

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



Estrés académico y satisfacción con la vida en estudiantes de Medicina Humana de Tarapoto

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo

Autores:

Lisbeth Alejandra Guillin Sarango

Dagne Ethel Linares Alva

Luz Katerin Tuanama Tuanama

Asesor:

Mag. Ricardo Alberto Gomez Paredes

Tarapoto, octubre el 2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Ricardo Alberto Gomez Paredes, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Estrés académico y satisfacción con la vida en estudiantes de Medicina Humana de Tarapoto”** del (los) autor (autores) Guillin Sarango Lisbeth Alejandra, Linares Alva Dagne Ethel, Tuanama Tuanama Luz Katerin; tiene un índice de similitud de 14% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Tarapoto, a los 08 días del mes de octubre del año 2024.



Mg. RICARDO ALBERTO GOMEZ PAREDES
PSICOLOGO
C.Ps.P. N°5896



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En San Martín, Tarapoto, Morales, a 03 día(s) del mes de octubre del año 2024, siendo las 16:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Tarapoto, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mtra. Jesenia Elizabeth Huamán Ramos, el (la) secretario(a): Psic. Gabriela Nahir Jiménez Acosta y los demás miembros: Mtro. Dan Enoc Sáenz Gaspar y el (la) asesor(a) Mg. Ricardo Alberto Gómez Paredes

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: "Estrés académico y satisfacción con la vida en estudiantes de Medicina Humana de Tarapoto".

- del(los) bachiller/es: a) Lisbeth Alejandra Guillín Sarango, b) Dagne Ethel Linares Alva, c) Luz Katerin Luanama Luanama

conducente a la obtención del título profesional de: Psicólogo (Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Luz Katerin Luanama Luanama

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: Aprobado, 15, B-, Bueno, Muy Bueno

Bachiller (b): Dagne Ethel Linares Alva

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: Aprobado, 20, A+, Excelente, Excelencia

Bachiller (c): Luz Katerin Luanama Luanama

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: Aprobado, 18, A-, Muy Bueno, Sobresaliente

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Signatures of Presidente/a, Secretario/a, Asesor/a, Miembro, Miembro, Bachiller (a), Bachiller (b), and Bachiller (c).

"Esta sustentación fue realizada de manera virtual u online sincrónica, conforme al Reglamento General de Grados y Títulos".

INDICE

Resumen.....	5
Abstract.....	5
1 Introducción.....	5
2 Materiales y métodos.....	6
2.1 Diseño metodológico.....	6
2.2 Participantes.....	6
2.3 Instrumentos.....	7
2.3.1 Inventario SISCO de Estrés Académico.....	7
2.3.2 Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS).....	7
2.3.3 Recolección y análisis de datos.....	7
2.3.4 Aspectos éticos.....	7
3 Resultados.....	8
3.1 Análisis descriptivo.....	8
3.2 Análisis Correlacional.....	10
4 Discusión.....	11
5 Conflicto de intereses.....	12
6 Contribuciones de los autores.....	12
7 Financiamiento.....	13
8 Agradecimientos.....	13
Referencias.....	14
ANEXOS.....	19

Estrés académico y satisfacción con la vida en estudiantes de Medicina Humana de Tarapoto

Dagne Ethel Linares Alva¹ Alejandra Lizbeth Guillin Sarango² Luz Katerin Tuanama Tuanama³

Resumen

El estudio tiene como objetivo determinar qué relación existe entre el estrés académico y la satisfacción con la vida en estudiantes de Medicina Humana en Tarapoto, Perú. La población incluye 260 estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín, con edades entre 17 y 35 años. Utilizando un diseño correlacional transversal, se recolectaron datos a través del Inventario SISCO de Estrés Académico y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). Los resultados revelaron que el 37.7% de los estudiantes presentan un nivel de estrés académico "Promedio Alto". Se identificó una relación estadísticamente significativa y negativa entre el estrés académico y la satisfacción con la vida ($r=-0.143$, $p=0.045$), indicando que mayores niveles de estrés académico están asociados con menor satisfacción con la vida. Se concluye que es crucial implementar estrategias para manejar el estrés y mejorar la calidad de vida de estos estudiantes.

Palabras clave

Estrés académico; Satisfacción con la vida; Estudiantes universitarios; Salud mental

Abstract

The study aims to determine the relationship between academic stress and life satisfaction in Human Medicine students in Tarapoto, Peru. The population includes 260 students from the National University of San Martín, aged between 17 and 35 years. Using a cross-sectional correlational design, data were collected through the SISCO Inventory of Academic Stress and the Satisfaction with Life Scale (SWLS). The results revealed that 37.7% of the students present a "High Average" level of academic stress. A statistically significant and negative relationship was identified between academic stress and life satisfaction ($r=-0.143$, $p=0.045$), indicating that higher levels of academic stress are associated with lower life satisfaction. It is concluded that it is crucial to implement strategies to manage stress and improve the quality of life for these students.

Keywords

Academic stress; Life satisfaction; University students; Mental health

I Introducción

El estrés académico es un problema mundial que afecta a los estudiantes universitarios, especialmente a aquellos en programas intensivos como la medicina. A nivel global, los estudiantes de medicina enfrentan una carga académica considerable, que incluye largas horas de estudio, presión por obtener altas calificaciones y la necesidad de adquirir habilidades prácticas en un ambiente de alta exigencia (Hernández-Yépez et al., 2022). En el contexto nacional, estudios realizados en Perú han demostrado que un alto porcentaje de estudiantes de medicina sufre de estrés académico significativo. Por ejemplo, un estudio en la Universidad Ricardo Palma reveló que el 78% de los estudiantes de pre-internado e internado experimentan niveles altos de estrés (Leiva Nina et al., 2022).

El estrés académico se define como un proceso que inicia cuando el estudiante valora las demandas del contexto educativo como estresantes, generando un desequilibrio sistémico que desencadena síntomas físicos, psicológicos y comportamentales desagradables, lo que obliga al estudiante a implementar estrategias de afrontamiento para reestablecer el equilibrio (Barraza Macías, 2008). La satisfacción con la vida, por otro lado, es un componente del bienestar subjetivo y se define como la evaluación cognitiva y global de la calidad de vida en general (Diener et al., 1985). Estudios previos han indicado que estos dos constructos están negativamente correlacionados, es decir, a mayor estrés académico, menor satisfacción con la vida (Estrada-Araoz, 2024).

La pandemia del COVID-19 ha exacerbado estos problemas, afectando de manera significativa la salud mental y el bienestar de los estudiantes universitarios. La transición a la educación en línea, la incertidumbre sobre el futuro y la adaptación a un entorno académico cambiante han aumentado los niveles de estrés académico (G. Morales et al., 2021). Un estudio reciente en estudiantes de medicina durante la pandemia mostró que el estrés académico estaba negativamente relacionado con la satisfacción con la vida (Yolanda del Toro Añel et al., 2023). Estos hallazgos sugieren que la pandemia ha tenido un impacto considerable en la salud mental de los estudiantes de medicina, subrayando la necesidad de estrategias efectivas para manejar el estrés y mejorar la satisfacción con la vida en el periodo post-pandemia (Moreno-Montero et al., 2022).

En el contexto de la educación médica en Perú, la carrera de medicina se considera particularmente demandante debido a la alta exigencia académica y la gran demanda de tiempo (Bermúdez-García et al., 2020). Los estudiantes de medicina en Perú han reportado altos niveles de estrés académico y problemas de salud mental en comparación con otros estudiantes universitarios (Cassaretto et al., 2021). Además, un estudio en la Universidad Nacional de San Martín encontró que los estudiantes de medicina presentaban niveles significativos de ansiedad y depresión durante la pandemia, lo cual impactaba negativamente su satisfacción con la vida (Leitón-Espinoza et al., 2022).

La presente investigación se propone determinar qué relación existe entre el Estrés Académico y la Satisfacción con la Vida en estudiantes de medicina humana en Tarapoto, Perú. A través de este estudio, se busca proporcionar información relevante que pueda contribuir al desarrollo de estrategias para manejar el estrés y promover la salud mental entre los estudiantes de medicina. Esta investigación se apoya en teorías y estudios previos que han demostrado la importancia de estos factores en el bienestar de los estudiantes, destacando la necesidad de intervenciones efectivas para mejorar su calidad de vida (Estrada et al., 2021; Aveiro-Róbaló et al., 2023).

2 Materiales y métodos

2.1 Diseño metodológico

El presente estudio adoptó un diseño metodológico de estrategia asociativa, con un enfoque correlacional transversal simple. Este diseño es adecuado para explorar las relaciones entre variables en un único momento temporal, lo que permite analizar la asociación entre el estrés académico y la satisfacción con la vida en estudiantes de medicina humana (Ato et al., 2013). Este enfoque facilita la identificación de patrones y correlaciones sin manipular las variables independientes, proporcionando una visión clara de las interacciones existentes entre las variables estudiadas.

2.2 Participantes

La población del estudio consistió en 260 estudiantes de la Escuela Profesional de Medicina Humana de la Universidad Nacional de San Martín (UNSM), en Tarapoto, Perú, durante el semestre académico 2023-II. Los participantes incluyeron tanto estudiantes regulares como irregulares, con edades comprendidas entre los 17 y 35 años. De los 260 estudiantes, 112 eran hombres (43.1%) y 148 eran mujeres (56.9%), todos de nacionalidad peruana y residentes en la región de San Martín. Los criterios de inclusión fueron la disposición a participar en la investigación y estar matriculados en el semestre académico correspondiente. Se excluyeron aquellos estudiantes que abandonaron las clases o pospusieron su inscripción.

2.3 Instrumentos

Para la recolección de datos, se emplearon dos instrumentos principales:

2.3.1 Inventario SISCO de Estrés Académico

Este instrumento, desarrollado por Barraza Macías (2008) y adaptado para estudiantes peruanos por Manrique-Millones et al. (2019), evalúa el estrés académico a través de 31 ítems distribuidos en tres subescalas: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Los ítems se responden en una escala Likert de cinco puntos, donde 1 indica "nunca" y 5 "siempre". El instrumento ha demostrado una alta confiabilidad con un índice de 0.98, y confiabilidades específicas de 0.82, 0.88 y 0.69 para las dimensiones de estresores, síntomas y afrontamiento, respectivamente (Castillo-Navarrete et al., 2020).

2.3.2 Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)

Desarrollada por Diener et al. (1985) y traducida al español por Atienza et al. (2000), esta escala breve y unidimensional consta de 5 ítems que miden la satisfacción general con la vida. Los ítems se califican en una escala Likert de 1 a 7, donde 1 significa "completamente en desacuerdo" y 7 "completamente de acuerdo". En el contexto peruano, la escala ha mostrado una fiabilidad con un alfa de Cronbach de 0.78 (Oliver Amparo & Bustos, 2018).

2.3.3 Recolección y análisis de datos

La recolección de datos se realizó mediante encuestas en las aulas de clase, previa autorización de las autoridades universitarias. Los investigadores explicaron el objetivo del estudio a los participantes, asegurando la voluntariedad de su participación. Los cuestionarios se distribuyeron en formato digital a través de un enlace compartido por los líderes de los salones. Los estudiantes tuvieron aproximadamente 15 minutos para completar los cuestionarios.

El análisis de datos se llevó a cabo utilizando el programa estadístico IBM SPSS Statistics versión 25. Se organizaron los datos en tablas de frecuencia y gráficos para mejorar la visualización de los resultados. Para el análisis inferencial, se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman, adecuado para datos categóricos o cualitativos ordinales. Se adoptó un nivel de significancia del 95% con un margen de error del 5%. Este enfoque permitió evaluar la relación entre las variables de estrés académico y satisfacción con la vida, y explorar las dimensiones específicas de estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en la población estudiada.

2.3.4 Aspectos éticos

El estudio se llevó a cabo siguiendo estrictamente los principios éticos establecidos para la investigación en seres humanos, asegurando la justicia, confidencialidad y autonomía de los participantes. Se informó a los estudiantes sobre la naturaleza y el propósito del estudio, garantizando su participación voluntaria y la posibilidad de retirarse en cualquier momento

sin consecuencias. Los datos recolectados fueron almacenados en archivos protegidos y presentados de manera agregada para proteger la identidad de los individuos. El proyecto fue aprobado por el Comité de Ética e Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, cumpliendo con los estándares nacionales e internacionales de investigación ética. Además, se diseñó el estudio para no causar daño, seleccionando cuidadosamente los instrumentos utilizados y proporcionando información sobre servicios de apoyo psicológico en caso de necesidad.

3 Resultados

3.1 Análisis descriptivo

En el presente estudio se encuestaron 260 estudiantes de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional de San Martín. La mayoría de los participantes fueron mujeres (56.9%) y pertenecían al grupo etario de 18 a 26 años (84.7%). En cuanto al estado civil, la mayoría eran solteros (82.7%). Inicialmente, se abordaron 280 estudiantes, de los cuales 20 fueron excluidos debido a datos incompletos, resultando en una muestra final de 260 estudiantes. De estos, 148 (56.9%) eran mujeres, 220 (84.7%) tenían entre 18 y 26 años, y 215 (82.7%) reportaron estar solteros.

Tabla 1
Caracterización de la población universitaria

Variables	n	%
Sexo		
Masculino	112	43.1
Femenino	148	56.9
Edad		
17 años	5	1.9
De 18 a 26 años	220	84.7
De 27 a 40 años	35	13.4
Estado Civil		
Soltero	215	82.7
Conviviente	24	9.2
Casado	7	2.7
Divorciado	2	0.8
Otro	12	4.6

La tabla describe las características demográficas de los 260 estudiantes encuestados, donde la mayoría son mujeres (56.9%) y pertenecen al grupo etario de 18 a 26 años (84.7%). En cuanto al estado civil, la mayoría de los estudiantes son solteros (82.7%). Además, un pequeño porcentaje de estudiantes tiene 17 años (1.9%) o está en el rango de 27 a 40 años (13.4%). En relación con el estado civil, además de los solteros, un 9.2% vive en unión libre, un 2.7% está casado, un 0.8% es divorciado, y un 4.6% se clasifica en otras categorías. Estos datos proporcionan un contexto demográfico para interpretar los resultados del estudio en términos de las características de la población estudiada.

Nivel de Estrés Académico

El análisis descriptivo de los niveles de estrés académico mostró que el 37.7% de los estudiantes presentan un nivel de estrés "Promedio Alto". Un 25% de los estudiantes exhiben niveles tanto "Promedio Bajo" como "Alto", mientras que un 12.3% presenta un nivel bajo de estrés académico.

Tabla 2
Nivel de Estrés académico

Nivel de Estrés Académico	Frecuencia	Porcentaje (%)
Bajo	32	12.3
Promedio Bajo	65	25.0
Promedio Alto	98	37.7
Alto	65	25.0
Total	260	100.0

La tabla muestra la distribución de los niveles de estrés académico entre los 260 estudiantes encuestados de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional de San Martín. La mayor parte de los estudiantes (37.7%) reportaron un nivel de estrés "Promedio Alto", seguido por aquellos con niveles de estrés "Alto" y "Promedio Bajo", cada uno representando el 25.0% de la muestra. Solo el 12.3% de los estudiantes indicaron tener un nivel de estrés "Bajo". En conjunto, más de la mitad de los estudiantes (62.7%) se encuentran en las categorías de "Promedio Alto" y "Alto", sugiriendo que la mayoría experimenta niveles moderados a altos de estrés académico, lo cual subraya la necesidad de estrategias efectivas para manejar el estrés en esta población.

Satisfacción con la Vida

La media (M), desviación estándar (DE), asimetría y curtosis de las escalas administradas se presentan en la siguiente tabla. Los valores de asimetría y curtosis indican que los datos siguen una distribución normal, ya que se encuentran dentro del rango +/- 1.5.

Tabla 3
Satisfacción con la Vida

Variables y Dimensiones	Media (M)	Desviación Estándar (DE)	Asimetría	Curtosis
Estrés Académico	96.0	21.5	0.202	-0.105
Estresores	28.0	7.13	-0.214	-0.665
Síntomas	51.0	12.5	-0.0122	-0.507

VARIABLES Y DIMENSIONES	Media (M)	Desviación Estándar (DE)	Asimetría	Curtosis
Estrategias de Afrontamiento	17.0	5.68	0.474	-0.261
Satisfacción con la Vida	18.0	6.99	0.362	-0.180

En la Tabla anterior, se observa una predominancia del nivel de Estrés Académico clasificado como "Promedio Alto", abarcando al 37.7% de los estudiantes de la Facultad de Medicina Humana de una universidad. Le sigue el 25.0% que exhibe niveles tanto "Promedio Bajo" como "Alto", mientras que un 12.3% presenta un nivel bajo de estrés académico.

Respecto a los análisis descriptivos de las Escalas administradas, se obtuvo la media (M), desviación estándar (DE), la asimetría y la curtosis (Tabla 3). Donde se observa que los valores de la asimetría y curtosis indican que siguen una distribución normal dado que se encuentran dentro del rango +/- 1.5 (Pérez & Medrano, 2010).

La tabla presenta un análisis descriptivo de las variables y dimensiones relacionadas con el estrés académico y la satisfacción con la vida entre los estudiantes de Medicina Humana de la Universidad Nacional de San Martín. Para el estrés académico, la media es 96.0 con una desviación estándar de 21.5, lo que indica una variabilidad moderada en los niveles de estrés entre los estudiantes. La asimetría (0.202) y la curtosis (-0.105) sugieren que la distribución de los niveles de estrés es aproximadamente simétrica y plana. Los estresores específicos tienen una media de 28.0 y una desviación estándar de 7.13, con una ligera inclinación a la izquierda (asimetría de -0.214) y una distribución más plana que la normal (curtosis de -0.665).

En cuanto a los síntomas de estrés, la media es 51.0 con una desviación estándar de 12.5, mostrando una distribución simétrica (asimetría de -0.0122) y plana (curtosis de -0.507). Las estrategias de afrontamiento tienen una media de 17.0 y una desviación estándar de 5.68, con una inclinación a la derecha (asimetría de 0.474) y una distribución ligeramente más plana (curtosis de -0.261). Por último, la satisfacción con la vida muestra una media de 18.0 y una desviación estándar de 6.99, con una ligera inclinación a la derecha (asimetría de 0.362) y una distribución casi plana (curtosis de -0.180). Estas características estadísticas proporcionan una comprensión detallada de cómo se distribuyen los niveles de estrés académico y satisfacción con la vida entre los estudiantes, identificando áreas que pueden necesitar atención específica.

3.2 Análisis Correlacional

Al analizar la correlación entre las variables, la Tabla siguiente revela una relación estadísticamente significativa entre la satisfacción con la vida y el estrés académico ($r = 0,043^*$, $p = 0,045$). Asimismo, se identifica una correlación con la medida del estresor ($r = 0,138^*$, $p = 0,26$), y la satisfacción con la vida también muestra una correlación con la medida de los síntomas ($r = -0,127^*$, $p = 0,049$), culminando en una correlación final con la Escala de sobreimpulso ($\rho = 0,292^{***}$, $p = 0,001$).

Tabla 4
Correlación de Spearman entre Estrés académico y Satisfacción con la vida

Variables y dimensiones	Satisfacción con la vida	
	r	P
Estrés académico	-0.143*	0.045
Estresores	-0,138*	0.026
Síntomas	-0.127*	0.049
Afrontamiento	-0.292***	0.001

La tabla presenta la correlación de Spearman entre la satisfacción con la vida y diferentes dimensiones del estrés académico en estudiantes de Medicina Humana. A continuación, se interpreta cada uno de los resultados:

Estrés Académico y Satisfacción con la Vida: La correlación entre el estrés académico general y la satisfacción con la vida es negativa ($r=-0.143$, $p=0.045$). Aunque esta correlación es relativamente baja, su significancia cercana al umbral de 0.05 ($p=0.094$) indica que, a mayor estrés académico, menor es la satisfacción con la vida de los estudiantes. Esto sugiere una relación inversa donde el incremento del estrés académico tiende a disminuir la percepción de satisfacción con la vida, aunque no de manera muy fuerte.

Estresores y Satisfacción con la Vida: La correlación entre los estresores específicos (las fuentes de estrés) y la satisfacción con la vida es también negativa ($r=-0.138$, $p=0.026$). Este valor sugiere que los estudiantes que enfrentan más estresores en su entorno académico tienden a tener una menor satisfacción con la vida. La significancia ($p=0.026$) indica que esta relación es estadísticamente relevante.

Síntomas de Estrés y Satisfacción con la Vida: La relación entre los síntomas del estrés (manifestaciones físicas y psicológicas del estrés) y la satisfacción con la vida es negativa ($r=-0.127$, $p=0.049$). Este resultado indica que a medida que los síntomas de estrés aumentan, la satisfacción con la vida disminuye. La significancia estadística ($p=0.049$) refuerza la relevancia de esta relación.

Estrategias de Afrontamiento y Satisfacción con la Vida: La correlación entre las estrategias de afrontamiento y la satisfacción con la vida es negativa y altamente significativa ($r=-0.292$, $p=0.001$). Esta relación más fuerte en comparación con las otras dimensiones sugiere que los estudiantes que utilizan menos estrategias de afrontamiento efectivas experimentan una disminución considerable en su satisfacción con la vida. La alta significancia ($p=0.001$) indica que esta relación es robusta y estadísticamente muy relevante.

Todas las dimensiones del estrés académico muestran una relación negativa con la satisfacción con la vida, indicando que mayores niveles de estrés y sus componentes están asociados con una menor satisfacción vital entre los estudiantes de medicina. Este hallazgo subraya la importancia de desarrollar y fomentar estrategias efectivas de manejo del estrés para mejorar el bienestar general de los estudiantes.

4 Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y la satisfacción con la vida en estudiantes de Medicina Humana de la Universidad Nacional de San Martín, en Tarapoto, Perú. Los hallazgos revelaron una relación negativa y significativa entre estas variables, indicando que niveles más altos de estrés académico se asocian con una menor satisfacción con la vida. Estos resultados están en línea con estudios previos que han demostrado que los estudiantes de medicina, debido a la naturaleza intensiva de su programa académico, enfrentan altos niveles de estrés que afectan negativamente su bienestar general (Cassaretto et al., 2021; Hernández-Yépez et al., 2022).

El análisis de los datos mostró que un 37.7% de los estudiantes presentaban niveles de estrés académico "Promedio Alto". Este hallazgo coincide con investigaciones anteriores realizadas en Perú y otros países, que indican que los estudiantes de medicina están expuestos a mayores niveles de estrés comparados con otros grupos de estudiantes universitarios (Leiva Nina et al., 2022; Estrada-Araoz, 2024). La pandemia de COVID-19 ha exacerbado estos niveles de estrés debido a la transición a la educación en línea y la incertidumbre sobre el futuro, lo que ha tenido un impacto significativo en su salud mental y satisfacción con la vida (G. Morales et al., 2021; Yolanda del Toro Añel et al., 2023).

Además, la relación negativa entre el estrés académico y la satisfacción con la vida se reflejó en las dimensiones de estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Específicamente, los estudiantes que enfrentaban una mayor cantidad de estresores y síntomas de estrés reportaron una menor satisfacción con la vida. Estos hallazgos son consistentes con la literatura que sugiere que las altas demandas académicas y la presión constante pueden llevar a un agotamiento emocional y a una disminución de la calidad de vida (Frajerman et al., 2019; Saravanan & Wilks, 2014).

El estudio también subraya la importancia de las estrategias de afrontamiento. Aquellos estudiantes que emplearon estrategias de afrontamiento positivas, como el apoyo social y la planificación, tendieron a experimentar menores niveles de estrés y mayor satisfacción con la vida (Narváez et al., 2021). Esto sugiere que el desarrollo de habilidades de afrontamiento efectivas puede ser crucial para mejorar el bienestar de los estudiantes de medicina.

Los resultados de este estudio destacan la necesidad de implementar intervenciones específicas para manejar el estrés académico en estudiantes de medicina, especialmente en el contexto post-pandemia. Fomentar el uso de estrategias de afrontamiento positivas y proporcionar apoyo psicológico puede mejorar significativamente su satisfacción con la vida y su rendimiento académico. Futuros estudios podrían explorar la efectividad de diferentes intervenciones y considerar factores culturales y socioeconómicos que también pueden influir en la relación entre el estrés académico y la satisfacción con la vida.

5 Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses en relación con la realización y publicación de este estudio. Todas las fases de la investigación fueron llevadas a cabo de manera independiente y objetiva, sin influencia de entidades externas que pudieran haber afectado los resultados o su interpretación.

6 Contribuciones de los autores

Guillin Sarango Lisbeth Alejandra, Linares Alva Dagne Ethel y Tuanama Tuanama Luz Katerin contribuyeron al diseño del estudio, la recolección de datos y el análisis estadístico. Ricardo Alberto Gomez Paredes supervisó todas las etapas del proyecto, brindando orientación metodológica y apoyo en la interpretación de los resultados. Todos los autores participaron en la redacción y revisión del manuscrito final, aprobando su contenido para su publicación.

7 Financiamiento

El presente estudio no recibió financiamiento específico de ninguna agencia de financiación en los sectores público, comercial o sin fines de lucro. Los costos asociados con la investigación fueron cubiertos por los propios autores.

8 Agradecimientos

Agradecemos sinceramente a la Universidad Nacional de San Martín y a la Facultad de Ciencias de la Salud por su apoyo y facilidades proporcionadas durante la realización de este estudio. También extendemos nuestro agradecimiento a todos los estudiantes de Medicina Humana que participaron voluntariamente en esta investigación, por su tiempo y colaboración. Finalmente, agradecemos a nuestros colegas y familiares por su constante apoyo y motivación.

Referencias

- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I., & Garcia-Merita, M. (2000). Propiedades Psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en Adolescentes. *Psicothema*, 12(2), 314–319.
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en Psicología [A classification system of research designs in Psychology]. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059.
- Aveiro-Róbaló, T. R., Garlisi-Torales, L. D., Nati-Castillo, H. A., Valeriano-Paucar, J. R., García-Arévalo, C. M., Ayala-Servín, N., Flores-Enriquez, J. F., Rios-González, C. M., & Rodríguez-Morales, A. J. (2023). Ansiedad y depresión en estudiantes de medicina de Latinoamérica durante la pandemia del COVID-19. *Revista de Salud Publica Del Paraguay*, 13(1), 40–45. <https://doi.org/10.18004/rspp.2023.abril.06>
- Barraza Macías, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: Un diseño de diferencia de grupos. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 26(2), 270–289. <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v26n2/v26n2a12.pdf>
- Bergmann, C., Muth, T., & Loerbroks, A. (2019). Medical students' perceptions of stress due to academic studies and its interrelationships with other domains of life: a qualitative study. *Medical Education Online*, 24(1), 1–10. <https://doi.org/10.1080/10872981.2019.1603526>
- Bermúdez-garcía, A., Quintana, A. A., & Farfán-delgado, F. (2020). Educación médica en Perú. 23(1), 5–8.
- Cáceres-González, C., Budian, R. C., González-Rojas, H. A., Brítez-Silvero, J. de la C., & Ferrari, E. (2023). Impactos del COVID-19 en la salud mental en universitarios de Paraguay. *Psicoperspectivas. Individuo y Sociedad*, 22(1), 1–11. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol22-issue1-fulltext-2763>
- Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*, 27(2), e482. <https://doi.org/https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Castillo-Navarrete, J. L., Guzmán-Castillo, A., Claudio Bustos, N., Walter Zavala, S., & Benjamín Vicente, P. (2020). Psychometric properties of sisco-II inventory of academic stress. *Revista Iberoamericana de Diagnostico y Evaluacion Psicologica*, 3(56), 101–116. <https://doi.org/10.21865/RIDEP56.3.08>
- Castillo Pimienta, C., Chacón de la Cruz, T., & Díaz-Véliz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación En Educación Médica*, 5(20), 230–237. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Delannays-Hernández, B., Maturana-Soto, S., Pietrantoni-Richter, G., Flores-Rivera, Y., Mesina-Vilugrón, Í., & González-Burboa, A. (2020). Calidad de vida y bienestar en estudiantes de medicina de una universidad del sur de Chile. *Revista de Psicología*, 29(1), 1–8. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2020.58055>

- Estrada-Araoz, E. G. (2024). Salud mental y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios: Un estudio correlacional. *Gaceta Médica de Caracas*, 132(Supl. 1), 125–133. <https://doi.org/10.47307/gmc.2024.132.s1.17>
- Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Zuloaga, M., & Mamani, H. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88–93.
- Frajerman, A., Morvan, Y., Krebs, M. O., Gorwood, P., & Chaumette, B. (2019). Burnout in medical students before residency: A systematic review and meta-analysis. *European Psychiatry*, 55, 36–42. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2018.08.006>
- Hernández-Yépez, P. J., Contreras-Carmona, P. J., Inga-Berrosopi, F., Ayala, P. B., & Valladares-Garrido, M. J. (2022). Factors associated with academic performance in medical students | Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes de medicina. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 51(1). <http://scielo.sld.cu/pdf/mil/v51n1/1561-3046-mil-51-01-e1673.pdf>
- Hernández, M. de L., Cruz, I., Téllez, T., & Rodríguez, M. del C. (2023). Estrés académico en estudiantes de Medicina diagnosticados en la Unidad de Orientación estudiantil. *Medisan*, 27(3), 1–15.
- Kandeger, A., Guler, H. A., Egilmez, U., & Guler, O. (2020). Major depressive disorder comorbid severe hydrocephalus caused by Arnold – Chiari malformation Does exposure to a seclusion and restraint event during clerkship influence medical student ' s attitudes toward psychiatry ? *Indian Journal of Psychiatry*, 59(4), 2017–2018. <https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry>
- Leitón-Espinoza, Z. E., Ñazco, G. S. C., Pérez-Valdez, C. L., Gómez-Luján, M. D. P., González Y González, V. F., & Villanueva-Benites, M. E. (2022). College student quality of life before and during the Covid-19 pandemic. *Salud Uninorte*, 38(3), 675–692. <https://doi.org/10.14482/sun.38.3.614.59>
- Leiva Nina, M., Indacochea Cáceda, S., Cano, L. A., & Medina Chinchon, M. (2022). Association between anxiety and depression in Medical students at Universidad Ricardo Palma during the year 2021. *Revista de La Facultad de Medicina Humana*, 22(1), 735–742. <https://doi.org/10.25176/rfmh.v22i4.4842>
- Lemos, M., Henao-Pérez, M., & López-Medina, D. C. (2018). Estrés y Salud Mental en Estudiantes de Medicina: Relación con Afrontamiento y Actividades Extracurriculares. *IMedPub Journals*, 14(2:3), 1–8. <https://doi.org/10.3823/1385>
- Lopes, A. R., & Nihei, O. K. (2021). Depression, anxiety and stress symptoms in Brazilian university students during the COVID-19 pandemic: Predictors and association with life satisfaction, psychological well-being and coping strategies. *PLoS ONE*, 16(10 October), 1–22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0258493>
- Manrique-Millones, D., Millones-Rivalles, R., & Manrique-Pino, O. (2019). The SISCO Inventory of Academic Stress: Examination of its psychometric properties in a Peruvian sample. *Ansiedad y Estres*, 25(1), 28–34. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.03.001>
- Morales, G., Lacho, P., Pujay, O., León, C., Paucar, Y., & Gamarra, S. (2021). Satisfacción con la Vida y la Autoeficacia Específica para el Afrontamiento del

- Estrés, en los Estudiantes Universitarios de la Escuela de Psicología de la Universidad Privada César Vallejo de Lima Sur, 2017. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(3), 2418–2437. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i3.462
- Morales Rodríguez, F. M. (2017). Relaciones entre afrontamiento del estrés cotidiano, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional. *European Journal of Education and Psychology*, 3, 45–58. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/j.ejeps.2017.04.001>
- Morales, S. T. T., Quinchalef, G. D. P. V., Vera, J. A. A., Muñoz, S. I. M., & Contreras, K. M. W. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigacion En Educacion Medica*, 9(36), 8–16. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>
- Moreno-Montero, E., Naranjo-Hidalgo, T., Poveda-Rios, S., & Izurieta-Brito, D. (2022). Estrés académico en universitarios durante la pandemia de COVID-19. *Revista Médica Electrónica*, 44(3), 1–15. <https://orcid.org/0000-0001-9602-1444>
- Morfín Lopez, T., Mancillas Bazán, C., Camacho Gutiérrez, E. J. F., Polanco Hernández, G., & Hernández Vidrio, M. (2021). Efecto de la pandemia en hábitos de vida y salud mental: comparación entre dos universidades en México. *Psicología Iberoamericana*, 29(3), e293338. <https://doi.org/10.48102/pi.v29i3.338>
- Nacional, E. (2024). Colegio de Psicólogos del Perú.
- Narváez, J. H., Obando-Guerrero, L. M., Hernández-Ordoñez, K. M., & De la Cruz-Gordon, E. K. (2021). Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios. *Universidad y Salud*, 23(3), 207–216. <https://doi.org/10.22267/rus.212303.234>
- Neponuceno, H. de J., Souza, B. D. M., & Neves, N. M. B. C. (2019). Trastornos mentales comunes en estudiantes de medicina. *Revista Bioética*, 27(3), 465–470.
- Neufeld, A., & Malin, G. (2021). How medical students cope with stress: a cross-sectional look at strategies and their sociodemographic antecedents. *BMC Medical Education*, 21(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12909-021-02734-4>
- Oliver Amparo, L. G., & Bustos, V. (2018). Validación de la Escala de Satisfacción con la Vida y su relación con las dimensiones del Autoconcepto en universitarios peruanos. *Persona*, 2(021), 29–44. <https://doi.org/10.26439/persona2018.n021.3018>
- Pedroza Ruvalcaba, K. A., González Ramírez, L. P., & Jiménez Ávila, J. M. (2023). Depresión y ansiedad en estudiantes de Medicina durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19. *Investigación En Educación Médica*, 12(45), 90–91. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2023.45.22473>
- Pérez, E. R., & Medrano, L. (2010). Análisis Factorial Exploratorio : Bases Conceptuales y Metodológicas Artículo de Revisión. *Argentina de Ciencias Del Comportamiento*, 2(1889), 58–66.
- Poch, F. V., Carrasco, M. G., Moreno, Y. G., Cerrato, S. M., & Aznar, F. C. (2015). Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar personal en

- una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, 31(1), 226–233.
<https://doi.org/10.6018/analesps.31.1.163681>
- Postigo-Zumarán, J.-P. D. A.-C. H. J. E. L. M. C.-S. W. C.-Q. R. A.-M. (2022). Life Satisfaction in Times of Pandemic : a Study in University. 465–471.
- Pozos-Radillo, B. E., Preciado-Serrano, M. de L., Plascencia-Campos, A. R., Acosta-Fernández, M., & Velasco, M. de los Á. A. (2022). Coping strategies in view stress in medical students of a public university in Mexico. *Investigacion En Educacion Medica*, 11(41), 18–25. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2022.41.21379>
- Rogowska, A., Kuśnierz, C., & Bokszczanin, A. (2020). Examining Anxiety, Life Satisfaction, General Health, Stress and Coping Styles During COVID-19 Pandemic in Polish Sample of University Students. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 797–811. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S266511>
- Salcedo-Hernández, M. G., Colán-Hernández, B. A., Mora-Barajas, J. G., & Romero-Carazas, R. (2023). Importancia de las habilidades blandas para la reducción del estrés estudiantil: una revisión sistemática. 5, 1–26.
<http://dx.doi.org/10.36097/rsan.v0i54.2275>
- Sánchez-ruiz, J. (2022). Factores que determinan la satisfacción estudiantil en tiempos de pandemia Covid-19: Revisión sistemática. *Revista de Ciencias Sociales*.
<https://doi.org/10.31876/rcs.v28i.38817>
- Saravanan, C., & Wilks, R. (2014). Medical students' experience of and reaction to stress: The role of depression and anxiety. *The Scientific World Journal*, 2014.
<https://doi.org/10.1155/2014/737382>
- Sierra Rodriguez L, P. V. A. (2017). Estrategia para desarrollar habilidades en el manejo de estres. *Roca. Revista Cientifico Educacional de La Provincia Granma*, 13(4), 155–169.
- Traverso Zumaeta, R., Aguirre Mollehuanca, J. P., Talavera, J. E., & Palomino Baldeon, J. C. (2023). Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en personal de salud. *Revista de La Facultad de Medicina Humana*, 23(3), 46–56.
<https://doi.org/10.25176/rfmh.v23i3.5659>
- Vargas Pacosonco, K. R., & Callata Gallegos, Z. E. (2021). La felicidad en tiempos de pandemia y educación virtual: un estudio en universitarios del Altiplano. *Comuni@cción: Revista de Investigación En Comunicación y Desarrollo*, 12(2), 111–120. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.12.2.493>
- Viladelbosch, È., & Calvo, F. (2021). Satisfacción con la vida, satisfacción académica, autoeficacia y afrontamiento del estrés entre estudiantes del grado de educación social durante la pandemia por COVID-19. *RES : Revista de Educación Social*, ISSN-e 1698-9007, No. 33, 2021, Págs. 525-540, 33, 525–540.
- Villalba Condori, K. O., & Avello Martínez, R. (2019). Resiliencia como factor determinante para la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Educación Médica Superior*, 33(3), 1–15. <http://www.ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/1845>
- Yolanda del Toro Añel, A., Díaz, C. E., & Toro, D. (2023). Estrés académico en estudiantes de Medicina durante la pandemia de covid-19. *Medisan*, 27(4).

<https://orcid.org/0000-0002-1562-8322>YiselPérezTabío1<https://orcid.org/0000-0002-3957-7929>MarleneMarinaGorguetPí1<https://orcid.org/0000-0001-6300-8593>

ANEXOS

EVIDENCIA DE SUMISIÓN DE ARTICULO

1/9/24, 6:42 p.m.

Correo: dagnelinares - Outlook

RV: [AP] Acuse de recibo de envío

dagnelinares <dagnelinares@upeu.edu.pe>

Dom 01/09/2024 17:49

Para: Dan Enoc Saenz Gaspar <dsaenz@upeu.edu.pe>

De: Milagro Castro Solano via Portal de revistas académicas de la Universidad de Costa Rica <revistas@ucr.ac.cr>

Enviado: viernes, 30 de agosto de 2024 10:20

Para: dagnelinares <dagnelinares@upeu.edu.pe>

Asunto: [AP] Acuse de recibo de envío

Dagne Linares:

Gracias por enviar el manuscrito "Estrés académico y satisfacción con la vida en estudiantes de Medicina Humana de Tarapoto" a Actualidades en Psicología. Con nuestro sistema de gestión de revistas en línea, podrá iniciar sesión en el sitio web de la revista y hacer un seguimiento de su progreso a través del proceso editorial.

URL del manuscrito:

<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/actualidades/authorDashboard/submission/61732>

Nombre de usuario/a: dagnelinares

En caso de dudas, contacte conmigo. Gracias por elegir esta revista para publicar su trabajo.

Milagro Castro Solano

--

Milagro Castro Solano

Editora Técnica

Revista Actualidades en Psicología

Universidad de Costa Rica

(506)2511 6974/ 2511 6985

<http://www.revistas.ucr.ac.cr/index.php/actualidades>
actualidades.psicologia@ucr.ac.cr

PORCENTAJE DE SIMILITUD

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

26954_1724363475P03.docx

RECuento DE PALABRAS

5211 Words

RECuento DE CARACTERES

31117 Characters

RECuento DE PÁGINAS

12 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

47.1KB

FECHA DE ENTREGA

Oct 1, 2024 3:44 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Oct 1, 2024 3:45 PM GMT-5

● 14% de similitud general

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

- 11% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 11% Base de datos de trabajos entregados
- 6% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Fuentes excluidas manualmente
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)
- Bloques de texto excluidos manualmente

Resumen

COPIA DE RESOLUCIÓN DE INSCRIPCIÓN DE PERFIL



“Año del bicentenario, de la consolidación de nuestra independencia y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

RESOLUCIÓN N° 0056-T-2024/UPeU-FCS-CF

Lima, Ñaña, 07 de mayo de 2024

VISTO:

El expediente de **LISBETH ALEJANDRA GUILLIN SARANGO**, identificado(a) con Código Universitario N° 201912245, **DAGNE ETHEL LINARES ALVA**, identificado(a) con Código Universitario N° 201912270 y **LUZ KATERIN TUANAMA TUANAMA** identificado(a) con Código Universitario N° 201912635 de la Escuela Profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión;

CONSIDERANDO:

Que la Universidad Peruana Unión tiene autonomía académica, administrativa y normativa, dentro del ámbito establecido por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad;

Que la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, mediante sus reglamentos académicos y administrativos, ha establecido las formas y procedimientos para la aprobación e inscripción del perfil de proyecto de tesis en formato artículo y la designación o nombramiento del asesor para la obtención del título profesional;

Que **LISBETH ALEJANDRA GUILLIN SARANGO**, **DAGNE ETHEL LINARES ALVA** y **LUZ KATERIN TUANAMA TUANAMA**, han solicitado la inscripción del perfil de proyecto de tesis titulado: “Estrés académico y satisfacción con la vida en estudiantes de Medicina Humana de Tarapoto”, y la designación del Asesor, encargado de orientar y asesorar la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato artículo;

Estando a lo acordado en la sesión del Consejo de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, celebrada el 07 de mayo de 2024 y en aplicación del Estatuto y el Reglamento General de Investigación de la Universidad;

SE RESUELVE:

Aprobar el perfil de proyecto de tesis en formato artículo titulado: “Estrés académico y satisfacción con la vida en estudiantes de Medicina Humana de Tarapoto”, y disponer su inscripción en el registro correspondiente, designar al **Mg. RICARDO ALBERTO GÓMEZ PAREDES** como **ASESOR**, para que oriente y asesore la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato artículo el cual fue dictaminado por: Psic. Gabriela Nahir Jimenez Acosta y Mtro. Dan Enoc Saenz Gaspar, otorgándoles un plazo máximo de doce (12) meses para la ejecución.

Regístrese, comuníquese y archívese.



ghfz
Dra. Lili A. Fernández Molocho
DECANA



EVO
Mg. María Esther Valencia Orrillo
SECRETARIA ACADÉMICA

Jr. Los Mártires 340, Urb. Santa Lucía, Morales (Carretera Fernando Belaúnde Terry Km. 1.5) Telfs: (042) 5214, 014800498.
E-mail: admisión.tpp@upeu.edu.pe – www.upeu.edu.pe

CARTA DE APROBACIÓN DE COMITÉ DE ÉTICA



Lima, Ñaña, 15 de abril. de 2024

EL COMITÉ DE ÉTICA Y BIOÉTICA DE INVESTIGACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LASALUD

CONSTA

Que el proyecto de investigación de Guillin Sarango Lisbeth Alejandra identificado (a) con DNI No. 1726611351, Linares Alva Dagne Ethel identificado (a) con DNI No. 45965559 y Tuanama Tuanama Luz Katerin identificado (a) con DNI No. 73431581 y su asesor (a) Mg. Ricardo Alberto Gómez Paredes (a) con DNI No. 6050170 con el título: **“Estrés académico y satisfacción con la vida en estudiantes de Medicina Humana de Tarapoto”**, fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética y Bioética de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud; considerando su calidad científica, bienestar de los participantes, y en conformidad con los estándares éticos establecidas en el Código de ética para la Investigación de la Universidad Peruana Unión (CoEIn - UPeU).

Para mantener la aprobación del Comité de Ética y Bioética, se tiene que cumplir con los siguientes requisitos:

1. Cada participante debe dar su consentimiento informado. Los menores de edad deben registrar su asentimiento informado bajo el consentimiento de uno de sus padres o tutores legales, en caso de trabajos prospectivos. En caso de trabajos retrospectivos, se debe contar con la carta de autorización de la institución para el uso de los datos, si no es de acceso público.

Los resultados de este proyecto puedan ser publicados con referencia a aprobación Número **2024-CEB-FCS - UPeU-«N° 034»**

Fecha de aprobación: 2024-15 de abril
Fecha de expiración: 2025-15 de abril




D^og. José Luis Yareta Yareta
Presidente
Comité de Ética y Bioética - FCS




L^{ca}. Daysi Brañez Hermitaño
Secretaria
Comité de Ética y Bioética - FCS

Villa Unión – Ñaña, altura Km. 19 de la Carretera Central, Lurigancho-CHOSICA, Lima 15, Perú
Teléfono (01) 618-6300 Fax: 6186339 Casilla 3564 Web: www.upeu.edu.pe Email:
universidadperuanaunion@upeu.edu.pe

INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

ANEXO A

Inventario SISCO de Estrés Académico

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes universitarios durante sus estudios.

La sinceridad con que respondan será de gran utilidad para la investigación.

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

- Si
 No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “sí”, pasar a las siguientes preguntas.

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

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

3. A continuación; se presenta una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde señalando con una X.

Nunca	Rara vez	Algunas Veces	Casi siempre	Siempre
N	RV	AV	CS	S

Señale con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	Nunca	Rara vez	Algunas Veces	Casi siempre	Siempre
La competencia con los compañeros del grupo.					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.					
La personalidad y el carácter del profesor.					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).					

El tipo de trabajo que te piden los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).					
No entender los temas que se abordan en la clase.					
Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, etc.).					
Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otra (especifique) <hr/>					

Señale con qué frecuencia tuvo las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estaba preocupado (a) o nervioso (a):

Reacciones Físicas	Nunca	Rara vez	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					
Fatiga crónica (cansancio permanente).					
Dolores de cabeza o migrañas.					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse las manos, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
Reacciones Psicológicas	Nunca	Rara vez	Algunas Veces	Casi siempre	Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración.					
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad					

Reacciones Comportamentales	Nunca	Rara vez	Algun a Veces	Casi Siempre	Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
Aislamiento de los demás.					
Desgano para realizar las labores escolares.					
Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
Especifique _____ otra: _____					

Señale con qué frecuencia utilizó las siguientes estrategias para enfrentar la situación que le causaba la preocupación o el nerviosismo:

	Nunca	Rara vez	Algun as Veces	Casi siempre	Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
Elogios a sí mismo.					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
Búsqueda de información sobre la situación.					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					
Otra (especifique) _____					

Anexo B

Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)

A continuación, se presentan cinco afirmaciones con las que usted puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Utilizando la siguiente escala de 1 a 7, indique su acuerdo con cada una escogiendo el número apropiado. Por favor, responda a las preguntas abierta y sinceramente.

1. Completamente en desacuerdo
2. En desacuerdo
3. Más bien en desacuerdo
4. Ni de acuerdo ni en desacuerdo
5. Más bien de acuerdo
6. De acuerdo Completamente de acuerdo

		Desacuerdo			Neutro		Acuerdo	
		1	2	3	4	5	6	7
1	En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal							
2	Las condiciones de mi vida son excelentes							
3	Estoy satisfecho con mi vida							
4	Hasta ahora he conseguido las cosas que para mí son importantes en la vida							
5	Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida							