

# UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE SALUD

Escuela Profesional de Psicología



*Una Institución Adventista*

## **Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1ro a 5to. Grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca, 2019.**

Trabajo de Investigación para obtener el Grado Académico de Bachiller en  
psicología.

### **Autores:**

Maria Luz Condorimay Huillca  
Yeny Quiro sucapuca

### **Asesor:**

Mg. Santos Armandina Farceque Huancas

Juliaca, diciembre 2020

# DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

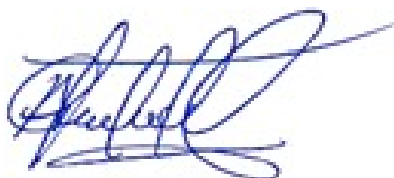
Mg. Santos Armandina Farceque Huancasde, de la Facultad de de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“ESTRÉS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE 1RO A 5TO. GRADO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE JULIACA, 2019.”** constituye la memoria que presenta a las estudiantes Maria Luz Condorimay Huillca y Yeny Quiro Sucapuca, para obtener el Grado Académico de Bachiller en Psicología, cuyo trabajo de investigación ha sido realizado en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

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

Y estando de acuerdo, firmo la presente declaración en la ciudad de Juliaca, a los 04 días del mes de Diciembre del año 2020.



---

Mg. Santos Armandina Farceque Huancas

## ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

En Puno, Juliaca, Villa Chullunquiari, a 04 día(s) del mes de Diciembre del año 2020 siendo las 13:20 horas,

se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión campus Juliaca, bajo la dirección del (de la)

presidente(a): Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco

secretario(a): Mg. Alcides Quispe Mamani y los demás miembros:



..... y el(la) asesor(a) Mg. Santos Armandina Farceque Huancas

..... con el propósito de administrar el acto académico de sustentación del trabajo de investigación titulado: Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1ro a 5to. Grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca, 2019.

..... de los (las) egresados (as): a) Maria Luz Condorimay Huilca

b) Yeny Quiro Sucapuca

..... conducente a la obtención del grado académico de Bachiller en

Psicología

(Denominación del Grado Académico de Bachiller)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando ..... 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 ..... 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:

Candidato/a (a): Maria Luz Condorimay Huilca

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	14	C	Aceptable	Bueno

Candidato/a (b): Yeny Quiro Sucapuca

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	14	C	Aceptable	Bueno

(\*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó ..... 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.

\_\_\_\_\_  
Presidente/a

  
Secretario/a

\_\_\_\_\_  
Asesor/a

\_\_\_\_\_  
Miembro

\_\_\_\_\_  
Miembro

\_\_\_\_\_  
Candidato/a (a)

\_\_\_\_\_  
Candidato/a (b)

# Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1ro a 5to. Grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca, 2019.

Condorimay Huilca Maria Luz<sup>a\*</sup>, Quiro Sucapuca Yeny<sup>a</sup>

<sup>a</sup>EP. Psicología, Facultad Ciencias de la salud, Universidad Peruana Unión

---

## Resumen

La presente Investigación tiene como objetivo determinar la relación entre el estrés y estrategias de afrontamiento en los alumnos de 1ro a 5to. Grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca, 2019. El tipo de estudio fue correlacional, de diseño no experimental, y de corte transversal. La población de estudio estuvo formada por 99 estudiantes entre varones y mujeres de 11 a 18 años de edad. Para la recolección de datos se aplicó el Inventario SISCO y la Escala de estrategias de afrontamiento para adolescentes ACS. Los resultados de la investigación demuestran que existe correlación positiva y significativa ( $p= 024$ ,  $Rho = 0,227$ ) entre estrés académico y estrategias de afrontamiento. Al correlacionar las dimensiones situación estresante, se ha logrado determinar que no existe correlación significativa ( $Rho=.131$ , $p=122$ ); con la dimensión reacciones físicas, se ha logrado determinar que no existe correlación significativa ( $Rho = 0.142$ ,  $p=.091$ ) finalmente con la dimensión reacciones comportamentales, se ha logrado determinar que existe una correlación significativa ( $Rho = .253$ ,  $p= 003$ ) en conclusión existe una relación significativa entre estrés académico y estrategias de afrontamiento en los estudiantes de 1ro a 5to grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca, 2019. Al igual que la investigación que realizó Boulosa, (2013) donde se realizó los análisis respectivos y se hallaron las correlaciones más significativas entre estrés académico y los estilos y estrategias de afrontamiento.

*Palabras claves: Estrés Académico; Estrategias de afrontamiento*

---

## Abstract.

The present research aims to determine the relationship between stress and coping strategies in students from 1st to 5th. High school degree from a state educational institution in Juliaca, 2019. The type of study was correlational, non-experimental design, and cross-sectional. The study population consisted of 99 male and female students aged 11 to 18 years. For data collection, the SISCO Inventory and the ACS Coping Strategies Scale for Adolescents were applied. The research results show that there is a positive and significant correlation ( $p = 024$ ,  $Rho = 0.227$ ) between academic stress and coping strategies. By correlating the stressful situation dimensions, it has been possible to determine that there is a correlation of a very low magnitude ( $Rho = .131$ ,  $p = 122$ ); With the stressful stimuli dimension, it has been possible to determine that there is a correlation of very low magnitude ( $Rho = 0.142$ ,  $p = .091$ ), finally with the dimension of coping strategies, it has been possible to determine that there is a correlation of low magnitude ( $Rho = .253$ ,  $p = 003$ ) in conclusion there is a significant relationship between academic stress and coping strategies in students from 1st to 5th grade of secondary school of a state educational institution in Juliaca, 2019.

Keywords: Academic Stress; Coping strategies.

## Introducción

Actualmente 15 y 20% de los adolescentes presentan un alto grado de estrés, siendo mayor y permanente entre los jóvenes. Señalar que la adolescencia es una etapa que se caracteriza por el desarrollo de la persona

a nivel físico, cognitivo, social y emocional, experimentando un proceso de cambios entre la etapa de niñez, hacia la preparación para responsabilidades y exigencias que demanda de la adultez (Blanco et al., 2015).

Asimismo, el estrés inicia en situaciones amenazantes que altera el equilibrio emocional del individuo. A menudo las conductas que se encuentran en la vida experimentan diversos cambios que exigen al individuo una sobrecarga de energía y por lo tanto pone en peligro la salud total (García & Mazo, 2011).

Por tal motivo, la presente investigación busca relación significativa entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de 1ro a 5to grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca. Para esta investigación se utilizó el inventario SISCO de estrés académico y la escala de afrontamiento para adolescentes (ACS)

Según Selye (2010) definió el estrés ante la Organización Mundial de la salud (OMS) como: La respuesta no específica del organismo o cualquier demanda interna. El estrés es la respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento, de una persona que busca adaptarse y reajustarse a presiones como internas o externas (Bonilla et al., 2015). De esta manera el estrés es cuando un sujeto percibe una limitación como amenaza que perturba el bienestar emocional del individuo.

Los factores psicosociales más estudiados en la actualidad, especialmente por su relación con la aparición de cierto tipo de enfermedades, el manejo y adaptación a situaciones difíciles y el desempeño en general es el estrés (Maldonado & Muñoz, 2019)

Selye (2010) describe el estrés como reacciones fisiológicas manifestada por la persona, cuando un situación o estímulo produce estrés, las pupilas se dilatan para mejorar la visión, la audición se agudiza, los músculos se tensan, preparados para hacer, y la frecuencia cardíaca y respiratoria aumenta, entre otros cambios fisiológicos que conforman la etapa o primera fase a la respuesta de estrés. En una segunda período, estos cambios fisiológicos se mantienen para conformarse las demandas emocionales que provoca la localización (período de alimentación) y en una tercera grado de desfallecimiento, el nivel de activación fisiológica disminuye de forma brusca, ya que de otro modo la entidad llegaría al colapso (Adolfo, 2002)

El afrontamiento es un proceso encaminado y contextual, se dirige a la persona que realmente piensa y que hace en situaciones estresantes, a como éstas se modificarán a medida que se producen estos encuentros, y está influido por las valoraciones de los individuos en torno a las demandas reales a las que se enfrentan y los recursos de los que disponen para abordarlas. (Cabanach Antonio Valle, 2010). Así mismo el afrontamiento debe ser utilizado en situaciones donde más estrés podría habituar al adolescente, cabe mencionar que si se hace evasión de algún afrontamiento que podemos utilizar, puede causar bajo rendimiento escolar en los estudiantes (Morán et al., 2014).

## **Materiales y Métodos**

### ***Participantes***

La población de estudio estará conformada 99 colaboradores de la instituciones educativas secundarias a nivel del distrito de Juliaca, 2019. Debido a que esta población determinada es alcanzable accesible, de tal manera los participantes 54 estudiantes del género masculino y 45 estudiantes pertenecientes al género femenino de puesto de servicios que tienen como mínimo grado de primaria completa y el rango de edad que oscilan es a partir 11 a 18 años.

### ***Instrumentos***

Para la recolección de datos se optó el Instrumento que se utilizó para la evaluación. Inventario SISCO del estrés académico fue creado y validado por Masías en México en el año 2007, que a través de su auto observación el sujeto puede brindar información sobre su funcionamiento. El instrumento cuenta con 3

dimensiones: Primero “Situaciones que son percibidas como estresantes”, busca determinar las situaciones que son percibidas con mayor frecuencia como estresantes por los estudiantes evaluados. La segunda dimensión es: “Reacciones frente al estímulo estresor”, donde se observa en los adolescentes la presencia de síntomas (físico, psicológico y comportamental) del estrés académico. Finalmente, la tercera dimensión es “frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento”, con ello se busca identificar qué estrategias son las más usadas frente a situaciones estresantes. Asimismo, este instrumento cuenta con cinco apartados y está conformado por 31 ítems compuestos por la escala Likert con 5 elementos de frecuencia.

Para el uso del instrumento en la presente investigación y teniendo en cuenta que no está validado en nuestro país, solicitamos la colaboración de 4 jueces, todas profesionales de psicología a quienes se solicitó su opinión experta con la finalidad de validar el contenido del instrumento.

Deseos suicidas, proyecto de intento suicida y desesperanza). La naturaleza que identificamos de este instrumento es que a mayor puntaje obtenido, mayor será la ideación suicida. Para el presente estudio se extrajo el grado de confiabilidad, y cómo este instrumento posee una escala de respuestas dicotómicas, se procedió al análisis por Kuder Richardson -20, o en sus siglas KR-20, cuyo resultado indicaría un alfa 0,832, lo que indicaría que el instrumento proporciona resultados consistentes (Hernandez, Fernandez y Baptista, 2014).

### **Escala de afrontamiento para adolescentes ACS.**

El (ACS) es un inventario de autoinforme diseñado por Frydenberg y Lewis (1997), adaptado en Lima por Beatriz Canessa en el año 2002. El instrumento está compuesto por 80 ítems con finalidad de evaluar 18 diferentes estrategias de afrontamiento que se identificó conceptual y empíricamente.

Las 18 estrategias están agrupadas en tres dimensiones o estilos básicos de afrontamiento: La primera “resolución del problema”, que está orientada a identificar la frecuencia que el evaluado aborda la situación estresante con la finalidad de buscar una solución. La segunda es “búsqueda de ayuda en los demás”; la dimensión investiga si es frecuente entre los evaluados compartir sus preocupaciones y buscar soporte en terceras personas como amigos y familiares. La tercera dimensión denominada “afrontamiento improductivo”, donde el evaluado no encuentra una solución a pesar de las estrategias usadas. Los elementos se puntúan mediante una escala de tipo Likert de cinco puntos: (nunca lo hago, lo hago raras veces, lo hago algunas veces, lo hago a menudo y lo hago con mucha frecuencia).

Está diseñado para jóvenes entre 12 y 18 años, sin embargo, también puede ser usado con personas mayores de edad (Frydenberg y Lewis, 2008). Asimismo, es de fácil y breve aplicación y se puede administrar de forma individual o grupal (Frydenberg y Lewis, 2008).

### **Análisis de datos**

#### **Resultados y Discusión**

Los resultados que se presentan a continuación fueron procesados a partir del programa estadístico SPSS en su versión 22.0, y microsoft Excel en su versión 2018.

#### **Análisis sociodemográficos**

En la tabla 1, respecto al análisis socio demográfico de la población de estudio se observa que del 100% de los estudiantes evaluados, el 38.4% tienen la edad de 13 a 14 años. También se observa el año académico de 100% de estudiantes evaluados de 1ro a 5to año. Se observa que del 100% de los estudiantes evaluados, el 54.05% son del sexo masculino que corresponde a 54 estudiantes y un 45.5% son del sexo femenino correspondientes a 45 estudiantes. Por último, se observa la situación actual de los estudiantes el 73.7% son de situación regular que corresponde 73 estudiantes, el 13.1% que presenta la situación buena que corresponde a 13 estudiantes, por último 13.1% presenta situación complicada que pertenece a 13 estudiantes.

**Tabla 1**  
*Datos sociodemográficos de la población de estudio*

		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
		<b>a</b>	<b>(%)</b>
Edad	11 – 12	21	21.2%
	13 – 14	38	38.4%
	15 – 16	25	25.3%
	17 – 18	13	13.1%
	Total	99	100.0%
Año Académico	1ro.	23	23.2%
	2do.	21	21.2%
	3ro.	15	15.2%
	4to.	19	19.2%
	5to.	21	21.2%
	Total	99	100.0%
Sexo	Mujer	45	45.5%
	Varón	54	54.5%
	Total	99	100.0%

En la tabla 2, Se muestra las frecuencias respecto a los niveles de estrés académico. Se observa que el 100% de los estudiantes evaluados, el 55.6% tiene un nivel medio de estrés académico, que corresponde 55 estudiantes, el 44.4% posee un nivel alto de estrés académico que corresponde a 44 estudiantes de 1ro a 5to grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca, 2019.

**Tabla 2**  
*Nivel de variable Estrés académico en la población de estudio*

Estrés académico	Frecuencia		
	absoluta (ni)	Porcentaje (%)	Porcentaje acumulado
Medio	55	55.6%	55.6%
Alto	44	44.4%	100%
Total	99	100%	

En la tabla 3, se observa el 100% de los estudiantes evaluados, el 67.7% tiene un nivel alto de estrategias de afrontamiento que corresponde a 67 estudiantes y el 32.3% tiene un nivel medio de afrontamiento que corresponde 32 estudiantes de 1ro a 5to grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca-2019.

**Tabla 3**  
*Nivel de variable estrategias de afrontamiento*

Estrategias de afrontamiento	Válido	Frecuencia		Porcentaje acumulado
		absoluta (ni)	Porcentaje (%)	
Medio		32	32.3%	32.3%
Alto		67	67.7%	100%
Total		99	100%	

En la tabla 4, se observan las pruebas de normalidad basados en dos pruebas conocidas, Kolmogorov Smirnov y Shapiro Wilk, para el presente estudio se contó con más de 50 Personas por ello, se hace uso de la prueba de Kolmogorov Smirnov. Los puntajes de (Sig. <.05) por ende, las variables pertenecen a una distribución no normal lo que indicaría que necesitamos un estadístico de correlación no paramétrica.

**Tabla 4**

*Pruebas de normalidad para estrés académico y estrategias de afrontamiento.*

Variable	K-S	P
Estrés académico	0.200	0.360
Estrategias de afrontamiento	0.006	0.019

Según la tabla 5, como el valor de  $p = 0.024$  es menor al nivel de significancia ( $\alpha$ ), por lo cual se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_a$ ), quiere decir que, si existe correlación estadísticamente significativa, además el valor de rho es igual a 0.227 lo que indica que existe relación significativa directa entre estrés académico y estrategias de afrontamiento en los estudiantes de 1ro a 5to. Grado de secundaria, es decir menor estrés mayor estrategias de afrontamiento.

**Tabla 5**

*Análisis de Correlación entre la variable estrés académico y estrategias de afrontamiento*

		Estrés académico	Estrategias De Afrontamiento
Rho de Spearman	Estrés académico	1.000	.227*
	Coeficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	.	.024
	N	99	99
Estrategias De Afrontamiento	Estrés académico	.227*	1.000
	Coeficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	.024	.
	N	99	99

Según la tabla 6 la correlación de la D1. De la prueba Kolmogorov - Smirnov determina un valor de  $p=122$ ; como el valor de  $p$  es mayor al nivel de significancia ( $\alpha$ ), por ende se acepta la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se rechaza la hipótesis alterna ( $H_a$ ), quiere decir que no existe una correlación estadísticamente significativa, además el valor de rho es igual a 0.31 lo que indica que existe un nivel de correlación muy baja entre reacciones físicas y estrategias de afrontamiento, en los estudiantes de 1ro a 5to. Grado de la institución educativa estatal Juliaca, 2019.

Así mismo con la D2. De la prueba Kolmogorov - Smirnov determina un valor de  $p=091$ ; como el valor de  $p$  es mayor al nivel de significancia ( $\alpha$ ), por ende se acepta la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se rechaza la hipótesis alterna ( $H_a$ ), quiere decir que no existe una correlación estadísticamente significativa, además el valor de rho es igual

a 0.142 lo que indica que existe un nivel de correlación muy baja entre reacciones psicológicas y estrategias de afrontamiento, en los estudiantes de 1ro a 5to. Grado de la institución educativa estatal Juliaca, 2019. Por último con la D3. De la prueba Kolmogorov - Smirnov determina un valor de  $p=003$ ; es menor al nivel de significancia ( $\alpha$ ), por lo cual se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_a$ ), quiere decir que si existe correlación estadísticamente significativa, además el valor de rho es igual a 0.253 lo que indica que existe un nivel de correlación baja existe un nivel de correlación baja entre Reacciones comportamentales y estrategias de afrontamiento, en los estudiantes de 1ro a 5to. Grado de la institución educativa estatal Juliaca, 2019.

### Tabla 6

Análisis de correlación de la dimensión estrés académico con estrategias de afrontamiento

Correlaciones

			Estrategias De Afrontamiento	Reacciones físicas	Reacciones psicológicas	Reacciones comportamentales
Rho de Spearman	Estrategias De Afrontamiento	Coefficiente de correlación	1,000	,131	,142	,253**
n		Sig. (bilateral)	.	,122	,091	,003
		N	99	99	99	99

### Discusión

Respecto a la hipótesis general, se ha logrado determinar que existe una relación significativa ( $p= 0,24$ ,  $Rho = 0,227$ ) entre estrés académico y estrategias de afrontamiento. Al igual que la investigación que realizó Boullosa, (2013) donde se realizó los análisis respectivos y se hallaron las correlaciones más significativas entre estrés académico y los estilos y estrategias de afrontamiento. Se halló un nivel promedio de estrés académico “medianamente alto” en este grupo, y las situaciones principalmente generadoras de estrés fueron las evaluaciones y la sobrecarga académica. En cuanto a la sintomatología experimentada, las reacciones psicológicas fueron las principales. Asimismo, los alumnos de esta muestra hacen un mayor uso del estilo de afrontamiento resolver el problema. Finalmente, en cuanto a la relación entre ambas variables, se observa que el nivel de estrés percibido correlaciona directamente con el estilo de afrontamiento no productivo e indirectamente con el estilo resolver el problema.

### Conclusiones

Los resultados obtenidos de la presente investigación muestran que existe una relación significativa entre estrés académico y estrategias de afrontamiento en los estudiantes de 1ro a 5to grado de secundaria de diversas instituciones educativas estatales de Juliaca. En la primera dimensión no existe una relación directa y significativa entre la dimensión reacción física y estrategias de afrontamiento, en la segunda dimensión no existe una relación directa y significativa entre reacciones psicológicas y estrategias de afrontamiento en la última dimensión Existe una relación directa y significativa entre reacciones

comportamentales y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1ro a 5to. Grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca, 2019.

## Recomendaciones

En base a los resultados obtenidos, se puede implementar un programa de intervención basado en la disminución de estrés académico, como el manejo de estrés dentro de las Instituciones educativas Secundarias, puesto que está comprobado que a menor estrés académico mejor rendimiento académico. Capacitar a los docentes para un mejor abordaje de los diferentes problemas que los alumnos refieren durante el año, lo cual contribuirá en el bienestar del estudiante y la relación con los docentes. Plantear actividades como escuela para padres, talleres y seminarios etc para que pueda aprender la importancia enfrentar los problemas, de esta manera transmitir estilos más efectivos de afrontamiento a los estudiantes.

## Referencias

- Adolfo, G. (2002). Estrés: desarrollo histórico y definición. *Rev. Arg. Anest*, 60, 350–353. [https://www.anestesia.org.ar/search/articulos\\_completos/1/1/279/c.pdf](https://www.anestesia.org.ar/search/articulos_completos/1/1/279/c.pdf)
- Alonso, F. (2009). El estrés en las enfermedades cardiovasculares. *Libro de La Salud Cardiovascular Del Hospital Clínico San Carlos*, 583–590. [https://www.fbbva.es/microsites/salud\\_cardio/mult/fbbva\\_libroCorazon\\_cap66.pdf](https://www.fbbva.es/microsites/salud_cardio/mult/fbbva_libroCorazon_cap66.pdf)
- Alvarez, J., Aguilar, J. M., Fernández, J. M., Salguero, D., & Pérez, E. R. (2013). El estrés ante los exámenes en los estudiantes universitarios. Propuesta de intervención. *Revista de Psicología*, 1(2), 179–188. <http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4425458.pdf> <http://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=4425458>
- Anónimo. (2014). *Obstetricia, Servicio de Gineco*. 7–11.
- Arturo, B. M. (2008). *El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras : un diseño de diferencia de grupos*. <http://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>
- Bedoya-lau, F. N., Matos, L. J., & Zelaya, E. C. (2014). Niveles de estrés académico , manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012 . *Artículo* 77(4). <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v77n4/a09v77n4.pdf>
- Berrio García, N., Mazo Zea, R. (2012). Estrés Académico. *Revista de Psicología (Universidad de Antioquia)*, 3(2), 81–87. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>
- Blanco, K., Cantino Martínez, N., Martínez, C., Castro González, Y., Downs Bryan, A., Romero Villadiego, E. (2015). *Estrés académico en los estudiantes del área de la salud en una universidad pública, Cartagena*. 1–49.
- Bonilla, C., Delgado, K., & Leon, D. (2015). Niveles de estrés académico en estudiantes de odontología de una Universidad de la Provincia de Chiclayo, 2014. *Tesis*. [http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/309/1/TL\\_BonillaZamora\\_DelgadoPerez\\_LeonArbulu.pdf](http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/309/1/TL_BonillaZamora_DelgadoPerez_LeonArbulu.pdf)
- Castillo, E., & Arce, Y. (2018). Universidad Nacional Del Altiplano Monografías : *Tesis*, 105.

Causales, F., Estrés, D. E. L., Estudiantes, E. N. L. O. S., Rearte, S. De, Castaldo, E., Del, C., En, E., & Universitarios, L. O. S. E. (2013). Factores causales del estrés en los estudiantes universitarios. *Artículo*. file:///D:/estrés t/4.pdf

Celis, Bustamante, C. & A. (2001). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de medicina humana del primer y sexto año* (pp. 25–30). artículo. <http://www.scielo.org.co/pdf/cesm/v24n1/v24n1a02.pdf>

Correa-prieto, F. R. (2015). Estrés académico en estudiantes de medicina de la Universidad César Vallejo , de Piura 2013 Academic stress in medical students in the la. *Artículo Original*, 8(5), 80-85.

Escolar, E. L. E. (2015). El estrés escolar. *Revista Clínica Las Condes*, 26(1), 34–41. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2015.02.003>

García-ros, R., Pérez-gonzález, F., Pérez-blasco, J., Natividad, L. A. (2012). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *RLP*, 40, 143–154. <http://www.scielo.org.co/pdf/rtps/v44n2/v44n2a12.pdf>

García, B. G., & Mazo, Z. R. (2011). El estrés académico. *Revista de Psicología.*, 3(2), 65–82. <https://doi.org/20772874>

Gerardo, M., Pereira, S., Margarita, M., Galaz, F. (2005). Estrés, respuestas de afrontamiento e ideación suicida en adolescentes. *Artículo Psicología y Salud*, 15(221–230). file:///C:/Users/Maria Luz/Downloads/806-3662-1-PB.pdf

J. Fernandez. (2014). Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de lima-sur. *Tesis de Licenciatura*. [http://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/AUTO\\_a0ba2cd37f6594ca3f6c81778d69f882/Details](http://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/AUTO_a0ba2cd37f6594ca3f6c81778d69f882/Details)

Luisa, M., & Pereira, N. (2009). *una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este en el ámbito educativo*. 33(2), 171–190. file:///C:/Users/Maria Luz/Downloads/511-786-2-PB.pdf

Maldonado, S., & Muñoz, M. (2019). *Estrés académico y modos de afrontamiento del estrés en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este*. 94. [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1723/Sheyla\\_Tesis\\_Licenciatura\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1723/Sheyla_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Marote, M. B. (2014). Estrés académico y sentido de coherencia en un grupo de estudiantes universitarios. *Tesis de Licenciatura*. file:///C:/Users/Maria Luz/Downloads/BARRAZA MOROTE MARIO ESTRÉS ACADÉMICO.pdf

Martín., Y. D. (2018). *Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina*. <http://www.ghbook.ir/index.php?name=مجموعه مقالات دومین هم اندیشی سراسری رسانه تلویزیون و سکولاریسم> option=com\_dbook &task=readonline&book\_id=13629&page=108&chkhask=03C706812F&Itemid=218 lang=fa& tpl=component

Matalinares, M. L., Díaz, G., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J., Yaringaño, J. (2016). Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. *Persona*, 0(019), 105. <https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.975>

Morán, C., Hinojosa, L. M. M., Ramírez, M. T. G., Landero-Hernández, R., & Menezes, E. (2014). Evaluación de las propiedades psicométricas del Brief COPE, su relación con el NEO PI-R y diferencias de género en Brasil. *Universitas Psychologica*, 13(4), 1305–1320. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-4.eppb>

Nogareda, S. (2000). Fisiología del estrés. *Instituto Nacional de Seguridad e Higiene En El Trabajo, figura 1*, 1–6. [https://www.insst.es/documents/94886/326827/ntp\\_355.pdf/d0c209e9-026e-4d85-8faf-5a9fcea97276](https://www.insst.es/documents/94886/326827/ntp_355.pdf/d0c209e9-026e-4d85-8faf-5a9fcea97276)

OMS. (1995). Complicaciones del Aborto: Directrices técnicas y gestoriales de prevención y tratamiento. *Directrices Técnicas y Gestoriales de Prevención y Tratamiento*, 1–88.

Piemontesi, S. E., & Heredia, D. E. (2009). Afrontamiento ante exámenes: Desarrollos de los principales modelos teóricos para su definición y medición. *Anales de Psicología*, 25(1), 102–111.

Pozos-Radillo, B. E., Preciado-Serrano, M. D. L., Rosa, A., Campos, P., Acosta-Fernández, M., y de los ángeles Aguilera V., M. (2015). Estrés académico y síntomas físicos, psicológicos y comportamentales en estudiantes Mexicanos de una universidad pública. *Ansiedad y Estrés*, 21(1), 35–42. <http://content.ebscohost.com/ContentServer.asp?T=P&P=AN&K=103348072&S=R&D>

Ramón, G., Afrontamiento, E. D. E., Estrés, D. E. L., Cabanach, R. G., Valle, A., Rodríguez, S., & Piñero, I. (2010). Escala de afrontamiento del estrés académico. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 1(1 enero), 51–65. <http://www.redalyc.org/pdf/2451/245116411005.pdf>

Risco, G. y H. (2015). Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de enfermería. *PhD Proposal Tesis*, 1(c), 29–32. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

Rizo, H. M., Indicadores, F., Educativo, S., Panorama, N., Inventario, E. L., Del, S., Académico, E., & Macías, A. B. (2007). *Instrumentos de investigación el inventario sisco del estrés académico* 89. 7, 89–93.

Ruiz, E. B., Ivonne, S., & Maldonado, M. (2014). Emociones , estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Artículo Psicología y Educación*, 17, 37–57. <http://www.redalyc.org/pdf/802/80230114003.pdf>

Ticona Benavente, S., Paucar Quispe, G., Llerena Callata, G. (2010). Nivel de Estrés y Estrategias de Afrontamiento en estudiantes de la facultad de Enfermería. *Enfermería Global*, 19, 1–18. <http://scielo.isciii.es/pdf/eg/n19/docencia1.pdf>

Ursula Oberst, P., Ibarz, V., León, R. (2004). La Psicología Individual De Alfred Adler Y La Psicósíntesis De Olivér Brachfeld the Individual Psychology of Alfred Adler and Oliver Brachfeld Psychosynthesis. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 67, 31–44. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v67n1-2/a03v67n1-2.pdf>

