



ESCUELA DE POSTGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Estrés Académico y Estilos de Afrontamiento de los
Estudiantes de la Facultad de Medicina - UNMSM.

Lima – 2014

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

MAGÍSTER EN EDUCACIÓN

Con Mención en Docencia y Gestión Educativa

AUTORA:

Br. Aurora PINTO PHANG

ASESORA:

Dra. Karen ALFARO MENDIVES

SECCIÓN

Educación

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Gestión y Calidad Educativa

PERÚ - 2014

Este trabajo concluye una etapa importante de mi vida,
y se lo dedico con mucho amor:

A MI MADRE:

Por su desvelo en brindarme una profesión con la cual
ser una persona de bien y una mujer independiente.

A AQUELLOS

Que me alentaron a seguir esta aventura académica,

A MI ESPOSO, A MIS HIJOS ROLANDO Y JOSÉ:

Por su comprensión durante
el tiempo que tomó la preparación de esta tesis.

AGRADECIMIENTO

A Dios, por la oportunidad de vida que me brinda
y que intento que se productiva.

A la Doctora Karen Alfaro, asesora de tesis,
por ser una profesional entregada a su labor,
siendo esta la ocasión para testimoniarle mi gratitud y respeto.

PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado el presente trabajo de tesis titulado “Estrés Académico y Estilos de Afrontamiento Usados por los Estudiantes de las Cinco Escuelas Académicos Profesionales de la Facultad de Medicina. UNMSM. Lima - 2014” que se ha desarrollado con la finalidad de obtener el grado académico de Magister con mención en Docencia y Gestión Educativa, en cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo.

El objetivo del presente trabajo fue el determinar la relación entre el estrés y los estilos de afrontamiento usados por los alumnos de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos

La presente tesis consta de cuatro capítulos denominados:

Capítulo I: Problema de Investigación.

Capítulo II: Marco teórico.

Capítulo III: Marco metodológico.

Capítulo IV: Resultados

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Presenta la tesis titulada “Estrés Académico y Estilos de Afrontamiento de los Estudiantes de la Facultad de Medicina - UNMSM. Lima – 2014”, con la finalidad de determinar el nivel de estrés en la población estudiantil considerando las cinco carreras de salud y cómo afrontan el estrés académico, en cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo para obtener el grado de Magíster en Educación con Mención en Docencia y Gestión Educativa.

La Autora

INTRODUCCIÓN

En la presente investigación se analizan las principales fuentes de estrés académico (estresores) de los estudiantes en su primer año en la universidad y el uso de diferentes estrategias o estilos que utilizan para afrontarlo. Los resultados obtenidos corroboran que el estrés académico es un fenómeno generalizado en el primer año de acceso a la universidad y que las causas más comunes son la falta de tiempo y la sobrecarga académica.

En el ámbito latinoamericano es Barraza, investigador mexicano que se ha dedicado a crear un modelo para estudiar el estrés académico; dado que, a diferencia del estrés laboral, no existen modelos establecidos. Define el estrés como un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico. Ante un evento estresante de la vida diaria, un individuo no actúa pasivamente, sino que tratará de "hacerle frente". Para describir las diferentes acciones que el individuo utiliza para controlar, reducir o aceptar una situación que se considera amenazante. Para dilucidar los mecanismos de afrontamiento, y la comprensión de cómo los estudiantes manejan su estrés, se empleó el enfoque transaccional del estrés y afrontamiento de Lazarus y Folkman,

Este trabajo consta de: Capítulo I. Problema de Investigación; en el cual se presenta el planteamiento, delimitación, origen y formulación del problema, justificación, objetivos, antecedentes. El Capítulo II denominado Marco Teórico dedicado a las bases teóricas de las dos variables del problema, exponiéndose ideas, estudios, dimensiones de las variables que son de sustento para explicar el problema planteado. Capítulo III. Material y Método, se establece el nivel, tipo y método, descripción del área, población, técnica e instrumentos, procedimiento de recolección de datos, procedimiento de datos, presentación, análisis e interpretación de datos. En el Capítulo IV se abordan los Resultados y Discusión. Asimismo se incluye las Conclusiones y Recomendaciones. Finalmente se presenta la referencia bibliografía y anexos.

ÍNDICE

| | Página |
|-----------------------------|--------|
| Dedicatoria | ii |
| Agradecimiento | iii |
| Declaración de Autenticidad | iv |
| Presentación | v |
| Índice | vi |
| Lista de tablas | ix |
| Lista de figuras | x |
| Resumen | xi |
| Abstract | xi |
| Introducción | xiii |

CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

| | |
|------------------------------------|----|
| 1.1 Planteamiento del problema | 16 |
| 1.2 Formulación del problema | 17 |
| 1.2.1 Problema general | 17 |
| 1.2.2 Problemas específicos | 17 |
| 1.3 Justificación | 17 |
| 1.4 Limitaciones | 18 |
| 1.5 Antecedentes | 19 |
| 1.5.1 Antecedentes internacionales | 19 |
| 1.5.2 Antecedentes nacionales | 22 |
| 1.6 Objetivos | 25 |
| 1.6.1 Objetivo general | 25 |
| 1.6.2 Objetivos específicos | 25 |

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

| | | |
|---|---|----|
| 2.1 | Bases Teóricas de la variable Estrés Académico | 27 |
| 2.1.1 | Definiciones de la variable estrés académico | 31 |
| 2.1.2 | Dimensiones del estrés | 32 |
| 2.1.3 | El estrés de la adaptación a la Universidad | 33 |
| 2.1.4 | Instrumento para medir el estrés académico | 33 |
| 2.2 | Bases Teóricas de la variable Estilos de afrontamiento | 34 |
| 2.2.1 | Estilos de afrontamiento | 34 |
| 2.2.1.1 | Tipos de estilo de afrontamiento | 35 |
| 2.2.1.2 | Instrumentos para medir el afrontamiento del estrés académico | 36 |
| 2.2.1.3 | Estrategias de afrontamiento | 38 |
| 2.2.1.4 | Funciones del Afrontamiento | 39 |
| 2.3 | Definición de términos básicos | 39 |
| | | |
| CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO | | |
| 3.1 | Hipótesis | 45 |
| 3.1.1 | Hipótesis general | 45 |
| 3.1.2 | Hipótesis específicas | 45 |
| 3.2 | Variables de investigación | 45 |
| 3.2.1 | Definición conceptual | 45 |
| 3.2.2 | Definición operacional | 46 |
| 3.3 | Metodología | 48 |
| 3.3.1 | Tipo de investigación | 49 |
| 3.3.2 | Diseño de investigación | 49 |
| 3.4 | Población y muestra | 50 |
| 3.5 | Método de investigación | 52 |
| 3.6 | Técnicas e instrumentos de recolección de datos | 52 |
| 3.6.1 | Confiabilidad y validez | 54 |
| 3.6.2 | Opinión de expertos | 55 |
| 3.7 | Método de análisis de datos | 56 |
| | | |
| CAPÍTULO IV: RESULTADOS | | |
| 4.1 | Descripción | 58 |

| | | |
|-----------------------------------|--|-----|
| 4.2 | Prueba de hipótesis | 64 |
| 4.3 | Discusión | 69 |
| CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS | | |
| | Conclusiones | 72 |
| | Sugerencias | 74 |
| | REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 77 |
| | ANEXOS | 85 |
| | Anexo 1 Matriz de consistência | 86 |
| | Anexo 2 Operacionalización de variables | 88 |
| | Anexo 3 Consentimiento informado | 91 |
| | Anexo 4 Datos personales | 92 |
| | Anexo 5 Instrumento para medir la variable 1 | 93 |
| | Anexo 6. Instrumento para medir la variable 2 | 96 |
| | Anexo 7. Solicitud autorización de realización de encuesta | 99 |
| | Anexo 8. Oficio de autorización de realización de encuesta | 100 |
| | Anexo 9. Certificados de validez de contenido | 101 |
| | Anexo 10. Base de datos | 116 |

LISTA DE TABLAS

| | | Página |
|----------|--|--------|
| Tabla 1 | Tipos de estilo de afrontamiento según Fernández-Abascal | 35 |
| Tabla 2 | Definición Operacional de la Variable Estrés Académico | 47 |
| Tabla 3 | Definición operacional de la variable Estilo de Afrontamiento | 48 |
| Tabla 4 | Número de estudiantes ingresantes 2013 matriculados. | 50 |
| Tabla 5 | Número de estudiantes ingresantes 2013 encuestados. | 51 |
| Tabla 6 | Cuestionario ACS: Estilos y Estrategias | 55 |
| Tabla 7 | Edad | 58 |
| Tabla 8 | Nerviosismo o preocupación percibida | 59 |
| Tabla 9 | Nivel de preocupación o nerviosismo percibido | 60 |
| Tabla 10 | Cursos desaprobados | 60 |
| Tabla 11 | Principales Estresores | 61 |
| Tabla 12 | Manifestaciones Físicas del Estrés | 62 |
| Tabla 13 | Manifestaciones Psicológicas del Estrés | 63 |
| Tabla 14 | Manifestaciones Conductuales del Estrés | 64 |
| Tabla 15 | Correlaciones entre el nivel de estrés y los estilos de afrontamiento | 65 |
| Tabla 16 | Correlaciones entre el nivel de estrés académico y el estilo de afrontamiento “Resolver el problema” | 66 |
| Tabla 17 | Correlaciones entre el nivel de estrés académico y el estilo de afrontamiento “referencia a Otros” | 67 |
| Tabla 18 | Correlaciones entre el nivel de estrés académico y el estilo de afrontamiento “No Productivo” | 68 |

LISTA DE FIGURAS

| | | Página |
|----------|---|--------|
| Figura 1 | Edad | 56 |
| Figura 2 | Género | 57 |
| Figura 3 | Manifestaciones físicas del estrés | 60 |
| Figura 4 | Manifestaciones psicológicas del estrés | 61 |
| Figura 5 | Manifestaciones conductuales del estrés | 62 |

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación es determinar la relación entre el estrés y los estilos de afrontamiento usados por los alumnos de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Se ha considerado a los ingresantes 2013 de las cinco Escuelas Académico Profesionales: Enfermería, Obstetricia, Medicina, Nutrición y Tecnología Médica, en total 559 estudiantes, y una muestra de 224. Si bien existen estudios sobre el proceso de adaptación a esta nueva etapa de la vida de estos jóvenes adolescentes, la mayoría de estudios se centran en los estudiantes de medicina y de enfermería.

El estrés está relacionado a la vida cotidiana de los seres humanos y la actividad académica no escapa de éste. Algunos autores consideran que el estrés puede ser positivo en periodos cortos, como un atleta al inicio de una competencia. Por el contrario periodos largos de estrés pueden impactar negativamente en el bienestar físico y psicológico de las personas.

Las estrategias de afrontamiento son las formas como las personas enfrentan o reaccionan ante una situación estresante y según las circunstancias, ninguna se puede considerar negativa o positiva. Los estilos de afrontamiento agrupan las diversas estrategias y se considera que las características psicológicas de las personas inciden en el estilo de afrontamiento a usar pudiendo ser positivo o negativo. Se empleó el Inventario SISCO del estrés académico (Barraza, 2007) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS, Frydenberg & Lewis, 1997) ambos instrumentos validados tanto a nivel internacional (Jaimes, 2008). como a nivel nacional (Boullosa, 2013).

Palabras Claves: Estrés académico, estilos de afrontamiento, estrategias de afrontamiento

ABSTRACT

The purpose of this research was to describe and relate the academic stress and coping used by students of the Medicine School of the Universidad Nacional Mayor de San Marcos. The population was the students of Nursery, Obstetrics, Medicine, Nutrition and Medical Technology, a total of 559 university students between 17 and 21, in their first year at the university. The medical literature has some studies about this adaptive process to the university life, but the majority only considers the students of medicine and nursery.

The stress is usually presents in quotidian life and the academic activity is not free of the stress. Some investigators consider that stress can be positive in short times, for example an athlete before the start of a competition. Other hand, long periods of stress can have a negative impact in the physical or psychological welfare.

Coping are the forms as people affront a stressing situation and, as some authors says, none of the can be consider negative or positive. Other hand, the use of the coping styles are selected according the personality and can be positive or negative. It was used the SISCO inventory of academic stress (Barraza, 2007), and the adolescent coping scale (ACS, Frydenberg & Lewis, 1997), both used internationally and recently used in a study in a private university at Lima (Boullosa, 2013).

Keywords: academic stress, coping style, coping strategies,