

# UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela profesional de Enfermería



*Una Institución Adventista*

Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este, 2018

Por:

Najhara Jhosiane Salcedo Cueva

Asesora

Mg. Francis Gamarra Bernal

Lima, febrero de 2019

## Declaración Jurada de asesor

### DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA DEL INFORME DE TESIS

Mg. Francis Gamarra Bernal, de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que el presente informe de investigación titulado: "ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA ESTE- 2018." constituye la memoria que presenta a la Bachiller Salcedo Cueva, Najhara Jhosiane, para aspirar al título de profesional de Enfermería, cuya tesis ha sido realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son de entera responsabilidad del autor, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente declaración en Lima, a los 27 días, Junio del 2019.



Mg. Francis Gamarra Bernal

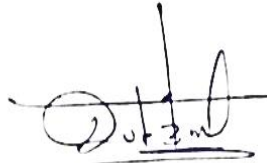
Jurado calificador

"Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad Privada de Lima Este - 2018"

# TESIS

Presentada para optar el título profesional de  
Licenciado en Enfermería

## JURADO CALIFICADOR



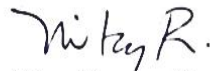
Mg. Rut Ester Mamani Limachi  
Presidente



Dra. Keila Ester Miranda Limachi  
Secretaria



Mg. María Esther Valencia Orrillo  
Vocal



Mg. Nitzy Ramos Flores  
Vocal



Mg. Francis Gamarra Bernal  
Asesora

UPeU, 12 de febrero de 2019

## **Dedicatoria**

A mis padres Willmer y María, por el gran esfuerzo que hicieron para brindarme una educación cristiana y lograr la culminación de mi carrera profesional; de igual modo, a mi hija Zadye por ser la razón y el motivo especial para seguir esforzándome en el logro de mis objetivos más importantes de mi vida personal y profesional.

## **Agradecimientos**

Agradezco en especial a la Universidad Peruana Unión, a mis maestros por impartir sus conocimientos en la formación de mi carrera profesional; de igual forma, a mi asesora la Mg. Francis Gamarra Bernal y el Mg. David Javier Aliaga por su apoyo en las asesorías del presente trabajo de investigación.

Finalmente, a los estudiantes de las diferentes escuelas de la Facultad de Ciencias de la Salud que colaboraron en la aplicación del presente estudio.

## Contenido

Declaración Jurada de asesor .....	ii
Jurado calificador .....	iii
Dedicatoria .....	iv
Agradecimientos.....	v
Resumen .....	x
Abstract .....	xi
Capítulo I.....	13
El problema .....	13
1. Planteamiento de problema.....	13
2. Formulación del problema .....	17
2.1. Problema general .....	17
2.2. Problemas específicos.....	17
3. Objetivos de la investigación .....	17
3.1. Objetivo general.....	17
3.2. Objetivos específicos.....	18
4. Justificación del problema .....	18
4.1. Justificación teórica .....	18
4.2. Justificación metodológica.....	18
4.3 Justificación práctica y social .....	18
Capítulo II.....	19

Marco teórico.....	19
1. Antecedentes .....	19
2. Marco bíblico filosófico .....	25
3. Marco teórico.....	27
3.1. Estrés.....	27
3.2. Rendimiento académico .....	35
3.3 Potenciar la inteligencia emocional.....	37
3.4 Uso más intenso de recursos innovadores .....	38
4. Definición de términos.....	38
Capítulo III.....	40
Materiales y métodos .....	40
1. Diseño y tipo de investigación .....	40
2. Variables de investigación.....	40
2.1 Definición operacional de la variable estrés.....	40
2.2 Definición operacional rendimiento académico.....	41
2.3 Operacionalización de las variables.....	41
3. Hipótesis de la investigación .....	42
3.1 Hipótesis general .....	42
4. Delimitación geográfica y temporal .....	42
5. Participantes .....	43
5.1 Población.....	43

5.2 Muestra.....	43
3. Técnica e instrumentos de recolección de datos.....	45
4. Proceso de recolección de datos .....	47
5. Procesamiento y análisis de datos .....	48
6. Consideraciones éticas .....	48
Capítulo IV.....	49
Resultado y discusión.....	49
1. Resultados .....	49
2. Discusión.....	51
Capítulo V.....	57
Conclusiones y recomendaciones.....	57
1. Conclusiones .....	57
2. Recomendaciones .....	57
Referencias .....	59
Anexos .....	79
Anexo 1. Instrumento de recolección de datos .....	79
Anexo 2. Frecuencia de resultados.....	82
Anexo 3. Validación de instrumento.....	85
Anexo 4. Confiabilidad del instrumento.....	86
Anexo 5. Autorización de la Institución .....	88
Anexo 6. Consentimiento Informado .....	89



Tabla 1. <i>Efectos del estrés según niveles</i> .....	33
Tabla 2. Datos sociodemográficos de los alumnos .....	44
Tabla 3. Rendimiento académico de los estudiantes .....	49
Tabla 4. Nivel de estrés de los estudiantes .....	50
Tabla 5. Relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico .....	50
Tabla 7. Nivel de estrés según Ítems de evaluación de los estudiantes.....	82
Tabla 8. Relación entre situación del estrés y el rendimiento académico .....	82
Tabla 9. Relación entre síntomas del estrés y rendimiento académico .....	83
Tabla 10. Nivel de estrés por ítems de los estudiantes .....	84

## Resumen

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo “determinar la relación que existe el nivel de estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la salud de una universidad privada Lima Este, 2018”. La metodología se centra en un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, de tipo correlacional y de corte transversal. La muestra se seleccionó mediante un muestreo probabilístico y estuvo conformada por 219 estudiantes. Se utilizó como instrumento para medir el estrés el cuestionario “Inventario de Estrés Académico (IEA)” fue elaborado por Hernández, Polo y Pozo (1996), posteriormente, fue adaptado por Galdós (2014) con una confiabilidad de Cronbach de 0.90 para medir el rendimiento académico se utilizó la base de datos académica. Los resultados indican que el 86.6% presenta un rendimiento académico medio y el 64.4% tiene un nivel de estrés moderado. No se encontró relación entre el estrés y rendimiento académico con valor de 0.476, según la prueba estadística Tau b Kendall, se concluye que no existe relación entre las dos variables del estudio.

**Palabras claves:** Rendimiento académico (Das), estrés (Das), estudiantes.

## Abstract

The **objective** of this research work is to determine the relationship between the level of stress and academic performance of the students of the Faculty of Health Sciences of a Private University Lima East, 2018. With a quantitative, non-experimental design approach, Correlational type and cross section. The selection of the sample was made by probabilistic sampling and was made up of 219 students. The instrument used to measure stress was the questionnaire "Inventory of Academic Stress (IEA)" was prepared by Hernandez, Polo and Pozo (1996) was later adapted by Galdós (2014) with a Cronbach reliability of 0.90 to measure academic performance the academic database was used. Thus, 86.6% have an average academic performance and 64.4% have a moderate level of stress. No relationship was found between stress and academic performance with a value of 0.476, according to the Tau b Kendall statistical test, it is **concluded** that there is no relationship between the two study variables.

**Keywords:** Academic performance (Das), stress (Das), students.



## **Capítulo I**

### **El problema**

#### **1. Planteamiento de problema**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2003), los trastornos mentales representan una parte significativa de la carga de las enfermedades en todas las sociedades. Existen intervenciones efectivas que, sin embargo, no son accesibles para la mayoría de los que las necesitan. Las enfermedades de trastorno mental están representadas por un total de aproximadamente el 12 % a nivel global. En el 2020 representará aproximadamente el 15% de la discapacidad ajustada a los años de vida perdidos por enfermedad. El sector más productivo de la población son los adultos jóvenes y es allí donde mayor impacto tiene los trastornos mentales.

Una de las enfermedades de salud mental es el estrés que no es más que la forma en cómo reacciona un individuo ante las diferentes exigencias y presiones laborales que están por sobre su capacidad y conocimientos y no es capaz de afrontar tal situación (OMS, 2004). En el mundo actual, este problema es cada vez más incuestionable ya que, según la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica publicado por Expansión (2018), en alianza con CNN, manifiesta que la ansiedad afecta a 14.3% de la población, mientras que la depresión la padecen 9.2% de los mexicanos. Este país se encabeza la encuesta junto con China y

Estados Unidos, con el mayor número de personas que presentan estrés a nivel global.

Según los reportes de la consultora Regus, conocido por ser uno de los mayores proveedores a nivel mundial de soluciones innovadoras en el tema de áreas de trabajo, logró comprobar que el 58% de las compañías notó un aumento significativo del estrés laboral en los últimos dos años (Dinero, 2019).

Del mismo modo, Berrio, García y Mazo Zea (2012), menciona que Hans Selye (1930), notó que todos los enfermos a quienes observaba, a parte de la enfermedad que sufrían, mostraban síntomas comunes y generales como debilidad, pérdida del apetito, disminución de peso, astenia, entre otros síntomas. Asimismo, Selye nombró este fenómeno como “Síndrome General de Adaptación”. El estrés es considerada en Europa la segunda causa de disminución laboral, afectando cada año a cuarenta millones de trabajadores y suponiendo para sus países miembros un coste de veinte mil millones de euros al año en gastos sanitarios, sin considerar la pérdida de productividad (Madrid Salud, 2016).

Por otro lado, la Fundación Europea, afirma que un 28% de los trabajadores europeos padecen algún tipo de estrés laboral; sin embargo, en América Latina la situación es aún más complicada, sobre todo en las zonas donde el movimiento económico es mínimo. De acuerdo a la Asociación Mundial de Psiquiatría, gran parte de los países latinoamericanos destinan menos del 2% de su presupuesto total al cuidado de la salud frente a las enfermedades mentales (El País, 2015).

García y Mazo (2012) manifiestan que existe una elevada incidencia de estrés en estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población con un nivel moderado de los cuales se identifican la sobre recarga académica, tiempo insuficiente, realización de exámenes e intervención en el aula.

Así también, Berrio y Mazo (2012) manifiestan que el rendimiento académico es la suma de diferentes y complejos factores que actúan en la persona que aprende y esto es debido al aprendizaje del estudiante en las diferentes actividades académicas. Asimismo, Vera, (2011), menciona que la etapa con mayor porcentaje de estrés en los estudios universitarios se presenta por las altas cargas de trabajo, los exámenes, los proyectos y trabajos finales los cuales repercuten en su desempeño académico, así como en la vida del estudiante.

Un estudio realizado por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), de los 64 países que integran el Programa para la Evaluación Internacional de los Alumnos (PISA), señala que la región de América Latina está por debajo de los estándares globales de rendimiento escolar, países tales como Perú, Colombia, Brasil y Argentina se encuentran en el top 10 cuyos estudiantes tienen un nivel muy bajo en temas concerniente a las matemáticas, la ciencia y la lectura. Citado por (BBC News-Mundo, 2016).

Según Wradio (2016), el promedio establecido por la OCDE para estudiantes de 15 años es tanto en lectura (60%) como en ciencia (68,5%) y Perú es el país con el mayor porcentaje que no superan dicho promedio, siendo el segundo peor situado en matemáticas (74,6%), solo por detrás de Indonesia. Así mismo, Colombia, Brasil y argentina alcanzan en lectura el 51%, 50.8% y 53.6%; y en ciencia el 56%, 55%, 50.9% y en matemáticas, el 73,8%, 68.3 %, 66.5 %

respectivamente sus estudiantes se encuentran debajo del promedio de rendimiento.

Perú.<sup>21</sup> (2016), menciona que, según la Dirección de Educación y Competencia de la OECD, los estudiantes peruanos con desempeño bajo representan el 58% para ciencias, 66% para matemática y 54% para comprensión lectora, cifras que considera muy altas y "Casi uno de cada dos estudiantes en Perú (47%) no alcanza el nivel básico en competencias en la escala PISA en ninguna de las tres materias de evaluación.

Por otro lado, el 74% de la población de colegiales de 15 años permanece todavía fuera del sistema educativo y este es otro reto a reducir el impacto del estatus socioeconómico sobre el rendimiento escolar. Sumando a estos factores los importantes cambios socioeconómicos que se producen en el mundo laboral se observa como los riesgos psicosociales se manifiestan con mayor virulencia ocasionando graves deterioros de la salud física y mental.

Lopez (2016), en su estudio sobre la "influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de Enfermería, determinó que la presencia de estrés en estudiantes de enfermería en sus diferentes niveles influye negativamente en su rendimiento académico. De los cuales se manifiesta de la siguiente manera, nivel medio (43.9%) y alto (43.9%) y el rendimiento académico con mayor frecuencia es regular (47.4%), con promedios entre 11 a 15.

La investigadora en su experiencia académica observó que la mayoría de los alumnos tienen clases académica, prácticas hospitalarias y es en estas situaciones es que la mayoría expresaba "tengo mucha carga académica", " la



distancia del hospital es muy estresante”, “ Los exámenes finales causan estrés y tensión y el “número de cursos que llevan era motivo de tensión”, esto sin considerar que había un grupo de estudiantes que estudiaban y realizaban trabajos fuera del aula; asimismo, otros estudiantes tenían carga familiar que asumir.

Por todo lo mencionado anteriormente y considerando la importancia de la salud mental en la población educativa y los resultados del rendimiento académico, la investigadora abordó el siguiente tema de investigación.

## **2. Formulación del problema**

### **2.1. Problema general**

¿Qué relación existe entre el nivel de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este, 2018?

### **2.2. Problemas específicos**

¿Cuál es el nivel de estrés en los estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada Lima Este, 2018?

¿Cuál es el nivel de rendimiento académico en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad Privada de Lima Este, 2018?

## **3. Objetivos de la investigación**

### **3.1. Objetivo general.**

Determinar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima Este, 2018

### **3.2. Objetivos específicos**

Identificar el nivel de estrés en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este, 2018.

Identificar el rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este, 2018.

## **4. Justificación del problema**

### **4.1. Justificación teórica**

El presente trabajo de investigación permitió sistematizar y organizar información sobre las variables de estudio: estrés y rendimiento académico cuya información servirá como antecedentes para futuras investigaciones.

### **4.2. Justificación metodológica**

Se utilizó como instrumento un cuestionario “Inventario de Estrés Académico (IEA)” modificado por Galdós (2014) para recolección de los datos; de los cuales los resultados se pondrá a disposición de otros investigadores según su conveniencia.

### **4.3 Justificación práctica y social**

El presente trabajo de investigación permitirá revelar el nivel de estrés de los estudiantes y su relación con el rendimiento académico. Luego de procesar los resultados serán entregados a la dirección de la Facultad de Ciencias de la Salud que tendrá como fin la planificación de un programa educativo, sesiones de aprendizaje y otros que fortalecerá el manejo de estrés en las actividades académicas y por ende obtener mejores rendimientos en sus calificaciones.

## **Capítulo II**

### **Marco teórico**

#### **1. Antecedentes**

Feldman, Goncalves, Chacón-Puignau, Zaragoza y Pablo (2008) realizaron un estudio que lleva por título “Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes Universitarios venezolanos” que tuvo como objetivo evaluar el estrés académico, el apoyo social y su relación con la salud mental y el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Para ello usa tipo de investigación no experimental-descriptivo-correlacional, con un diseño de corte transversal, evaluando las variables en un momento único. Los resultados indican que las mujeres reportaron mayor intensidad de estrés académico, así mismo, estas presentaron más indicadores de problemas de salud mental en general y síntomas de depresión que los hombres. Las conclusiones abordadas indican que, en las mujeres la mayor intensidad del estrés está asociado al apoyo social de los amigos, mientras tanto en los hombres esta vinculado con un menor apoyo social por parte de personas cercanas.

Pulido, Serrano, Valdés y Chávez (2013) realizaron un estudio que lleva por título “Estrés Académico en estudiantes Universitarios”. Tuvieron como objetivos determinar niveles de estrés académico y propiedades psicométricas

del instrumento denominado SEEU; para lo cual, utilizaron una muestra aleatoria de 504 estudiantes. Se observó que los estudiantes de las carreras de Sistemas, Traducción, Diseño Gráfico y Arquitectura son los que manifiestan los niveles más elevados de estrés. En conclusión, se logró identificar que los niveles son equivalentemente altos en los estudiantes de los primeros y últimos semestres.

García, Arias, Sor, Lux y Poroj (2017) realizaron un estudio en la Universidad de San Carlos de Guatemala, titulado: “Estrés académico: síntomas físicos, psicológicos y del comportamiento social”, tuvieron como objetivo establecer el nivel de estrés académico de los estudiantes de segundo y tercer año. Con un estudio descriptivo transversal, en la cual se tomó una población de 1901 estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas y se seleccionó una muestra de segundo y tercer año de 303 y 107 estudiantes, respectivamente, que cumplieron con los criterios de selección. Se recolectaron los datos mediante el inventario SISCO de estrés académico. Dando, así como resultado las características sociodemográficas con respecto a edad evidencian mayor proporción entre los 18 y 29 años, más de la mitad (58.35%) fue de sexo femenino y el grado académico en su mayoría fue de segundo año con un 73.57%. En cuanto al nivel de estrés académico, la muestra del estudio presentó un nivel de estrés académico moderado. En conclusión, las características sociodemográficas de los estudiantes son: edad media de 21 años, sexo femenino y cursando segundo año. Presentan mayormente síntomas psicológicos y la estrategia de afrontamiento más utilizada es la habilidad asertiva. El nivel de estrés académico de los estudiantes es moderado.

Oro, Esquerda, Viñas, Yuguero y Pifarre (2017) realizaron un estudio sobre “Síntomas psicopatológicos, estrés y burnout en estudiantes de medicina”

El objetivo fue determinar el grado de estrés percibido por los estudiantes, la sintomatología reportada y el grado de burnout. El tipo de estudio fue transversal con 118 estudiantes como muestra. Se obtuvo como resultados que el estrés percibido de un 16,95% está a la par o superan la calificación en el índice de severidad global. En conclusión, la muestra estudiada nos indica que presentan unas puntuaciones elevadas en los test administrados en relación al estrés.

González, Souto-Gestal y Fernández (2017) realizaron un estudio en España titulado “Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia”. El objetivo fue identificar los diferentes perfiles de regulación emocional y analizar si existen desacuerdos en la percepción de estresores académicos y en las respuestas psicofisiológicas de estrés. En el estudio participaron 504 estudiantes de fisioterapia a los que se les dispuso la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional y el Cuestionario de Estrés Académico. Finalmente se obtuvo diferencias significativas entre los perfiles tanto para la percepción de estresores como para las respuestas psicofisiológicas de estrés y se entiende que los estudiantes con altas puntuaciones en control y aceptación de sus estados emocionales distinguen las circunstancias académicas de forma más adaptativa y sienten menores réplicas de estrés.

Páez y Castaño (2015), en un estudio realizado en Colombia titulado “Inteligencia emocional y Rendimiento académico en estudiantes Universitarios”, tuvieron por objetivo describir la inteligencia emocional y determinar su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Los participantes fueron 263 estudiantes, a quienes se aplicó el cuestionario EQ-i de BarOn para medir la inteligencia emocional. Se obtuvo como resultado un cociente de

inteligencia emocional promedio de 46,51, sin diferencias según género, pero sí para cada programa. Concluyen que los estudios realizados a la muestra presentan correlación entre inteligencia emocional y rendimiento académico durante su desempeño.

Aguilar, Gil, Pinto, Quijada y Zúñiga (2014) realizaron una investigación titulado “Inteligencia emocional, estrés, autoeficacia, locus de control y rendimiento académico en universitarios”. El objetivo fue conocer y comparar los niveles de inteligencia emocional, distres, factores psicossomáticos, autoeficacia y locus de control. Se tuvo como muestra a 368 alumnos de licenciatura. La media de edad fue de 20.56 años. Los resultados revelaron un nivel promedio de inteligencia emocional. el rendimiento académico se relaciona significativamente con un locus de control interno. Los resultados permitieron concluir que un rendimiento académico deseable se ve influido por algunas variables psicológicas que, manejadas adecuadamente, favorecen a su vez una mejor salud y calidad de vida.

González, Delgado, Escobar y Cárdenas (2014) realizaron un estudio en Colombia, titulado “Asociación entre el estrés, el riesgo de depresión y el rendimiento académico en estudiantes de los primeros semestres de un programa colombiano de medicina”. La finalidad fue describir el comportamiento de respuesta al estrés y la presencia de síntomas de depresión clínica. La información se procesó mediante un análisis descriptivo. Los resultados reportan que no hubo diferencias entre los dos semestres. Por lo tanto se concluye que existe alta repetición de síntomas depresivos clínicos y de estrés en los estudiantes de medicina, siendo esta mayor en mujeres, así como una correspondencia entre dichas variables psicológicas y el resultado académico.

Por otro lado Jerez y Oyarzo (2015) realizaron un estudio en Chile titulado “Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos, Osorno”. En tuvieron como objetivo identificar la prevalencia de estrés en Alumnos de la universidad de los lagos, Osorno. Realizaron un estudio no experimental descriptivo de corte transversal con una muestra de 314 enfermería. Aplicaron el inventario de estrés académico de SISCO que mide el nivel de estrés, factores de estrés, síntomas y estrategias de afrontamiento. Dando, así como resultado que el 98% de los alumnos ha experimentado estrés académico, con mujeres. (96.24%) está más estresado que los hombres (88.57%). Los estresores más frecuentemente mencionados por los estudiantes fueron evaluaciones de los estudiantes (exámenes) (95.6%) y sobrecarga de tareas y tareas (92,3%). Del estrés en alumnos del área de la salud. Las mujeres tienen niveles más altos de estrés. Las diferencias fueron observadas en la evaluación de los estudiantes, fatiga crónica y factores de dolor abdominal, de acuerdo con curso universitario. La kinesiología es el curso con el nivel más bajo de estrés en cada uno de estos factores.

Lopez (2016) realizó un estudio, en Arequipa en la Universidad Ciencias de la Salud. El objetivo principal fue determinar la influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de Enfermería en el año 2016; el estudio utilizó el método descriptivo, no experimental de corte transversal. Su población fue de 57 estudiantes. El tipo de investigación fue causal explicativa. Logró llegar a las conclusiones que la presencia de estrés en estudiantes de enfermería influye negativamente en su rendimiento académico, asimismo los estudiantes presentan niveles de estrés de nivel medio (43.9%) y alto (43.9%).

Hernández y Maeda (2014) estudiaron los niveles de estrés en los estudiantes de la Universidad Privada “Juan Mejía Baca” 2014. Este estudio cuantitativo, aplicó un diseño descriptivo simple, en el que participaron 254 estudiantes, se aplicó un muestreo probabilístico. Se utilizó el Inventario SISCO de Estrés Académico, Los resultados muestran que existen niveles altos de estrés académico en los universitarios (45,28%), siendo las carreras de Educación (61.54%) y Psicología (48.78%) los que mostraron mayores porcentajes, permitiendo así llegar a la conclusión que los estudiantes muestran niveles altos de estrés académico.

Evaristo y Chein (2015) realizaron un estudio en Lima – Perú que lleva por título “Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología”. Metodología: El diseño corresponde a un estudio observacional - descriptivo, transversal. Para el estudio se seleccionó una muestra de 186 estudiantes. La medición de las variables se realizó a través del cuestionario Inventario SISCO y las notas promedio del estudiante al término del semestre 2014-1. Para el análisis estadístico se utilizó pruebas estadísticas bivariados y multivariadas. En los resultados y conclusiones: se encontró que el 100% de los estudiantes presentaron en algún momento situación de estrés con una intensidad promedio de 3.5. El rendimiento académico promedio fue de 13.21(basado en el sistema vigesimal 0-20). Los estudiantes de años de estudio superiores presentaron un mayor rendimiento académico, no evidenciándose diferencias estadísticamente significativas según sexo.

Velásquez et al. (2018) realizaron un estudio titulado “Asertividad y el rendimiento académico en los estudiantes de Facultades representativas de las diversas áreas de estudio de la Universidad de San Marcos”. Tuvo como objetivo



determinar la relación que existe entre asertividad y rendimiento académico en los estudiantes. El estudio es de tipo descriptivo-correlacional, con un muestreo no probabilístico. Los instrumentos que se usaron fueron la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, Inventario de Asertividad de Rathus. Los datos fueron procesados con el paquete estadístico SPSS, realizando un análisis de correlación y llegando a encontrarse que sí existe correlación significativa,  $p < 0.05$ , entre las variables de estudio, aceptando la hipótesis general planteada. En conclusión, se encontró que existe relación significativa del bienestar psicológico y la asertividad, tanto en varones como en las mujeres.

Barahona (2014) realizó un estudio titulado “Factores determinantes del rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad de Atacama”. Cuyo objetivo fue determinar los factores asociados al rendimiento académico. El trabajo se dividió en dos partes: en la primera, se usó la regresión múltiple; en la segunda, se estimó las variables haciendo uso del Modelo de Regresión Logística. Los resultados han puesto en público que las variables género, estudia, trabaja, conformidad con la carrera, notas, prueba verbal y matemática, resultaron ser estadísticamente significativas. se concluye que los factores determinantes tienen un efecto positivo en el rendimiento académico del estudiante.

## **2. Marco bíblico filosófico**

Según un artículo por la revista cristiana SLT (2014) el estrés puede ser considerado como la alta ansiedad por las cosas que tenemos poco o ningún control, que ejerce presión sobre el ser humano, comprometiendo la salud física y emocional del mismo. Pues el estrés se ha definido como un sentimiento en el que todo está mal y puede ser agravado por la incapacidad para mejorar los

problemas. También es sentirse cargado con las preocupaciones acerca de; estudios, trabajo, casa, familia, dinero, y una serie de otros factores.

White (1905) en su libro mente carácter y personalidad menciona en el siguiente capítulo titulada “La ansiedad produce enfermedad” Cuando el mal quedó enderezado, podemos con fe calmosa presentar a Dios las necesidades del enfermo, según lo indique el Espíritu Santo.

White (1959) declara “cuando las tentaciones os asalten, cuando los cuidados, las perplejidades y las tinieblas parezcan envolver vuestra alma, mirad hacia el punto en que visteis la luz por última vez. Al entrar en comunión con el Salvador entramos en la región de la paz. MC 193 (1905).

Valera (1960) menciona en sus escrituras lo siguiente: pero las preocupaciones de esta vida, el engaño de las riquezas y muchos otros malos deseos entran hasta ahogar la palabra, de modo que ésta no llega a dar fruto.

Marcos 4:19

La paz os dejo, mi paz os doy; no os la doy como el mundo la da. No se turbe vuestro corazón, ni tenga miedo. Juan 14:27

En Mateo 6: 25-26 menciona: “Por eso os digo, no os preocupéis por vuestra vida, qué comeréis o qué beberéis; ni por vuestro cuerpo, qué vestiréis. ¿No es la vida más que el alimento y el cuerpo más que la ropa? Mirad las aves del cielo, que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros, y, sin embargo, vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No sois vosotros de mucho más valor que ellas? ¿Y quién de vosotros, por ansioso que esté, puede añadir una hora al curso de su vida”? (Valera, 1960).

### **3. Marco teórico**

#### **3.1. Estrés**

##### **3.1.1. Definición.**

Moncada y Llorens (2014) define “es un conjunto de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y del comportamiento a ciertos aspectos adversos o nocivos del contenido, la organización o el entorno de trabajo.

Por otro lado, Ávila (2014) menciona que “el estrés es un estado en el que la persona sufre distintos desordenes, muchas veces producidos por mala adaptación al entorno social, que pueden agravarse con los estados de tensión continuas en el que el organismo responde con una serie de trastornos fisiológicos y psicológicos”.

Berrio y Mazo (2012) mencionan que “el estrés académico se define como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos”.

##### **3.1.2. Tipos de estrés.**

###### *Estrés agudo.*

El estrés agudo es considerado el más frecuente, se presenta debido a las presiones de la vida diaria o del entorno, es beneficioso pues nos ayuda a prepararnos y combatir en caso de encontrarnos en una situación amenazante. (Ávila, 2014)

Sin embargo, el estrés agudo intenso consigue desencadenar diversos síntomas que incluyen; irritabilidad, dolores de cabeza, dolores musculares,

trastornos estomacales, hipertensión, taquicardias, mareo, vértigo, ansiedad y depresión (Moncada y Llorens, 2014)

#### *Estrés agudo-episódico.*

Así mismo, este tipo de estrés se diferencia del estrés agudo porque el episódico, además de ser intenso, es repetitivo sin llegar a establecerse como crónico. Los individuos que lo sufren presentan irritabilidad, tensión, migraña, hipertensión arterial, dolor en el pecho, punzadas y enfermedad cardíaca.

#### *Estrés crónico.*

Este tipo de estrés abarca los síntomas de los anteriores y lo prolonga, por lo cual tiende a ser agotador, genera cambios importantes en el organismo, lo que hace vulnerable a quien lo padece y ayuda a desarrollar diversas enfermedades que conllevan a la muerte. (Herrera, 2017)

### **3.1.3. Fases del estrés.**

#### *Fase de alarma o huida.*

Ávila (2014) defiende que esta fase el cuerpo se prepara para generar el máximo de energía que se da cuando enfrentamos una situación difícil. Además, refiere que el cerebro, entonces, emite señales que activan la secreción de hormonas y mediante una reacción en cadena incitan diferentes reacciones en el organismo, tensión muscular, agudización de los sentidos, aumento en la frecuencia e intensidad de los latidos del corazón y elevación del flujo sanguíneo.

Así mismo, Niven (2009) refiere que, al inicio, la presión arterial cae bajo de lo normal, y luego se eleva con rapidez. La glándula pituitaria produce la hormona adrenocorticotrópica (HACT), que estimula a las glándulas suprarrenales para

secretar adrenalina hacia el torrente sanguíneo. En ocasiones, esta reacción se conoce como la respuesta de “luchar y huir” debido a que permite al organismo enfrentar el estrés o huir de él.

#### *Fase de resistencia.*

En esta fase, según Charles y Albert (2001), indica que aparecen síntomas físicos y otras señales de tensión mientras luchamos contra la creciente desorganización psicológica. Si el estrés disminuye regresamos al estado normal; pero si es extremo o prolongado, la desesperación puede hacer que recurramos a técnicas inadecuadas y las apliquemos con rigidez, a pesar de que no están dando resultados.

Cuando esto ocurre, agotamos aún más nuestros recursos físicos y psicológicos; las señales de deterioro de ambas áreas se vuelven aún más palpables.

#### Fase de agotamiento.

Según Morris (1992) afirma que en esta fase la persona usa mecanismos de defensa cada vez más ineficiente en un intento desesperado por controlar el estrés. Algunos individuos pierden el contacto con la realidad y muestran signos de trastornos emocionales o enfermedad mental. Otros dan señales de “extinción”, como incapacidad para concentrarse, irritabilidad, retraso y cinismo respecto de que nada vale la pena. Pueden manifestarse síntomas físicos, como problemas dermatológicos, y digestivos. Algunas víctimas recurren al alcohol o a las drogas para superar el agotamiento provocado por el estrés. Si este dura mucho tiempo el sujeto puede sufrir daños físicos o psicológicos irreparable e incluso la muerte.

### **3.1.4. Fisiología del estrés.**

Ávila (2014) afirma que el cerebro, al detectar la amenaza o riesgo, estimula al hipotálamo y este a la vez produce "factores liberadores" que constituyen sustancias específicas que actúan como mensajeros para zonas corporales específicas. Una de ellas es la hormona denominada A.C.T.H. (Adrenal Cortico Trophic Hormone) que es nada que un mensajero fisiológico que recorre por el torrente sanguíneo y llega hasta la corteza de la glándula suprarrenal, y este por consecuencia produce la cortisona u otras hormonas llamadas corticoides.

Fisiológicamente están implicados 3 sistemas en la producción del estrés tales como el sistema endocrino, nervioso e inmunológico. El estrés pone en actividad a todos los mecanismos del cerebro en forma de cascada. La respuesta neurológica activa el hipotálamo, provocando una contestación hormonal y incitando la hipófisis, que segrega ACTH (Corticotropina), esta a su vez activa las glándulas suprarrenales. La parte interna o medula de las suprarrenales segrega adrenalina (epinefrina) y noradrenalina (norepinefrina). La corteza p la parte externa segrega corticoesteroides (aldosterona) y glucocorticoides (cortisol). La adrenalina y noradrenalina (catecolaminas) generan una producción de energía en un corto periodo de tiempo. Los glucocorticoides (aldosterona y corticosterona) producen vasoconstricción de los vasos sanguíneos. También el hipotálamo actúa en el sistema nervioso autónomo para producir una respuesta inmediata de estrés y activar nervios sensoriales y las suprarrenales (Ávila, 2014).

En algunas fases del estrés el mecanismo anómalo de la hipófisis puede hacer que suba la producción de sustancias químicas, lo que podría conllevar al

confusionismo del sistema inmunológico que a partir de allí podrían inhibir las respuestas inmunitarias alterando el papel de los leucocitos. (Ávila, 2014).

### **3.1.5. Síntomas del estrés.**

El estrés puede causar los siguientes síntomas según Corsino (2007):

Sobrecarga de trabajo.

Realizar acciones o actividades que requieran de suficientes conocimientos para resolverlas.

Ascenso en el trabajo a un puesto no acorde a nuestras capacidades o preferencias.

Tener deudas y no saber como pagarlas.

Inexistencia de actividades estimulantes que llevan a un estado de aburrimiento y frustración.

El estado se muestra mediante determinados síntomas, de los cuales pueden ser:

#### *Síntomas físicos.*

Estos pueden ser palpitaciones, sensación de ahogo, hiperventilación, sequedad de la boca, calambres, inquietud, hiperactividad, temblor en las manos, fatiga, mareos, dificultades en el sueño, náuseas, malestares digestivos, diarrea, estreñimiento, tensión y/o dolor muscular, dolores de cabeza, sudoración, sofocos, manos y pies fríos, aumento o disminución del apetito, mayor ingestión de sustancias (alcohol, tabaco), disminución del deseo sexual (Corsino, 2007).

### *Síntomas psíquicos.*

Estos pueden ser angustia, ansiedad, depresión, impaciencia, inseguridad, culpabilidad, dejadez por la salud, apariencia y sexo, irritación, hostilidad, agresividad, frustración, aburrimiento, incapacidad de finalizar una tarea, dificultad para pensar, concentrarse y/o tomar decisiones, pérdida de la memoria, creatividad, disminución de la atención, inflexibilidad, hipercrítica, comportamiento irracional y pérdida de eficacia de productividad.

Entre los efectos psicológicos negativos producidos por el estrés laboral tenemos la preocupación excesiva, incapacidad para tomar decisiones y concentrarse, sensación de confusión y olvido, los bloqueos mentales, la hipersensibilidad a las críticas, el mal humor (Corsino, 2007).

#### **3.1.6. Fuentes que producen estrés.**

Según Morris y Maisto (2009), se considera fuente que produce estrés a los acontecimientos o circunstancias tales como:

##### *Cambios de la vida.*

La mayoría de las personas buscan en sus vidas un orden, continuidad y acontecimientos predecibles. Del mismo modo, el estrés aumenta cuando el cuerpo debe enfrentar varios cambios en un tiempo corto y frecuente.

Por otro lado, Renner y Mackin (1998, 2002) menciona que el estrés en la vida universitaria incluye eventos potencialmente estresantes como la semana de exámenes finales, elaborar un trabajo importante de fin de curso, hablar frente al grupo, dificultades con un compañero de cuarto y empezar un nuevo semestre.



### 3.1.7. Efectos del estrés.

Según Salinas (2012), el estrés afecta de manera negativa en tres dimensiones del individuo: física, mental y emocional, trascendiendo todas ellas en el área conductual de la persona. Por tanto, los tres niveles de afectación del estrés son: el nivel fisiológico, el nivel psicológico y el conductual.

Tabla 1. *Efectos del estrés según niveles*

Niveles	Efecto de estrés
<b>Fisiológico</b>	Opresión en el pecho, sudor, palpitaciones, disnea, temblores, tensión muscular, aumento o disminución del apetito, diarrea o estreñimiento, fatiga, etc.
<b>Psicológico</b>	Nerviosismo, miedo, deseos de llorar, irritabilidad, preocupación excesiva, pensamiento catastrófico, dificultad para tomar decisiones y concentrarse, disminución de la memoria y pensamiento, cambios de humor constantemente, etc.
Conductual	Hiperactividad, risa nerviosa, rechineo de dientes, tics nerviosos, problemas sexuales, dormir o sufrir de insomnio, etc.

*Salinas (2012)*

Todos estos síntomas, repercuten en diferentes ámbitos de la vida de los seres humanos:

En el ámbito familiar: peleas, discusiones, evitación de compromisos, dejadez de tareas del hogar, separación o divorcios, etc.

En el ámbito laboral: disminución del rendimiento laboral, absentismo, bajas médicas, malas relaciones con los compañeros, etc.

En el ámbito social: disminución de las relaciones sociales, pérdida de contacto con los amigos, evitación de acudir a reuniones sociales, etc.

### **3.1.8. Tratamiento.**

Ávila (2014) refiere que el estrés se puede prevenir teniendo un control en la alimentación, practicar algún deporte, yoga, caminatas u otros ejercicios de control corporal. Pues este juega un rol muy importante debido a que los nutrientes que contiene las frutas y verduras ayudan a nuestro cuerpo y mente en la producción de defensas al organismo. Finalmente el mismo autor menciona que existen 4 puntos primordiales para el tratamiento del estrés: alimentación, fisioterapia, relajación y por último la fitoterapia.

#### *Alimentación.*

Es un factor importante en la vida cotidiana en el cual se debe tener un balance de consumo adecuado de calorías, comidas nutritivas, ensaladas, frutas y granos, estos alimentos contienen nutrientes, vitaminas, minerales, y otros compuestos que pueden ayudar a nuestro organismo a dominar el estrés (Ávila, 2014).

#### *El ejercicio físico.*

Es una forma saludable de eliminar la energía contenida y la tensión del organismo debido a que el ejercicio exige al cerebro a producir endorfinas, que son potenciadores naturales del estado de ánimo, y que se generan con el movimiento del cuerpo (Ávila, 2014).

#### *La fisioterapia.*

Es considerada una de las mejores alternativas al tratamiento del estrés debido a que este usa diferentes técnicas manuales, siendo una de ellas la masoterapia o masaje terapéutico es una técnica que se utiliza para que haya

mejor irrigación sanguínea, mejor circulación de la linfa, para mejorar contracturas, mejor movimiento (Ávila, 2014).

### *La fitoterapia.*

Es considerada como una terapia natural importante para aliviar diversos malestares en el que cada planta tiene un efecto específico en el organismo, en el caso del estrés existen plantas específicas que ayudan a relajar el organismo y controlar los nervios (Ávila, 2014).

## **3.2. Rendimiento académico**

### **3.2.1. Definiciones**

Lopez (2016) defiende que es el nivel de conocimientos, habilidades y destrezas que el estudiante manifiesta mediante el proceso de enseñanza y aprendizaje de los educandos matriculados en un curso, grado, ciclo o nivel educativo.

Berrio y Mazo (2012) manifiestan que el rendimiento académico “es la suma de diferentes y complejos factores que actúan en la persona que aprende, y ha sido definido con un valor atribuido al logro del estudiante en las tareas académicas”.

De otro modo, Solano (2008) refiere que el rendimiento académico “es una medida de las capacidades respondientes o indicativas, que manifiestan en forma estimativa, lo que una persona ha adquirido como resultado de un proceso de instrucción o formación”. Sin embargo, en el rendimiento académico, actúan otras variables independientes al sujeto, como la eficacia del maestro, el ambiente de clase, el hogar, el programa educativo, etc.; y variables psicológicas

o internas, como la disposición al curso, la capacidad intelectual, la personalidad, la auto percepción del alumno, la motivación.

### **3.2.2 Características.**

Según Soto (2003), concluye que hay un doble punto de vista: Estático y dinámico y es caracterizado del siguiente modo:

- En cuanto a su aspecto dinámico responde al proceso de aprendizaje, y este está ligado a la capacidad y esfuerzo de cada estudiante en particular.
- Por otro lado en su aspecto estático comprende al fruto del aprendizaje generado por el alumno y expresa una conducta de beneficio.

### **3.2.3 Causas del bajo rendimiento académico**

Según Tejedor y Valcárcel (2006), los factores que influyen en el rendimiento académico de los alumnos son difíciles de identificar, pues dichos factores o variables conforman muchas veces una tupida maraña, de los cuales son tenidas en cuenta algunas de las influencias (psicológicas, sociales, pedagógicas) que pueden determinar o afectar al rendimiento.

Así, dependiendo de la óptica con que se aborde el trabajo, se seleccionarán diferentes factores explicativos del rendimiento: rasgos de personalidad e inteligencia, rasgos actitudinales, características personales, origen social, trayectorias académicas, estilos de aprendizaje, aspiraciones y expectativas, métodos pedagógicos, condiciones en que se desarrolla la docencia, etc. En términos generales, sería interesante diferenciar cinco tipos de variables:

VARIABLES DE IDENTIFICACIÓN TENEMOS AL GÉNERO Y LA EDAD

VARIABLES PSICOLÓGICAS tenemos a las aptitudes intelectuales, personalidad, motivación, estrategias de aprendizaje, etc.

VARIABLES ACADÉMICAS tenemos a los tipos de estudios cursados, curso, opción en que se estudia una carrera, rendimiento previo, etc.

VARIABLES PEDAGÓGICAS asumimos a la definición de competencias de aprendizaje, metodología de enseñanza, habilidades de evaluación, etc.

VARIABLES SOCIO-FAMILIARES se consideran los estudios de los padres, profesión, nivel de ingresos, etc.

Sin embargo, Hernández (2010) afirma que el ausentismo, las faltas a clase, el desinterés por las escasas perspectivas laborales y el hecho de no cursar la carrera elegida figuran como las causas a las que menos importancia los estudiantes encontraron, dentro de las razones para que el rendimiento escolar sea bajo. Asimismo algunas propuestas, que afectan a veces de manera independiente y otras de forma transversal a distintos aspectos del sistema educativo, son las siguientes:

### **3.3 Potenciar la inteligencia emocional**

La gran tradición en inteligencia emocional en países desarrollados tal como EEUU, se ha logrado comprobado importantes mejoras de rendimiento académico en los grupos de chicos mejor formados en inteligencia emocional, además de otras ventajas como: consecución de un mejor clima de estudio, reducción de las diferentes formas de bullying y aumento de la capacidad para la resolución de problemas tanto de índole académico como personal o social.

### **3.4 Uso más intenso de recursos innovadores**

La utilización de las tecnologías de información y comunicación y otros recursos de carácter innovador como métodos de apoyo en los procesos de enseñanza aprendizaje están siendo incluidos desde hace algunos años en las instituciones tanto públicas como privadas. Por lo tanto, el esfuerzo de los estudiantes debe estar en mejorar su salud, con esto se pueden brindar mejoras importantes en el aprendizaje y el comportamiento.

## **4. Definición de términos**

### **Estrés.**

Orlandini (2011) argumenta que, “desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de postgrado, cuando una persona está en un período de aprendizaje experimenta tensión.

### **Niveles de estrés.**

Collazo Y Hernández (2015) plantean que un elevado nivel de estrés altera el sistema de respuestas del individuo a nivel cognitivo, motor y fisiológico y estos al ser alterados influye de forma negativa en el rendimiento académico.

### **Rendimiento académico.**

Según Figueroa (2004), el rendimiento académico es el producto de la asimilación del contenido de los programas de estudio, expresado en calificaciones donde se lo enuncia dentro de un sistema de calificaciones bueno, muy bueno o excelente.

## **Modelo Teórico**

Barraza (2006) elaboró un modelo que toma como base la Teoría General de Sistemas y la Teoría Transaccional del Estrés. El modelo permite definir al estrés académico como un estado psicológico de la persona y define para su estudio tres componentes sistémicos: los estresores, los indicadores del desequilibrio sistémico o situación estresante y las estrategias de afrontamiento.

*“Tenemos que adoptar una nueva visión de la salud. Nuestro cuidado debe relacionarse con un concepto de salud que engloba y va más allá de la enfermedad. La teoría de la salud como expansión de la conciencia ofrece esa perspectiva”* (Newman, 2008).

La teoría de Newman lleva por título Modelo de la salud como expansión de la conciencia emplea tres términos persona, entorno, salud relacionando estos tres términos entendemos.

## **Capítulo III**

### **Materiales y métodos**

#### **1. Diseño y tipo de investigación**

El estudio tiene un enfoque cuantitativo porque los datos se analizan estadísticamente. De diseño no experimental debido a que no se manipularon las variables de estudio. De corte transversal porque se recolecta la información en un momento dado. Y de tipo descriptivo correlacional porque se relaciona las variables de estrés con el rendimiento académico (Sampieri, Fernández y Baptista, 2014).

#### **2. Variables de investigación**

##### **2.1 Definición operacional de la variable estrés**

Moncada y Llorens (2014) definen el estrés como un “conjunto de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y del comportamiento a ciertos aspectos adversos, en el entorno de trabajo”. Se caracteriza por niveles altos de excitación y de angustia, con la sensación de no poder hacer frente a una situación.



## 2.2 Definición operacional rendimiento académico

Lopez (2016) refiere que el rendimiento académico puede definirse como el nivel de conocimientos, destrezas y habilidades que el estudiante adquiere durante el proceso enseñanza- aprendizaje lo que va estar en relación con los objetivos y contenidos de los programas y el desempeño de los estudiantes en todo el proceso mencionado.

## 2.3 Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Características	Indicadores	Escala
Estrés	(Berrio & Mazo, 2012) mencionan que el estrés como una tensión excesiva, señala que “desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de postgrado, cuando una persona está en período de aprendizaje experimenta tensión, ocurre tanto en el estudio individual como en el aula escolar”.	Es la percepción ante estímulos y eventos académicos de los estudiantes de enfermería. Alto, Medio y bajo  escala de medición de la variable	Situaciones generadoras de estrés académico  Síntomas fisiológicos del estrés	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de un examen.</li> <li>- Exposición en clase.</li> <li>- Intervenciones en el aula.</li> <li>- Abundancia de carga académica,</li> <li>- Falta de tiempo para cumplir las actividades académicas.</li> <li>- Competencia entre compañeros.</li> <li>- Elaboración de trabajos obligatorios.</li> <li>- Tareas de estudio grupales e individuales.</li> <li>- Agitación</li> <li>- Parálisis de cuerpo</li> <li>- Me tiemblan las manos o las piernas.</li> <li>- Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo.</li> </ul>	"Nada de estrés" "Algo de estrés" "Moderadamente" "Bastante" "Mucho estrés"
Rendimiento académico	El rendimiento académico es el proceso técnico y pedagógicos que juzga los	La nota promedio obtenido por los estudiantes durante un ciclo académico.		Notas obtenidas	Escala vigesimal

	logros de acuerdo a objetivos de aprendizaje previstos (Caballero, Abello, Palacio, 2018) y	Alto (17 a 20 puntos) - Regular (13 a 16 puntos) - Bajo (0 a 12 puntos)			
--	---	---	--	--	--

### 3. Hipótesis de la investigación

#### 3.1 Hipótesis general

H<sub>1</sub>: Existe relación entre el nivel de estrés y rendimiento académico estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada Lima Este, 2018.

H<sub>0</sub>: No existe relación entre el nivel de estrés y rendimiento académico estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada Lima Este, 2018.

#### 4. Delimitación geográfica y temporal

La investigación se realizó en la Universidad Peruana Unión (UPeU), ubicado en el distrito de Lurigancho Chosica, Provincia Lima, en la localidad de ñaña km 19.5 de la carretera central. La UPeU cuenta con cinco facultades las cuales son: Teología, Ciencias Empresariales, Ciencias Humanas y Educación, Ciencias de la Salud, Ingeniería y Arquitectura. Consta de 5 pabellones, 4 laboratorios, 2 internados. La prueba piloto fue ejecutada en la Facultad de Ciencias de la Salud que cuenta con cuatro escuelas profesionales las cuales son: Nutrición, Enfermería, Medicina y Psicología.

Este año, la UPeU celebró sus 99 años de vida institucional y 35 años de vida universitaria, ratificando su compromiso de formar profesionales íntegros, misioneros e innovadores, a través de un plan curricular reciente y en un ambiente incitante, bajo el liderazgo de profesionales soberanamente preparados en diferentes países.

## 5. Participantes

### 5.1 Población.

El trabajo de investigación fue aplicado en la Universidad Peruana Unión en la Facultad de Ciencias de la Salud a los estudiantes del primer y segundo año de las 4 escuelas profesionales, que cuenta con una población total de 653 estudiantes.

### 5.2 Muestra.

El cálculo de la de la muestra se realizó mediante el muestreo probabilístico para una estimación del tamaño representativo de la población y cuestiones de probabilidad, la muestra fue constituida por un total de 219 participantes donde se aplicó la fórmula para la muestra, cumpliendo los criterios de inclusión y exclusión.

Fórmula matemática para hallar la muestra.

$$n = \left( \frac{N Z_{\frac{\alpha}{2}}^2 \cdot p \cdot q}{(N - 1)e^2 + Z_{\frac{\alpha}{2}}^2 \cdot p \cdot q} \right)$$

N = 653 tamaño de la población

n = 219 tamaño muestral

$Z = 1.96$  confiabilidad

$P = 0.50$  prevalencia del parámetro a evaluar

$q = 1-p$

$e$  = error de estimación

### **5.2.1 Criterios de Inclusión e exclusión**

#### **Inclusión**

- Estudiantes de 1y 2do año matriculados en la Facultad Ciencias de la Salud
- Estudiantes de 17 a 25 años de edad
- Estudiantes que acepten participar del estudio
- Estudiantes con carga completa

#### **Exclusión**

- Estudiantes que no acepten ser parte del estudio
- Estudiantes que no lleven carga completa
- Estudiantes menores de 17 años

### **5.2.2 Características de la muestra**

Tabla 2.

*Datos sociodemográficos de los alumnos*

Variable	n	%
Edad		
17 a 18 años	99	45,2
19 a 25 años	120	54,8
Sexo		
Masculino	66	30,1
Femenino	153	69,9

Procedencia		
Costa	100	45,7
sierra	60	27,4
selva	22	10,0
extranjero	37	16,9
Estado Civil		
soltero	212	96,8
casado	7	3,2
Religión		
Adventista	190	86,8
católico	19	8,7
Evangélico	10	4,6
Prácticas o trabaja		
sí	54	24,7
No	165	75,3
Riesgo académico		
Sí	74	33,8
No	145	66,2
Total	219	100

En la tabla 2, respecto a las características sociodemográficas, un 54.8% tienen una edad de 19 a 25 años, la mayoría es de género femenino con un 69.9%, referente al lugar de procedencia el 45.7% es de la región costa en su mayoría solteros con un 96.8% de los cuales predomina la religión adventista con un 86.8% y un 75.3% solo estudia a diferencia del 24.7% que estudia y trabaja en cuanto a riesgo académico un 66.2% no presenta riesgo.

### 3. Técnica e instrumentos de recolección de datos

El cuestionario “Inventario de Estrés Académico (IEA)” fue elaborado por Hernández, Polo y Pozo (1996), en Madrid-España, con el objetivo de medir el nivel de estrés académico; posteriormente, fue adaptado por Galdós (2014) en el trabajo de investigación: “Relación entre el rendimiento, estrés académico y dimensiones de personalidad en universitarios” realizado en Lima-Perú. El instrumento presenta 2 partes:

La primera incluye once situaciones potencialmente generadoras de estrés. Estas situaciones son: “realización de un examen, exposición en clase, intervenciones en el aula, trabajos obligatorios, tareas de estudio y trabajos en grupo”. Para cada una de las situaciones mencionadas se presenta una escala con valores del 1 al 5; el número 1, representa nada de estrés, mientras que el cinco, mucho estrés.

La segunda sub escala plantea una serie de elementos vinculados a cada situación, donde se recoge información en torno a la respuesta fisiológico, cognitivo y motor, que el organismo siente al verse expuesto al estrés. La frecuencia de ocurrencia de tales respuestas se evalúa en una escala del 1 a 5; el número 1, representa Casi nunca o Nunca, mientras que el cinco, Casi siempre o Siempre. Los elementos se distribuyen de la siguiente manera: nivel fisiológico (2, 5, 8 y 11), nivel cognitivo (1, 4, 7, 10 y 12) y nivel motor (3, 6 y 9). Trabajaron la validación del IEA en estudiantes universitarios de la Comuna de Concepción, Chile. Para ello, estudiaron la validez de constructo llevaron a cabo un análisis factorial exploratorio, empleando el test MAP de Velicer y el análisis paralelo de Horn.

Asimismo, se llegó a la conclusión que el IEA está conformado por dos factores: manifestaciones de estrés académico y situaciones académicas estresantes. Por otro lado, se analizó la confiabilidad del conjunto total de reactivos del IEA, obteniéndose un coeficiente alfa de Cronbach de 0.90, siendo este satisfactorio

La consistencia interna del factor dos, situaciones académicas estresantes, corresponde a un alfa de Cronbach de .75, siendo este moderado. Igualmente,

los ítems poseen una adecuada capacidad discriminativa, debido a que los valores variaban entre .34 y .58.

Escala de nivel de estrés se mide en: Alto, medio y bajo:

La validez de constructo mediante el Análisis Factorial

Confirmatorio (AFC) de componentes principales. Para ello, primero, se obtuvo la medida de Adecuación Muestral de Kaiser – Meyer – Olkin (KMO), en donde se encontró un coeficiente de .79. Asimismo, se analizó la prueba de esfericidad de Bartlett y se obtuvo un valor de significancia menor a .001. Hernández (1998), menciona que los coeficientes del KMO entre 0.70 y 0.80 son adecuados para realizar el análisis factorial, por lo tanto, los resultados obtenidos en el presente estudio indican que puede realizarse el Análisis Factorial Confirmatorio.

Para medir la variable rendimiento académico:

- Se solicitará el promedio de notas de los estudiantes de los cuatros escuelas del 1 y 2 año de la facultad a los directores.

- Se clasificará en los siguientes niveles: Alto 17-20 Medio 13-16 Bajo 0-12

#### **4. Proceso de recolección de datos**

Después de obtener la autorización de la Facultad de Ciencias de la Salud para la ejecución del presente estudio. Con la previa autorización de los Directores de las escuelas de la Facultad de Ciencias de la Salud se procedió a la recolección de datos, en coordinación con los profesores de aula.

La aplicación del instrumento fue dada por la investigadora realizándose en el mes de noviembre del 2018. Una vez identificados a los estudiantes, se les incitó

a participar del estudio, informándoles verbalmente el objetivo, la confidencialidad de los resultados y del consentimiento informado, pidiendo la veracidad en sus respuestas. La encuesta se tomó a los estudiantes tuvo una duración de 15 minutos.

## **5. Procesamiento y análisis de datos**

Para el proceso y análisis de datos se usó el software estadístico Statistic. Para el análisis de datos descriptivos se utilizarán tablas de distribución de frecuencias y para la estadística inferencial, se realizó la prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov para muestras relacionadas. Con un p-valor menor a 0,05, utilizó pruebas no paramétricas, que, de acuerdo a la naturaleza de las variables de estudio, "Estrés" (categórica ordinal) y "Rendimiento Académico" (categórica ordinal), se optará por la prueba Tau b Kendall, para medir la relación entre ambas variables.

## **6. Consideraciones éticas**

Para el desarrollo de la investigación se puso en práctica la autenticidad de los resultados, se efectuó el desarrollo del proyecto con empeño y dedicación en cada criterio que el proyecto necesitó. Asimismo, se elaboró un consentimiento instruido en el cual se expuso los objetivos y metodología del trabajo.



## Capítulo IV

### Resultado y discusión

#### 1. Resultados

Tabla 3.

*Rendimiento académico de los estudiantes*

Rendimiento académico	N	%
Bajo	29	13.2
Medio	181	82.6
Alto	9	4.1
Total	219	100.0

En la tabla 3 se observa que del 100% de los estudiantes de la facultad de salud, el 82.6% presenta un rendimiento académico medio, seguido por 13.2% con un rendimiento bajo y un 4.1 % con promedio alto.

Tabla 4.

*Nivel de estrés de los estudiantes*

Estrés	N	%
Bajo	66	30.1
Moderado	141	64.4
Alto	12	5.5
Total	219	100.0

En la tabla 4 se observa que del 100% de encuestados el 64.4% tiene un nivel de estrés moderado, seguido de un 30.1% con un nivel de estrés bajo y solo un 5.5% de nivel alto.

Tabla 5.

*Relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico*

		Rendimiento académico				
			Bajo	Medio	Alto	Total
Estrés	Bajo	n	6	58	2	66
		%	2.7%	26.5%	0.9%	30.1%
	Moderado	n	20	115	6	141
		%	9.1%	52.5%	2.7%	64.4%
	Alto	n	3	8	1	12
		%	1.4%	3.7%	0.5%	5.5%
Total		n	29	181	9	219
		%	13.3%	82.6%	4.1%	100.0%

Tau-b de Kendall=-0.061; p=0.356

En la tabla 5 se observa que del 100% de encuestados un, 52.5% tiene un nivel de estrés moderado e indican un reporte de rendimiento académico de nivel moderado; por otro lado, el 0.5% de estudiantes presentan un nivel de estrés alto

con un rendimiento académico alto respectivamente. Con respecto a la relación entre variables, se observa que el estadístico Tau b Kendall evidencia un coeficiente de correlación de -0.061 y un p – valor de 0.356, siendo este mayor a 0.05, lo que permite rechazar la  $H_a$  y acepta el  $H_0$ , quedando demostrado que no existe relación entre estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud de una universidad privada Lima Este, 2018.

## **2. Discusión**

La OMS (2004) reporta que aunque el estrés puede producirse en situaciones laborales y académicas muy diversas, a menudo se agrava cuando la persona siente que no recibe suficiente apoyo social y un control limitado sobre la forma en que puede hacer frente a las exigencias y presiones académicas. Por ello, la mayoría de las enfermedades crónicas y de salud mental que padecen las sociedades en la actualidad, se desencadenan por la presión y el estrés laboral al que se exponen por años, algunos de los padecimientos desencadenados por el estrés que más aquejan la salud son la depresión y ansiedad y se manifiestan debido a muchos factores tales como sobrecarga académica y laboral.

Los datos descriptivos del presente estudio revelaron que el 82.6% presenta un rendimiento académico de nivel medio y solo un 4.1 % con rendimiento alto. Resultado similar fue reportado por Lopez (2016), en su trabajo “influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de Enfermería en el año 2016”, donde los estudiantes presentaron niveles de estrés de nivel medio con un 43.9% y alto con un 43.9%. El rendimiento académico con mayor frecuencia es regular (47.4%), con promedios de 11 a 15.

Asimismo, Franco, et al (2011) muestran artículo de investigación realizado en Colombia titulado “Asociación entre depresión y bajo rendimiento académico en estudiantes universitarios” en sus resultados muestra que en 155 estudiantes (42,2%) se determinó presencia de depresión y en 101 estudiantes (26,2%), regular o mal rendimiento académico.

Por otro lado, Caballero, Abello y Palacio (2018) en un estudio realizado en Colombia titulado “Relación del Burnout y el Rendimiento Académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios” En cuanto al promedio académico, es necesario resaltar que, a diferencia de lo que se esperaba, el 41% de los estudiantes tienen un promedio bueno y el 7,4% excelente, porcentajes que sugieren el esfuerzo de los alumnos por mantener un buen rendimiento académico, mientras que sólo el 8,9% presenta un promedio bajo. Por otro lado la satisfacción el 49% de los estudiantes se sienten a gusto con la carrera, la universidad, el promedio y los estudios.

Así también Juárez, Rodríguez, Escoto y Montijo (2016) en su estudio realizado en México sobre “Relación de los estilos y estrategias de aprendizaje con el rendimiento académico en estudiantes universitarios”. Los estudiantes del grupo clasificado como de alto rendimiento, con promedios iguales o superiores a 89, muestran una mayor preferencia por los estilos de aprendizaje reflexivo [ $F(2,513) = 8.186, p < .000$ ] y teórico [ $F(2,513) = 7.345, p < .001$ ], en comparación con los alumnos clasificados como de bajo rendimiento (contraste HDS Tukey  $p < .000$ ). Así también, Berrio y Mazo (2012) en un estudio realizado manifiestan que el rendimiento académico es la suma de diferentes y complejos factores que actúan en la persona que aprende, y ha sido definido con un valor atribuido al logro del estudiante en las tareas académicas. Así mismo, Moreano (2005),

citado por mendoza (2014), refiere que “el fracaso atribuido al esfuerzo puede incrementar el rendimiento, ya que el individuo puede tomar alguna medida para mejorar, por ejemplo, poner más esfuerzo”. Esta experiencia se presenta con frecuencia en los estudiantes de ciencias de la salud ya que muchos de ellos realizan actividades laborales, estudian una carrera al mismo tiempo por ende se observa mayor rendimiento académico al finalizar el ciclo académico.

Por otro lado, Tejedor y García-Valcárcel (2007) refieren que el rendimiento académico, es la valoración de la capacidad de respuesta del individuo con la que se estima lo aprendido tras un proceso formativo. En Latinoamérica, “a pesar de algunas contradicciones, los estudios concuerdan en mostrar una elevada incidencia de estrés en estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población estudiada en la categoría de estrés moderado” (Román, Ortiz y Hernández, 2008, p. 1) citado por (Berrio y Mazo, 2012).

Asimismo, los datos descriptivos del estudio indicaron que el 64.4% de estudiantes tiene un nivel de estrés moderado y solo un 5.5% de nivel alto. resultados similares reportaron Hernández y Maeda (2014) en su trabajo “Estrés en estudiantes universitarios de la universidad privada "Juan Mejía Baca" semestre académico 2014-II en Chiclayo”, indica que los alumnos matriculados en el semestre académico 2014 II, presentan niveles altos de estrés con un 45.28%, nivel medio con un 29.92%, y el 24.80% de los alumnos presenta niveles bajos de estrés.

Según Arrieta, Cárdenas, y Martínez (2013), en su estudio realizado en Cartagena titulado “Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores asociados”, mencionan que la prevalencia de síntomas ansiosos, depresivos y de estrés fueron del 37,4, el 56,6 y el 45,4%

respectivamente. Asimismo indica que los factores asociados a los síntomas depresivos son la falta de apoyo de amigos, dificultades económicas, la disfuncionalidad familiar. Así mismo, Orlandini (1999) refiere que el estrés es como una tensión excesiva, señala que “desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de postgrado, cuando una persona está en período de aprendizaje experimenta tensión. En consecuencia, a este se le denomina estrés académico”. Citado por (Berrio y Mazo, 2012).

Al analizar la relación entre ambas variables se encontró que no existe relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico de  $-0.061$  y un  $p$  – valor de  $0.356$ , siendo este mayor a  $0.05$ . Resultados similares reportaron Toribio-ferrer (2016) refiere que México es uno de los países con mayores niveles de estrés en el mundo en razón de que presenta los principales factores tales como la pobreza, cambios constantes en la situación laboral y social, contaminación y competencia entre compañeros de trabajo y de clases.

Así también Feldman, Goncalves, Chacón-Puignau, Zaragoza y Pablo (2008) en su estudio “Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos” los resultados indican: Con relación a las dimensiones de apoyo social, los estudiantes en general reportan que la familia sigue siendo el apoyo fundamental (75.20%), seguido de la búsqueda de apoyo social general (61.80%) y de los amigos (59.40%).

En esta investigación se estableció la relación del burnout, el rendimiento académico, con la satisfacción frente a los estudios en una muestra de 202 universitarios de la jornada nocturna de una universidad privada de Barranquilla, quienes respondieron el MBI-SS (Schaufeli, Martínez, Marques Pinto, Salanova,

& Bakker, 2002), citado por Caballero et al. (2018), menciona que los resultados indican correlaciones negativas entre agotamiento, cinismo, autoeficacia y rendimiento académico con la satisfacción frente al estudio, mientras que el vigor, dedicación y absorción se correlacionaron positivamente con esta. Por otro lado, la buena marcha académica se correlaciona positivamente con las dimensiones del engagement y negativamente con el cinismo; de manera particular, ninguna de las variables se correlaciona con el agotamiento, a pesar de evidenciar cinismo y baja autoeficacia.

En el trabajo también se encontró que no existe relación entre situaciones que generan estrés y rendimiento académico, con un p – valor de 0.476, siendo este mayor a 0.05, resultados similares fueron reportados por Feldman et al. (2008) donde evaluó las relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico, en el cual determinó que a mejor rendimiento académico hay mayor intensidad del estrés.

Rodriguez et al (2007), en un estudio, muestra que las puntuaciones medias de cada ítem nos muestran las situaciones que les resultan más estresantes a cada uno, de forma global y para cada uno de los cursos. Encontramos que los aspectos que más les preocupan están relacionados con la falta de competencia, con dañarse y con perjudicar al paciente.

Marco et al (2001) mencionan las diferencias del grado de estrés generado por cada situación encontradas en alumnos del primer y sexto año. Podemos apreciar que la principal situación generadora de estrés en ambos grupos fue la sobrecarga académica ( $x = 3,40$  en el primer año y  $x = 2,69$  en el sexto año). Se observó también que en el segundo lugar difieren ambos grupos,

siendo para el primer año la falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas ( $x = 3,32$ ) y para el sexto año la realización de un examen ( $x = 2,56$ ).

En relación a los síntomas del estrés y rendimiento académico, se observa que no existe relación con un  $p$  – valor de 0.713, siendo este mayor a 0.05. según el análisis comparativo de los tipos de reacciones de Del Toro, Gorguet (2011), en su trabajo de investigación titulado “Estrés académico en estudiantes de medicina”, reveló que la puntuación media corresponde a las respuestas psicológicas ( $\chi = 2,6$ ) y este es mayor a las del comportamiento ( $\chi = 2,4$ ), y finalmente las reacciones físicas ( $\chi = 2,3$ ).

Las reacciones de estrés se presentan agrupadas en tres bloques: fisiológicas, emocionales y cognitivas: a) fisiológicas, comprenden las respuestas neuroendocrinas y las asociadas al sistema nervioso autónomo como aumento de la presión sanguínea, incremento de la tasa cardiaca, incremento de la actividad estomacal e intestinal, dilatación de las pupilas, dolor de cabeza, incremento de la respiración, manos frías, sequedad de la boca, pies fríos, entre otras según, Sandín (1995), citado por Cassaretto, Chau y Valdéz (2013).

Finalmente podemos afirmar que, Según Morris y Maisto (2009), los estresores son los acontecimientos o circunstancias que generan el estrés, varían en intensidad. Así mismo, el estrés no se limita a situaciones de vida o muerte o a experiencias desagradables. Incluso las ocasiones felices generan estrés porque requieren que hagamos cambios o adaptaciones para satisfacer nuestras necesidades (Morris 1990). Los estudiantes se encuentran con mucha frecuencia sometidos a situaciones de estrés, debido a la sobrecarga académica, si se evita tomar medidas preventivas, o se evita detectar signos de alarma podría generar complicaciones en la salud mental de los estudiantes.



## **Capítulo V**

### **Conclusiones y recomendaciones**

#### **1. Conclusiones**

En respuesta a los objetivos, se logró llegar a las siguientes conclusiones:

No existe relación significativa entre el estrés y rendimiento académico en los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud de una universidad privada Lima Este, 2018 con un p – valor de 0.356

El 64.4% tiene un nivel de estrés moderado y solo un 5.5% de nivel alto.

El 86.6% presenta un rendimiento académico medio y un 4.1 % con promedio alto.

#### **2. Recomendaciones**

A la universidad, se recomienda promover y desarrollar investigaciones, además de dar seguimiento a las investigaciones en torno al manejo de estrés,

ya que esta variable no solo abarca la parte de estilo de vida en los estudiantes, sino en otras áreas de la vida como el contexto social, familiar y laboral.

Con base a los resultados obtenidos, se invita a replicar la investigación en muestras más amplias, o en otras poblaciones, de tal manera que se pueda

generalizar los resultados y se pueda lograr una mejor comprensión de la naturaleza de las variables, además de profundizar aún más el conocimiento.

Se sugiere a la Facultad de Ciencias de la Salud, organizar programas para el mejorar el manejo del estrés mediante los talleres para la vida.

Se recomienda a los estudiantes, futuros profesionales de salud, poner énfasis en el manejo del estrés y así poder tener un mejor rendimiento académico y así mismo ser ejemplo de otros y así poder brindar un servicio de calidad a los pacientes.

## Referencias

- Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista Conciencia*, 2, 115–124. Retrieved from [http://www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1\\_a13.pdf](http://www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1_a13.pdf)
- Barraza Macías, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académica. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110–129. Retrieved from [www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin\\_\\_110](http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin__110)
- Berrio, N. & Mazo, R. (2012). Estres Academico. *Revista de Psicología (Universidad de Antioquia)*, 3(2), 81–87. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>
- Caldera, J., & Blanca Pulido. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 77–82. Retrieved from <http://148.202.112.11:8080/jspui/bitstream/123456789/319/1/Niveles de estrés y rendimiento académico en.pdf>
- Corsino, E. L. (2007). *li. estrés. Tesis, (2000)*, 1–14. Retrieved from <http://tesis.uson.mx/digital/tesis/docs/19083/Capitulo2.pdf>
- Feldman, L., Goncalves, L., Chacón-Puignau, G., Zaragoza, N., & Pablo, J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Univ. Psychol.*, 7, 739–752.
- Hernández Chepe, GS; Maeda Diez, K. (2014). Estrés en estudiantes universitarios de la universidad privada “Juan Mejía Baca” semestre académico 2014-II, 73. Retrieved from [http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/61/1/Tesis Maeda Diez \\_ Hernandez Chepe.pdf](http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/61/1/Tesis Maeda Diez _ Hernandez Chepe.pdf)
- Herrera, D., Coria, G., Muñoz, D., Graillet, O., Aranda, G., Rojas, F., ... Ismail, N. (2017). Impacto del estrés psicosocial en la salud. *ENeurobiología*, 8(17), 1–23.
- Lopez, J. (2016). Influencia del estres en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la universidad ciencias de la salud Arequipa, 2016, 1–101. Retrieved from <http://repositorio.ucs.edu.pe/bitstream/UCS/10/1/lopez-cruz-jose.pdf>
- Marco Antonio Pulido Rull, María Luisa Serrano Sánchez, Estefanía Valdés Cano, María Teresa Chávez Méndez, P. H. M. y F. V. G. (2013). *Psicología y salud. Psicología y Salud (Vol. 21)*. Universidad Veracruzana, Instituto de Investigaciones Psicológicas. Retrieved from <http://revistas.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/584>
- Moncada S & Llorens C, A. R. (2014). *Manual del método CoPsoQ-istas21. España*. Retrieved from [http://www.istas.net/copsoq/ficheros/documentos/v2/manual Copsoq 2\(24-07-2014\).pdf](http://www.istas.net/copsoq/ficheros/documentos/v2/manual Copsoq 2(24-07-2014).pdf)

Neil Niven. (2009). *Psicología en enfermería*. México: Editorial El Manual Moderno, S.A. de C.V..

- Aguilar, M., Gil, O., Pinto, V., Quijada, C., & Zúñiga, C. (2014). Inteligencia emocional, estrés, autoestima, locus de control y Rendimiento académico en universitarios. *E Investigación En Psicología*, 19(1), 21–35. Retrieved from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29232614002>
- Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista Con-Ciencia*, 2, 115–124. Retrieved from [http://www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1\\_a13.pdf](http://www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1_a13.pdf)
- Barahona, P. (2014). Factores determinantes del rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad de Atacama. *Estudios Pedagógicos*, XI(1), 25–39. Retrieved from <https://scielo.conicyt.cl/pdf/estped/v40n1/art02.pdf>
- BBC News-Mundo. (2016). Los países de América Latina; con peor rendimiento académico; - BBC News Mundo. Retrieved January 24, 2019, from [https://www.bbc.com/mundo/noticias/2016/02/160210\\_paises\\_bajo\\_rendimiento\\_educacion\\_informe\\_ocde\\_bm](https://www.bbc.com/mundo/noticias/2016/02/160210_paises_bajo_rendimiento_educacion_informe_ocde_bm)
- Berrio, N. & Mazo, R. (2012). Estres Academico. *Revista de Psicología (Universidad de Antioquia)*, 3(2), 81–87. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>
- Caballero, C., Abello, R., & Palacio, J. (2018). Relación del Burnout y el Rendimiento Académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98–111. Retrieved from <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/1208/1076>
- Caldera, J., & Blanca Pulido. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 77–82. Retrieved from [http://148.202.112.11:8080/jspui/bitstream/123456789/319/1/Niveles de estrés y rendimiento académico en.pdf](http://148.202.112.11:8080/jspui/bitstream/123456789/319/1/Niveles_de_estres_y_rendimiento_academico_en.pdf)
- Cassaretto, M., & Chau, Cecilia y Valdéz, N. (2013). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Journal of Information and Computational Science*, XXI(14), 4703–4711. <https://doi.org/10.12733/jics20102921>
- Del Toro Añel, Gorguet, P. y R. (2011). Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar, 17–22. Retrieved from <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v15n1/san03111.pdf>
- Dinero. (2019). Crece el estrés laboral en el mundo. Retrieved January 24, 2019, from <https://www.dinero.com/administracion/estrategia/negocios/articulo/crece-estres-laboral-mundo/89544>
- El País. (2015). El estrés, aliado de la pobreza de Latinoamérica | Internacional | EL PAÍS. Retrieved January 24, 2019, from [https://elpais.com/internacional/2015/12/21/america/1450734791\\_979876.html](https://elpais.com/internacional/2015/12/21/america/1450734791_979876.html)

- Evaristo, T., & Chein, S. (2015). *Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología*. *Odontología Sanmarquina* (Vol. 18).
- Expansión. (2018). México destaca a nivel mundial por estrés laboral. Retrieved January 22, 2019, from <https://expansion.mx/carrera/2018/04/13/los-trabajadores-mexicanos-son-de-los-que-mas-sufren-estres-a-nivel-mundial>
- Feldman, L., Goncalves, L., Chacón-Puignau, G., Zaragoza, N., & Pablo, J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Univ. Psychol.*, 7, 739–752.
- G. de White, E. (1959). El Ministerio de Curación. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1–368. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- García Sosof, C., Arias Valenzuela, D., Sor Subuyuj, J., Lux Mendoza, S., & Poroj Hernández, A. (2017). *ESTRÉS ACADÉMICO: SÍNTOMAS FÍSICOS, PSICOLÓGICOS Y DEL COMPORTAMIENTO SOCIAL*. Universidad de San Carlos de Guatemala. Retrieved from [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/05/05\\_10683.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/05/05_10683.pdf)
- Garzón, A., & Flores, J. (2017). Gestión del tiempo en alumnado universitario con diferentes niveles de rendimiento académico. *Educação e Pesquisa*, 44(0), e157900–e157900. <https://doi.org/10.1590/s1678-4634201708157900>
- González, H., Delgado, H., Escobar, M., & Cárdenas, E. (2014). *Asociación entre el estrés, el riesgo de depresión y el rendimiento académico en estudiantes de los primeros semestres de un programa colombiano de medicina*. 47 *www.fundacioneducacionmedica.org FEM* (Vol. 17). Colombia. Retrieved from [www.fundacioneducacionmedica.org](http://www.fundacioneducacionmedica.org)
- González, R., Souto-Gestal, A., & Fernández, R. (2017). Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia. *European Journal of Education and Psychology*, 10(2), 57–67. <https://doi.org/10.1016/J.EJEPS.2017.07.002>
- Hernández, G., & Maeda, K. (2014). *Estrés en estudiantes universitarios de la universidad privada "Juan Mejía Baca" semestre académico 2014-II*. Universidad Privada Juan Mejía Baca. Retrieved from [http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/61/1/Tesis Maeda Diez \\_ Hernandez Chepe.pdf](http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/61/1/Tesis%20Maeda%20Diez%20Hernandez%20Chepe.pdf)
- Herrera, D., Coria, G., Muñoz, D., Graillet, O., Aranda, G., Rojas, F., ... Ismail, N. (2017). Impacto del estrés psicosocial en la salud. *ENeurobiología*, 8(17), 1–23.
- Jerez, M., & Oyarzo, C. (2015). *Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno*. Chile. Retrieved from <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v53n3/art02.pdf>
- Juan, Marco Bustamante, Dino Cabrera, Magno Cabrera, W. A. y E. M. (2001). *Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año*. *Anales de la Facultad de Medicina* (Vol. 62). Lima, Perú: Facultad de Medicina San Fernando de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Retrieved from <https://www.redalyc.org/html/379/37962105/>

- Juárez, C., Rodríguez, G., Escoto, M., & Montijo, E. (2016). Relación de los estilos y estrategias de aprendizaje con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Journal of Learning Styles*, 9(17), 268–288. Retrieved from <http://learningstyles.uvu.edu/index.php/jls/article/view/302/212>
- Kohler, J. (2013). Rendimiento académico, habilidades intelectuales y estrategias de aprendizaje en universitarios de Lima. *Aptitudes Mentales Primarias-PMA*, 19(2), 277–288. Retrieved from <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v19n2/a13v19n2.pdf>
- Lopez, J. (2016). *Influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la universidad ciencias de la salud Arequipa, 2016*. Universidad de Ciencias de la Salud de Arequipa. Retrieved from <http://repositorio.ucs.edu.pe/bitstream/UCS/10/1/lopez-cruz-jose.pdf>
- MadridSalud. (2016). El estrés laboral y su prevención. Retrieved January 24, 2019, from <http://madridsalud.es/el-estres-laboral-y-su-prevencion/>
- Marco Antonio Pulido Rull, María Luisa Serrano Sánchez, Estefanía Valdés Cano, María Teresa Chávez Méndez, P. H. M. y F. V. G. (2013). *Psicología y salud. Psicología y Salud* (Vol. 21). Universidad Veracruzana, Instituto de Investigaciones Psicológicas. Retrieved from <http://revistas.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/584>
- mendoza, P. (2014). *ESTUDIO EXPLORATORIO EN AYACUCHO: ATRIBUCIONES CAUSALES, CARACTERÍSTICAS SOCIOCULTURALES Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN*. Pontificia Universidad Católica del Perú. Retrieved from [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5731/MENDOZA\\_LOPEZ\\_PATRICIA\\_ESTUDIO\\_EDUCACION.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5731/MENDOZA_LOPEZ_PATRICIA_ESTUDIO_EDUCACION.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Moncada S & Llorens C, A. R. (2014). Manual del método CoPsoQ-istas21. España. Retrieved from [http://www.istas.net/copsoq/ficheros/documentos/v2/manual\\_Copsoq\\_2\(24-07-2014\).pdf](http://www.istas.net/copsoq/ficheros/documentos/v2/manual_Copsoq_2(24-07-2014).pdf)
- OMS. (2003). *El contexto de la salud mental*. Retrieved from [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43723/8495076896\\_spa.pdf;jsessionid=6AF4FE7B8D5FD3BD2457B547728114E7?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43723/8495076896_spa.pdf;jsessionid=6AF4FE7B8D5FD3BD2457B547728114E7?sequence=1)
- OMS. (2004). *La organización del trabajo y el estrés*. Retrieved from [https://www.who.int/occupational\\_health/publications/pwh3sp.pdf](https://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf)
- Oro, P., Esquerda, M., Viñas, J., Yuguero, O., & Pifarre, J. (2017). Síntomas psicopatológicos, estrés y burnout en estudiantes de medicina. *Educación Médica*. <https://doi.org/10.1016/J.EDUMED.2017.09.003>
- Páez, M., & Castaño, J. (2015). Inteligencia emocional y Rendimiento académico en estudiantes Universitarios. *Emotional Intelligence and Academic Performance in Undergraduate Students*, 32, 268–285. <https://doi.org/10.14482/psdc.32.2.5798>
- Perú21. (2016). Especialista afirma que desempeño escolar en Perú aún es muy bajo | Lima | Peru21. Retrieved January 24, 2019, from

- <https://peru21.pe/lima/especialista-afirma-desempeno-escolar-peru-235619>
- Reina, V. (1960). BIBLIA ONLINE. Retrieved December 20, 2018, from <https://www.bibliatodo.com/la-biblia>
- Rodriguez, A., Durán, P., Fernández, M., Antolín, Q., Antolín, T., EUE Hospital Meixoeiro, P., ... F F, R. F. (2007). PRÁCTICAS CLÍNICAS QUE PROVOCAN ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA SITUATIONS OF THE CLINICAL PRACTICES THAT THEY CAUSE STRESS IN STUDENTS OF INFIRMARY, 1–12.
- Sánchez, M. (1996). *EL CONSENTIMIENTO INFORMADO: Un derecho del enfermo y una forma distinta de tomar las decisiones*. Retrieved from <http://www.fineprint.com>
- Tejedor, F., & García-Valcárcel, A. (2007). Causas del bajo rendimiento del estudiante universitario (en opinión de los profesores y alumnos). *Revista de Educación*, (342), 419–442. Retrieved from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2254218>
- Ticona, S. B., Paucar, G., & Llerena, G. (2010). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiates de la facultad de enfermería - UNSA Arequipa, 2006. *Enfermería Global*, (19), 1–18. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e318257c4b6>
- Toribio-ferrer, C. (2016). Estres académico: El enemigo Silencioso del estudiante, (200), 11–18. <https://doi.org/10.4103/0975-1475.92147>
- Velásquez, C., Montgomery, W., Montero, V., Pomalaya, R., Dioses, A., Velásquez, N., ... Reynoso, D. (2018). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios San Marquinos. *lipsi*, 11, 139–152. Retrieved from file:///C:/Users/Jhosiane/Downloads/Dialnet-BienestarPsicologicoAsertividadYRendimientoAcademi-3052965 (1).pdf
- Vergara, K. A., Cárdenas, S. D., & Martínez, F. G. (2013). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores relacionados. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 42(2), 173–181. [https://doi.org/10.1016/S0034-7450\(13\)70004-0](https://doi.org/10.1016/S0034-7450(13)70004-0)
- White. (1905). Mente, Cáácter y Personalidad 2. Retrieved February 10, 2019, from <https://m.egwwritings.org/es/book/204.583#590>
- Wradio. (2016). El pobre rendimiento académico de los países de América Latina que aparecen en el último informe de la OCDE. Retrieved January 24, 2019, from <http://www.wradio.com.co/noticias/sociedad/el-pobre-rendimiento-academico-de-los-paises-de-america-latina-que-aparecen-en-el-ultimo-informe-de-la-ocde/20160210/nota/3058000.aspx>
- Charles G. Morris & Albert A. Maisto. (2001). Estrés y psicología de la salud. En *Psicología* (pp. 477-490). México: Pearson Educación.
- Morris, C. (1992). Estrés y adaptación. En *Psicología Un Nuevo Enfoque* (pp. 521-545). México: Prentice-Hall.
- Salinas, D. (2012). Prevención y afrontamiento del estrés laboral. Madrid: DYNAMUS.

Morris, G & Maisto, A. (2009). *Psicología*. México: Pearson Educación.

Aguilar, M., Gil, O., Pinto, V., Quijada, C., & Zúñiga, C. (2014). Inteligencia emocional, estrés, autoestima, locus de control y Rendimiento académico en universitarios. *E Investigación En Psicología*, 19(1), 21–35. Retrieved from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29232614002>

Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista Ciencia*, 2, 115–124. Retrieved from [http://www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1\\_a13.pdf](http://www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1_a13.pdf)

Barahona, P. (2014). Factores determinantes del rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad de Atacama. *Estudios Pedagógicos*, XI(1), 25–39. Retrieved from <https://scielo.conicyt.cl/pdf/estped/v40n1/art02.pdf>

BBC News-Mundo. (2016). Los países de América Latina; con peor rendimiento académico; - BBC News Mundo. Retrieved January 24, 2019, from [https://www.bbc.com/mundo/noticias/2016/02/160210\\_paises\\_bajo\\_rendimiento\\_educacion\\_informe\\_ocde\\_bm](https://www.bbc.com/mundo/noticias/2016/02/160210_paises_bajo_rendimiento_educacion_informe_ocde_bm)

Berrio, N. & Mazo, R. (2012). Estres Academico. *Revista de Psicología (Universidad de Antioquia)*, 3(2), 81–87. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>

Caballero, C., Abello, R., & Palacio, J. (2018). Relación del Burnout y el Rendimiento Académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98–111. Retrieved from <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/1208/1076>



Caldera, J., & Blanca Pulido. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 77–82. Retrieved from [http://148.202.112.11:8080/jspui/bitstream/123456789/319/1/Niveles de estrés y rendimiento académico en.pdf](http://148.202.112.11:8080/jspui/bitstream/123456789/319/1/Niveles_de_estrés_y_rendimiento_académico_en.pdf)

Cassaretto, M., & Chau, Cecilia y Valdéz, N. (2013). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Journal of Information and Computational Science*, XXI(14), 4703–4711. <https://doi.org/10.12733/jics20102921>

Del Toro Añel, Gorguet, P. y R. (2011). Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar, 17–22. Retrieved from <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v15n1/san03111.pdf>

Dinero. (2019). Crece el estrés laboral en el mundo. Retrieved January 24, 2019, from <https://www.dinero.com/administracion/estrategia/negocios/articulo/crece-estres-laboral-mundo/89544>

El País. (2015). El estrés, aliado de la pobreza de Latinoamérica | Internacional | EL PAÍS. Retrieved January 24, 2019, from [https://elpais.com/internacional/2015/12/21/america/1450734791\\_979876.html](https://elpais.com/internacional/2015/12/21/america/1450734791_979876.html)

Evaristo, T., & Chein, S. (2015). *Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología*. *Odontología Sanmarquina* (Vol. 18).

Expansión. (2018). México destaca a nivel mundial por estrés laboral. Retrieved January 22, 2019, from <https://expansion.mx/carrera/2018/04/13/los-trabajadores-mexicanos-son-de-los-que-mas-sufren-estres-a-nivel-mundial>

- Feldman, L., Goncalves, L., Chacón-Puignau, G., Zaragoza, N., & Pablo, J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Univ. Psychol.*, 7, 739–752.
- G. de White, E. (1959). El Ministerio de Curación. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1–368. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- García Sosof, C., Arias Valenzuela, D., Sor Subuyuj, J., Lux Mendoza, S., & Poroj Hernández, A. (2017). *ESTRÉS ACADÉMICO: SÍNTOMAS FÍSICOS, PSICOLÓGICOS Y DEL COMPORTAMIENTO SOCIAL*. Universidad de San Carlos de Guatemala. Retrieved from [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/05/05\\_10683.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/05/05_10683.pdf)
- Garzón, A., & Flores, J. (2017). Gestión del tiempo en alumnado universitario con diferentes niveles de rendimiento académico. *Educação e Pesquisa*, 44(0), e157900–e157900. <https://doi.org/10.1590/s1678-4634201708157900>
- González, H., Delgado, H., Escobar, M., & Cárdenas, E. (2014). *Asociación entre el estrés, el riesgo de depresión y el rendimiento académico en estudiantes de los primeros semestres de un programa colombiano de medicina*. 47 *www.fundacioneducacionmedica.org FEM* (Vol. 17). Colombia. Retrieved from [www.fundacioneducacionmedica.org](http://www.fundacioneducacionmedica.org)
- González, R., Souto-Gestal, A., & Fernández, R. (2017). Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia. *European Journal of Education and Psychology*, 10(2), 57–67. <https://doi.org/10.1016/J.EJEPS.2017.07.002>

- Hernández, G., & Maeda, K. (2014). *Estrés en estudiantes universitarios de la universidad privada "Juan Mejía Baca" semestre académico 2014-II*. Universidad Privada Juan Mejía Baca. Retrieved from [http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/61/1/Tesis\\_Maeda\\_Diez\\_Hernandez\\_Chepe.pdf](http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/61/1/Tesis_Maeda_Diez_Hernandez_Chepe.pdf)
- Herrera, D., Coria, G., Muñoz, D., Graillet, O., Aranda, G., Rojas, F., ... Ismail, N. (2017). Impacto del estrés psicosocial en la salud. *ENeurobiología*, 8(17), 1–23.
- Jerez, M., & Oyarzo, C. (2015). *Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno*. Chile. Retrieved from <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v53n3/art02.pdf>
- Juan, Marco Bustamante, Dino Cabrera, Magno Cabrera, W. A. y E. M. (2001). *Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año. Anales de la Facultad de Medicina* (Vol. 62). Lima, Perú: Facultad de Medicina San Fernando de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Retrieved from <https://www.redalyc.org/html/379/37962105/>
- Juárez, C., Rodríguez, G., Escoto, M., & Montijo, E. (2016). Relación de los estilos y estrategias de aprendizaje con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Journal of Learning Styles*, 9(17), 268–288. Retrieved from <http://learningstyles.uvu.edu/index.php/jls/article/view/302/212>
- Kohler, J. (2013). Rendimiento académico, habilidades intelectuales y estrategias de aprendizaje en universitarios de Lima. *Aptitudes Mentales Primarias-PMA*, 19(2), 277–288. Retrieved from

<http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v19n2/a13v19n2.pdf>

Lopez, J. (2016). *Influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la universidad ciencias de la salud Arequipa, 2016*. Universidad de Ciencias de la Salud de Arequipa. Retrieved from <http://repositorio.ucs.edu.pe/bitstream/UCS/10/1/lopez-cruz-jose.pdf>

MadridSalud. (2016). El estrés laboral y su prevención. Retrieved January 24, 2019, from <http://madridsalud.es/el-estres-laboral-y-su-prevencion/>

Marco Antonio Pulido Rull, María Luisa Serrano Sánchez, Estefanía Valdés Cano, María Teresa Chávez Méndez, P. H. M. y F. V. G. (2013). *Psicología y salud. Psicología y Salud* (Vol. 21). Universidad Veracruzana, Instituto de Investigaciones Psicológicas. Retrieved from <http://revistas.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/584>

mendoza, P. (2014). *ESTUDIO EXPLORATORIO EN AYACUCHO: ATRIBUCIONES CAUSALES, CARACTERÍSTICAS SOCIOCULTURALES Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN*. Pontificia Universidad Católica del Perú. Retrieved from [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5731/MENDOZA\\_LOPEZ\\_PATRICIA\\_ESTUDIO\\_EDUCACION.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5731/MENDOZA_LOPEZ_PATRICIA_ESTUDIO_EDUCACION.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Moncada S & Llorens C, A. R. (2014). Manual del método CoPsoQ-istas21. España. Retrieved from [http://www.istas.net/copsoq/ficheros/documentos/v2/manual\\_Copsoq\\_2\(24-07-2014\).pdf](http://www.istas.net/copsoq/ficheros/documentos/v2/manual_Copsoq_2(24-07-2014).pdf)

OMS. (2003). *El contexto de la salud mental*. Retrieved from

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43723/8495076896\\_spa.pdf;jsessionid=6AF4FE7B8D5FD3BD2457B547728114E7?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43723/8495076896_spa.pdf;jsessionid=6AF4FE7B8D5FD3BD2457B547728114E7?sequence=1)

OMS. (2004). *La organización del trabajo y el estrés*. Retrieved from [https://www.who.int/occupational\\_health/publications/pwh3sp.pdf](https://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf)

Oro, P., Esquerda, M., Viñas, J., Yuguero, O., & Pifarre, J. (2017). Síntomas psicopatológicos, estrés y burnout en estudiantes de medicina. *Educación Médica*. <https://doi.org/10.1016/J.EDUMED.2017.09.003>

Páez, M., & Castaño, J. (2015). Inteligencia emocional y Rendimiento académico en estudiantes Universitarios. *Emotional Intelligence and Academic Performance in Undergraduate Students*, 32, 268–285. <https://doi.org/10.14482/psdc.32.2.5798>

Perú21. (2016). Especialista afirma que desempeño escolar en Perú aún es muy bajo | Lima | Peru21. Retrieved January 24, 2019, from <https://peru21.pe/lima/especialista-afirma-desempeno-escolar-peru-235619>

Reina, V. (1960). BIBLIA ONLINE. Retrieved December 20, 2018, from <https://www.bibliatodo.com/la-biblia>

Rodriguez, A., Durán, P., Fernández, M., Antolín, Q., Antolín, T., EUE Hospital Meixoeiro, P., ... F F, R. F. (2007). PRÁCTICAS CLÍNICAS QUE PROVOCAN ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA SITUATIONS OF THE CLINICAL PRACTICES THAT THEY CAUSE STRESS IN STUDENTS OF INFIRMARY, 1–12.

Sánchez, M. (1996). *EL CONSENTIMIENTO INFORMADO: Un derecho del enfermo y una forma distinta de tomar las decisiones*. Retrieved from <http://www.fineprint.com>

- Tejedor, F., & García-Valcárcel, A. (2007). Causas del bajo rendimiento del estudiante universitario (en opinión de los profesores y alumnos). *Revista de Educación*, (342), 419–442. Retrieved from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2254218>
- Ticona, S. B., Paucar, G., & Llerena, G. (2010). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantas de la facultad de enfermería - UNSA Arequipa, 2006. *Enfermería Global*, (19), 1–18. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e318257c4b6>
- Toribio-ferrer, C. (2016). Estrés académico: El enemigo Silencioso del estudiante, (200), 11–18. <https://doi.org/10.4103/0975-1475.92147>
- Velásquez, C., Montgomery, W., Montero, V., Pomalaya, R., Dioses, A., Velásquez, N., ... Reynoso, D. (2018). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios San Marquinos. *Ipsi*, 11, 139–152. Retrieved from file:///C:/Users/Jhosiane/Downloads/Dialnet-BienestarPsicologicoAsertividadYRendimientoAcademi-3052965 (1).pdf
- Vergara, K. A., Cárdenas, S. D., & Martínez, F. G. (2013). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores relacionados. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 42(2), 173–181. [https://doi.org/10.1016/S0034-7450\(13\)70004-0](https://doi.org/10.1016/S0034-7450(13)70004-0)
- White. (1905). *Mente, Cárcer y Personalidad 2*. Retrieved February 10, 2019, from <https://m.egwwritings.org/es/book/204.583#590>
- Wradio. (2016). El pobre rendimiento académico de los países de América Latina que aparecen en el último informe de la OCDE. Retrieved January 24, 2019, from <http://www.wradio.com.co/noticias/sociedad/el-pobre-rendimiento->

academico-de-los-paises-de-america-latina-que-aparecen-en-el-ultimo-  
informe-de-la-ocde/20160210/nota/3058000.aspx

Aguilar, M., Gil, O., Pinto, V., Quijada, C., & Zúñiga, C. (2014). Inteligencia emocional, estrés, autoestima, locus de control y Rendimiento académico en universitarios. *E Investigación En Psicología*, 19(1), 21–35. Retrieved from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29232614002>

Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista Con-Ciencia*, 2, 115–124. Retrieved from [http://www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1\\_a13.pdf](http://www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1_a13.pdf)

Barahona, P. (2014). Factores determinantes del rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad de Atacama. *Estudios Pedagógicos*, XI(1), 25–39. Retrieved from <https://scielo.conicyt.cl/pdf/estped/v40n1/art02.pdf>

BBC News-Mundo. (2016). Los países de América Latina; con peor rendimiento académico; - BBC News Mundo. Retrieved January 24, 2019, from [https://www.bbc.com/mundo/noticias/2016/02/160210\\_paises\\_bajo\\_rendimiento\\_educacion\\_informe\\_ocde\\_bm](https://www.bbc.com/mundo/noticias/2016/02/160210_paises_bajo_rendimiento_educacion_informe_ocde_bm)

Berrio, N. & Mazo, R. (2012). Estres Academico. *Revista de Psicología (Universidad de Antioquia)*, 3(2), 81–87. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>

Caballero, C., Abello, R., & Palacio, J. (2018). Relación del Burnout y el Rendimiento Académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98–111. Retrieved from <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/1208/1076>

Caldera, J., & Blanca Pulido. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 77–82. Retrieved from [http://148.202.112.11:8080/jspui/bitstream/123456789/319/1/Niveles de estrés y rendimiento académico en.pdf](http://148.202.112.11:8080/jspui/bitstream/123456789/319/1/Niveles_de_estrés_y_rendimiento_académico_en.pdf)

Cassaretto, M., & Chau, Cecilia y Valdéz, N. (2013). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Journal of Information and Computational Science*, XXI(14), 4703–4711. <https://doi.org/10.12733/jics20102921>

Del Toro Añel, Gorguet, P. y R. (2011). Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar, 17–22. Retrieved from <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v15n1/san03111.pdf>

Dinero. (2019). Crece el estrés laboral en el mundo. Retrieved January 24, 2019, from <https://www.dinero.com/administracion/estrategia/negocios/articulo/crece-estres-laboral-mundo/89544>

El País. (2015). El estrés, aliado de la pobreza de Latinoamérica | Internacional | EL PAÍS. Retrieved January 24, 2019, from [https://elpais.com/internacional/2015/12/21/america/1450734791\\_979876.html](https://elpais.com/internacional/2015/12/21/america/1450734791_979876.html)

Evaristo, T., & Chein, S. (2015). *Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología*. *Odontología Sanmarquina* (Vol. 18).

Expansión. (2018). México destaca a nivel mundial por estrés laboral. Retrieved January 22, 2019, from <https://expansion.mx/carrera/2018/04/13/los-trabajadores-mexicanos-son-de-los-que-mas-sufren-estres-a-nivel-mundial>



- Feldman, L., Goncalves, L., Chacón-Puignau, G., Zaragoza, N., & Pablo, J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Univ. Psychol.*, 7, 739–752.
- G. de White, E. (1959). El Ministerio de Curación. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1–368. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- García Sosof, C., Arias Valenzuela, D., Sor Subuyuj, J., Lux Mendoza, S., & Poroj Hernández, A. (2017). *ESTRÉS ACADÉMICO: SÍNTOMAS FÍSICOS, PSICOLÓGICOS Y DEL COMPORTAMIENTO SOCIAL*. Universidad de San Carlos de Guatemala. Retrieved from [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/05/05\\_10683.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/05/05_10683.pdf)
- Garzón, A., & Flores, J. (2017). Gestión del tiempo en alumnado universitario con diferentes niveles de rendimiento académico. *Educação e Pesquisa*, 44(0), e157900–e157900. <https://doi.org/10.1590/s1678-4634201708157900>
- González, H., Delgado, H., Escobar, M., & Cárdenas, E. (2014). *Asociación entre el estrés, el riesgo de depresión y el rendimiento académico en estudiantes de los primeros semestres de un programa colombiano de medicina*. 47 *www.fundacioneducacionmedica.org FEM* (Vol. 17). Colombia. Retrieved from [www.fundacioneducacionmedica.org](http://www.fundacioneducacionmedica.org)
- González, R., Souto-Gestal, A., & Fernández, R. (2017). Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia. *European Journal of Education and Psychology*, 10(2), 57–67. <https://doi.org/10.1016/J.EJEPS.2017.07.002>

- Hernández, G., & Maeda, K. (2014). *Estrés en estudiantes universitarios de la universidad privada "Juan Mejía Baca" semestre académico 2014-II*. Universidad Privada Juan Mejía Baca. Retrieved from [http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/61/1/Tesis\\_Maeda\\_Diez\\_Hernandez\\_Chepe.pdf](http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/61/1/Tesis_Maeda_Diez_Hernandez_Chepe.pdf)
- Herrera, D., Coria, G., Muñoz, D., Graillet, O., Aranda, G., Rojas, F., ... Ismail, N. (2017). Impacto del estrés psicosocial en la salud. *ENeurobiología*, 8(17), 1–23.
- Jerez, M., & Oyarzo, C. (2015). *Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno*. Chile. Retrieved from <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v53n3/art02.pdf>
- Juan, Marco Bustamante, Dino Cabrera, Magno Cabrera, W. A. y E. M. (2001). *Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año. Anales de la Facultad de Medicina* (Vol. 62). Lima, Perú: Facultad de Medicina San Fernando de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Retrieved from <https://www.redalyc.org/html/379/37962105/>
- Juárez, C., Rodríguez, G., Escoto, M., & Montijo, E. (2016). Relación de los estilos y estrategias de aprendizaje con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Journal of Learning Styles*, 9(17), 268–288. Retrieved from <http://learningstyles.uvu.edu/index.php/jls/article/view/302/212>
- Kohler, J. (2013). Rendimiento académico, habilidades intelectuales y estrategias de aprendizaje en universitarios de Lima. *Aptitudes Mentales Primarias-PMA*, 19(2), 277–288. Retrieved from

<http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v19n2/a13v19n2.pdf>

Lopez, J. (2016). *Influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la universidad ciencias de la salud Arequipa, 2016*. Universidad de Ciencias de la Salud de Arequipa. Retrieved from <http://repositorio.ucs.edu.pe/bitstream/UCS/10/1/lopez-cruz-jose.pdf>

MadridSalud. (2016). El estrés laboral y su prevención. Retrieved January 24, 2019, from <http://madridsalud.es/el-estres-laboral-y-su-prevencion/>

Marco Antonio Pulido Rull, María Luisa Serrano Sánchez, Estefanía Valdés Cano, María Teresa Chávez Méndez, P. H. M. y F. V. G. (2013). *Psicología y salud. Psicología y Salud* (Vol. 21). Universidad Veracruzana, Instituto de Investigaciones Psicológicas. Retrieved from <http://revistas.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/584>

mendoza, P. (2014). *ESTUDIO EXPLORATORIO EN AYACUCHO: ATRIBUCIONES CAUSALES, CARACTERÍSTICAS SOCIOCULTURALES Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN*. Pontificia Universidad Católica del Perú. Retrieved from [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5731/MENDOZA\\_LOPEZ\\_PATRICIA\\_ESTUDIO\\_EDUCACION.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5731/MENDOZA_LOPEZ_PATRICIA_ESTUDIO_EDUCACION.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Moncada S & Llorens C, A. R. (2014). Manual del método CoPsoQ-istas21. España. Retrieved from [http://www.istas.net/copsoq/ficheros/documentos/v2/manual\\_Copsoq\\_2\(24-07-2014\).pdf](http://www.istas.net/copsoq/ficheros/documentos/v2/manual_Copsoq_2(24-07-2014).pdf)

OMS. (2003). *El contexto de la salud mental*. Retrieved from

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43723/8495076896\\_spa.pdf;jsessionid=6AF4FE7B8D5FD3BD2457B547728114E7?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43723/8495076896_spa.pdf;jsessionid=6AF4FE7B8D5FD3BD2457B547728114E7?sequence=1)

OMS. (2004). *La organización del trabajo y el estrés*. Retrieved from [https://www.who.int/occupational\\_health/publications/pwh3sp.pdf](https://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf)

Oro, P., Esquerda, M., Viñas, J., Yuguero, O., & Pifarre, J. (2017). Síntomas psicopatológicos, estrés y burnout en estudiantes de medicina. *Educación Médica*. <https://doi.org/10.1016/J.EDUMED.2017.09.003>

Páez, M., & Castaño, J. (2015). Inteligencia emocional y Rendimiento académico en estudiantes Universitarios. *Emotional Intelligence and Academic Performance in Undergraduate Students*, 32, 268–285. <https://doi.org/10.14482/psdc.32.2.5798>

Perú21. (2016). Especialista afirma que desempeño escolar en Perú aún es muy bajo | Lima | Peru21. Retrieved January 24, 2019, from <https://peru21.pe/lima/especialista-afirma-desempeno-escolar-peru-235619>

Reina, V. (1960). BIBLIA ONLINE. Retrieved December 20, 2018, from <https://www.bibliatodo.com/la-biblia>

Rodriguez, A., Durán, P., Fernández, M., Antolín, Q., Antolín, T., EUE Hospital Meixoeiro, P., ... F F, R. F. (2007). PRÁCTICAS CLÍNICAS QUE PROVOCAN ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA SITUATIONS OF THE CLINICAL PRACTICES THAT THEY CAUSE STRESS IN STUDENTS OF INFIRMARY, 1–12.

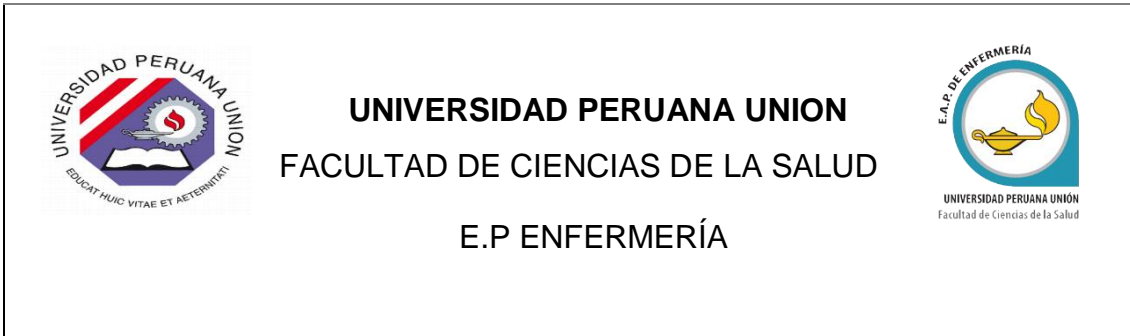
Sánchez, M. (1996). *EL CONSENTIMIENTO INFORMADO: Un derecho del enfermo y una forma distinta de tomar las decisiones*. Retrieved from <http://www.fineprint.com>

- Tejedor, F., & García-Valcárcel, A. (2007). Causas del bajo rendimiento del estudiante universitario (en opinión de los profesores y alumnos). *Revista de Educación*, (342), 419–442. Retrieved from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2254218>
- Ticona, S. B., Paucar, G., & Llerena, G. (2010). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantas de la facultad de enfermería - UNSA Arequipa, 2006. *Enfermería Global*, (19), 1–18. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e318257c4b6>
- Toribio-ferrer, C. (2016). Estrés académico: El enemigo Silencioso del estudiante, (200), 11–18. <https://doi.org/10.4103/0975-1475.92147>
- Velásquez, C., Montgomery, W., Montero, V., Pomalaya, R., Dioses, A., Velásquez, N., ... Reynoso, D. (2018). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios San Marquinos. *lipsi*, 11, 139–152. Retrieved from file:///C:/Users/Jhosiane/Downloads/Dialnet-BienestarPsicologicoAsertividadYRendimientoAcademi-3052965 (1).pdf
- Vergara, K. A., Cárdenas, S. D., & Martínez, F. G. (2013). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores relacionados. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 42(2), 173–181. [https://doi.org/10.1016/S0034-7450\(13\)70004-0](https://doi.org/10.1016/S0034-7450(13)70004-0)
- White. (1905). *Mente, Cárcer y Personalidad 2*. Retrieved February 10, 2019, from <https://m.egwwritings.org/es/book/204.583#590>
- Wradio. (2016). El pobre rendimiento académico de los países de América Latina que aparecen en el último informe de la OCDE. Retrieved January 24, 2019, from <http://www.wradio.com.co/noticias/sociedad/el-pobre-rendimiento->

academico-de-los-paises-de-america-latina-que-aparecen-en-el-ultimo-  
informe-de-la-ocde/20160210/nota/3058000.aspx

## Anexos

### Anexo 1. Instrumento de recolección de datos



#### Ficha de datos generales

##### Introducción

El propósito del estudio de investigación titulado: “Estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad privada de Lima este, 2018” que tiene por objetivo determinar la relación entre rendimiento académico y estrés en los estudiantes de la facultad de salud. Le agradecemos por su gentil colaboración.

##### Instrucción:

Marque con una equis (x) la opción que cumpla lo requerido. En otros casos Ud. debe completar los datos requeridos. Su honestidad será de mucha ayuda para nuestro trabajo de investigación.

##### Datos Generales

Código: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: Masculino ( ) Femenino ( )

Procedencia: Costa ( ) Sierra ( ) Selva ( ) Extranjero ( )

Estado civil: soltero ( ) casado ( )

Religión: Adventista ( ) Católica ( ) Evangélica ( ) otros : Especifique \_\_\_\_\_

¿Te encuentras trabajando o haciendo practicas?: Si ( ) No ( )

¿Estás en riesgo académico? Si ( ) No ( )

## Inventario de Estrés Académico

Para cada una de las situaciones planteadas se presenta una escala con valores del 1 al 5, donde:

**1 = "Nada de estrés"**

**2= "Algo de estrés"**

**3= "Moderadamente"**

**4="Bastante"**

**5= "Mucho estrés"**

Cada uno de los valores indica el grado de estrés que dichas situaciones pueden generar. Marque su respuesta.

1	Realización de un examen						
2	Exposición de trabajos en clase						
3	Intervención en el aula (responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas, participar en coloquios, etc.).						
4	Subir al despacho del profesor en horas de tutoría.						
5	Sobrecarga académica (Excesivo número de créditos, trabajos obligatorios, etc.)						
6	Masificación de las aulas						
7	Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas						
8	Competitividad entre compañeros						
9	Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura (búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.).						
10	La tarea de estudio.						
11	Trabajar en grupo						

A continuación, se plantean diversas respuestas que el organismo experimenta cuando se ve expuesto a situaciones de estrés.



Para cada una de ellas se presenta una escala con valores del 1 al 5, donde:

**1= "Nunca"**

**2= "Rara vez"**

**3="Algunas veces"**

**4="Casi siempre"**

**5="Siempre"**

Marque su respuesta.

1	Me preocupo.								
2	El corazón me late muy rápido y/o me falta aire y la respiración es agitada.								
3	Realizo movimientos repetitivos con alguna parte de mi cuerpo, me quedo paralizado								
4	Siento miedo.								
5	Siento molestias en el estómago.								
6	Fumo, como o bebo demasiado.								
7	Tengo pensamientos o sentimientos negativos.								
8	Me tiemblan las manos o las piernas.								
9	Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo.								
10	Me siento inseguro de mí mismo								
11	Se me seca la boca y tengo dificultades para tragar								
12	Siento ganas de llorar.								

## Anexo 2. Frecuencia de resultados.

Tabla 6.

*Nivel de estrés según Ítems de evaluación de los estudiantes*

Situaciones que generan estrés	n	%
Bajo	56	25.6
Moderado	163	74.4
Síntomas del estrés		
Bajo	91	41.6
Moderado	113	51.6
Alto	15	6.8
Total	219	100.0

Tabla 7.

*Relación entre situación del estrés y el rendimiento académico*

		Rendimiento académico				
		Bajo	Moderado	Alto	Total	
Situaciones de estrés	Bajo	n	8	47	1	56
		%	3.7%	21.5%	0.5%	25.6%
	Moderado	n	21	134	8	163
		%	9.6%	61.2%	3.7%	74.4%
Total		n	29	181	9	219
		%	13.2%	82.6%	4.1%	100.0%

Tau-b de Kendall=-0.046; p=0.476

En la tabla 7 se observa que del 100% de encuestados un 61.2% presenta situaciones de estrés moderado e indican un rendimiento académico moderado, por otro lado, el 0.5% de estudiantes presentan situaciones de estrés de nivel bajo con un rendimiento académico de nivel alto. Con respecto a la relación entre variables se observa que el estadístico Tau b Kendall evidencia un coeficiente de correlación de -0.046 y un p – valor de 0.476, siendo éste mayor a 0.05, lo que permite rechazar la  $H_a$  y acepta la  $H_0$ , quedando demostrado que no existe relación entre estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud de una universidad privada Lima Este, 2018.

Tabla 8.

*Relación entre síntomas del estrés y rendimiento académico*

		Rendimiento académico				
			Bajo	Moderado	Alto	Total
Síntomas del estrés	Bajo	n	10	78	3	91
		%	4.6%	35.6%	1.4%	41.6%
	Moderado	n	17	91	5	113
		%	7.8%	41.6%	2.3%	51.6%
	Alto	n	2	12	1	15
		%	0.9%	5.5%	0.5%	6.8%
Total	n	29	181	9	219	
	%	13.2%	82.6%	4.1%	100.0%	

Tau b de Kendall=-0.024; p=0.713

En la tabla 8 se observa que del 100% de encuestados un 41.6% presenta síntomas de estrés moderado e indican un rendimiento académico moderado, por otro lado, un 0.5% de estudiantes manifiestan síntomas de estrés alto con un

rendimiento académico alto. Con respecto a la relación entre variables se observa que el estadístico Tau b Kendall evidencia un coeficiente de correlación de -0.024 y un p – valor de 0.713, siendo éste mayor a 0.05, lo que permite rechazar la  $H_a$  y acepta la  $H_o$ , quedando demostrado que no existe relación entre estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud de una universidad privada Lima Este, 2018.

Tabla 9.

*Nivel de estrés por ítems de los estudiantes*

Items	Nada de estrés		Algo de Estrés		Moderada-mente		Bastante		Mucho estrés	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Realización de un examen	9	4,1	55	25,1	86	39,3	48	21,9	21	9,6
Exposición de trabajos en clase	17	7,76	61	27,85	69	31,5	46	21,0	26	11,9
Intervención en el aula	37	16,9	65	29,68	72	32,9	28	12,8	17	7,76
Subir al despacho del profesor en horas de tutoría.	67	30,6	71	32,42	55	25,1	17	7,76	9	4,10
Sobrecarga académica	11	5,02	49	22,37	63	28,8	55	25,1	41	18,7
Masificación de las aulas	35	16	63	28,8	83	37,9	29	13,2	9	4,10
Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	15	6,84	50	22,83	54	24,6	59	26,9	41	18,7
Competitividad entre compañeros.	42	19,2	64	29,22	70	32	31	14,1	12	5,5
Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura.	11	5,02	48	21,91	79	36,1	57	26,0	24	10,9
La tarea de estudio.	16	7,30	75	34,24	80	36,5	39	17,8	9	4,10
Trabajar en grupo	29	13,2	69	31,50	69	31,5	30	13,7	22	10,0
Me preocupo.	3	1,36	36	16,43	66	30,1	77	35,1	37	16,9
El corazón me late muy rápido y/o me falta aire y la	56	25,5	59	26,94	57	26,0	32	14,6	15	6,84

respiración es agitada.										
Realizo movimientos repetitivos con alguna parte de mi cuerpo, me quedo paralizado.	53	24,2		53						
Siento miedo.	29	13,2	66	30,13	66	30,1	43	14,6	15	6,84
Siento molestias en el estómago.	36	16,4	75	34,24	55	25,1	37	16,9	16	7,3
Fumo, como o bebo demasiado.	165	75,3	25	11,41	16	7,3	6	2,73	7	3,19
Tengo pensamientos o sentimientos negativos.	38	17,3								
Me tiemblan las manos o las piernas.	60	27,4	83	37,9	60	27,4	24	10,9	14	6,4
Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo.	39	17,8	65	29,7	52	23,7	29	13,2	13	5,9
Me siento inseguro de mí mismo.			85	38,81	51	23,2	33	15,0	11	5,02
Se me seca la boca y tengo dificultades para tragar.	53	24,2	73	33,33	45	20,5	32	14,6	16	7,30
Siento ganas de llorar.	94	42,9								
			56	25,6	43	19,6	18	8,21	8	3,65
	46	21,0	70	32	49	22,4	35	16	19	8,7

### Anexo 3. Validación de instrumento

Se examinó la validez de constructo mediante el Análisis Factorial

Confirmatorio (AFC) de componentes principales. Para ello, primero, se obtuvo la medida de Adecuación Muestral de Kaiser – Meyer – Olkin (KMO), en donde se encontró un coeficiente de .79. Asimismo, se analizó la prueba de esfericidad de Bartlett y se obtuvo un valor de significancia menor a .001. Hernández (1998), menciona que los coeficientes del KMO entre 0.70 y 0.80 son adecuados para realizar el análisis factorial, por lo tanto, los resultados obtenidos en el presente estudio indican que puede realizarse el Análisis Factorial Confirmatorio.

#### **Anexo 4. Confiabilidad del instrumento**

El cuestionario “Inventario de Estrés Académico (IEA)” fue elaborado por Hernández, Polo y Pozo (1996) en Madrid-España con el objetivo de medir el nivel de estrés académico, posteriormente fue adaptado por Galdós (2014) en el trabajo de investigación: “Relación entre el rendimiento, estrés académico y dimensiones de personalidad en universitarios” realizado en Lima-Perú.

El instrumento presenta 2 partes la primera consta de once ítems que generan estrés, una de las situaciones es: realización de un examen, exposición en clase, intervenciones en el aula, sobrecarga académica entre otros. La segunda recoge información en torno a los niveles de respuesta fisiológico, cognitivo y motor, ya que el organismo experimenta al verse expuesto a situaciones de estrés, consta de 12 ítems se distribuyen de la siguiente manera: nivel fisiológico (2, 5, 8 y 11), nivel cognitivo (1, 4, 7, 10 y 12) y nivel motor (3, 6 y 9). Trabajaron la validación del IEA en estudiantes universitarios de la Comuna de Concepción, Chile. Por otro lado, se analizó la confiabilidad del conjunto total de reactivos del IEA, obteniéndose un coeficiente alfa de Cronbach de 0.90, siendo éste satisfactorio, asimismo, se observó que los ítems poseen una adecuada capacidad discriminativa, pues los valores variaban entre .40 y .68. Respecto al factor uno, manifestaciones de estrés académico, la confiabilidad, en términos de consistencia interna, corresponde a un coeficiente alfa de Cronbach de .88, siendo éste satisfactorio.

De igual modo, se observó que los ítems poseen una adecuada capacidad discriminativa, pues, los coeficientes de correlación-ítem total corregida variaban entre .45 y .68. La consistencia interna del factor dos, situaciones académicas

estresantes, corresponde a un alfa de Cronbach de .75, siendo éste moderado. Igualmente, los ítems poseen una adecuada capacidad discriminativa, debido a que los valores variaban entre .34 y .58. Finalmente, para conocer la validez de criterio, se empleó el Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad, el cual evalúa el nivel general de ansiedad, los tres sistemas de respuesta por separado (cognitivo, fisiológico o motor) y los cuatro rasgos específicos de ansiedad o áreas situacionales. Los resultados conseguidos, muestran que un participante que obtiene altos índices de estrés académico en el IEA, obtuvo igualmente altos índices de ansiedad en el ISRA. Asimismo, se observa la misma relación para bajas puntuaciones, es decir, ambos instrumentos correlacionan de manera positiva.

## Anexo 5. Autorización de la Institución



*Una Institución Adventista*

Lima, Ñaña, 12 de Noviembre de 2018

Doctor  
Roussel Dulio Dávila Villavicencio  
**Decano, Facultad de Ciencias de la Salud**  
Universidad Peruana Unión  
Presente

**Asunto:** Autorización del Comité de Ética para el desarrollo de la investigación

De nuestra consideración:

Tenemos el agrado de dirigirme a usted para expresar mi cordial saludo y desear muchas bendiciones en las funciones que desempeñan.

Mediante la presente tenemos a bien presentar a las investigadoras Najhara Salcedo Cueva, con código 201010168, asesorada por la Mg. Francis Gamarra Bernal con DNI 16786368 de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión (sede).

El comité de ética de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud ha revisado el protocolo de investigación titulado "**Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este, 2018**" presentado por la investigadora antes mencionada y se resuelve **autorizar** el desarrollo de la investigación de acuerdo a los procedimientos mencionados que será aplicado en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión que Ud. dignamente dirige.

Agradecemos anticipadamente el apoyo que pueda brindar a las investigadoras, a fin de concluir satisfactoriamente este proceso, los resultados obtenidos serán difundidos por los canales correspondientes.

Atentamente



M<sup>g</sup> Katty Puente Guédez  
Directora de Investigación FCS



M<sup>g</sup> Mary Estel Solórzano Aparicio  
Coor. de Investigación EP Enfermería



## Anexo 6. Consentimiento Informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

**TITULO DEL PROYECTO:** Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad Privada de Lima Este, 2018.

#### Propósito y procedimiento

Esta investigación está a cargo de ~~Osiris~~ ~~Victoria~~ ~~Salcedo~~ ~~Cueva~~

El propósito de este proyecto es Determinar la relación estrés y rendimiento académico en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad privada de Lima este, 2018.

Los estudiantes participarán brindando información general en una ficha.

#### Beneficios

Este estudio proporcionará información actualizada y sistematizada sobre estrés y rendimiento académico por lo que permitirá que las cuatro EP, promueva actividades y programas que fomenten el buen estado nutricional y por consiguiente habrá un mejor rendimiento académico.

#### Derechos del participante y confidencialidad

La participación de los estudiantes en este estudio es completamente voluntaria. Tiene el derecho a aceptar o negarse a participar en el estudio, asimismo, puede terminar su participación en cualquier momento, sin que esto afecte su relación con las estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud. Los datos reportados por el participante serán manejados únicamente por la estudiante de enfermería y para efectos del estudio.

### DECLARACIÓN DE INFORME DE CONSENTIMIENTO

Yo \_\_\_\_\_

He leído el contenido de este documento de CONSENTIMIENTO INFORMADO dado por la/el investigador/(a), y quiero colaborar con este estudio. Por esta razón firmé el documento.

\_\_\_\_\_

Firma

Fecha: \_\_\_\_\_