

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Ciencias Humanas y Educación



**Experiencias positivas y miedo al Covid-19 como impacto en el
estrés académico de estudiantes universitarios**

Tesis para optar el Grado Académico de Maestra en Educación con Mención
en Investigación y Docencia Universitaria

Autor:

Elizabeth Princesa Morales Merino

Asesor:

Dr. José Hector Livia Segovia

Lima, Julio - 2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo José Hector Livia Segovia, docente de la Unidad de Posgrado de Ciencias Humanas y Educación, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Experiencias positivas y miedo al Covid-19 como impacto en el estrés académico de estudiantes universitarios”** del autor(a) Elizabeth Princesa Morales merino, tiene un índice de similitud de 6% 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 Lima, a los 02 días del mes de agosto del año 2024.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'José Livia Segovia', with a large, stylized initial 'J' on the left and a more complex signature on the right.

José Hector Livia Segovia

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS DE MAESTRO

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a30..... del mes de.....julio.....del año2024, siendo las.....05:00 p.m, se reunieron en la modalidad online sincrónica, bajo la dirección del Señor Presidente del Jurado:.....Mg. Josué Arturo Moran Condezo....., el secretario:.....Mg. Carlos Daniel Abanto Ramos....., los demás miembros:.....Dra. Gabriela Requena Cabral y Mg. Nataly Susan Saez Zevallos.....y el asesor:.....Dr. José Héctor Livia Segovia....., con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de Tesis de Maestro(a) titulada:.....“Experiencias positivas y miedo al Covid-19 Como impacto en el estrés académico de estudiantes universitarios”.....

.....del Bachiller/Licenciado (a)/Magister
.....Elizabeth Princesa Morales Merino.....

.....Conducente a la obtención del Grado Académico de magister en:
.....Educación.....

(Nomenclatura del Grado Académico)

.....con Mención enInvestigación y Docencia Universitaria.....

..... El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al candidato hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del Jurado a efectuar las preguntas, cuestionamientos y aclaraciones pertinentes, los cuales fueron absueltos por el candidato. 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/Licenciado (a)/Magister:.....Elizabeth Princesa Morales Merino.....

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	17	B+	Con nominación de Muy Bueno	Sobresaliente

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el presidente del Jurado invitó al candidato a ponerse de pie, para recibir la evaluación final. Además, el presidente del Jurado concluyó el acto académico de sustentación, procediéndose a registrar las firmas respectivas.



Presidente

Secretario

Asesor

Miembro

Miembro



Bachiller/Licenciado(a)

Experiencias positivas y miedo al Covid-19 como impacto en el estrés académico de estudiantes universitarios

Positive experiences and fear of Covid-19 as impact on the academic stress of university students

Elizabeth P Morales-Merino ¹, ORCID 0000-0002-7501-0065

José H Livia-Segovia ², ORCID 0000-0003-2226-3349

¹Universidad Peruana Unión, Lima, Perú

²Universidad Nacional Federico Villareal, Lima, Perú

Resumen

Las experiencias positivas y el miedo al Covid-19 durante el confinamiento ha tenido un impacto en el estrés académico. El estudio incluyó el objetivo de evaluar el impacto de las experiencias positivas y el miedo al COVID-19 respecto al estrés académico en los estudiantes de una universidad privada de Puno, por ende, se realizó una encuesta virtual mediante un formulario de google los cuales respondieron 501 estudiantes que cursaban el semestre 2021 – II. Los resultados demostraron que los miedos de mayor promedio fueron las de muerte de un familiar o ser querido, por otro lado, las experiencias positivas de mayor promedio fueron las de más religioso o espiritual y al estrés académico se halló que el estrés de mayor promedio fue la sobrecarga de tareas y trabajo académicos. En consecuencia, los estudiantes universitarios han experimentado miedo al covid-19, como también han vivenciado experiencias positivas durante el aislamiento social, en la que hacerse más religioso o espiritual fue un factor protector importante durante el periodo de pandemia. Otro aspecto importante fue que la acumulación de tareas y trabajos académicos contribuye al estrés entre los estudiantes universitarios.

Palabras clave: Covid-19; distanciamiento social, experiencias positivas; estudiantes universitarios; miedo; estrés académico.

Abstract

The positive experiences and fear of Covid-19 during confinement have had an impact on academic stress. The study included the objective of evaluating the impact of positive experiences and fear of COVID-19 regarding academic stress in students of a private university in Puno, therefore, a virtual survey was conducted using a Google form which was answered by 501 students who were studying the 2021 – II semester. The results showed that the fears with the highest average were those of the death of a family member or loved one, on the other hand, the positive experiences with the highest average were those of more religious or spiritual and in terms of academic stress, it was found that the stress with the highest average was the overload of academic tasks and work. Therefore, it is evident that university students have experienced fear of covid-19, as well as having experienced positive experiences during social isolation, in which becoming more religious or spiritual was an important protective factor during the pandemic period. Another important aspect was that the accumulation of tasks and academic work contributes to stress among university students.

Keywords: Covid-19; social distancing, positive experiences; University students; fear; academic stress.

Resumo

As experiências positivas e o medo da Covid-19 durante o confinamento tiveram impacto no stress académico. O estudo teve como objetivo avaliar o impacto das experiências positivas e do medo do COVID-19 em relação ao estresse académico em alunos de uma universidade privada de Puno, para o qual foi realizada uma pesquisa virtual por meio de um formulário Google ao qual responderam 501 alunos que cursavam o semestre 2021 – II. Os resultados mostraram que os medos com maior média foram os da morte de um familiar ou ente querido, por outro lado, as experiências positivas com maior média foram as de maior estresse religioso ou espiritual e académico, constatou-se que o estresse com maior média foi a sobrecarga de tarefas académicas e de trabalho. Os estudantes universitários vivenciaram o medo da Covid-19, bem como experiências positivas durante o isolamento social, em que tornar-se mais religioso ou espiritualizado foi um importante fator de proteção durante o período pandêmico. Outro

aspecto importante foi que a sobrecarga de tarefas e trabalhos acadêmicos gerou estresse acadêmico nos universitários.

Palavras-chave: Covid-19; distanciamento social, experiências positivas; estudantes universitarios; temer; estresse acadêmico.

Correspondencia: Elizabeth Princesa Morales-Merino, Universidad Peruana Unión. E-mail:princeliz.jc@gmail.com

Introducción

Los primeros casos de Covid-19 fueron identificados en diciembre del 2019 y al siguiente año la OMS lo declaró como Emergencia Sanitaria (Zhou, 2020) . Desde su aparición ha causado en las personas miedo, preocupación y angustia en todo el mundo (Kwasi et al., 2020).

Según UNESCO-IESALC (2020) menciona que en Latinoamérica, inmediatamente se estableció la cuarentena como medida de precaución en las universidades. En otro estudio realizado por la misma institución en el (2021) realizado a los estudiantes de 100 universidades, se encontró un impacto emocional generado por el aislamiento social.

Como resultado de esta crisis, el 75% de los jóvenes estudiantes de un nivel superior en Estados Unidos reflejaron ansiedad y depresión (Francesc, 2020). Así mismo, en una de las provincias de China (Sichuan) la población sufrió un colapso emocional (Zhou, 2020). Según Ozamiz-Etxebarria et al. (2020) menciona que los individuos, al presenciar una circunstancia amenazante frente a la enfermedad, acrecientan los niveles de depresión, estrés y ansiedad.

Frente a esta situación una de las medidas de prevención fue el distanciamiento social, el cual ha generado soledad en las personas, por ende es factible que se incremente el estrés, la ansiedad y el temor frente los brotes de enfermedades (Valero et al., 2020), se considera que el miedo relacionado al coronavirus constituye una reacción emocional fundamental (Sandín, Valiente, García, y Chorot, 2020).

Otras investigaciones demostraron cómo el temor al Covid-19 impacta la salud mental. (Khattak et al., 2021;Teng et al., 2021) y como este escenario ha desencadenado distintos tipos de miedos como: la enfermedad, el contagio y la muerte por el coronavirus; la ausencia de productos de consumo primordiales, el trabajo, el retraimiento social y la pérdida de ingresos (Kumar & Nayar, 2021; Sandín, Chorot, et al., 2021). El miedo es un factor contribuyente a la depresión y ansiedad (S. A. Lee & Crunk, 2020; S. Lee et al., 2020).

En conformidad con Sandín et al. (2020) encontraron que más del 50% de una muestra de 1161 estudiantes universitarios han tenido experiencias positivas, un claro ejemplo es aprender a apreciar las actividades al aire libre. Otros autores determinan que reflexionar es una consecuencia positiva frente a la situación de aislamiento social (Johnson et al., 2020). Como también, el abordaje de un factor protector puede ser un punto de partida para afrontar la pandemia a causa del Covid19 (Chow et al., 2021; Sandín et al., 2021).

Estudios previos nos muestran un panorama importante para nuestra investigación, Sandín et al. (2020) analizó la consecuencia psicológica de la pandemia y el confinamiento en el país en estudiantes universitarios españoles, encontrando que los temores más comunes incluían el miedo al contagio, a la muerte, a la enfermedad y a problemas relacionados con el trabajo y los ingresos. Además, el impacto emocional se manifestó en temores al coronavirus, trastornos del sueño y síntomas emocionales; preocupación, depresión, ansiedad, estrés, nerviosismo, inquietud y desesperanza. Así mismo, algunos estudios muestran que el estrés aumentó sustancialmente durante la cuarentena. (González et al., 2020; Gallego-Gómez et al. 2020)

Se ha encontrado evidencia de que el COVID-19 perjudica la salud psicológica de los individuos, contribuyendo al aumento de indicadores como estrés, depresión y ansiedad. (Aldana-Zavala & Rodríguez-Partidas, 2020; Estrada et al., 2021; Talaveras-salas et al., 2021) y con mayor frecuencia los estresores se presentan en reacciones de preocupación o situaciones estresantes o inquietantes en personas que no realizan actividad física, como también en el exceso de trabajos y tareas; ensayos, evaluaciones, prácticas, trabajos de investigación, entre otros (Ascue & Loa, 2021; Soto et al., 2020), a su vez para los alumnos con carencias de tecnología aparte del estrés se halló frustración y deserción universitaria (Lovón & Cisneros, 2020).

Debido al aislamiento social, los universitarios han experimentado emociones negativas; no obstante, la cercanía de la familia ha sido un factor protector clave ante el contexto a causa del Covid-19 (Livia et al., 2021).

Actualmente, hay numerosos estudios sobre los niveles de estrés académico provocados por Covid-19. (Izurieta-Brito et al., 2022; Estrada et al., 2021), sin embargo, se sabe muy poco sobre las experiencias positivas. Ante este vacío del conocimiento, con objetivo de examinar el impacto de las experiencias positivas y el miedo al COVID-19 respecto al estrés académico en estudiantes de una universidad privada situada en

Puno, siendo los objetivos específicos los siguientes: identificar la relación de las experiencias positivas y miedo al covid-19 respecto del estrés académico, así como identificar la relación de las experiencias positivas respecto del miedo al Covid-19, además de describir estrés académico, miedo al Covid-19 y experiencias positivas en los alumnos universitarios.

Método

Diseño

La investigación se enmarca en un estudio predictivo transversal, cuyo objetivo implica examinar las asociaciones entre las variables para explicar o pronosticar su comportamiento (Ato et al., 2013) en vista de que se buscó establecer la influencia de las experiencias positivas y el miedo al Covid-19 sobre estrés académico.

Participantes

Los participantes tenían entre 17 y 53 años (Medad = 20,89; DEedad = 2,688), el 90,1% eran inferiores de 25 años y un 88,5% se identificaron como solteros. Todos los individuos estaban matriculados en nueve programas profesionales diferentes en una universidad privada situada en la región de Puno, la cual se encuentra en el sur del Perú. (Tabla 1) La determinación del tamaño total de la muestra estuvo basada en una población total de estudiantes de 4.595, utilizando 95 % de confianza, un 5 % del margen de error y una variabilidad de 48, lo que dio como resultado una muestra ínfima requerida de 341.

Tabla 1

Caracterización de la muestra

Variables		Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Mujer	311	62.1
	Varón	190	37.9
Civil	Casado (a)	23	4.6
	Conviviente	29	5.8
	Soltero (a)	445	88.8
	Divorciado (a)	3	.6
	Viudo (a)	1	.2
Ciclo	I	47	9.4
	II	144	28.7
	III	24	4.8

	IV	40	8.0
	V	41	8.2
	VI	69	13.8
	VII	24	4.8
	VIII	48	9.6
	IX	26	5.2
	X	38	7.6
Carrera	Administración	53	10.6
	Alimentos	21	4.2
	Ambiental	27	5.4
	Civil	53	10.6
	Contabilidad	169	33.7
	Educación	72	14.4
	Enfermería	40	8.0
	Psicología	47	9.4
	Sistemas	19	3.8
	Total	501	100.0

*Nota.*Frecuencia y porcentaje de la caracterización de la muestra.

Instrumentos

La Escala de Experiencias Positivas ante la Adversidad (EEPA), creada por Sandín et al. (2020), la cual cuenta con un cuestionario conformado por 12 ítems diseñados para evaluar las experiencias positivas que las personas pueden encontrar durante tiempos difíciles. Los encuestados tienen que responder utilizando una escala de 5 puntos, en la cual 1 precisa “nada o casi nada aplicable a mí” y para 5 que quiere decir “totalmente aplicable a mí”.

Por otro lado, la “Escala de Miedos al Coronavirus” con sus siglas siguientes EMC, la cual también se creó por Sandín et al. (2020), tiene 18 ítems que se centran en los temores y preocupaciones relacionados con diversas cuestiones psicosociales del coronavirus. Entre estos elementos se incorporan la ansiedad porque un miembro de la familia contraiga el virus y las preocupaciones por la escasez de alimentos o productos esenciales. Los participantes hacen uso de una escala de intensidad de 5 puntos para

sus respuestas, que va de 1 (“nada o casi nada”) a 5 (“Muchísimo o extremadamente”). Los miedos asociados con el coronavirus se clasifican en cuatro grupos distintos: la enfermedad, miedo al contagio y la muerte con los ítems (1, 2, 3, 4, 5, 7, 10, 11, 17); a su vez cuenta con el miedo a la carencia de productos de consumo básicos, ítems (12, 13, 14); y miedos relacionados con el trabajo y los ingresos económicos con los ítems (6, 8, 9) y miedos al aislamiento social con los ítems (15, 16, 18).

Por último, el Cuestionario de “Estrés Académico SISCO SV”, el cual fue creado por Barraza (2018) y modificado a fin del el contexto de crisis del coronavirus por Alania et al. (2020), tiene un total de 45, lo cual se organizan en 3 dimensiones, que se detallan a continuación: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, cada dimensión contiene un total de 15 preguntas. Los participantes deben responder utilizando una escala tipo Likert que proporciona seis elecciones de respuestas: (0) nunca, (1) casi nunca, (2) rara vez, (3) a veces, (4) casi siempre y (5) Siempre. La aplicación del cuestionario se efectúa de manera colectiva y suele durar aproximadamente 10 minutos.

Procedimientos

El presente estudio se desarrolló en el contexto de aislamiento social promulgado por el estado del Perú, por ende, las universidades se encontraban con la modalidad de estudios virtuales, por ello se solicitó los permisos correspondientes a la universidad Peruana Unión sede Juliaca, más específico a su Dirección general de Investigación. Seguidamente, se elaboró un cuestionario en un formulario de Google (disponible del 20 de noviembre del 2021 al 18 de enero del 2022), el cual fue enviado a través del WhatsApp a los estudiantes, se me accedió ingresar algunas salas de clases para invitar a los estudiantes a los cuales se les solicitó la participación voluntaria, a quienes se les brindó información sobre los fines del estudio y el consentimiento informado. El cuestionado fue respondido por los estudiantes que estuvieron de acuerdo con el consentimiento informado y aceptaron participar en la investigación.

Análisis de datos

En el estudio se efectuó un análisis descriptivo de datos utilizando medias y desviaciones estándar, para caracterizar los miedos generados por el COVID-19, como también el estrés académico y las experiencias positivas. Así mismo el coeficiente de Pearson se empleó a efectos de corroborar el impacto del miedo y las experiencias

positivas respecto al estrés académico en alumnos. En cambio, desde el punto de vista inferencial se usó la prueba T de Student de significación de correlaciones, un modelo de regresión múltiple, así como de un modelo de ecuaciones estructurales en conjunto con los índices de ajuste respectivos. Los análisis se efectuaron usando los paquetes estadísticos Jamovi y AMOS 26.

Resultados

Características del miedo al covid

En cuanto a las características del miedo al covid-19 se encontró que los miedos de mayor promedio fueron las de muerte de un familiar o ser querido, (M=3,41), seguido del miedo que escaseen los alimentos de primera necesidad (M=3,32), sin embargo, siendo los miedos de menor medida contagiarse del coronavirus (M=2,82), no poder celebrar cosas importantes (M=2.83).

Tabla 2

Características del miedo al covid-19

Ítems	Media	Desviación estándar
Contagiarse del coronavirus	2.8204	1.25047
Morir debido al coronavirus	2.8543	1.29334
Contagio de un familiar o ser querido	3.3154	1.22325
Propagación del coronavirus	3.2355	1.20017
Muerte de un familiar o ser querido	3.4092	1.23054
Perder el trabajo o parte del trabajo	3.0659	1.22705
Tener que salir de casa hacer compras	3.0938	1.15809
Perder ingresos económicos	3.2355	1.13860
Perdida del trabajo por parte de un ser querido	3.2774	1.14581
Enfermar o se agrave alguna enfermedad	3.1497	1.24400

Contagiar algún familiar o ser querido	3.3214	1.20604
Escases de alimentos de primera necesidad	3.3194	1.18398
Acudir a urgencias	3.2116	1.21620
Quedarse sin cosas importantes en casa	3.2315	1.21420
No celebrar cosas importantes	2.8323	1.27743
No ver a familiares o amigos íntimos	3.2136	1.18165
Estar aislado socialmente	2.9780	1.22536
Ver/oir noticias sobre el coronavirus	3.0419	1.19509

Nota. Promedio de medias y desviación estándar de la variable miedo al covid-19.

Características de la escala de las experiencias positivas ante las adversidades

En relación con las características de la EEPA se encontró que las experiencias positivas de mayor promedio fueron las de más religioso o espiritual (M=2,81), seguido de organización del tiempo libre (M=2,68) y la de menor medida fueron apreciar más lo que se tiene (M=2,41), seguido de Beneficios al aire libre (M=2,42).

Tabla 3

Características de la escala de las EPA

Ítems	Media	Desviación estándar
Organización del tiempo libre	2.6766	1.03500
Actividades nuevas	2.6407	1.04435
Mas religioso o espiritual	2.8104	1.20249
Cambio de escala de valores	2.5289	1.03618
Interés por personas que le importan	2.4970	1.07074
Pasar tiempo con la familia	2.4291	1.07586
Tiempo libre	2.4691	1.07030
Interés por el futuro	2.4411	1.06912
Apreciar más lo que tiene	2.4132	1.06346
Valorar las relaciones personales	2.4691	1.03805
Beneficios de las actividades al aire libre	2.4192	1.04688
Actividades lúdicas con la familia	2.4631	1.12300

Nota. Promedio de medias y desviación estándar de la variable experiencias positivas ante las adversidades.

Características del estrés académico

En referencia a las características del estrés académico se pudo encontrar que el estrés de mayor promedio fue la sobrecarga de tareas y trabajo académicos con un (M = 3,19), seguido de escuchar música y ver televisión (M=3,10) y las de menor promedio fueron conflictos o tendencias a discutir (M=2,30), seguido de fatiga crónica (M=2.32).

Tabla 4*Características del estrés académico*

Ítems	Media	Desviación estándar
Competitividad entre compañeros	2.5689	1.37904
El carácter de los profesores	2.6986	1.42933
Sobrecarga de tareas y trabajos académicos	3.1856	1.35332
Profesores teóricos	2.8643	1.45105
Nivel de exigencia de los profesores	2.8782	1.43915
La forma de evaluación de los profesores	2.9261	1.41723
Participación en clase	2.7884	1.49370
Tipo de trabajos que piden los profesores	2.9800	1.38838
Realización de exámenes o trabajos	2.9521	1.39488
Exposición en la clase	2.8283	1.44723
Tiempo limitado para hacer trabajos	3.0259	1.43851
Poca claridad sobre lo que solicitan los profesores	2.8263	1.39849
Asistir a clases aburridas	2.5968	1.53138
Trastornos del sueño	2.5509	1.55946
Profesores mal preparados	2.4890	1.57302
No entender los temas de clase	2.7026	1.50379
Dolores de cabeza	2.7345	1.52295
Fatiga crónica	2.3154	1.51537
Rascarse o morderse las uñas	2.3433	1.60932
Problemas de digestión	2.3214	1.48409
Inquietud	2.6627	1.53883
Somnolencia o necesidad de dormir	2.6607	1.53252
Ansiedad	2.7465	1.54454
Conflictos o tendencias a discutir	2.2994	1.54861
Dificultades para concentrarse	2.7206	1.48652
Aislamiento de los demás	2.4950	1.56028
Sentimientos de depresión y tristeza	2.7365	1.54998

Sentimientos de agresividad	2.3892	1.59443
Desgano para realizar las labores académicas	2.5609	1.52669
Aumento o reducción de alimentos	2.6068	1.49902
Habilidad asertiva	2.7304	1.36774
Concentrarse en resolver lo que le preocupa	2.9594	1.33373
Escuchar música y ver televisión	3.0986	1.42711
Elogiar mi forma de actuar	2.8191	1.31798
La religiosidad	2.9170	1.44092
Búsqueda de información	2.8727	1.40774
Solicitar apoyo de la familia	2.6640	1.40052
Contar lo que pasa a otros	2.5694	1.42830
Soluciones concretas	2.8594	1.35326
Evaluar lo positivo y negativo	2.8936	1.30728
Mantener el control de mis emociones	2.9294	1.34880
Recordar situaciones ocurridas anteriormente	2.9152	1.35906
Hacer ejercicio físico	2.8398	1.48594
Plan para enfrentar lo que me estresa	2.7863	1.40658
Obtener lo positivo de lo que me preocupa	2.8773	1.38068
Navegar en internet	2.9960	1.39551
Jugar videojuegos	2.4465	1.65821

Nota. Promedio de medias y desviación estándar de la variable estrés académico.

Modelo explicativo del estrés académico

En cuanto al análisis de correlación, se observó correlaciones significativas entre la variable “miedo al covid-19 y la variable estrés académico” ($r = .513$, $p \leq 0.01$) así como relación negativa entre experiencias positivas ante las adversidades y el estrés académico ($r = -.447$, $p \leq .01$); asimismo, se halló una correlación negativa entre experiencias positivas ante las adversidades y el miedo al covid-19 ($r = -.535$, $p \leq .01$). El análisis de regresión múltiple tuvo como objetivo determinar si las experiencias positivas y el miedo al covid-19 podrían servir como predictores del estrés académico. Se realizó

una regresión por pasos. De acuerdo con los hallazgos presentados en la Tabla 3, cada índice de significación, potencia estadística y tamaño del efecto son suficientes, lo cual indica que estas variables explican un R^2 ajustado de 30,20% ($F=109,102$, $p \leq .001$) del estrés académico.

Los hallazgos del análisis de regresión paso a paso demuestran que a medida que se incorporan variables al modelo, este adquiere una mayor capacidad para explicar el estrés académico, así como una mayor significancia estadística y un tamaño del efecto. Mencionados valores exceden los índices críticos de .80 y .35, lo que indica que los resultados son relevantes para predecir el estrés académico. Además, los indicadores de multicolinealidad, con un Factor de Inflación de la Varianza (FIV) inferior a 10 y valores de tolerancia superiores a un valor de .20, precisan que no hay relaciones significativas entre factores del modelo. Con base en ello, el estadístico de Durbin Watson ($DW=1.6$) está dentro del rango aceptable de dos unidades, ello indica que no hay autocorrelación en los datos y que los resultados son generalizables (Goss-Sampson, 2018).

Tabla 5

Modelos de regresión múltiple paso a paso para la variable estrés académico

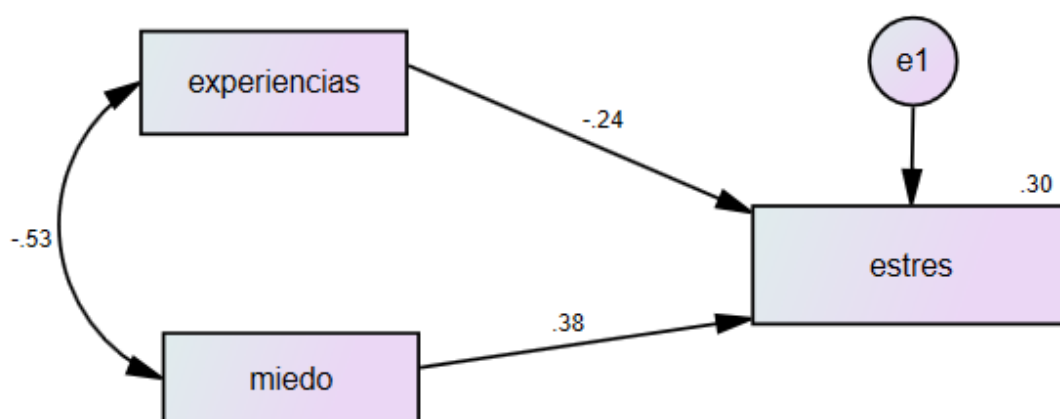
Modelos	F	R2	$\Delta R2$	B	Error estándar	β	p	1- β	f^2
Modelo 1	177.89	.263	.261	1.33	.100	.513	.001	1.0	.35
Miedo	(1,499)								
Modelo 2	109.10						.001	1.0	.43
	(2,498)	.305	.302						
Miedo				1.00	.115	.383	.000		
Experiencias				-1.06	.194	-.242	.000		

Nota. Modelos de regresión múltiple.

Para complementar lo señalado se utilizó un modelo de ecuaciones estructurales, basado en una matriz de covarianzas (CB-SEM) los cuales permiten analizar simultáneamente un conjunto de relaciones de dependencia, expresado en la figura 1, donde se observa que las experiencias emocionales y el miedo al Covid constituyen variables explicativas del estrés académico, conforme cada criterio determinado, se aseveró la bondad de ajuste del modelo ($\chi^2 = 182$; $gl = 2$; $p < .001$; $RMSEA = 0,000$; $GFI = 1,00$; $TLI = 1,00$; $CFI = 1,00$), esto confirma que todos los valores alcanzados eran satisfactorios. La figura 1 muestra el modelo explicativo.

Figura 1

Modelo CB-SEM explicativo del estrés académico en estudiantes universitarios



Discusión

Este estudio caracteriza las experiencias positivas y miedo al Covid-19 como impacto en el estrés académico en los alumnos de una universidad privada de Puno. En cuanto a las experiencias positivas de mayor puntuación de respuesta que experimentaron los estudiantes universitarios fueron las de más religioso o espiritual, seguido de organización del tiempo libre. Según la investigación efectuada por Sandín et al. (2020), todas las clases de experiencias, exclusive en la experiencia de adquirir mayor religiosidad o espiritualidad, el porcentaje fue consistentemente mayor en el grupo femenino cuando se compara con el grupo masculino.

En cuanto a los miedos la de mayor puntuación fue el fallecimiento de un ser querido o un familiar, seguido del miedo que escaseen los alimentos de primera necesidad, estos hallazgos coinciden con la investigación de Moya-Salazar et al. (2022) muestran que uno de los valores más altos fueron en el ítem tengo mucho miedo al coronavirus. En un estudio realizado en una muestra española, reveló que los estudiantes universitarios

que vivían con familiares presentaban puntuaciones elevadas en las áreas relacionadas con el miedo a la infección, la enfermedad y la muerte, en particular debido a las preocupaciones por la posibilidad de infectar a sus seres queridos (Subirón-Valera et al., 2022).

Sobre el estrés académico, el promedio más alto identificado se debió a una sobrecarga de tareas y trabajos. Nuestros hallazgos se alinean con los de Silva-Ramos et al. (2020), cuya investigación indicó de manera similar que muchos estudiantes universitarios padecen niveles moderados de estrés. Además, los principales estresores para los estudiantes fueron reconocidos como las evaluaciones de los docentes, el exceso de tareas y el tiempo limitado disponible para terminar estas tareas.

En cuanto al modelo explicativo se encontró correlaciones significativas entre las variables miedo al covid-19 y estrés académico, este resultado coincide con lo reportado por Estrada et al., (2021) que menciona conforme a su investigación que el estrés académico se agudiza dado el confinamiento que se originó por la pandemia del COVID-19 habiendo hallado elevada prevalencia de estrés académico en universitarios. Resultados similares obtuvo Chávez et al., (2021) donde afirma que la pandemia provocó altos grados de estrés impactando en el marco psicológico. Por otro lado, el hallazgo encontrado por López et al., (2023) evidencia que el miedo a la posibilidad de contagiar a un ser querido también genera estrés.

En nuestro estudio también se halló una correlación negativa entre experiencias positivas ante las adversidades y el estrés académico. Por lo tanto, las experiencias positivas juegan un rol importante como factor protector. Según el estudio de Livia et al. (2021), se caracterizó el impacto psicológico del aislamiento social, identificando un efecto mediante emociones negativas, aunque la mayoría de las emociones positivas prevalecieron sobre las negativas. Por otro lado, Gutiérrez y De la Torre (2020) describen la importancia que obtiene lo religioso en momentos de crisis como un factor protector, reconociendo que la dimensión religiosa/espiritual apoya a las personas a encontrar el sentido en sus vidas y a enfrentar circunstancias críticas.(De León, 2020). La espiritualidad comprende de un área del ser humano que permitió a la persona desde su encierro afrontar la situación compleja del aislamiento (Guerrero & Quetzalcóatl, 2020). En el estudio de Alvarado-Díaz & Pagán-Torres (2021), confirma en su estudio que la espiritualidad y religiosidad son factores protectores que promueven apoyo, consuelo, sanación y bienestar.

Para las investigaciones futuras se recomiendan poder añadir otras variables al modelo para evidenciar su predicción en el estrés académico, como por ejemplo la variable actividad física.

Conclusiones

En conclusión, los estudiantes universitarios han experimentado miedo al covid-19, como también han vivenciado experiencias positivas durante el aislamiento social, en la que hacerse más religioso o espiritual fue un factor protector importante durante el periodo de pandemia. Otro aspecto importante fue que tanto la sobrecarga de tareas como de trabajos académicos tuvieron como consecuencia el estrés académico en estudiantes. En esta investigación se evidenció que el miedo al covid-19 y las experiencias positivas son predictores del estrés académico. La investigación motiva a seguir investigando sobre que otras variables pueden ser predictores del estrés académico en otros grupos de personas.

Referencias

- Aldana-zavala, J., & Rodríguez-Partidas, N. (2020). Depresión, ansiedad y estrés por Covid-19 en actores educativos. *Salud y Vida*, 3, 6–23.
<http://dx.doi.org/10.35381/s.v.v4i8.932>
- Alvarado-Díaz, E., & Pagán-Torres, O. (2021). Consideraciones sobre la Espiritualidad y la Religión como Recursos de Afrontamiento durante la Pandemia del Covid-19. *Revista Caribeña de Psicología*, April, e5007.
<https://doi.org/10.37226/rcp.v5i1.5007>
- Ascue, R., & Loa, E. (2021). Estrés académico en los estudiantes de las universidades públicas de la Región. Apurímac en tiempos de pandemia Covid-19. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(1), 365–376.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i1.238
- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en Psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059.
<https://scielo.isciii.es/pdf/ap/v29n3/metologia.pdf>
- Chávez, J., Chávez, J., Villarreal, D., & Ortiz, L. (2021). Factores de estrés en estudiantes universitarios en época de pandemia (Covid-19). *Horizontes. Revista de Investigación En Ciencias de La Educación*, 5(20), 1258–1272.
<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v5i20.275>
- Chow, S. K., Francis, B., Ng, Y. H., Naim, N., Beh, H. C., Ariffin, M. A. A., Yusuf, M. H. M., Lee, J. W., & Sulaiman, A. H. (2021). Religious coping, depression and anxiety among healthcare workers during the covid-19 pandemic: A malaysian perspective. *Healthcare (Switzerland)*, 9(1).
<https://doi.org/10.3390/healthcare9010079>
- De León, J. (2020). Grandes religiones y nuevos movimientos religiosos ante la pandemia de covid-19 Great religions and new religious movements In the face of the covid-19 pandemic. *Revista Científica Yachaq*, 3, 1–18.
<https://revista.uct.edu.pe/index.php/YACHAQ/article/view/117>
- Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H., & Zuloaga, M. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88.
http://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_1_2021/16_estres_academico_estudiantes.pdf

- Francesc, P. (2020). Covid-19 y Educación superior en América Latina y el Caribe: Efectos, Impactos y Recomendaciones políticas. *Análisis Carolina*, 1–15.
https://doi.org/10.33960/AC_36.2020
- Gallego-Gómez, J., Campillo-Cano, M., Carrión-Martínez, A., Balanza, S., Rodríguez-González-Moro, M., Simonelli-Muñoz, A., & Rivera-Caravaca, J. (2020). The Covid-19 pandemic and its impact on homebound nursing students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(20), 1–10.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17207383>
- González, N., Tejada, A., Espinosa, C., & Ontiveros, Z. (2020). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19. *Scielo*, 644(1), 1–17.
https://www.researchgate.net/publication/342107521_Impacto_psicologico_en_estudiantes_universitarios_mexicanos_por_confinamiento_durante_la_pandemia_por_Covid-19/link/5ee26007458515814a552f72/download
- Guerrero, R., & Quetzalcóatl, C. (2020). El Cuidado De Sí Y La Espiritualidad En Tiempos De Contingencia Por Covid-19. *Cogitare Enfermagem*, 25(0), 1–8.
<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/07/1102784/73518-292566-2-pb.pdf>
- Gutiérrez, C., & De la Torre, R. (2020). Covid-19: la pandemia como catalizador de la videogracia. *Espiral Estudios Sobre Estado y Sociedad*, 27(78–79), 167–213.
<https://doi.org/10.32870/eees.v28i78-79.7205>
- Izurieta, D., Poveda, S., Naranjo, T., & Moreno, E. (2022). Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia Covid-19. *Revista de Neuro-Psiquiatria*, 85(2), 86–94.
<https://doi.org/10.20453/rnp.v85i2.4226>
- Johnson, M., Saletti-Cuesta, L., & Tumas, N. (2020). Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del Covid-19 en Argentina. *Ciencia e Saude Coletiva*, 25, 2447–2456. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10472020>
- Khattak, S. R., Saeed, I., Rehman, S. U., & Fayaz, M. (2021). Impact of Fear of Covid-19 Pandemic on the Mental Health of Nurses in Pakistan. *Journal of Loss and Trauma*, 26(5), 421–435. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1814580>
- Kumar, A., & Nayar, K. R. (2021). Covid 19 and its mental health consequences. *Journal of Mental Health*, 30(1), 1–2.
<https://doi.org/10.1080/09638237.2020.1757052>
- Kwasi, D., Chung-Ying, L., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M., & Pakpour, A. (2020). The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation. *International*

Journal of Mental Health and Addiction. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8>

Lee, S. A., & Crunk, E. A. (2020). Fear and Psychopathology During the COVID-19 Crisis: Neuroticism, Hypochondriasis, Reassurance-Seeking, and Coronaphobia as Fear Factors. *Omega (United States)*, 1–14.

<https://doi.org/10.1177/0030222820949350>

Lee, S., Jobe, M., Mathis, A., & Gibbons, J. (2020). Incremental validity of coronaphobia: Coronavirus anxiety explains depression, generalized anxiety, and death anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 74(June), 6–9.

<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102268>

Livia, J., Aguirre, M., & Rondoy, D. (2021). Impacto Psicológico del aislamiento social en estudiantes de una Universidad Pública de Lima. *Propósitos y Representaciones*, 9. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.768>

López, O., Cortijo, X., Sandoval, P., González, E., & Robles, A. L. (2023). Procesos socioemocionales durante la pandemia por COVID 19 en estudiantes de posgrado. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 17(1).

<https://doi.org/10.19083/ridu.2023.1689>

Lovón, M., & Cisneros, S. (2020). Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por COVID- 19 : El caso de la PUCP Impact of virtual classes on the university students in the context of COVID-19 quarantine : The case of the PUCP. *Propósitos y Representaciones*, 8(3).

MINEDU. (2020). *Resolución Viceministerial*.

<http://www.minedu.gob.pe/superiortecnologica/pdf/rvm-n-084-2020-minedu.pdf>

Moya-Salazar, J., Sevillano-Jiménez, J., Cañari, B., Moya-Salazar, M., & Contreras-Pulache, H. (2022). Validation of the Fear of COVID-19 Scale in a sample of university students. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 51(3).

https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/5983/J.Moya_RCMM_Articulo_spa_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M., & Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Stress, anxiety, and depression levels in the initial stage of the COVID-19 outbreak in a population sample in the northern Spain. *Cadernos de Saude Publica*, 36(4), 1–10. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>

Sandín, B., Chorot, P., García-Escalera, J., & Valiente, R. (2021). Impacto emocional de la pandemia de Covid-19 durante el periodo de confinamiento en España:

- Factores protectores y factores de riesgo / vulnerabilidad. *Acción Psicológica*, 18, 27–44. <https://doi.org/10.5944/ap.18.1.29520>
- Sandín, B., Espinosa, V., Valiente, R. M., García-Escalera, J., Schmitt, J. C., Arnáez, S., & Chorot, P. (2021). Effects of Coronavirus Fears on Anxiety and Depressive Disorder Symptoms in Clinical and Subclinical Adolescents: The Role of Negative Affect, Intolerance of Uncertainty, and Emotion Regulation Strategies. *Frontiers in Psychology*, 12(August), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.716528>
- Sandín, B., Valiente, R., García, J., & Chorot, P. (2020). Psychological impact of the COVID-19 pandemic: Negative and positive effects in Spanish people during the mandatory national quarantine. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 25(1), 1–22. <https://doi.org/10.5944/RPPC.27569>
- Silva-Ramos, M., López-Cocotle, J., & Meza-Zamora, M. (2020). Academic stress in university students: preventive measures. *Rev. Int. Tecnol. Cienc. Soc.*, 9(2017), 153–157. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7689029>
- Soto, C., Franco, L., López, L., Medina, H., & Flores, F. (2020). Estrés académico en universitarios y la práctica de ejercicio físico - deportivo. *Revista Publicando*, 8, 1–8. <https://revistapublicando.org/revista/index.php/crv/article/view/2175/2286>
- Subirón-Valera, A., Lucha-López, C., Rodríguez-Roca, B., Urcola-Pardo, F., Anguas-Gracia, A., Satústegui-Dorda, P., Fernández-Rodrigo, M., & Antón-Solanas, I. (2022). Distrés psicológico y miedo a la Covid-19 en estudiantes de enfermería antes de la colocación clínica: un estudio transversal. *Revista Da Escola de Enfermagem Da USP*, 56, 1–10. <https://doi.org/10.1590/1980-220x-reeusp-2021-0548es>
- Talavera-salas, I., Calcina-cuevas, S., & Zela-pacori, C. (2021). Impacto de la COVID-19 en el estrés académico en estudiantes universitarios Impact of COVID-19 on academic stress in college students Impacto da COVID-19 no estresse acadêmico dos estudantes de graduação. *Dominio de Las Ciencias*, 7, 1673–1688. <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/2193/4675>
- Teng, Y. M., Wu, K. S., & Xu, D. (2021). The Association Between Fear of Coronavirus Disease 2019, Mental Health, and Turnover Intention Among Quarantine Hotel Employees in China. *Frontiers in Public Health*, 9(May). <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.668774>
- UNESCO-IESALC. (2020). COVID-19 y educación superior : De los efectos inmediatos al día después. *Unesco*, 44. <http://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/04/COVID-19-060420-ES-2.pdf>

- UNESCO-IESALC. (2021). *La continuidad pedagógica en las universidades de América Latina durante la pandemia*. 1–21. (www.unesco.org/open-access/terms-use-ccbysa-sp)
- Valero, N., Velez, M., Duran, A., & Torres, M. (2020). Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión. *Enfermería Investiga. Investigación, Vinculación, Docencia y Gestión*, 5(3), 63–70.
<https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/download/913/858/>
- Zhou, X. (2020). Psychological crisis interventions in Sichuan Province during the 2019 novel coronavirus outbreak. *Psychiatry Research*, 286(February), 112895.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112895>