



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Estrés académico en estudiantes técnicos enfermería del Instituto  
Superior Tecnológico de Huari- Ancash, 2022

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

Licenciada en Enfermería

**AUTORA:**

Meza Cruz, Rocio Mariluz (orcid.org/0009-0007-3405-089X)

**ASESORA:**

Mg. Blancas Fierro, Lila Herminia (orcid.org/0000-0002-9855-2190)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Salud Mental

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA - PERÚ

2022

## **DEDICATORIA**

Dedico el presente trabajo principalmente a Dios, a mis padres, por demostrarme siempre su apoyo incondicional. A mí hija, que es el motor que me impulsa cada día a ser mejor, para ser su mejor ejemplo de vida.

## **AGRADECIMIENTO**

Un agradecimiento especial a nuestra alma mater, la Universidad César Vallejo, Facultad de Ciencias de la Salud.

A mi asesora, Mg. Lila Herminia Blancas Fierro mis sinceros agradecimientos por su enseñanza y guía fue pieza fundamental para el desarrollo del estudio.

A mis padres y a mí hija por su apoyo para realizar mis estudios con calidad, para luego ponerme al servicio de mi país.

## Índice de contenidos

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	vi
Resumen	vii
Abstract	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	14
3.1. Tipo de investigación	14
3.2. Variable y operacionalización	14
3.3. Población, muestra y muestreo	15
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	16
3.5. Procedimientos	17
3.6. Método de análisis de datos	17
3.7. Aspectos éticos	17
IV. RESULTADOS	19
V. DISCUSIÓN	21
VI. CONCLUSIONES	25
VII. RECOMENDACIONES	26
REFERENCIAS	27
ANEXOS	

## Índice de tablas

Figura 1. Nivel de estrés académico en estudiantes en técnicos de enfermería del Instituto Superior Huari 2022.....	19
Figura 2. Estrés académico según las dimensiones: estresores, reacciones físicas, reacciones psicológicas, reacciones comportamentales y estrategias de afrontamiento en estudiantes técnicos de enfermería del Instituto superior Huari 2022.....	20

## Resumen

El estrés académico es una de las principales problemáticas presentes dentro de la educación superior técnica en enfermería, porque debido al COVID-19, los estudiantes se vieron forzados a realizar clases híbridas que suponen una presión muy fuerte. La presente investigación tuvo el objetivo principal de determinar el nivel de estrés académico en estudiantes en técnicos de enfermería. El estudio fue básico, cuantitativo, descriptivo, no experimental, analizo el estrés académico sobre una muestra de 80 estudiantes. La técnica fue la encuesta presencial y el instrumento fue el cuestionario "Inventario SISCO del Estrés Académico", cuyo valor del alfa de Cronbach fue 0.971; la información se procesó en el programa SPSS versión 26. Los resultados mostraron que la mayoría presentaba un nivel de estrés bajo (50%). En cuanto a la dimensión estresores en la mayoría se evidencio nivel medio (49%), en la dimensión reacciones físicas se identificó nivel medio (39%), en cuanto a la dimensión reacciones psicológicas nivel bajas (50%), según la dimensión reacciones comportamentales se encontró un nivel bajo (46%) y por último en su dimensión estrategias de afrontamiento un nivel alto (35%). Se concluye, el nivel de estrés académico es bajo en los estudiantes técnicos de enfermería del Instituto Superior Tecnológico de Huari- Ancash.

**Palabras clave:** Estrés académico, estresores, estudiantes de enfermería.

## **Abstract**

Academic stress is one of the main problems present within technical higher education in nursing, because due to COVID-19, students were forced to take hybrid classes that represent very strong pressure. The present investigation had the main objective of determining the level of academic stress in students in nursing technicians. The study was basic, quantitative, descriptive, non-experimental, it analyzed academic stress on a sample of 80 students. The technique was the face-to-face survey and the instrument was the "SISCO Inventory of Academic Stress" questionnaire, whose Cronbach's alpha value was 0.971; the information was processed in the SPSS version 26 program. The results showed that the majority had a low level of stress (50%). Regarding the stressor dimension, the majority showed a medium level (49%), in the physical reactions dimension a medium level was identified (39%), in terms of the psychological reactions dimension, low level (50%), according to the reactions dimension. behavioral, a low level was found (46%) and finally, in its coping strategies dimension, a high level (35%). It is concluded that the level of academic stress is low in the technical nursing students of the Instituto Superior Technologic de Huari-Ancash.

**Keywords:** Academic stress, stressors, nursing students.

## I. INTRODUCCIÓN

La vida académica en la educación superior, constituye un reto para los estudiantes, ya que las exigencias, la metodología de trabajo y las responsabilidades académicas en los institutos pueden ser una fuente de ansiedad y estrés para los futuros profesionales <sup>(1)</sup>. El estrés académico, es una respuesta a los estímulos de aprendizaje, metodología del profesor, exámenes y todas las exigencias que supone la vida académica de los estudiantes <sup>(2)</sup>. Se produce cuando el estudiante técnico percibe de forma negativa las exigencias del entorno de aprendizaje, cuya sintomatología incluye el aumento de la fatiga física, el insomnio, bajo rendimiento académico y abandono de carrera <sup>(3)</sup>.

Actualmente, se han creado nuevos escenarios de estrés para los estudiantes, debido a que, en 2020, la OMS declaró una pandemia en todo el mundo, por la propagación del COVID-19 <sup>(4)</sup>. Bajo este escenario, distintos países en el mundo, empezaron a establecer medidas preventivas que tuvieron la finalidad de frenar la ola de contagios, siendo el aislamiento social obligatorio la medida más drástica que se tomó, lo cual obligo a los estudiantes a desarrollar sus estudios de forma remota <sup>(5)</sup>. Es así que la educación paso también por un estado de emergencia, dado que la transición de esta nueva metodología de estudios impuesta por el nuevo contexto sanitario, genero mayor ansiedad, particularmente a estudiantes de la carrera de enfermería, que, conforme a estudios realizados en Turquía <sup>(6)</sup>, Irak <sup>(7)</sup>, España, Portugal <sup>(8)</sup> y Estados Unidos <sup>(9)</sup>, mostraron niveles altos de estrés académico.

El Perú, no fue la excepción a esta condición, también se aplicaron medidas de bioseguridad frente al COVID-19 <sup>(10)</sup>, que generó una transición de actividades educativas presenciales a las virtuales, cuya metodología de trabajo dio lugar a nuevos factores estresantes como las restricciones de acceso a internet, métodos y estrategias de enseñanza ineficaces, el exceso de trabajo y la exposición constante a dispositivos electrónicos <sup>(11)</sup>, lo que afectó severamente la educación superior. Según Dyck <sup>(12)</sup> la carrera técnica en enfermería, es probablemente una de las más



afectadas por el cambio en la metodología de enseñanza, ya que desarrollaron prácticas de forma híbrida, intercalando clases virtuales y presenciales, incrementando la sobrecarga de trabajo y manteniéndolos en contacto directo con situaciones altamente desmotivadoras, por el miedo al contagio y la falta de una remuneración <sup>(13)</sup>.

Es así que, a nivel nacional, se tienen informes de la existencia de estrés académico severo entre los estudiantes técnicos de enfermería que cursan sus últimos ciclos por tener mayor carga laboral y académica <sup>(14)</sup>, evidenciándose un impacto negativo en la salud psicológica de los estudiantes e incidiendo en aspectos como la comunicación y las relaciones interpersonales <sup>(15)</sup>. Este nuevo escenario, ha hecho esencial comprender el estrés académico entre los estudiantes de la carrera técnicos de enfermería, por la importancia que tienen en la aparición de problemas físicos y su relevancia en procesos de planeación para la construcción del conocimiento académico <sup>(16)</sup>. En ese sentido, el estrés académico, está conformado por las dimensiones factores estresantes, herramientas de afrontamiento y síntomas de tensión, que pueden afectar en la vida profesional de estudiantes de la carrera.

En el estado de Ancash, el estrés académico no es un tema alejado de la realidad de cientos de estudiantes. Una encuesta realizada a estudiantes de enfermería en la Universidad Nacional de Santiago Antúnez de Mayolo reveló que el 49% de los estudiantes se sentía moderadamente estresado, el 23% se sentía excesivamente estresado y el 12% se sentía menos estresado. Este primer acercamiento a las realidades locales también se observa en el Instituto Superior Tecnológico Público de Huari-Ancash, en el que las exhaustivas jornadas de estudio de los técnicos de enfermería, así como el estilo de vida que mantienen los estudiantes que realizan actividades académicas híbridas (Clases virtuales y presenciales) son fuentes de estrés muy importantes <sup>(17)</sup>.

Algunos de los indicadores del estrés académico en los estudiantes se evidenciaron por el incremento del ausentismo de estudiantes, la presentación de solicitudes para la extensión de periodos de evaluación de trabajos, reclamos de los

estudiantes por la alta cantidad de trabajos y exposiciones, presentación de quejas por el empleo de métodos de enseñanza inadecuados, asimismo se ha observado que diversos estudiantes de la carrera de enfermería han expresado tener insomnio y trastornos del sueño, así como un incremento en el consumo de alimentos chatarra por la poca cantidad de tiempo que tienen para realizar sus tareas, asistir a sus prácticas o incluso para preparar sus propios alimentos, siendo que en variadas oportunidades estos realizan clases sin consumir alimento alguno por la alta cantidad de trabajos y deberes académicos.

Estos indicadores son alertas sobre la presencia del estrés académico, el cual afecta seriamente al estudiante que este expuesto a estos factores estresantes, los cuales se evidencian en algunas reacciones físicas, psicológicas, comportamentales y por lo que estos emplean algunas estrategias de afrontamiento para evitar el estrés o para poder afrontarlo.

Posteriormente a la descripción de la realidad problemática, se plantea los siguientes interrogantes como problema general de la investigación, ¿Cuál es el nivel de estrés académico en estudiantes en técnicos de enfermería del Instituto superior Huari, 2022 ?, y como problemas específicos: ¿Cuál es el nivel de estrés académico en estudiantes según la dimensión estresores en técnicos de enfermería del Instituto superior Huari 2022?; ¿Cuál es el nivel de estrés académico en estudiantes según la dimensión reacciones físicas en técnicos de enfermería del Instituto superior Huari 2022?; ¿Cuál es el nivel de estrés académico en estudiantes según la dimensión reacciones psicológicas en técnicos de enfermería del Instituto superior Huari 2022?; ¿Cuál es el nivel de estrés académico en estudiantes según la dimensión reacciones comportamentales en técnicos de enfermería del Instituto superior Huari 2022?; y ¿Cuál es el nivel de estrés académico en estudiantes según la dimensión estrategias de afrontamiento en técnicos de enfermería del Instituto superior Huari 2022?

En la justificación teórica del presente estudio, se estudiará a profundidad el estrés académico en estudiantes desde diversas perspectivas teóricas, las cuales serán analizadas y comparadas a fin de establecer algunos conceptos importantes

para el abordaje del estrés en la educación superior lo cual supondrá un aporte importante para futuras investigaciones de la misma línea de investigación.

Como justificación metodológica, la investigación presenta todos los recursos necesarios para su ejecución, ya sea acceso de datos, herramientas, esto pretende servir de base de información para posteriores estudios relacionadas al tema, con el fin de fortalecer el conocimiento de los estudiantes de Enfermería dirigidas a mitigar el estrés dentro de las aulas de los Institutos superiores.

Como justificación práctica, se espera que con los resultados del estudio se puedan planificar más estrategias para reducir el estrés académico de los estudiantes técnicos en enfermería, porque a través de las respuesta brindadas se podrá comprender los niveles de estrés que representaron la educación técnica-superior virtual, de este modo se podrá contribuir en la búsqueda de estrategias de afrontamiento de estrés desde una perspectiva académica para que tengan los estudiantes tengan una buena salud mental y puedan ejercer sin dificultades sus prácticas profesionales o desarrollarse dentro de su centro de labores.

Por ello el presente estudio tendrá como objetivo principal: Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes técnicos de enfermería del Instituto superior Huari 2022 y los objetivos específicos es identificar el estrés académico según dimensiones: estresores, reacciones físicas, reacciones psicológicas, reacciones comportamentales y estrategias de afrontamiento en técnicos de enfermería del Instituto superior Huari 2022.

## II. MARCO TEÓRICO

A nivel nacional, se tiene la investigación de Asenjo-Alarcón, Linares-Vásquez y Díaz-Dávila <sup>(15)</sup> el 2021 en Cajamarca, tuvieron el objetivo de estimar el nivel de estrés académico en alumnos de enfermería durante la pandemia de COVID-19. Metodología: investigación cuantitativa, corte transversal, muestra conformado de 122 estudiantes de enfermería de I a X ciclo, técnica la encuesta y un cuestionario. Resultado: el 52 % de mujeres presento estrés académico severo y el 49 % de varones presento estrés académico severo. Conclusión: Los estudiantes de enfermería de ambos sexos presentaron estrés académico severo en todos los aspectos.

En tanto, Tupiño-Zumaeta y Vargas-Maman <sup>(18)</sup> en el 2018 en Lima, en una investigación tuvieron el objetivo determinar la relación entre factores sociológicos y estresores en la práctica hospitalaria de estudiantes de enfermería. Metodología: cuantitativa, correlacional, transversal, muestra conformada por 58 estudiantes pertenecientes del IV a X ciclo, técnicas de encuesta y como instrumento un cuestionario. Resultado: el 52 % asistieron a todas sus prácticas hospitalarias y el 55 % de estudiantes tuvieron experiencia en el ámbito laboral. La conclusión del estudio fue que los factores asociados a la fuente de estrés pertenecían al primer o último ciclo de estudios, integraban núcleo familiar, tenían entre 17 y 24 años y tenían actitud tímida.

Por su parte, Zapata <sup>(19)</sup> el 2022 en Piura, tuvo como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de un instituto superior tecnológico de Zarumilla. Metodología: cuantitativa descriptiva, con diseño no experimental y correlacional transversal, muestra fue de 64 estudiantes de la carrera de enfermería, técnica fue la encuesta y el instrumento un cuestionario. Resultado: no existe relación significativa entre la inteligencia emocional y estrés académico con valor  $p:0,0103$ . Descriptivamente se reconoció que los niveles de inteligencia emocional fueron altos (44%), y medios 44% y 12% bajos. Y los niveles de estrés académico predominaron los Bajos (61%), seguido de medio 34% y 5% altos. Conclusión: No existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia

emocional y el estrés académico.

Para el estudio de Rojas <sup>(20)</sup> el 2021 en Lima, El objetivo del estudio fue determinar la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento entre los estudiantes de enfermería de una universidad privada. Métodos: Diseño cuantitativo descriptivo, correlacional, transversal, no experimental; muestra: 150 estudiantes del sexto ciclo de la carrera de técnico en enfermería; instrumentos de encuesta y cuestionario. Resultados: Hubo una relación significativa entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento,  $p=0,000<0,05$ . Conclusión: Se encontró una relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en enfermería técnica de un colegio privado de Lima en 2021 ( $p<0,05$ ;  $r=0,618$ ).

Finalmente, en el estudio de Rodríguez y Sánchez <sup>(21)</sup> el 2022 en Lima, tuvo el objetivo determinar la frecuencia principal de las dimensiones del estrés académico en alumnos de enfermería. Metodología: descriptiva, correlacional, transversal, muestra de 134 estudiantes pertenecientes al I ciclo de enfermería, técnicas de encuesta y herramienta fue un cuestionario. Resultado: los principales estresores son la sobrecarga de tareas académicas, la forma de evaluación y el tiempo limitado para trabajos y presentaciones. Conclusión: los estudiantes tendieron a presentar, de manera más enfática, molestias cognitivas, físicos y emocionales relacionados con el estrés, siendo los principales estresores las situaciones competitivas o los niveles de estrés requeridos por los cursos. De este estudio se destaca que los estresores del estrés académico estarían asociados a las evaluaciones, siendo el esfuerzo de los estudiantes el elemento vital para la aprobación de asignaturas.

A nivel internacional, Sarduy et al. <sup>(22)</sup> el 2020 en Cuba, tuvieron el objetivo determinar las percepciones de alumnos de segundo semestre de enfermería sobre la influencia de la familia en el estrés académico. Metodología: cuantitativa, descriptiva y trasversal, muestra conformada por 33 estudiantes de enfermería de segundo semestre, la técnica utilizada es una encuesta y un cuestionario como herramienta, Resultado: los estresores más importantes relacionados con el contacto oral y el interrogatorio, con la participación en demostraciones de procedimientos, con

manifestaciones físicas y psicológicas predominantes. Conclusión: La materia básica de enfermería provoca estrés académico medio, indicando estrategias insuficientes para el enfrentamiento del estrés académico.

Mientras que Silva et al. <sup>(23)</sup> el 2019 en México, tuvieron la finalidad determinar el nivel de estrés y su relación con variables de género y semestre en alumnos de enfermería. Metodología: cuantitativa, descriptiva y correlacional, trabajo con una muestra de 180 estudiantes de enfermería usando técnicas de encuestas y herramientas de cuestionarios. Resultados: el 88% de los estudiantes tenían niveles de estrés moderado. Conclusión: el nivel de estrés frente al semestre y el sexo no mostraron tener una relación estadísticamente significativa.

En tanto, Ramírez et al. <sup>(24)</sup> el 2021 en México, tuvieron por finalidad determinar el grado de adaptación al estrés académica en alumnos de enfermería. Metodología: descriptiva, transversal, prospectiva, muestra conformado de 266 estudiantes de enfermería usando técnicas de encuesta y herramientas de cuestionarios. Resultado: el 42 % presentaron estresores académicos y el 38 % mostraron bajos niveles de afrontamiento al estrés. Conclusión: el afrontamiento al estrés académico estuvo en nivel bajo.

Por otro lado, Zárate-Depraect et al. <sup>(25)</sup> el 2018 en México, tuvieron Objetivos Analizar hábitos de estudio y su relación con el estrés académico en estudiantes de enfermería. Metodología: cuantitativa, correlacional, transversal, muestra de 741 estudiantes de primer año de enfermería, técnica de encuesta y cuestionario. Resultados: El 37% tenía hábitos de estudio y el 81% atribuía el estrés a la competencia con los compañeros, la masificación escolar, la personalidad del profesor, los exámenes, los deberes exigidos por el profesor, el tiempo limitado de los deberes y la falta de comprensión de los temas tratados en clase. Conclusión Existe una relación estadísticamente significativa entre los hábitos de estudio y las reacciones biológicas y psíquicas asociadas al estrés.

Asimismo, Castillo, Barrios y Alvis <sup>(26)</sup> el 2018 en Colombia, tuvieron Objetivos

de describir el estrés académico de estudiantes de enfermería. Metodología: cuantitativa, descriptiva, transversal, muestra de 587 estudiantes, técnicas de encuesta y una herramienta de cuestionario. Resultado: el 91% manifestó momentos de preocupación o nerviosismo, el 42% un nivel medio de estrés y el 42% presento como estrategia de afrontamiento son actividades religiosas. Conclusión: Los estudiantes reportaron un nivel de estrés medio con el cual se sintieron estresados y ansiosos por la carga académica de los semestres.

En tanto, considerando los aspectos conceptuales de la problemática, el estrés según López <sup>(27)</sup> es un estado de fatiga mental causado por demandas excesivas que se convierten en un hábito habitual que genera un deterioro físico y psicológico en un individuo; desde una perspectiva física, es una serie de cambios que se producen en un ser como respuesta física a un estímulo particular. Dentro del campo académico existen factores que producen preocupación siendo los estudiantes los individuos más afectados ya que al estar en un proceso formativo están en evaluación constante y por tanto mantienen demasiada ansiedad, la cual es denominada estrés académico.

Muñoz <sup>(28)</sup>, define el estrés académico como los procesos cognitivos y emocionales que permiten a los estudiantes reconocer el impacto de los estresores académicos. En otras palabras, es una reacción de activación fisiológica, emotiva, cognitiva y conductual ante los estímulos y eventos académicos. Según Orlandini <sup>(29)</sup>, el estrés se debe a la relación entre el individuo y el entorno y se reconoce como amenazante y difícil de afrontar cuando se experimenta durante las etapas de aprendizaje desde la educación preescolar hasta la superior. Se denomina estrés académico y se produce tanto en el aprendizaje personal al igual que en la clase.

Para Estrada <sup>(30)</sup> Se habla de estrés académico como un ajuste del desarrollo que se produce cuando los alumnos tienen que realizar diversas actividades académicas, que crean desequilibrios en el yo como estresores y a los que tienen que hacer frente para recuperar su equilibrio.

Según Restrepo, Sánchez y Castañeda <sup>(3)</sup> el estrés académico se produce

como respuesta a los estímulos y, en algunos casos, provoca o requiere la aplicación de estrategias de afrontamiento, que se denominan estrés académico. Se ha demostrado que el estrés académico está asociado a la depresión. Dicha condición se asocia a experiencias que son esenciales para afrontar los retos sociales, económicos e institucionales que requieren los centros educativos superiores.

La enseñanza de la educación superior es una experiencia estresante, que implica cambios significativos tanto a nivel del contenido y los métodos de aprendizaje, y suele ser una experiencia que aumenta el riesgo de estrés académico. Este suele interpretarse en términos de una serie de experiencias como el nerviosismo, la tensión, la ansiedad general y la inquietud, así como sentimientos similares de presión escolar, laboral y de otro tipo. Asimismo, la inquietud, el miedo, la ansiedad, el pánico, el entusiasmo por el logro, el vacío existencial, la rapidez en la consecución de objetivos, la falta de habilidades de afrontamiento y la incapacidad para establecer relaciones de socialización <sup>(31)</sup>.

Por otro lado, se trata del malestar que muestran los alumnos debido a factores físicos, emocionales o interrelacionados que ponen de manifiesto los factores psicosociales que provocan el estrés en las relaciones y en el entorno y finalmente los efectos del estrés. Esto ejerce una presión significativa sobre la capacidad del individuo para hacer frente a las situaciones académicas que se reflejan en el rendimiento del estudiante <sup>(32)</sup>.

Según Asenjo-Alarcón, Linares-Vásquez y Díaz-Dávila <sup>(33)</sup> El estrés académico se define como un procedimiento sistemático adaptable y fundamentalmente de carácter psicológico, que comprende tres elementos del proceso: la evaluación de exigencias específicas como estresores, que es el inicio del proceso; la experiencia subjetiva del estrés y los síntomas, que son la evidencia del desequilibrio del sistema; y el reequilibrio del sistema Consiste en estrategias de afrontamiento, que son los medios utilizados para restablecer el equilibrio del sistema.

Según Dyck <sup>(34)</sup> son respuestas fisiológicas, emocionales, cognitivas y de



activación del comportamiento ante los estímulos y eventos académicos. También se han investigado las asociaciones con variables como el género, la edad, la ocupación y las estrategias de afrontamiento.

Según Tupiño-Zumaeta y Vargas-Mamani <sup>(35)</sup> El estrés académico es uno de los problemas de salud más extendidos en la actualidad, derivado de la mayoría de recursos psicológicos y físicos que se exigen a los estudiantes para afrontarlo y de los retos que tienen que dominar para enfrentarlos.

En estas situaciones, pueden quedar agotados y desvinculados de sus estudios, tensos y descontrolados, y necesitados de reconocimiento y ayuda por parte de sus profesores. Los efectos combinados de lo anterior pueden afectar al rendimiento académico del estudiante y fomentar cambios considerados alteración del sueño, evasión de responsabilidades y consumo de drogas, la alteración del sueño y la evasión de responsabilidades, lo que puede repercutir negativamente en el rendimiento profesional futuro y en la consecución de las aspiraciones personales. <sup>(1)</sup>

Como teoría a mencionar, la teoría de valoraciones cognitivas del estrés de Lazarus <sup>(33)</sup>, la cual está basada en los aspectos cognoscitivos individuales de cada persona sometida a estrés. Este parte del modelo de estrés de transacción, la cual tiene en cuenta el impacto de las evaluaciones continuas de los estudiantes y la cognición individual en función de su participación en una situación estresante particular, enfatizando los efectos de dos variables que intervienen en esta clase de situaciones: la primera variable es cuando un individuo evalúa el factor estresante y la segunda variable es cuando los recursos culturales, sociales y personales conducen a la exposición de un individuo al factor estresante.

Por otro lado, el modelo de adaptación formulado por la teórica Callista Roy <sup>(34)</sup> quien describe que una persona es un individuo dotado de las capacidades y recursos apropiados para adaptarse a la situación a la que se enfrenta en una situación particular; dentro de lo que corresponde al estrés académico especifica que cada individuo presenta capacidades particulares para enfrentar determinadas situaciones

que consideren estresantes o preocupantes dentro del ámbito académico en que se desarrolla, por lo que usualmente recurrirá a ciertas estrategias que le permitan enfrentar dicha situación. Asimismo, basado en la teoría de valoraciones cognitivas y al modelo de adaptación, se menciona que el estrés académico cuenta con cuatro dimensiones que son los factores estresantes, las reacciones físicas, psicológicas, comportamentales y en última instancia, las estrategias de afrontamiento, los cuales son componentes principales de evaluación para el estrés académico.

Al respecto Barraza <sup>(35)</sup> afirma que los estresores son las situaciones evaluadas como amenazas, retos o demandas o como factores sobre los que el individuo tiene o no tiene control, las que crean una sensación subjetiva de estrés. Estas valoraciones están relacionadas con las expectativas y los sentimientos posteriores. El estrés se produce cuando los estudiantes están expuestos a una sobrecarga de tareas a causa de las evaluaciones de los profesores o de la información académica poco clara que éstos dejan. Una serie de factores estresantes, como las exigencias de las asignaciones académicas y la escasez de horas para completarlas (conocidas también como sobrecarga académica), los parciales y las evaluaciones de los docentes, y el exceso de horas de clase para reducir las limitaciones de tiempo y aprendizaje, determinan lo que se requiere para finalizar las asignaciones.

Las reacciones al estrés académico incluyen la inquietud física, la falta de concentración, el malestar crónico, la depresión, la tristeza, la ansiedad, la desesperanza, los sentimientos agresivos e irritantes, las tendencias argumentativas y la resistencia a las actividades académicas. Entre ellas se encuentran las reacciones psicológicas manifestadas, las enfermedades crónicas, las cardiopatías, los trastornos del sistema inmunitario, la ansiedad, los dolores de cabeza, la ira, los trastornos metabólicos y hormonales, la depresión, la tristeza, la irritabilidad, la baja autoestima, el insomnio e incluso el asma. Los problemas de memoria y concentración afectan la condición física como su capacidad de concentración académica de los estudiantes <sup>(36)</sup>.

Las estrategias de afrontamiento son algunas de las opciones de las que

disponen los alumnos que se enfrentan a estímulos estresantes, pero pueden diferir de las conductas de resolución de problemas centradas en el problema, como la planificación y realización de tareas, la concentración directa en la resolución de la situación o la búsqueda de información sobre la misma, en lugar de centrarse en las emociones. La literatura existente también cita técnicas como la musicoterapia relacionada con la atención plena, que, cuando se apoyan en un horario sostenible, pueden conducir a un comportamiento resiliente frente al estrés académico. También se relaciona con otras terapias alternativas que proporcionan un alivio beneficioso del estrés académico, como la terapia floral, la meditación y la hipnosis. <sup>(37)</sup>.

Los enfoques conceptuales abordados en el presente estudio se describen a continuación:

**Estrés académico:** Es una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos <sup>(30)</sup>.

**Estresores:** Estímulos, condiciones y situaciones que generan estrés. Hay muchas situaciones estresantes y muchas categorías de situaciones estresantes, como la sobrecarga de trabajos, el carácter del profesor, la evaluación, las exigencias de los docentes, el tipo de tarea, el tiempo limitado o la mala comprensión de la tarea <sup>(4)</sup>.

**Reacciones comportamentales:** Las alteraciones conductuales frente a una situación adversa, ya sean la búsqueda o creación de conflictos, aislamiento, desgano, alteraciones en la alimentación y otros <sup>(10)</sup>.

**Reacciones físicas:** Son las alteraciones de la condición física saludable frente a una situación adversa como el insomnio, temblores, las molestias de digestión, morderse las uñas dolor de cabeza, y otros <sup>(11)</sup>.

**Reacciones psicológicas:** Son las alteraciones de la condición de la salud mental frente a una situación adversa como la inquietud, tristeza, problemas de concentración, bloqueo mental y otras <sup>(4)</sup>.

**Técnicas de afrontamiento:** Esfuerzos a través de acciones manifiestas o internas para hacer frente a las demandas internas y del entorno, como la resolución de problemas, la planificación de soluciones, la revalorización positiva, el control emocional, planificar actividades de soluciones experienciales y la revalorización positiva <sup>(31)</sup>.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo de investigación

Este estudio es básico, porque su finalidad principal es aumentar el conocimiento científico, analizando ideas presentes dentro de un marco teórico <sup>(33)</sup>, para el descubrimiento de nuevos conocimientos sobre la línea de investigación particular.

**Enfoque de investigación:** El estudio es un enfoque cuantitativo, ya que los indicadores propuestos pretenden obtener valores numéricos para medir el estado de la variable. <sup>(37)</sup>.

**Nivel de investigación:** Nivel de investigación fue descriptivo por ser un estudio que tiene la finalidad de describir la variable <sup>(38)</sup>.

**Diseño de investigación:** Estudio no experimental, es decir, se fundamenta en la descripción del fenómeno de la variable estudiada, sin ninguna manipulación directa deliberada para analizar los cambios en la variable <sup>(39)</sup>.

#### 3.2. Variable y operacionalización

##### **Variable: Estrés académico**

**Definición conceptual:** Son las respuestas de activación fisiológicas, emocionales, cognitivas y conductuales a los estímulos y eventos académico.

**Definición operacional:** Es el nivel de respuesta que presentaron los alumnos de la carrera técnica de enfermería del instituto superior de Huari, durante el año 2022, el cual se midió a través del cuestionario inventario SISCO académico, conformada por 5 dimensiones: reacciones físicas, comportamentales, psicológicas, estresores y estrategias de afrontamiento que manifestaban de forma colectiva los estudiantes durante su formación superior.

**Indicadores:** Exigencia de los docentes, carácter del profesor, sobrecarga de tareas

las evaluaciones, tipo de trabajo, tiempo limitado, poca comprensión del tema, insomnio, morderse las uñas, tristeza, dolor de cabeza, problemas digestivos, temblor, otros, agitación, problemas para concentrarse, conflicto, aislamiento bloqueo mental, otros, desgana, alteraciones en la alimentación, otros, resolver el problema, planificación de solución de problemas, reevaluación positiva, control emocional, soluciones basadas en la experiencia, planificación de actividades, reevaluación positiva.

**Escala de medición:** Ordinal

### **3.3. Población, muestra y muestreo**

Una población o universo es el grupo de todas las instancias que cumplen una determinada especificación y es la totalidad de los casos correspondientes a un conjunto similares características. La población del estudio estuvo conformada por 80 estudiantes técnicos de enfermería del ciclo VI y mayores de 18 años del instituto superior de Huari.

**El criterio de inclusión** se consideró a los alumnos técnicos en enfermería del Instituto Superior Huari, que estaban matriculados en el semestre académico 2022 y que aceptaron participar en el estudio voluntariamente.

En tanto los **criterios de exclusión**, se excluyeron a estudiantes de enfermería que no acudían el día de la aplicación del cuestionario al instituto superior Huari y que no aceptaron participar voluntariamente en el estudio.

La muestra estuvo conformada por toda la población que posee las mismas características. El muestreo empleado para este estudio fue un muestreo probabilístico aleatorio simple aplicado a una muestra de 80 estudiantes. En tanto, la unidad de análisis estuvo comprendida por estudiantes del instituto superior Huari.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

La técnica utilizada para recolectar los datos fue la encuesta y como herramienta el cuestionario que según Zárate-Depraect et al. <sup>(2)</sup>, comprende un conjunto de proposiciones, en las que la persona se sitúa para afirmar o negar aquellas con las que siente alguna identidad.

La escala utilizada fue el Inventario SISCO de Estrés Académico, creado y validado por Arturo Barraza en 2006, en Durango, México, para reconocer las características del estrés que tienen los estudiantes de secundaria, terciaria y posgrado mientras estudian, con un nivel de confianza medio de 0,87 y el valor del alfa de Cronbach es de 0,90, los cuales se consideran valores altamente confiables. Para dicho estudio la investigadora realizó una prueba piloto con 15 encuestados donde se encontró un valor de Cronbach de 0.971 (Anexo 3), que indica una alta confiabilidad en el instrumento. Este instrumento estuvo conformado por 2 secciones, la primera evaluó algunos datos demográficos como la edad y el género, mientras que la segunda estuvo comprendida por el cuestionario propiamente dicho, que analizó el nivel de estrés de los estudiantes a través de 30 reactivos.

La primera dimensión estuvo conformada por los estresores que incluían 7 indicadores: sobrecarga de tareas, personalidad del docente, las evaluaciones, la exigencia de los profesores, el tipo de trabajo, el tiempo limitado o la poca comprensión del tema; los reactivos se encuentran agrupados en los ítems 1 al 9, la segunda dimensión fueron las reacciones físicas, que estuvieron compuestas por 6 indicadores: sus reactivos están presentes en los ítems 10 al 14, la tercera dimensión fueron las reacciones psicológicas, compuesta por 5 indicadores; sus reactivos están presentes en los ítems 15 al 20, la cuarta dimensión eran las reacciones comportamentales, que estuvieron conformados por 5 indicadores; sus reactivos están presentes en los ítems 21 al 24 y la quinta dimensión fueron las técnicas de afrontamiento, conformadas por 5 indicadores; sus reactivos están presentes en los ítems 25 al 30.

### **3.5. Procedimientos**

Posterior a la aprobación del plan de trabajo, se solicitó al director del Instituto Superior de Huari, la ejecución del cuestionario sobre la población de estudiantes del Instituto. Luego se procedió a verificar la confiabilidad del instrumento mediante una prueba piloto, considerando las pautas mencionadas por Chaves-Barboza y Rodríguez-Miranda <sup>(40)</sup>; una vez se comprobó una alta fiabilidad se entregaron los cuestionarios presencialmente a los estudiantes técnicos de enfermería, durante sus horarios de descanso para el llenado correspondiente. Este cuestionario se aplicó por el periodo de una semana y una vez alcanzado el tamaño de la muestra calculado, se procedió a concluir la fase de recolección de la información. Finalmente se comenzó a transcribir y a procesar los resultados para el análisis correspondiente, partir del cual se realizaron las discusiones y conclusiones, a partir de las cuales se brindaron recomendaciones tanto a nivel institucional como académico.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Los datos obtenidos mediante el formulario fueron tabulados en una hoja de Excel donde, se codificaron las respuestas en base a la escala empleada para las respuestas de los estudiantes, nunca: (1) raras veces: (2) algunas veces: (3) casi siempre: (4) y siempre: (5), posteriormente la base de datos obtenida fue procesada en el programa estadístico SPSS versión 26, donde se analizó la información a través de la estadística descriptiva, empleándose tablas para analizar cada dimensión de la variable de estrés académico.

### **3.7. Aspectos éticos**

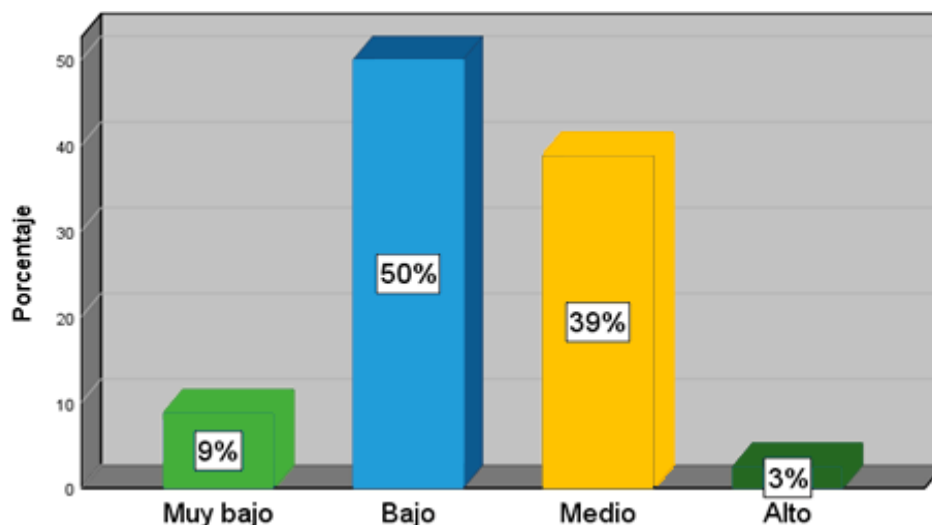
Este estudio refleja todos los grados de originalidad al citar con precisión a autores de literatura bibliográfica revisada por pares de acuerdo con las normas Vancouver. Además de los aspectos éticos esenciales de autonomía e integridad, ya que este estudio se elaboró teniendo en cuenta todos los lineamientos legales, reglamentarios y sociales aplicables, asimismo se consideró los principios éticos de



beneficencia y no maleficencia, por lo que los datos recolectados fueron empleados únicamente con fines académicos, siendo que ninguno de los participantes fueron expuestos porque se respetó estrictamente el anonimato de los encuestados, se respetó el principio de justicia y veracidad, en este sentido, todos los análisis y las conclusiones se realizaron sin perjuicio para con los participantes o terceros relacionados con este estudio, dado que se brindó un consentimiento informado al momento de solicitar el llenado del cuestionario, con lo que ningún participante estuvo obligado a participar. Finalmente, los resultados obtenidos fueron originales e inalterados y confirmados por una declaración jurada de la investigadora, lo que garantizó la originalidad del estudio, siendo sometidos al juicio del Comité de Ética de la Universidad César Vallejo.

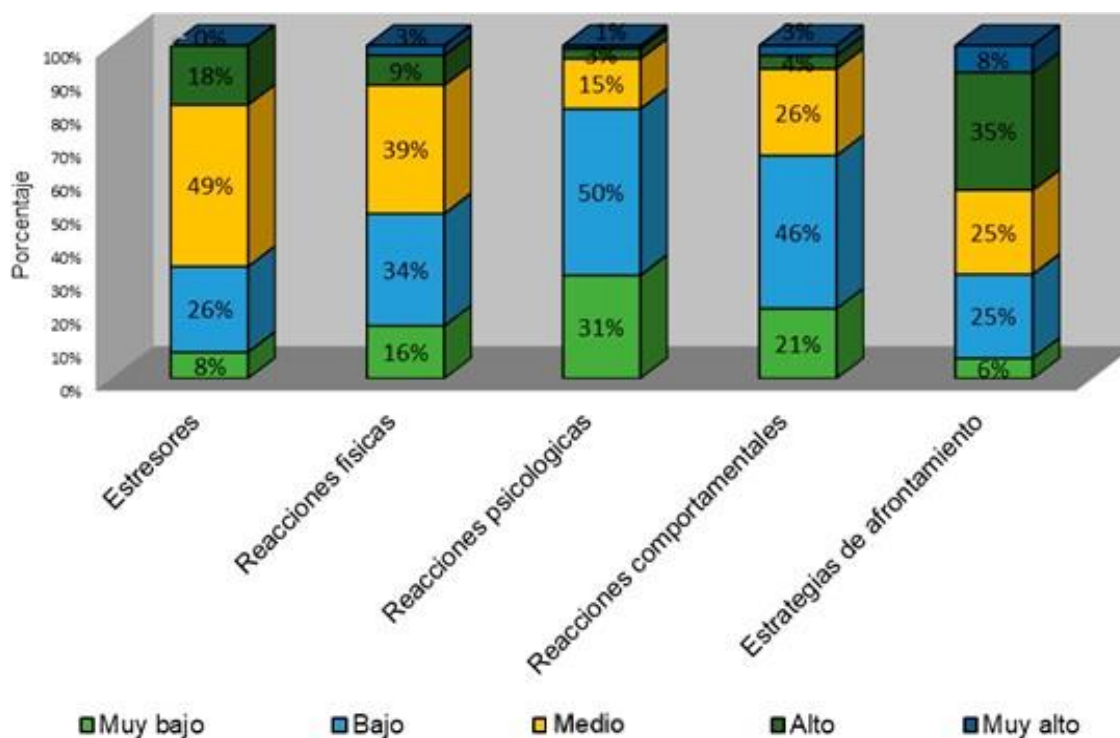
#### IV. RESULTADOS

**TABLA 1 Nivel de estrés académico en estudiantes técnicos de enfermería del Instituto Superior Huari 2022**



**Interpretación:** Se observa que, de 80 estudiantes técnicos de enfermería, el 50% de estudiantes presento niveles bajos de estrés, mientras que el 39% presento un nivel medio de estrés académico, en tanto el 9% tuvo un nivel muy bajo de estrés y el 3% de estudiantes presento un estrés alto. En base a estas observaciones se puede mencionar que a nivel global los estudiantes técnicos de enfermería presentaron niveles de estrés bajo, seguido del nivel medio de estrés académico.

**Tabla 2 Estrés académico según las dimensiones: estresores, reacciones físicas, reacciones psicológicas, reacciones comportamentales y estrategias de afrontamiento en estudiantes técnicos de enfermería del Instituto superior Huari 2022**



**Interpretación:** Se observa que, de 80 estudiantes técnicos de enfermería, del cual en su dimensión estresores presenta nivel medio 49%, mientras que el 39% percibió nivel medio en su dimensión reacciones físicas; el 50% presento nivel bajo en su dimensión reacciones psicológicas, el 46% presento nivel bajo en la dimensión reacciones comportamentales y por último el 35% presento nivel alto en lo correspondiente a estrategias de afrontamiento al estrés.

## V. DISCUSIÓN

El estrés académico refleja el malestar que exhiben los estudiantes debido a la interacción de factores físicos y emocionales que ponen de manifiesto elementos de su vida académica, por lo que el estrés no sólo es visible en la institución educativa a la que asisten, sino que también está presente en las relaciones interpersonales, en el entorno y este tipo de estrés no sólo se da a nivel académico sino también en la vida cotidiana impacto en los estudiantes tanto en su vida cotidiana como a nivel académico, ejerciendo una importante presión sobre la capacidad del individuo para hacer frente a la situación académica <sup>(32)</sup>.

Evidentemente, estas situaciones hacen que los alumnos se sientan cansados, desconcentrados, tensos y descontrolados, lo que les hace ser conscientes de las tensiones del entorno académico y les hace buscar estrategias y ayuda de sus profesores. Los efectos combinados de los factores anteriores pueden afectar al rendimiento académico del estudiante, provocar cambios como el consumo de sustancias, alteraciones del sueño y la evitación de responsabilidades, lo que puede repercutir negativamente en el futuro rendimiento laboral y en la consecución de objetivos personales <sup>(21)</sup>; es así como se determinó el nivel de estrés académico en el Instituto superior Huari.

En la Figura 1, se observa que el 50% de los estudiantes entrevistados presentaron niveles bajos de estrés. Estos resultados diferirían de los obtenidos por Asenjo-Alarcón, Linares-Vásquez y Díaz-Dávila (15) donde a nivel global el nivel de estrés académico fue severo, siendo que el 52 % de mujeres presento estrés académico severo y el 49 % de varones.

De igual forma los resultados de Rojas (20) reporta resultados parecidos con un 60% de estrés académico medio en estudiantes técnicos, siendo que el nivel muy alto del estrés académico fue de 4%. En tanto Silva et al. (23) también determino un nivel global de estrés académico moderado en el 88% de sus estudiantes.

Mientras que en la Figura 2, se observa que los estresores académicos se presentaron de forma regular en el 49% de estudiantes, en el 26% fueron bajos, en un 18% fueron altos y en el 8% fueron muy bajos, dichos resultados se asemejarían a los de Rodríguez y Sánchez (21) identifico que los principales estresores eran la sobrecarga de tareas académicas, la forma de evaluación, el tiempo limitado para trabajos y presentaciones, lo cual se asemejaría más a los resultados obtenidos.

Mientras que los resultados diferirían de los obtenidos donde, Tupiño-Zumaeta y Vargas-Maman (18) identificaron que los factores asociados a la fuente de estrés fue el ciclo de estudios, siendo el primer ciclo de estudios el que supuso el mayor estresor, donde expresaron miedo frente al inicio de su ciclo académico por los profesores. En tanto Sarduy et al. <sup>(22)</sup> identifico que los estresores más importantes fueron el contacto oral y el interrogatorio, así como su participación académica.

En la Figura 2, se observa que las reacciones físicas se presentaron en un nivel medio con un 39% de estudiantes, en cuanto el nivel bajo 34%, niveles muy bajos 16% y un nivel alto 9% dichos resultados diferirían de los obtenidos por Castillo, Barrios y Alvis (26) donde los estudiantes reportaron que la reacción física más común entre estos fue la ansiedad, siendo que presentaban sintomatologías que les impedían descansar de forma normal. Asimismo, Zapata (19) reporto resultados diferentes, reportando niveles bajos de estrés 61% y 34% con un nivel medio en estudiantes técnicos.

En la Figura 2, se observa que las reacciones psicológicas se presentaron en un nivel bajo en el 50%, muy bajo en el 31%, medio en el 15% y alto en el 3%, estos resultados se asemejarían a los de Castillo, Barrios y Alvis (26) donde obtuvieron que el 91% de los estudiantes habían manifestado momentos de preocupación o nerviosismo, siendo que la carga académica les producía constatare inquietud.

Dentro de la Figura 2, también se observa que las reacciones comportamentales fueron en un nivel bajo 46%, el nivel medio 26%, nivel muy bajas en el 21% y nivel alto 4%, estos resultados diferirían de los de Zárate-Depraect et al.

(25) donde la reacción comportamental más común fue el aislamiento, en parte debido al contexto vivido, donde los estudiantes no podían mantener contacto con profesionales que les orientarán por la pandemia.

En la Figura 2, se observa que las estrategias de afrontamiento fueron en nivel alta 35%, nivel medio 25%, nivel bajo 25% y nivel muy bajo 6%, estos resultados serían distintos a los obtenidos por Sarduy et al. (22) donde se evidenció que las estrategias para el afrontamiento del estrés académico eran insuficientes, siendo más el uso de habilidades asertivas la más común entre los estudiantes. Los resultados también serían distintas a los de Ramírez et al. (24) donde el 38 % de estudiantes mostraron bajos niveles de afrontamiento al estrés.

En otras palabras, el estrés académico es un problema que requiere atención para aceptar los pensamientos y sentimientos presentes en la atención del sujeto durante el estrés. Sin embargo, estas prácticas requieren la intervención y el liderazgo de las casas de estudio para ofrecer alternativas educativas que complementen el aprendizaje formal con el fin de superar el estrés académico y reducir los factores que influyen en su aparición.

Por lo tanto, el estrés académico es un problema en la profesión de enfermería y el liderazgo debe dirigirse hacia el desarrollo de las habilidades de gestión del estrés académico, profesional y las prácticas de gestión del estrés a través de la promoción de actividades sólidas de gestión del estrés que no comprometan la salud de las futuras enfermeras y promuevan adecuadamente el desarrollo de la práctica profesional, para garantizar que las enfermeras sean capaces de gestionar el estrés que pueda ocurrir en el futuro se necesitan prácticas educativas profesionales que autorregulen los aspectos de la inteligencia emocional para ayudar a los estudiantes de enfermería a hacer frente al estrés académico en diversas situaciones de salud profesional.

Respecto a las limitaciones de la investigación se pueden citar, la cantidad de estudiantes evaluados, que en comparación de otros estudios es menor, por tanto,

deberían evaluarse tamaños poblacionales más grandes a fin de poder identificar los niveles de estrés académico sobre todo en estudiantes de enfermería que actualmente ha visto modificada su modalidad de enseñanza y que no reciben el apoyo adecuado para poder enfrentar situaciones de estrés, siendo que el centro de educación muchas veces no aporta la orientación adecuada para mejorar la salud mental de sus estudiantes.

## VI. CONCLUSIONES

**PRIMERA:** El nivel de estrés académico global fue bajo en estudiantes técnicos de enfermería del Instituto superior Huari. Debido a que solo la mitad de estudiantes confirmaron la presencia de estrés en sus actividades académicas.

**SEGUNDA:** Según la dimensión estresores presentaron un nivel medio en estudiantes técnicos de enfermería del Instituto superior Huari, indicando que la competencia entre compañeros es regular y no existe sobrecarga de tareas ni preocupación por las evaluaciones.

**TERCERO:** Según la dimensión reacciones físicas presentaron un nivel medio en estudiantes técnicos de enfermería del Instituto superior Huari, sin provocar insomnio, dolor de cabeza, problemas de digestión o temblores.

**CUARTO** Según la dimensión reacciones psicológicas presentaron nivel bajo en estudiantes técnicos de enfermería del Instituto superior Huari, no se identificó problemas de concentración, bloqueo mental o inquietud.

**QUINTO:** Según la dimensión reacciones comportamentales fueron bajas en estudiantes técnicos de enfermería del Instituto superior Huari, demostrando que no existe conflictos, aislamiento entre compañeros, desgano para realizar tareas o alteraciones en la alimentación.

**SEXTO:** Según la dimensión estrategias de afrontamiento fueron altas en estudiantes técnicos de enfermería del Instituto superior Huari, indicando que los estudiantes poseen la suficiente capacidad para resolver problemas, planificar soluciones, tener control emocional y planificar actividades.



## VII. RECOMENDACIONES

**PRIMERO:** Brindar talleres, sesiones educativas que busquen mejorar la inteligencia emocional, sobre técnicas de organización diaria para los estudiantes que puedan afrontar de forma saludable el estrés académico y desarrollo adecuado de las clases.

**SEGUNDO:** Establecer psicoeducación dirigidas a los estudiantes, sobre la importancia del sueño y del cuidado físico.

**TERCERO:** Establecer grupos de apoyo de profesionales de psicología para brindar asesoría y ayuda a los estudiantes de enfermería a lo largo de su vida académica.

**CUARTO:** En el Instituto Superior de Huari, se deben desarrollar medidas preventivas a través de la capacitación para manejar el estrés de los estudiantes y las actividades extracurriculares con métodos específicos para mejorar la salud mental de los estudiantes. Además, se debe realizar una medición estandarizada de los niveles de estrés de los estudiantes.

**QUINTO:** Desarrollar talleres sobre alimentación saludable dirigidas a los estudiantes de la carrera de enfermería, enfatizando sobre la importancia de cuidar la alimentación para un correcto desempeño académico.

**SEXTO:** Se recomienda continuar con el proceso de investigación, ya que el alto nivel de estrés académico incide en el desarrollo de la depresión, y examinar su relación con otros problemas psicológicos como la ansiedad.

## REFERENCIAS

1. Talavera IX, Zela CE, Calcina SC, Castillo JE. Impacto de la COVID-19 en el estrés académico en estudiantes universitarios. *Dominio de las Ciencias*. [Internet]. 2021 ; 7(4): 1673-1688.
2. Zárate-Depraect NE, Soto-Decuir MG, Martínez-Aguirre EG, Castro-Castro ML, García-Jau RA, López-Leyva NM. Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*. [Internet]. 2018 ; 21(3): 153-157.
3. Restrepo JE, Sánchez OA, Castañeda T. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*. [Internet]. 2020 ; 14(24): 17-37.
4. Unger S, Meiran WR. Student attitudes towards online education during the COVID-19 viral outbreak of 2020: Distance learning in a time of social distance. *International Journal of Technology in Education and Science*. [Internet]. 2020 ; 4(4): 256-266.
5. Acosta LD, Arango DC, Costa JV, Delgado A, Freire FDA, Garay S, et al. Las personas mayores frente al COVID-19: tendencias demográficas y acciones políticas. *Revista Latinoamericana de Población*. [Internet]. 2021 ; 15(29): 64-117.
6. Aslan H, Pekince H. Nursing students' views on the COVID-19 pandemic and their perceived stress levels. *Perspectives in psychiatric care*. [Internet]. 2021 ; 57(2): 695-701.

7. Tuffah BM, Al-Jubouri MB. Academic Stress of E-learning Among Nursing Students during the Pandemic of COVID-19. *Journal of Cardiovascular Disease Research*. [Internet]. 2021 : 353-359.
8. Laranjeira C, Querido A, Marques G, Silva M, Simões D, Gonçalves L, Figueiredo R. COVID-19 pandemic and its psychological impact among healthy Portuguese and Spanish nursing students. *Health psychology research*. [Internet]. 2021 ; 9(1).
9. Wallace S, Schuler MS, Kaulback M, Hunt K, Baker M. Nursing student experiences of remote learning during the COVID-19 pandemic. *Nursing forum*. [Internet]. 2021 ; 56(3): 612-618.
10. Fuentes JA. Relación del nivel de estrés con el desempeño laboral en el contexto de la pandemia global COVID-19 en consulta privada de la ciudad de Puno-2020 ; 2021.
11. Al-Kumaim NH, Mohammed F, Gazem NA, Fazea Y, Alhazmi AK, Dakkak O. Exploring the Impact of Transformation to Fully Online Learning During COVID-19 on Malaysian University Students' Academic Life and Performance. *International Journal of Interactive Mobile Technologies*. [Internet]. 2021 ; 15(5).
12. Dyck K. Estrés académico en estudiantes de la carrera de Enfermería en época de pandemia ocasionada por COVID-19 en el 2020. *Anuario Académico* [Internet]. 2021 ; 109-118.

13. Moura R, Saraiva F, Lima K, Santos R, Silva N, Albuquerque W. Estrés, burnout y depresión en los profesionales de enfermería de las unidades de cuidados intensivos. *Enferm Global*. [Internet]. 2019; 18(54): 79-123
14. Muvdi Y, Malvaceda E, Barreto M, Madero K, Mendoza X, Bohórquez C. Estrés percibido en estudiantes de enfermería durante el confinamiento obligatorio por Covid-19. *Rev Cuidarte*. [Internet]. 2021; 12(2).
15. Asenjo-Alarcón JA, Linares-Vásquez O, Díaz-Dávila YY. Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Rev Peruana de investg en salud*. [Internet]. 2021; 5(2): 59-66.
16. Cabero-Almenara J, Llorente-Cejudo C. Covid-19: transformación radical de la digitalización en las instituciones universitarias. *Campus virtuales*. [Internet]. 2020; 9(2): 25-34.
17. Terrazas A, Velázquez-Castro J, Testón-Franco N. El estrés académico y afectaciones emocionales en estudiantes de nivel superior. *Rev Innova Educ*. [Internet]. 2020; 4(2): 132-146.
18. Tupiño-Zumaeta H, Vargas-Mamani A. Fuentes de estrés en las prácticas hospitalarias de estudiantes de enfermería y sus factores asociados. *CASUS. Revde Invest y Casos en Salud* [Internet]. 2018 ; 3(1), 9-18.

19. Zapata, J. (2022). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de Zarumilla, en Tiempos COVID-19, 2021. [Internet]. 2022 ; 26: 3.
20. Rojas, D. (2021). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del Instituto Arzobispo Loayza, 2021. [Internet]. 2021; 250: 3-15.
21. Rodríguez E, Sánchez MÁ. Estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud en la modalidad de educación a distancia en tiempos de Covid-19. Rev de estudios y experiencias en educ. [Internet]. 2022; 21(45): 51-69.
22. Sarduy A, Sarduy M, Collado LE, Cardet AC, Quiñones Y. Percepción de estudiantes de enfermería sobre influencia familiar en la presencia de estrés académico en la asignatura enfermería básica. Rev Cubana Enfermer [Internet]. 2020; 36( 2 ): e3195.
23. Silva MF, López JJ, Sánchez O, González P. Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. Rev Científica de Enferm. [Internet]. 2019; 18: 25-39
24. Ramírez-Lezama O, Estévez-Ramos R, Pérez-Guerrero M, Sánchez-González A, Ángeles-Ávila G, Basset-Machado I. Nivel de Afrontamiento al Estrés Académico de Estudiantes de la Licenciatura en Enfermería del Centro Universitario Valle de Chalco en el Periodo 2020. Rev Cubana de Enfer [Internet]. 2021; 37 (1)
25. Zárate-Depraect NE, Soto-Decuir MG, Martínez-Aguirre EG, Castro-Castro ML, García-Jau RA, López-Leyva NM. Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. FEM [Internet]. 2018 ; 21(3): 153-157.

26. Castillo IY, Barrios A, Alvis LR. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. Invest en Enferm: Imagen y Desarrollo [Internet]. 2018 ; 20(2).
27. López LJR, Salazar DJ, Castellanos DE, González MP, Onofre MMÁ, Conzatti MME, Aquino LR, Enríquez DCB. Estrés académico en universitarios de enfermería, estudio de corte longitudinal en tiempos de covid-19. Ciencia Latina [Internet]. 2021; 5(6):11095-111
28. Muñoz FJ. *El estrés académico incidencia del sistema de enseñanza y función moduladora de las variables psicosociales en la salud, el bienestar y el rendimiento de los estudiantes universitarios*. [Tesis de posgrado] 1999 [citado 20 de julio de 2022]; Universidad de Sevilla. Departamento de Psicología Social. Disponible en: <http://hdl.handle.net/11441/15509>.
29. Orlandini A. *El estrés, qué es y cómo evitarlo*. México: FCE.
30. Estrada EG. Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado. SL [Internet]. 5 de julio de 2020 ; 4(2):47-62.
31. Oliveira G, Grenha J, Torres A, Morais C. An exploratory study on the emergency remote education experience of higher education students and teachers during the COVID-19 pandemic. British Jour. of Educat. Techn. [Internet]. 2021 [citado 20 de julio de 2022]; 52(4): 1357-1376. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/bjet.13112>
32. Román-Mata S, Puertas-Molero P, Ubago-Jiménez JL, González-Valero G. Benefits of physical activity and its associations with resilience, emotional intelligence, and

- psychological distress in university students from southern Spain. *Internat. Jour. of environm. Resear. and public health*. [Internet]. 2020 [citado 20 de julio de 2022]; 17(12): 4474. Disponible en: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/12/4474/pdf?version=1592818462>
33. Lazarus R. *Psychological stress and the coping process*. 1996. Nueva York: McGraw-Hill
34. Enriquez C, Torres JM, Alba LDC, Crespo T. (2020). Escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación de Callista Roy en cuidadores primarios. *Medicentro Electr.* [Internet] 2020; 24(3): 548-563.
35. Barraza A. *Inventario Sistémico Cognoscitivista SV-21 para el estudio del estrés académico*. Segunda versión de 21 ítems. [Internet] 2018. Disponible en: [http://www.ecorfan.org/libros/Inventario\\_SISCO\\_SV21/Inventario\\_sist%C3%A9mico\\_cognoscitivista\\_para\\_el\\_estudio\\_del\\_estr%C3%A9s.pdf](http://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf)
36. González R, Souto-Gestal A, González-Doniz L, Franco V. Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Rev. invest. educ.* [Internet]. 25 de junio de 2018 [citado 20 de julio de 2022]; 36(2):421-33. Disponible en: <https://revistas.um.es/rie/article/view/290901>
37. Cárdenas J. *Investigación cuantitativa*. Berlín: trAndeS - Programa de Posgrado en Desarrollo Sostenible y Desigualdades Sociales en la Región Andina. [Internet] 2018; 8.

38. Ochoa R, Nava N, Fusil D. Comprensión epistemológica del tesista sobre investigaciones cuantitativas, cualitativas y mixtas. *Orbis: rev. de Cienc. Human.* [Internet] 2020; 15(45): 13-22.
39. Guevara GP, Verdesoto AE, Castro NE. Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *RECIMUNDO* [Internet]. 2020;4(3):163-7.
40. Chaves-Barboza E, Rodríguez-Miranda L. Análisis de confiabilidad y validez de un cuestionario sobre entornos personales de aprendizaje (PLE). *Rev. Ensayos Pedag.* [Internet]. 2018;8(1):71-106.



## ANEXOS

**Anexo 1.** Tabla de Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles DE MEDICION
Estrés académico	Son las respuestas de activación fisiológicas, emocionales, cognitivas y conductuales a los estímulos y eventos académicos.	Es el nivel de respuesta presentada por los estudiantes de la carrera técnica de enfermería del instituto superior de Huari, durante el año académico 2022. Conformada por: estresores, reacciones físicas, psicológicas, comportamentales y estrategias de afrontamiento, el cual será medido según inventario SISCO.	Estresores	La competencia con los compañeros	1-9	Muy bajo 30-53  Bajo 54-77  Medio 78-101  Alto 102-125
				Sobrecarga de tareas		
				Carácter del profesor		
				Las evaluaciones		
				Exigencia de los profesores		
				Tipo de trabajo		
				Tiempo limitado		
				Poca comprensión del tema		
				Otros.		
			Reacciones físicas	Insomnio	10-14	
				Dolor de cabeza		
				Problemas de digestión		
				Morderse las uñas		
				Temblores		
			Reacciones psicológicas	Inquietud	15-20	
				Tristeza		
				Problemas de concentración		
				Bloqueo mental		
				Otras		
			Reacciones comportamentales	Conflictos	21-24	
Aislamiento						
Desgano						
Alteraciones en la alimentación						
Estrategias de afrontamiento	Resolver el problema	25-30				
	Planificación de solución					

				Reevaluación positiva		
				Control emocional		
				Soluciones basadas en la experiencia		
				Planificación de actividades		
				Reevaluación positiva		

**Anexo 2.** Cuestionario de estrés académico

**I. DATOS GENERALES**

1. Edad: .....

2. Sexo:.....

a) Femenino ( )

b) Masculino ( )

3. Secciones : ( )

**II. INSTRUCCIONES**

Lea atentamente cada enunciado y contestar cada ítem, según su propio criterio, la respuesta que más se acerque a su estilo de vida.

Antes de contestar, considere la siguiente escala:

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>

N°	ÍTEMS	1	2	3	4	5
1	La competencia con los compañeros del grupo.					
2	Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.					
3	La personalidad y el carácter del profesor.					
4	Las evaluaciones de los profesores exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
5	El tipo de trabajos que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6	No entender los temas que se abordan en la clase.					
7	Participación en clases (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
8	Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
9	Otras. (Especifique).					
10	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
11	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
12	Ansiedad, angustia o desesperación.					
13	Problemas de concentración.					
14	Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.					
15	Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla).					
16	Fatiga crónica (cansancio permanente).					
17	Dolores de cabeza o migrañas.					
18	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
19	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
20	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
21	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
22	Aislamiento de los demás.					
23	Desgano para realizar las labores escolares.					
24	Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
25	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
26	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
27	Elogios a sí mismo.					
28	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
29	Búsqueda de información sobre la situación.					
30	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación).					

Muchas Gracias

### Anexo 3. Resultados de la prueba de Cronbach

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,971	30

Valores de confiabilidad tomado de Chaves-Barboza y Rodríguez-Miranda <sup>(34)</sup>:

<b>Intervalo al que pertenece el coeficiente alfa de Cronbach</b>	<b>Valoración de la fiabilidad de los ítems analizados</b>
[0 ; 0,5[	Inaceptable
[0,5 ; 0,6[	Pobre
[0,6 ; 0,7[	Débil
[0,7 ; 0,8[	Aceptable
[0,8 ; 0,9[	Bueno
[0,9 ; 1]	Excelente

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Alumno:..... Con el debido respeto me presento a usted, mi nombre es, Rocio Mariluz Meza Cruz, estudiante de la carrera de enfermería en la Universidad César Vallejo – Lima. En la actualidad me encuentro realizando una investigación titulada Estrés académico en estudiantes Técnicos enfermería del Instituto Superior Tecnológico de Huari- Ancash, 2022; y para ello quisiera contar con su valiosa colaboración. El proceso consiste en la aplicación de un cuestionario del inventario del SISCO. De aceptar participar en la investigación, afirmo haber sido informado de todos los procedimientos de la investigación. Gracias por su colaboración.

---

Yo..... con número de DNI..... acepto participar en la investigación sobre Estrés académico en estudiantes Técnicos enfermería del Instituto Superior Tecnológico de Huari- Ancash, 2022.

Día:...../...../.....

\_\_\_\_\_ Firma

## Anexo 4. Base de datos

N°	Sexo	Edad	Estresores									Reacciones físicas					Reacciones psicológicas					Reacciones comportamentales				Estrategias de afrontamiento							
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1	F	19	3	4	2	2	2	2	1	3	1	3	3	4	2	2	3	3	2	1	2	2	3	1	2	1	3	3	1	1	1	1	
2	M	19	3	4	5	4	5	2	3	4	3	5	2	1	2	2	5	4	3	1	2	2	3	2	5	2	2	3	4	2	5	3	
3	M	19	3	4	5	5	2	2	4	5	3	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	4	2	3	1	5	2	
4	F	19	1	2	1	3	3	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	
5	F	19	2	3	2	1	5	2	4	5	1	1	1	1	2	1	2	1	3	1	2	2	1	1	1	2	1	2	4	3	5	3	
6	F	19	2	1	2	1	5	1	2	1	1	3	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	3	2	2	1	2	1	3	4	3	
7	F	19	1	2	1	3	1	5	2	5	3	3	2	2	2	1	2	2	5	1	1	5	1	1	1	2	1	5	2	1	5	3	
8	M	19	2	4	3	5	5	2	5	5	2	3	4	2	2	2	3	2	3	2	1	1	1	2	2	3	2	5	1	2	2	1	
9	F	19	1	5	5	5	3	5	3	3	1	1	3	3	3	3	2	2	3	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2
10	F	19	4	1	1	2	1	3	1	1	1	2	3	3	3	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	
11	M	19	1	5	5	5	5	5	3	5	5	5	4	3	1	2	5	3	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	2	1	2	2	
12	F	19	2	2	3	1	2	3	1	1	1	1	2	1	2	3	1	3	3	1	1	2	2	2	2	3	3	2	1	1	2	1	
13	M	19	1	3	3	2	3	2	2	4	5	1	1	1	2	1	3	2	2	1	1	2	1	2	1	1	4	3	4	2	5	3	
14	F	19	2	3	2	5	5	2	5	5	4	3	2	3	2	1	1	2	3	2	1	2	1	1	2	2	5	5	4	2	4	3	
15	F	19	3	2	3	3	2	2	3	5	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	4	5	2	4	5	2	
16	F	19	3	2	4	5	3	2	5	2	5	1	1	1	2	2	1	1	3	2	1	3	1	1	4	2	4	5	5	4	5	3	
17	F	19	5	3	2	4	1	2	2	1	2	3	2	2	2	1	1	1	3	2	2	4	2	2	2	3	1	2	1	5	2	3	
18	F	19	3	4	2	5	2	1	3	1	1	5	1	1	2	1	3	2	1	1	2	1	1	3	1	5	5	4	5	1	2	5	
19	F	19	5	4	4	5	3	2	4	5	1	2	5	3	2	2	4	5	4	2	3	2	2	2	2	1	5	5	5	3	4	4	
20	M	19	5	3	1	2	1	1	2	5	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	5	5	5	5	1	
21	M	19	5	1	5	1	5	2	5	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	4	5	1	4	2	
22	M	19	3	3	4	5	3	3	5	2	2	3	2	3	3	1	1	1	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	5	5	3	
23	M	19	1	3	2	4	2	3	1	2	2	2	5	3	2	3	1	1	3	1	1	2	1	3	1	2	5	1	1	1	1	2	
24	F	19	4	3	5	5	5	2	5	3	1	5	5	3	4	1	2	2	2	3	1	1	1	2	2	3	4	5	2	4	5	2	
25	M	19	1	3	2	3	2	2	3	5	3	3	3	2	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	1	
26	M	19	1	2	1	5	4	2	4	3	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	4	3	2	5	4	
27	F	19	3	2	3	2	2	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	4	5	5	1	2	1	
28	F	19	2	3	1	2	3	2	3	4	2	3	2	3	1	1	1	1	5	2	1	1	2	1	1	2	1	2	3	2	3	3	
29	F	19	4	2	5	2	2	3	5	3	3	3	1	2	2	1	2	3	2	1	1	2	1	1	1	4	1	3	1	2	3	1	
30	M	19	4	5	5	5	4	4	4	5	4	5	1	1	1	1	1	1	3	3	5	1	1	3	5	5	5	5	5	5	1	2	1

31	F	19	4	4	3	5	3	2	5	5	1	2	3	2	2	1	2	2	4	3	2	4	1	1	2	2	4	2	3	3	5	3	
32	F	20	3	2	2	4	3	3	2	5	1	3	4	4	1	3	5	2	3	1	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	
33	F	20	3	3	3	4	4	2	2	5	4	5	4	4	3	2	5	5	5	3	5	4	1	1	3	5	4	5	5	1	5	5	
34	F	20	3	2	2	2	2	3	3	5	3	3	4	2	2	3	5	3	2	1	1	5	3	1	2	1	4	4	3	2	4	3	
35	F	20	3	2	2	3	3	2	3	5	1	5	3	3	3	1	3	3	3	1	2	1	1	3	2	3	3	5	2	3	3	2	
36	F	20	1	3	2	5	2	5	5	2	1	3	2	4	2	2	1	2	2	2	1	3	3	1	2	2	3	2	2	2	4	3	
37	F	20	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	5	3	3	3	2	2	2	1	2	1	1	1	2	3	2	1	1	2	2	2	
38	F	20	5	1	2	4	4	1	5	5	1	5	2	2	3	3	3	2	4	2	1	2	1	1	2	2	1	5	2	3	3	3	
39	F	20	3	3	2	5	5	2	5	4	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	4	5	5	3	2	4	3	
40	F	20	3	4	3	5	2	5	1	3	1	2	1	2	3	1	1	2	3	1	1	2	3	2	3	2	1	3	5	2	3	4	
41	F	20	3	3	2	3	4	3	2	5	2	3	3	2	2	1	3	3	3	1	2	2	1	2	2	4	2	4	2	1	5	2	
42	F	20	3	5	3	4	3	3	5	1	3	4	3	3	2	1	3	2	3	3	1	1	1	1	1	4	3	5	5	1	3	1	
43	F	20	3	2	4	1	3	3	1	4	2	5	2	5	3	5	1	1	5	1	1	3	1	2	1	4	5	5	4	3	2	4	
44	F	20	2	3	5	5	3	2	3	5	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	3	2	2	4	5	5	1	4	5	
45	M	20	3	2	3	3	3	2	3	5	3	2	2	1	3	3	2	3	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	
46	F	20	3	2	1	4	4	3	2	5	2	2	4	4	3	2	3	3	2	1	1	2	1	2	1	2	2	3	2	2	3	1	
47	F	21	2	3	3	3	5	4	4	5	1	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	1	2	3	3	3	4	5	3	3	3	3	
48	F	21	1	2	2	2	2	2	2	2	1	4	2	2	4	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	
49	F	21	5	3	2	5	3	5	4	4	3	3	2	3	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	5	2	2	5	4
50	F	21	1	2	1	3	5	1	3	5	1	3	3	2	3	3	1	2	4	2	1	2	1	1	3	1	4	5	4	3	5	5	
51	F	21	1	1	2	1	2	1	4	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	4	4	5	1	1	1	1	1
52	F	21	2	1	5	5	5	2	5	5	5	5	3	3	1	1	1	3	3	1	1	1	1	2	2	2	5	4	2	4	2	3	
53	F	21	5	3	3	4	5	2	2	5	2	1	5	4	3	1	3	1	2	1	1	4	3	5	3	4	5	5	5	1	1	2	
54	F	21	5	5	3	5	4	3	5	4	1	5	4	2	2	3	5	3	2	1	2	3	1	2	3	4	5	5	5	3	5	5	
55	F	21	4	3	2	1	4	3	5	5	1	5	1	2	1	1	2	2	2	2	4	1	1	1	2	5	5	5	2	1	5	4	
56	F	21	4	3	2	3	2	5	4	3	3	4	4	2	3	5	2	3	3	4	1	2	3	3	4	3	3	4	2	3	5	5	
57	M	21	2	4	4	5	5	2	5	5	3	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	4	2	2	5	1	1	2	3	5	
58	F	21	2	3	2	5	2	5	5	5	1	3	2	4	2	1	2	2	3	2	1	2	1	1	1	2	4	3	2	3	3	2	
59	F	22	2	3	3	2	2	2	2	3	1	3	5	4	3	1	4	2	3	2	1	4	5	1	2	2	1	2	2	2	3	1	
60	M	22	2	2	1	5	3	2	4	3	1	5	3	1	2	1	1	2	3	2	1	1	1	1	2	3	5	2	2	1	5	3	
61	F	22	2	4	5	5	4	3	5	2	1	3	1	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	3	1	1	3	1
62	F	22	2	2	2	5	3	2	2	4	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	4	1	4	3	1	2	2	
63	F	22	3	3	2	5	5	3	3	3	1	2	3	5	3	1	3	2	4	2	2	1	1	1	2	1	2	3	5	5	3	1	
64	M	22	3	3	4	5	5	4	3	4	1	1	3	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	3	1	3	3	3	4	2	5	5	
65	F	23	3	4	4	2	2	1	5	3	2	4	2	3	3	1	1	3	1	2	1	5	1	1	1	2	4	2	5	5	4	2	
66	F	23	4	3	3	5	3	1	4	5	3	3	1	1	3	1	3	1	1	1	1	1	2	1	2	3	4	3	3	1	5	3	



67	F	23	3	4	5	4	5	2	4	5	1	1	4	5	1	5	5	2	2	1	1	2	1	2	5	2	3	5	2	2	5	5
68	F	23	1	3	2	2	3	4	2	3	1	2	3	4	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	13	1
69	F	23	3	1	2	3	4	1	5	2	1	5	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	3	1	5	5	1	
70	F	24	2	3	4	3	3	2	4	5	1	3	4	3	3	2	2	5	1	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	4	4	3
71	M	24	5	2	1	2	1	5	5	5	5	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	5	5	3	5	3
72	F	24	3	5	3	2	1	2	2	3	1	1	4	4	2	1	1	5	5	2	3	2	1	1	1	4	1	4	1	1	5	2
73	F	26	1	2	3	5	3	4	5	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	3	4	5	2	2	1
74	M	26	3	4	5	2	2	4	5	5	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	4	4	5	2	4	3
75	F	27	3	2	3	4	4	1	2	5	2	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	1	2	1	3	2	4	4	3	1	3	2
76	F	28	2	4	1	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	3	2	3	3	2	2	1	1	2	1
77	F	28	2	5	4	2	2	1	1	2	3	1	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2
78	F	39	2	4	5	5	5	1	3	5	2	4	5	5	5	5	2	2	2	1	1	4	1	1	2	1	2	3	2	5	5	3
79	F	30	2	3	3	3	4	3	5	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	3	1	
80	F	30	2	5	4	5	5	3	3	5	3	5	3	3	2	2	3	5	3	1	1	4	1	2	3	1	3	5	5	2	1	1

Los Olivos, 15 de setiembre de 2022

CARTA N.º 088 -2022-INV- EP/ ENE.UCV-LIMA

**Sr. Mg.**  
**Carlos Alberto Durand Cueva**  
Director del Instituto de Educación Superior Tecnológico "Juan Huari"  
Huari-Ancash  
**Presente. -**



**Asunto: Solicito autorizar la ejecución del Proyecto de Investigación de Enfermería**

*De mi mayor consideración:*

Es muy grato dirigirme a usted para saludarlo muy cordialmente en nombre de la Universidad Cesar Vallejo y en el mio propio desearle la continuidad y éxitos en la gestión que viene desempeñando.

A su vez, la presente tiene como objetivo solicitar la autorización a fin de que la estudiante **Rocio Mariluz Meza Cruz** del X ciclo de estudios de la Escuela Profesional de Enfermería puedan ejecutar su investigación titulada: **Estrés académico en estudiantes Técnicos enfermería del Instituto Superior Tecnológico de Huari- Ancash, 2022**, institución que pertenece a su digna Dirección; por lo que solicito su autorización a fin de que se le brinden las facilidades correspondientes.

*Sin otro particular me despido de Usted no sin antes expresar los sentimientos de mi especial consideración personal.*

*Atentamente,*



Mgtr. Lucy Tani Becerra Medina  
Coordinadora del Área de Investigación  
Escuela Profesional de Enfermería  
Universidad César Vallejo – Filial Lima

*c/ c: Archivo.*



MINISTERIO DE EDUCACIÓN  
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN  
REGIÓN ANCASH

**INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO  
PÚBLICO "JUAN HUARIN" DE HUARI**



## **AUTORIZACION PARA REALIZAR TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN DE EDUCACIÓN SUPERIOR  
TECNOLÓGICO PÚBLICO "JUAN HUARIN" DE HUARI

**AUTORIZA** a la investigadora **MEZA CRUZ ROCIO MARILUZ**, identificado con DNI N°46281072, de la Escuela Profesional de Enfermería de la Facultad de las Ciencias de la Salud de la Universidad Cesar Vallejo, quien realiza su proyecto de tesis titulado "**Estrés académico en estudiantes Técnicos enfermería del Instituto Superior Tecnológico de Huari- Ancash, 2022**", por lo que se le da el permiso para que realice las encuestas a los estudiantes de técnicos de enfermería.

Se expide la presente autorización a solicitud de la interesada.

Huari, 15 de setiembre del 2022



  
José Antonio Vidal Peralta L.  
JEFE DE LA UNIDAD ACADÉMICA  
C.M. N° 1032260921

CADC/flav  
C.c.  
Archivo



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, BLANCAS FIERRO LILA HERMINIA, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Estrés académico en estudiantes Técnicos enfermería del Instituto Superior Tecnológico de Huari- Ancash, 2022", cuyo autor es MEZA CRUZ ROCIO MARILUZ, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 20.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 02 de Diciembre del 2022

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
BLANCAS FIERRO LILA HERMINIA <b>DNI:</b> 08810332 <b>ORCID:</b> 0000-0002-9855-2190	Firmado electrónicamente por: LBLANCASF el 14- 12-2022 20:23:40

Código documento Trilce: TRI - 0469010