
Total	47	100,0

FUENTE: Inventario SISCO para el estrés académico

FIGURA 4

Niveles de afrontamiento en los alumnos del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la ULADECH 2019-Satipo



FUENTE: Inventario SISCO para el estrés académico

Descripción: En la tabla IV y la figura 4, se presentan los resultados del análisis de frecuencias y porcentajes de los niveles de afrontamiento en los participantes de la investigación, donde se observa que la mayor puntuación se encontró en el nivel moderado (61.7%), y la menor se obtuvo en el nivel leve y severo (19.1%).

4.2. Análisis de resultados

El propósito de este estudio fue Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019. Donde quedó evidenciado que con una muestra de 47 estudiantes el 80.9% de los estudiantes presentaron niveles moderados de estrés académico. Barraza (2007) refiere que el estrés académico es el resultante de tres factores los cuales son: los estresores académicos, los síntomas y estrategias afrontamiento.

Nuestro resultado coincide con un estudio internacional encontrado por Kloster (2019) quien en su investigación con una muestra de 163 estudiantes del primer, cuarto y quinto año de educación universitaria todos ellos presentaron un nivel de estrés académico moderado. Por otro lado, en Perú coincide con los resultados encontrados por Venancio (2018) quien en una muestra de 432 universitarios el nivel de estrés académico que presentaron fue el de nivel moderado, de la misma manera con los estudios realizados por Rosales (2016) quien encontró que en una muestra de 337 estudiantes de psicología todos se enmarcaron también dentro del nivel moderado de estrés académico. Las similitudes encontradas en los resultados podrían deberse a que todas las investigaciones fueron estudiadas haciendo uso del

mismo instrumento (Inventario SISCO para el estrés académico); el cual le da mayor validez. El objetivo central de este instrumento es reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior y de postgrado durante sus estudios (Barraza 2007) Por otro lado debemos advertir también que los resultados encontrados en los diferentes estudios fueron realizados en diferentes ámbitos y con muestras diferentes y que en todos esos casos apuntaron a un mismo fin quedaría demostrado la confiabilidad en la utilización de dicho instrumento.

Ahora bien, estos resultados difieren de los encontrados por Campbell y Proshad (2020) quien hizo un estudio en una muestra de 44 jóvenes universitarios de Bangladesh quienes evidenciaron síntomas de sensación de presión los cuales quedaron ubicados en los niveles de estrés académico alto. Esta diferencia podría deberse a varias razones por un lado el instrumento utilizado fue el ASS (Academic scale stress) desarrollado por Kim (1970). Por otro lado, la selección de la muestra en este estudio fue recolectar estudiantes de diferentes instituciones; respecto a ello podemos manifestar que la falta de interacción interpersonal entre los estudiantes también podría ser otra causa de la diferencia de resultados. Al respecto Franco (2015, citado por Poma, 2019) menciona que la interacción entre las demandas del entorno educativo influye en el nivel de estrés que puedan experimentar los estudiantes. Asimismo, los recursos que posea el estudiante y los medios proporcionados por las universidades influyen de gran manera en los niveles de estrés. Apreciándose en la diferencia con los niveles de estrés de los estudiantes de Bangladesh, quienes no percibieron condiciones adecuadas en tecnología, materiales y calidad de la enseñanza.

El coeficiente de alfa de Cronbach para nuestro estudio fue de $0.802 > 0.80$ valor que nos confirmó que hubo una buena confiabilidad respecto a la eficacia de nuestro instrumento utilizado.

Las limitaciones que se tuvo durante la realización de la investigación fue la predisposición por parte de las estudiantes al momento de aplicar nuestro instrumento ya que varias de ellas se solventan sus estudios trabajan y por ende no llegaban a tiempo a sus actividades académicas lo cual retrasaba la planificación de nuestro proyecto, pero que pasando los días ese inconveniente quedo superado.

Dentro de las fortalezas que se tuvo en este estudio es el hecho de colocar la primera semilla para este tipo de línea de investigación que la universidad debería a tomar en cuenta e incentivar a que se desarrollen trabajos enfocados en el estrés académico en los jóvenes universitarios de las diferentes filiales ello ayudaría a contrarrestar la deserción universitaria en nuestra comunidad educativa.

V. CONCLUSIONES

Haciendo uso del análisis de resultados obtenidos se pudo llegar a las siguientes conclusiones:

- En cuanto al estrés académico en estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019 presentaron un nivel moderado.
- Por otro lado, en la dimensión estresores los estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019 presentaron un nivel moderado
- En lo que se refiere a la dimensión reacciones los estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019 presentaron un nivel leve.
- En lo que respecta a la dimensión afrontamiento estudiantes de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Satipo-2019 presentaron un nivel moderado.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

- La Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote motivar el desarrollo de investigaciones usando la misma variable (estrés académico) y el mismo instrumento (Inventario SISCO para el estrés académico) a fin de contrastar los resultados obtenidos.
- Al área de Bienestar universitario de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote filial Satipo les invocamos desarrollar talleres de manejo de estrés en favor de los estudiantes a fin de que sea un soporte de ayuda para ellos especialmente en épocas de finalización de semestre ya que en esos periodos es donde el estudiante siente más tensión en el ámbito académico.
- A la delegada del tercer ciclo del tercer ciclo de la escuela profesional de educación inicial de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote filial Satipo estar pendiente a las conductas de sus compañeras a fin de comunicar a los entes respectivo ante una posible deserción universitaria a causa del estrés académico

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Álvarez-Silva, L., Gallegos-Luna, R. y Herrera, P. (2018). Estrés académico en estudiantes de Tecnología Superior. *Universitas*, 28, pp. 193-209.
- Arribas Martín, (2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería. *Revista de Educación*, 360 (1), pp. 533-556.
- American Psychological Association (2010). *APA. Diccionario conciso de Psicología*. México: Editorial El Manual Moderno.
- Baldwin, D. A., Wilkinson, F. C., & Barkley, D. (2000). *Effective management of student employment: Organizing for student employment in academic libraries*. Libraries Unlimited.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista electrónica Psicología Científica*. Recuperado de: <http://www.psicologiacientifica.com>
- Barraza, A. (2007, 26 de febrero). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Revista Psicología Científica.com*, 9(10). Recuperado de: <http://goo.gl/og2VDs>
- Barraza, A. (2009). Estrés académico y Burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*, 12(22), 272-283.
- Barraza, A. (2014). *Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior*. (Tesis de pregrado). Universidad de Durango, Madrid. Recuperado en: <http://www.psicologiacientifica.com/>
- Berrío García, N., & Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), pp. 65-82. Recuperado de: <http://goo.gl/ZDYSxF>
- Cabanach, G., Souto-Gestal, y Franco, V. (2020). Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 7(2), 41-50.
- Challco, S. y Cuba, E. (2019). Estrés académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Andina del Cusco año 2018 (Tesis de pregrado). Universidad Andina del Cuzco. Recuperado de: <http://repositorio.uandina.edu.pe/handle/UAC/3005>
- Consuegra Anaya, N. (2010). *Diccionario de psicología*. 2º Edición. Bogotá: Ecoe Ediciones.

- Cosacov, E. (2007). *Diccionario de términos técnicos de la Psicología*. 3° Edición. Córdoba: Editorial Brujas.
- Chiyong, T. y Villacampa, S. (2015). Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología. Departamento Académico de Estomatología Preventiva y Social de la Facultad de Odontología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 18(1), 23-27.
- Dusselier, L., Dunn, B., Yongyi W., Shelley II, M., y Whalen, D. (2005). , la salud, académicas y personales predictores ambientales de estrés en la residencia salas. Jour-nal del Colegio Americano de la Salud, 54 (1), 15-24.
- Echevarria, H. y Vadori, G. (2010). Los estudiantes de grado y sus actividades de investigación (1era ed.). Eduvim: Argentina.
- Jerez-Mendoza, M., & Oyarzo-Barría, C. (2016). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 53(3), 149-157.
- Fuertes Rocañin, J C. (2004) *Mobbing! Acoso laboral... Psicoterrorismo en el trabajo: de los conceptos teóricos a la realidad práctica*. Madrid: Arán Ediciones.
- Hernández Sampieri, R. (2014). *Metodología De La Investigacion* (Sexta). Mcgraw-Hill. [Www.Elosopanda.Com%7cjamespoetrodriguez.Com](http://www.eltosopanda.com/7cjamespoetrodriguez.com)
- Kloster Kantlen, G.E., Perotta, F.D. Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica Argentina. Facultad Teresa de Ávila, 2019. Disponible en: <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9774>
- Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L., & Phillips, A. P. (1990). College students' time management: Correlations with academic performance and stress. *Journal of educational psychology*, 82(4), 760.
- Marmanilla, J. (2015). Rendimiento académico y estrés en los estudiantes de la facultad de educación de la universidad nacional del centro del Perú (Tesis de pregrado). Universidad Nacional del Centro del Perú. Recuperado de: <http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/2553/Marmanilla%20Buendia%20%20Rivera%20Ramirez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Martín Monzón, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25 (1), 87-99.
- Muñoz García, F. J. (1999). El estrés académico incidencia del sistema de enseñanza y función moduladora de las variables psicosociales en la salud, el bienestar y el rendimiento de los estudiantes universitarios.

- Renk, K., & Smith, T. (2007). Predictors of academic-related stress in college students: An examination of coping, social support, parenting, and anxiety. *Naspa Journal*, 44(3), 405-431.
- Robotham, D. (2008). Stress among higher education students: Towards a research agenda. *Higher education*, 56(6), 735-746.
- Rojas, G.; Chang, S. y Delgado, L. (2015). Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas. *Revista Dialnet*, 151(4), 443-449.
- Rosales J. (2016). Estrés Académico y Hábitos de Estudio en universitarios de la carrera de Psicología de un centro de formación superior privada de Lima-Sur. para obtener el título de licenciada en Psicología. Universidad Autónoma Del Perú. Lima
<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/124/1/ROSALLES%20FERNANDEZ.pdf>
- Sreeramareddy, C. T., Shankar, P. R., Binu, V. S., Mukhopadhyay, C., Ray, B., & Menezes, R. G. (2007). Psychological morbidity, sources of stress and coping strategies among undergraduate medical students of Nepal. *BMC Medical education*, 7(1), 26.
- Vadori, G., & Echevarría, H. (2010). *Los estudiantes de grado: Sus actividades de investigación* (Vol. 10). Eduvim.
- Valdivieso León, Lorena et al. (2020). Estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario: educación infantil-primaria. *Educación XX1.*, 1 (23).
- Venancio, G. (2018). Estrés académico en estudiantes de una universidad nacional de Lima Metropolitana (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Federico Villareal, Perú. Recuperado de:
<http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2383/VENANCIO%20REYES%20GUIOVANE%20ANTONIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

ANEXOS

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES																	
N°	ACTIVIDADES	Año 2019								Año 2020							
		Semestre I				Semestre II				Semestre I				Semestre II			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elaboración del proyecto	X	X	X													
2	Revisión del proyecto por el jurado de investigación				X												
3	Aprobación del proyecto por el jurado de investigación				X												
4	Exposición del proyecto por el jurado de investigación				X												
5	Mejora del marco teórico y metodológico					X											
6	Elaboración y validación del instrumento de recolección de información						X										
7	Elaboración del consentimiento informado							X									
8	Recolección de datos									X							
9	Presentación de resultados									X							
10	Análisis e interpretación de resultados									X							
11	Redacción del informe preliminar										X						
12	Revisión del informe final de la tesis por el jurado de investigación											X					
13	Aprobación del informe final de la tesis por el jurado de investigación												X				
14	Presentación de ponencia en jornadas de investigación													X			
15	Redacción de artículo científico														X	X	X

PRESUPUESTO DESEMBOLSABLE (Estudiante)			
Categoria	Base	% o numero	Total (s/.)
Suministros (*)			
Impresiones	20.00	0.50	10.00
Fotocopias	65.00	0.10	6.00
Empastado	20.00	3	60.00
Papel bond A4	10.00	2	20.00
Lapiceros	12.00	3	36.00
Servicios			
Uso de turnitin	50.00	2	100.00
Sub total			
Gastos de viaje			
Pasajes para recolectar información	15.00	2	30.00
Sub total			30.00
Total de presupuesto desembolsable			262
PRESUPUESTO NO DESEMBOLSABLE (Universidad)			
Categoria	Base	% o numero	Total (s/.)
Suministros (*)			
Uso de internet (laboratorio de Aprendizaje Digital – LAD)	30.00	4	120.00
Búsqueda de información en base de datos	35.00	2	70.00
Soporte informático (Módulo de investigación ERO University – MOIC)	40.00	4	160.00
Publicación de artículo en repositorio institucional	50.00	1	50.00
Sub total			400.00
RECURSO HUMANO			
Asesoría personalizada (5horas por 5 semanas)	63.00	4	252.00
Sub total			252.00
Total, de presupuesto no desembolsable			652.00
TOTAL (S/.)			904.00

INVENTARIO SISCO PARA EL ESTRÉS ACADEMICO

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

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

Si

No

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

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

1	2	3	4	5

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

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

Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

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

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					

Otras (especifique)					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

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

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



UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Satipo, 16 de octubre de 2019

Estimado estudiante:

La Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote apoya la práctica de obtener el consentimiento informado de, y proteger a los seres humanos que participan en investigaciones como sujetos de estudio.

La siguiente información tiene por objeto ayudarle a decidir si aceptara participar en el presente estudio. Usted está en libertad de retirarse del estudio en cualquier momento. Para tal efecto se le pedirá que responda la encuesta personal de SISCO, Nos interesa estudiar el

**ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN INICAL,
UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE SATIPO-2019.**

Esta información es importante porque nos ayudara a ampliar y profundizar en el conocimiento de esta variable asociada al trabajo que realizan. Por lo tanto, nos gustaría que usted participara de esta investigación, pero tal participación es estrictamente voluntaria, les aseguramos que su nombre no se mencionará en los hallazgos de la investigación. La información solo se identificará mediante un código numérico. Si tiene alguna duda o desconfianza, podría tener información adicional acerca del estudio antes o después que finalice, puede ponerse en contacto por correo electrónico.

Agradecemos su atención y apreciamos su interés y cooperación.

Atentamente,

Maritza Ruth Gordillo Olivares
ESTUDIANTE DE PSICOLOGIA

FIRMA ESTUDIANTE



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES
CHIMBOTE

CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA
"Año de la lucha contra la corrupción e impunidad"

Satipo, 16 de octubre de 2019

CARTA N° 032-2019- EPPS-FCCS- ULADECH-SATIPO

SEÑOR (A): Mg. AMELIA FLORA SEAS MENENDEZ
COORDINADORA DE UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE
CHIMBOTE – FILIAL DE SATIPO

Presente

De mi mayor consideración:

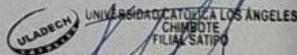
Es grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo a nombre de la **Carrera Profesional de Psicología – Filial de Satipo**, y a la vez solicitarle que la estudiante:

- **GORDILLO OLIVARES MARITZA RUTH**, código de matrícula 3023171027.

De Nuestra Casa de Estudios de la escuela Profesional de Psicología, que se encuentra cursando estudios de Taller de Investigación II, para obtener el grado de Licenciada en Psicología, solicito a Ud. Permita realizar el trabajo de investigación titulado: **ESTRÉS ACADEMICO EN LOS ALUMNOS DEL TERCER CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION INICIAL DE LA ULADECH 2019 – SATIPO**. En la institución superior en la que Ud. Muy dignamente dirige.

Con la seguridad de que el presente, merecerá vuestra cordial acogida que redundara en beneficio de nuestra Alma Mater, es propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi especial consideración y estima.

Atentamente.



Mg. Krissia I. Vera Román
COORD. CARRERA DE PSICOLOGIA



Mg. Amelia Flora Seas Menendez
COORDINADORA

Jr. 01 #301 – Urb. Villa Progreso - Satipo

Tel: (064)546471

www.uladech.edu.pe

INFORME DE ORIGINALIDAD

15%

INDICE DE SIMILITUD

15%

FUENTES DE INTERNET

5%

PUBLICACIONES

%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

ENCONTRAR COINCIDENCIAS CON TODAS LAS FUENTES (SOLO SE IMPRIMIRÁ LA FUENTE SELECCIONADA)

19%

★ repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo