



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

**Estrategias de Afrontamiento en Estudiantes Universitarios,
Frente a Situaciones de Estrés en el Aprendizaje Virtual, Trujillo,
2021**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciado en Enfermería

AUTOR:

Pérez Ballona, Javier Oswaldo (ORCID: 0000-0002-1137-0475)

ASESORA:

Mg. Valverde Rondo, María Elena (ORCID: 0000-0001-5002-1350)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Mental

TRUJILLO - PERÚ

2021

DEDICATORIA

**Dedico este trabajo de
investigación
principalmente a Dios y a
mis padres, porque
siempre me han motivado
y aconsejado
constantemente, quienes
son mi fortaleza y motivo
más grande para
continuar pese a los
obstáculos que se me ha
presentado en el camino.**

AGRADECIMIENTO

A Dios por la vida y buena salud, a mi padre y madre, quienes me motivan para seguir adelante, la cual me han brindado su apoyo incondicional y desde niño me inculcaron valores que hoy en día influyen en mi desarrollo profesional.

A la universidad, quien me dio la bienvenida como futuro profesional, agradezco mucho a mi asesora de tesis y a mis compañeros por los conocimientos que me han otorgado a lo largo de esta trayectoria.

Este trabajo de investigación se la dedico muy especialmente a mi padre Javier Pérez Zavaleta, por brindarme su confianza y los recursos para poder lograr mis metas, quien desde lejos me ha escuchado y aconsejado todo este tiempo de la carrera universitaria, ha sido mi soporte y mi motivación más grande para formarme como profesional.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Carátula.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos.....	iv
Índice de tablas.....	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	5
III. METODOLOGÍA.....	12
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	12
3.2. Variables y operacionalización.....	13
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.....	18
IV. RESULTADOS.....	19
V. DISCUSIÓN.....	22
VI. CONCLUSIONES.....	29
VII. RECOMENDACIONES.....	30
REFERENCIAS.....	31
ANEXOS.....	39

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Relación que existe entre las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios, frente a situaciones de estrés en el aprendizaje virtual, Trujillo 2021	19
Tabla 2. Nivel de estrés de los estudiantes universitarios en el aprendizaje virtual en sus dimensiones estresores, síntomas y estrategias de Afrontamiento, Trujillo 2021	20
Tabla 3. Estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios en el aprendizaje virtual en sus dimensiones contexto familiar, contexto Salud, contexto Tareas Académicas y relaciones sociales, Trujillo 2021	21

RESUMEN

Las clases en línea han reportado un impacto significativo en el bienestar psicológico y calidad de vida de los jóvenes universitarios. Esta investigación determinó la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios, frente a situaciones de estrés en el aprendizaje virtual, Trujillo 2021. Tiene como soporte teórico a Callista Roy con el modelo de Adaptación. Es un estudio cuantitativo, descriptivo, correlacional de corte transversal. La población fue de 70 estudiantes universitarios de enfermería. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de estrés emocional, en las dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento y el cuestionario de técnicas de afrontamiento en sus dimensiones: contexto familiar, salud, tareas académicas y relaciones sociales. En los resultados se observó que en la variable estrés el 80% tiene un nivel bajo en la dimensión estrategias de afrontamiento, no obstante, en la variable estrategias de afrontamiento, el 82% presenta un nivel medio en la dimensión contexto tareas académicas. Concluyendo que existe una relación moderada negativa entre la variable estrés académico y estrategias de afrontamiento con un valor de ($Rho = -0,525$) y un nivel de significancia de 0.000. por lo que se acepta la hipótesis alternativa.

Palabras clave: Estrés, estudiante universitario, clases en línea.

ABSTRACT

Online classes have reported a significant impact on the psychological well-being and quality of life of young university students. This research determined the relationship between coping strategies in university students, facing stressful situations in virtual learning, Trujillo 2021. It has as theoretical support Callista Roy with the adaptation model. It is a quantitative, descriptive, correlational, cross-sectional study. The population was 70 university nursing students. The instruments used were the emotional stress questionnaire, in the dimensions: stressors, symptoms and coping strategies, and the coping techniques questionnaire in its dimensions: family context, health, academic tasks and social relations. In the results it was observed that in the stress variable, 80% have a low level in the coping strategies dimension, however, in the coping strategies variable, 82% present a medium level in the academic tasks context dimension. It is concluded that there is a moderate negative relationship between the academic stress variable and coping strategies with a value of ($\rho = -0.525$) and a significance level of 0.000, so the alternative hypothesis is accepted.

Keywords: College stress, strategies, online classes.

I. INTRODUCCIÓN

La realidad de una nueva pandemia a nivel mundial ha hecho que cambie la vida cotidiana de las personas, uno de los grupos más afectados es la educación universitaria. Esta enfermedad forzó a las instituciones educativas superiores a reemplazar la educación de tipo presencial por clases virtuales, el mismo que ha afectado la situación económica de los jóvenes universitarios, por los gastos extras que tienen que cubrir, tales como la compra de laptop, celulares modernos, internet y pago de los servicios de consumo eléctrico.^{1,2}

En esta perspectiva, la educación ha sufrido el impacto más negativo en todas partes del mundo, esto influyó en el desempeño social y psicológico de los estudiantes universitarios de Changzhi donde el 24,9% sufría de estrés debido al brote de COVID-19. Se constituyó que el estrés es una condición que, cuando ocurre, afecta las ideas, pensamiento u opiniones de una persona sobre su capacidad para trabajar.^{3,4}

México experimentó una modalidad virtual, sin una preparación estandarizada para enfrentar esta nueva situación, los maestros han tenido que afrontar clases con problemáticas relacionadas con el incumplimiento de los trabajos. En Ecuador se incluyó el cierre de todas las instituciones educativas en todos los niveles que han afectado la realidad de estos mismos y la imposibilidad de labores productivas.^{5,6}

En el Perú se consideró la intervención de estudiantes de universidades de gestión privada y pública, quienes refieren que el 55% cuentan con acceso a internet y el 45% no pueden tener acceso a este. Esta acelerada transición ha doblegado a los estudiantes a una prueba de estrés revelando déficits estructurales, en la economía y salud, del mismo modo afecta la equidad porque muchos de los estudiantes no tuvieron acceso a las clases virtuales, afectando el recorrido de la trayectoria académica.^{7,8}

El estrés se agudiza debido a que el estudiante comienza a sobrellevar nuevas situaciones poco habituales. Como evaluaciones, exámenes frecuentes, las tareas diarias de clase y la presión del trabajo, también los problemas económicos que tienen un impacto en la calidad del estudio. Tal situación conlleva que algunos investigadores lo consideren como un fracaso de la educación virtual que generan un notable impacto de desgaste emocional.^{9,10,11}

De esta manera los estudiantes se están enfrentando a un escenario novedoso, con muchas dificultades como las limitaciones a la accesibilidad y conectividad al internet y a las metodologías de aprendizaje de los docentes, de modo que ha traído consecuencias graves en su desempeño, hasta el punto en que algunos empiezan a padecer enfermedades. no solo deteriora el bienestar físico y mental de quien los adolece, sino que también afecta nocivamente a su entorno académico y social.^{12,13,14}

Al planteamiento anterior, se agrega que los docentes también están expuestos a estresores y esto se debe a las exigencias de su trabajo diario, preparar e impartir clases, presión para asesorar tesis, así como un escaso tiempo al descanso. Se trata de una experiencia nueva, en donde la persona puede sentirse confundido para desarrollar sus competencias y habilidades personales. Este hecho directa o indirectamente influye en su entorno familiar, social y académico.^{15,16,17}

En esta perspectiva, la motivación de los estudiantes puede influir no sólo la calidad de vida del profesor, sino también la calidad de la preparación académica y enseñanza de los futuros profesionales. Por lo tanto, en el contexto académico, están afectando el aspecto cognitivo, afectivo y fisiológico tanto del alumno como del profesor, siendo importante dirigir su propio proceso de aprendizaje. No obstante, la mejor opción para su afrontamiento depende del valor emocional y comprensivo de cada persona.^{18,19,20}

En este sentido, existen factores que nos ayudan a identificar las estrategias de adaptación que la persona utiliza cuando debe hacer frente a situaciones difíciles o críticas. Esto se refiere a las habilidades que el estudiante usa para controlar su propio proceso de aprendizaje. Las estrategias centradas en problemas de los estudiantes se han relacionado con la resiliencia, enfoque de aprendizaje y rendimiento académico en la universidad.^{21,22}

El uso de estrategias para la solución de problemas, son entendidas como esfuerzos voluntarios y conscientes para regular las conductas, emociones, cogniciones y variables del ambiente en respuesta al estrés de sucesos diarios o circunstancias, el uso de estas no solo reduce los resultados o efectos estresantes, sino también las consecuencias de la depresión y los síntomas, fobias y las sensaciones de malestar emocional que se pueden generar en la educación virtual.^{23,24}

Situación que motivó a formular la siguiente pregunta de investigación ¿Las estrategias de afrontamiento tienen relación con el estrés universitario frente a situaciones de aprendizaje virtual, Trujillo, 2021? Lo cual mediante este trabajo de investigación podremos dar respuesta.

El presente trabajo de investigación se justifica con el aporte de los conceptos de la teorista de Callista Roy, teniendo en cuenta la opinión de la persona y el mecanismo que utiliza para lograr la adaptación e integración. Asimismo, aprender a teorizar el cuidado que se aplica durante la práctica cotidiana, lo que servirá para que los estudiantes de enfermería en forma individual o grupal creen una integración humana al lado de los docentes en el marco de la educación virtual del cuidador y ser cuidado.^{25,26,27}

Desde el punto de vista de la justificación práctica, el aporte se brinda al analizar cómo se sienten los estudiantes universitarios frente a situaciones de estrés, de esta manera permitir adaptarse al modelo educativo en la virtualidad, aplicando estrategias para lograr que el estudiante y los Docentes se adapten a la academia desde el punto de vista virtual actual, logrando así un cuidado integral.

En cuanto a la justificación metodológica, se tiene que los instrumentos que se utilicen servirán como antecedente para investigaciones que se realicen en un futuro en contextos diferentes con respecto al tema de la cual se desarrolló esta investigación.

El objetivo general que se planteó es: Determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios, frente a situaciones de estrés en el aprendizaje virtual, Trujillo 2021.

Los objetivos específicos son:

- Identificar el nivel de estrés de los estudiantes universitarios en el aprendizaje virtual en sus dimensiones estresores, síntomas y estrategias de Afrontamiento, Trujillo 2021
- Identificar las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios en el aprendizaje virtual en sus dimensiones contexto familiar, contexto Salud, contexto Tareas Académicas y relaciones sociales, Trujillo 2021

Entonces llegamos a formular la siguiente hipótesis

- H₀: No existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés en el aprendizaje virtual en estudiantes universitarios Trujillo 2021.
- H₁: Existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés en el aprendizaje virtual en estudiantes universitarios Trujillo 2021.

II. MARCO TEÓRICO

Pérez, E (2021), en su trabajo de investigación sobre la educación a distancia en tiempos de COVID-19, fue realizado en España, sigue un estudio mixto con alcance descriptivo en el cual se combinan métodos cuantitativos y cualitativos, en donde participaron 548 estudiantes, los resultados indicaron que el (78,2%) cuentan de una conectividad propia, con respecto a la conectividad compartida (10,1%), y los que usan los datos de su celular (9,8%) y las que carecen de conectividad (0,4%). En conclusión, se determina que la institución debe transitar hacia los modelos centrados en el estudiante y colaborativos.²⁸

Cabanach, M (2018) tuvo como objetivo comprobar si el afrontamiento activo es el más eficiente en la disminución del estrés académico, el diseño es tipo descriptivo de corte transversal, participaron 1195 universitarios de España. En los resultados se tiene que, en respuesta al estrés, se observa por agotamiento físico un 9.13%, por alteraciones de sueño 7.92%, mientras que por pensamientos negativos un 18.28% mientras que los alumnos que manejan estrategias de afrontamiento activo informan disminución de respuestas psicofisiológicas del estrés con un 24% a comparación de aquellos con un bajo nivel de afrontamiento activo con un 41%. Se concluyó que la planificación de intervención y prevención en el estrés académico deben tener presente estas diferencias en su diseño.²⁹

Valdivieso, L (2020) tiene como objetivo analizar las estrategias de afrontamiento que emplean los estudiantes para hacer frente a situaciones de estrés en el marco universitario, de método cuantitativo y análisis de regresión múltiple y correlación, la muestra la conformaron 276 estudiantes en el país de España, en los resultados se evidencia que un (56.5%) que es más de la mitad de las causas, tienen relación con el ritmo, la carga y organización de sus labores de trabajo. Por otra parte, este modelo abarca las variables de autocrítica (2%) pensamiento desiderativo (6.3%) y resolución de problemas (1.4%), se concluye cada estudiante dependiendo de los acontecimientos estresantes, pueden utilizar la estrategia que más le convenga.³⁰

Morales, F. (2018) tuvo como objetivo evaluar el estrés cotidiano y las estrategias de afrontamiento que perciben los estudiantes universitarios y la relación con las variables prosocialidad, psicoeducativas de empatía y medidas de tendencia prosocial, el diseño que se utilizó fue post facto, de análisis descriptivos y de correlación, participaron 200 estudiantes universitarios en España. Los resultados demuestran que los alumnos utilizan las siguientes estrategias de afrontamiento como la resolución de problemas 11% con seguido de empatía 30%, en cuanto a la conducta prosocial un 24% y medida de tendencia prosocial un 15%. Se concluyó que, la información recolectada sirve para futuros programas de estrategias de afrontamiento frente al estrés académico.³¹

Peña, E (2017) en su trabajo de investigación “Estrategias de afrontamiento y estrés en los estudiantes de una universidad pública” se realizó un estudio descriptivo, transversal y analítico. Estuvo constituido por 158 alumnos, esta investigación se realizó en México, en los resultados se observa que, las estrategias que se utilizaron fueron la habilidad asertiva (13.3%), la búsqueda de apoyo social (41.1%) y la expresión emocional abierta (56.3%). En cuanto a frecuencia del estrés fueron 88.6%, de intensidad regular un 43.7%, las situaciones que generan estrés con un 77.8% es la acumulación de trabajos académicos. Se concluyó que los alumnos presentan estrés, en cuanto a la frecuencia e intensidad en que se presenta, depende de las situaciones cognitivas o emocionales de cada persona.³²

Sigüenza, W (2021), tuvo como objetivo establecer relación entre la ansiedad y la Covid-19 en alumnos de enfermería y psicología. Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal y exploratorio. Tuvo como población 66 alumnos de enfermería y psicología de una Universidad privada en Ecuador, en los resultados se observa una desigualdad muy significativa, la cual se realizaron antes de la pandemia, en donde los estudiantes presentaron un 24,74% de nivel de ansiedad y durante la pandemia se realizó otra encuesta, en donde presentaron un 27,33% de nivel de ansiedad. Se concluye que, existe un aumento en los niveles de la ansiedad en los estudiantes de enfermería y psicología con relación al Covid-19.³³

Galvis, G (2021) realizó un estudio sobre realidades y tensiones de los docentes frente a la Covid-19. El estudio es de diseño fenomenológico, se incluyeron 178 docentes en Colombia, en los resultados se evidencia que los docentes tienen afectación mental y física, debido a la pandemia por Covid-19. Se concluyó que, los resultados de esta investigación demuestran que la carga académica en el rol de profesor mediante las clases virtuales es notoria por muchos factores, el más importante es el horario, seguido de los trabajos adicionales, como son elaboración de módulos en plataforma virtual, uso de tics innovadores y búsqueda de nuevos componentes para la aportación de clases diarias.³⁴

Tamayo, M (2020) tuvo como objetivo principal de identificar las alteraciones emocionales a causa del Covid-19 y la cuarentena en universitarios en el campus de la institución Nacional Hermilio Valdizán en Perú, fue de tipo descriptivo, exploratorio, y transversal, se tuvo como muestra 100 universitarios de las distintas facultades académicas profesionales. Los resultados muestran que los estudiantes tienen alteraciones emocionales como: desesperanza y sentimientos depresivos (83%) problemas con la falta de sueño (85%). Se concluye que por consecuencia del aislamiento social los jóvenes universitarios presentan problemas de ansiedad, depresión y psicológicos de 46%, el 22% presenta estrés y depresión, por otro lado, por estrés post traumático a consecuencia del covid-19 y el confinamiento un 17% de universitarios la presentan.³⁵

En esta perspectiva se tomará como teoría a Callista Roy, quien define al estrés como un proceso que empieza ante un grupo de demandas del entorno que recibe el individuo, quien debe dar una respuesta, poniendo en marcha sus medios de afrontamiento. Por consiguiente, cuando la demanda del entorno es exigente frente a los posibles medios de afrontamientos, la persona desarrolla una serie de demandas adaptativas de empleo de recursos. Esta respuesta frente al estrés comprende diversas reacciones emocionales negativas, de las cuales las más relevantes son: la ira, la ansiedad y por último la depresión.³⁶

Los conceptos de Roy se basan en dos soportes teóricos a) *adaptación*: se refiere al resultado y proceso por los que, los individuos tienen la suficiencia de sentir y pensar, son conscientes y eligen la integración del ser humano con su entorno; b) *sistemas humanos*: Se define como el conjunto organizado de cosas o partes interactuantes e interdependientes que corresponden un todo y sigue un propósito.³⁷

El modelo adaptación como *el autoconcepto*: hace referencia a los sentimientos y creencias acerca de uno mismo, también está la *función de roll*: que implica conductas de los individuos en la sociedad y dependen como las personas interactúan con otras en situaciones concretas, por último, la *función de interdependencia*: la cual persigue un equilibrio entre el comportamiento del individuo y mecanismos de afrontamiento (buscar ayuda, afecto y atención). En los mecanismos de afrontamiento se encuentra el *proceso regulador*: quien controla los procesos internos concurrentes con las necesidades fisiológicas de las personas. *El proceso cognitivo*: quien regula la función de roll, el autoconcepto y la interdependencia.³⁷

Agregando al párrafo anterior Roy hace referencia que las estrategias que se utilizan para el afrontamiento de situaciones son herramientas útiles que ayudan a corregir los efectos negativos de las demandas estresantes. Según la teorista, infiere que el afrontamiento “Son los esfuerzos cognitivos y comportamentales que lleva a cabo el individuo para fijarse en las demandas del entorno, proceden para mantener la función integral y vital”. por ello, en el campo de la salud, el desarrollo personal de estrategias de adaptación activa es fundamental para realizar y afrontar las diversas actividades que allí se producen.³⁸

Así mismo, presupone el proceso de afrontamiento, funciones de rol e interdependencia, la cual se orienta en “Procesos de adaptación y afrontamiento” en estructuras multidimensionales que representa las respuestas o patrones psicosociales y fisiológicos. Los estudiantes al estar en condiciones académicas negativas y en situaciones estresantes, su adaptación será lenta. Lo cual pondría en desventaja su formación profesional. Como tal, el modelo puede ser una

herramienta eficaz para afrontar el estrés, Roy ve a las personas como sistemas totalmente adaptables en su interacción continua con el medio ambiente.³⁸

La Asociación América de Psicología, menciona tres tipos de estrés, las cuales son, *estrés agudo*, ocurre como una reacción de corta duración, la cual se manifiesta con cansancio, sentimientos depresivos o ansiedad. *Estrés agudo-episódico*, son situaciones caóticas que se repiten múltiples veces y tienden a manifestarse como una personalidad nerviosa, que siempre está en un estado de ansiedad. *Estrés crónico*, se produce cuando una persona siempre está mentalmente cansada, incluso puede inducir al suicidio, los síntomas más graves pueden requerir psicoterapia, manejo del estrés y tratamiento psiquiátrico.³⁹

Los factores estresantes son aquellas situaciones y exigencias que provocan una respuesta al estrés y puede desencadenarse por diversos estímulos, internos o externos, las cuales hay tres factores, como es los *factores psicosociales*: son las condiciones que puede afectar la salud (física, social o psíquica) tales como apatía, alienación y sentimientos de ansiedad, *factores individuales*: son estímulos internos, como por ejemplo el dolor, la sed, el hambre y hábitos o enfermedades crónicas. Finalmente, *los factores sociales*: son los conflictos interpersonales, los problemas no resueltos, experiencias de duelo y la personalidad. Incluso, las personas que adaptan un comportamiento que es toxico para el individuo puede provocar estrés, dependencia y sentimientos de culpa.⁴⁰

Para Lazarus y Folkman en su modelo explican los procesos mentales que se desarrollan después de un evento que es desfavorable para el individuo, estableciendo los acontecimientos que se desarrolla como consecuencia de la interacción entre el entorno y el individuo, lo que provoca que nos pongamos tensos y estresados. De igual manera, hacen referencia que el afrontamiento por estrés es una respuesta conductual y cognitiva que se origina para conducir las exigencias tanto internas como externas que sobrepasa los recursos con los que cuenta la persona. Por lo que el afrontamiento está vinculado al individuo y su entorno, lo que se puede comprender como disposiciones diferentes que pueden influenciar en el fracaso o éxito de las respuestas desarrolladas por el individuo.⁴¹

Según los teóricos Lazarus Y Folkman, definen; *estrategias de afrontamiento adaptativa*, como el propósito de acortar o descartar aquellas situaciones que generan estrés, lo que es dirigida de acuerdo a la variación del entorno. Así mismo incluye estrategias relacionadas al exterior o interior de la persona, las cuales se divide en dos estrategias: a) Atención especial a tensiones externas, cambios de comportamiento, dificultades y recursos. b) El propósito es ayudar a alguien a resolver un problema. Reduce la autoimplicación, mejora el aprendizaje y comportamiento. *Estrategias de afrontamiento desadaptativa*; acontece cuando no se puede hacer cambios de la situación o del entorno, afectando la salud emocional del individuo; incluyendo la evasión como estrategia, la asimilación y minimización negativa de los acontecimientos.⁴²

Para el estudio de la variable estrés, se utilizó el modelo expuesto por Ruiz y Barraza quienes implantan tres dimensiones para el su estudio: *estresores*: son aquellos factores que lleva a los individuos a tendencias de estrés ambiental y también está influenciado por la responsabilidad emocional de cada persona, esto se debe a que la persona puede experimentar, aunque solo sea transitoria, una falta de control sobre su nuevo ambiente. Le sigue los *síntomas*, que son las características conductuales, psicológicas y físicas del entorno donde se desenvuelve la persona, en esta dimensión puede experimentar situaciones de agotamiento, y poco interés para los estudios, degenerando su salud física y mental, esto responde a las exigencias que el individuo ha pasado a lo largo del trayecto.

La tercera dimensión son las *estrategias de afrontamiento*: siendo la forma en que los individuos responden con la finalidad de hacerle frente a las necesidades internas y externas que afectan el desequilibrio individual, lo que quiere decir que en ciertas circunstancias la persona debe contar con estrategias defensivas, como también estrategias que sirvan para la resolución de problemas, esto es a medida que su relación de la persona con el entorno va cambiando, independientemente que estos esfuerzos sen exitosos o no. ⁴³

Para el desarrollo de la variable estrategias de afrontamiento se utilizó, el modelo elaborado por Morales y García, quienes se basan en el fundamento teórico de Lazarus y Folkman, los mismos que establecieron cuatro dimensiones de afrontamiento tal como; *el contexto familiar*, que viene a ser el afrontamiento de situaciones problemáticas, incluida la expresión emocional, la comunicación y la apreciación de las estrategias proporcionadas, por ende no existe un estilo único de afrontamiento, por lo que se emplean distintas estrategias, esto va a depender de las demandas que surgen en el proceso. La resistencia que hace referencia a los esfuerzos de la familia por buscar nuevas medidas estratégicas ayuda a reducir y minimizar el impacto del estresor.

En el contexto de la salud, es una evaluación de las estrategias utilizadas a las que se recurre para afrontar situaciones dolorosas provocadas por problemas de salud mental y física. El individuo tiene la elección de decidir sobre las estrategias que ayuden a mantener un equilibrio sano de su salud mental, para evitar problemas que comprometan su calidad de vida. *En las tareas académicas*; es la percepción en la cual los individuos tienen la forma de ver las estrategias que se utilizan para manejar situaciones que involucran la carga académica, miedo a iniciar clases, bajo rendimiento entre otros. Sin embargo, en muchas ocasiones las demandas aumentaran, lo que conlleva a agudizar la respuesta y disminuir el rendimiento académico.

Por último, *el ámbito social*: es la evaluación el cual las estrategias son utilizadas para afrontar situaciones de relaciones interpersonales, dificultades para la toma de decisiones frente a sus amigos y relaciones entre compañeros. También se define como el apoyo que tiene la persona cuando amigos o familiares le proporcionan ayuda en momentos difíciles para ayudar a amortiguar el impacto de estrés que se genera en la salud mental.⁴⁴

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

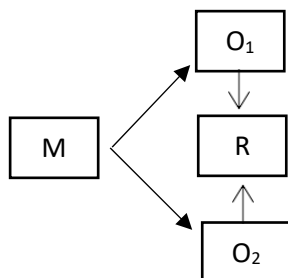
Tipo de investigación: Aplicada

El estudio es cuantitativo, no experimental, porque representa un conjunto de procesos, es decir, tiene una secuencia y es probatorio por medio de herramientas para la recolección de datos, es aplicada porque busca la generación de entendimiento con aplicación directa a los problemas, es decir, busca la solución de problemas específicos, es transversal, de tal manera que se analizan datos de las variables recopiladas en un determinado periodo de tiempo.⁴⁵

Diseño de investigación:

El diseño es descriptivo porque se definen las escalas de medida de las variables establecidas y correlacional porque se entiende y evalúa la relación estadística de las variables, no hubo manipulación de variables, se describirá eventos y situaciones que afectan a la variable.⁴⁵

El diseño presenta el siguiente esquema:



Dónde:

M: Estudiantes universitarios frente a situaciones de estrés.

O1: Estrés universitario.

O2: estrategias de afrontamiento

R: Relación de las variables de estudio

3.2. Variables y operacionalización

Variable independiente: Estrés

Definición conceptual: el estrés es un cambio psicológico y adaptativo que se manifiesta en la persona cuando se encuentra forzado por múltiples factores estresantes, los cuales provoca desequilibrios en el sistema y despierta muchos síntomas cognitivos como conductuales y fisiológicos.⁴³

Definición operacional: para poder medir la variable independiente, se utilizó el cuestionario de estrés emocional (Anexo N°2) de Ruiz y Barraza, que tiene 17 preguntas, las dimensiones de dicho instrumento para el estudio de la variable son: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. El cual estuvo estructurado con elección de respuesta múltiples en la escala de Likert.

Indicadores:

Tiempo, tareas académicas y exigencias académicas:

- Bajo: 5 – 11 puntos
- Medio: 12 – 18 puntos
- Alto: 19 – 25 puntos

Emociones y agotamiento:

- Bajo: 6 – 16 puntos
- Medio: 17 – 27 puntos
- Alto: 28 – 36 puntos

Problemas y resolución de problemas:

- Bajo: 6 – 16 puntos
- Medio: 17 – 27 puntos
- Alto: 28 – 36 puntos

Escala de medición: Ordinal

Variable dependiente: Estrategias de afrontamiento

Definición conceptual: las estrategias de afrontamiento, son los recursos psicológicos que la persona pone en marcha para hacer frente a las situaciones, la capacidad de afrontar el estrés es una acción que comienza con una evaluación individual. En este sentido, es necesario enfrentar de manera productiva y sistemática los problemas que se presentan en los ámbitos de la sociedad, la familia, la salud y la educación.⁴⁴

Definición operacional: para la medición de la variable dependiente, se utilizó el cuestionario estrategias de situacionales de afrontamiento (Anexo N°2) de F. Morales y T. García, este instrumento tiene como referencia a tres situaciones de afrontamiento: contexto familiar, contexto salud, tareas académicas y ámbito social. Diseñado con alternativas de respuesta múltiples en escala de Likert. (20 preguntas)

Indicadores:

Familia y ayuda:

- Bajo: 5 – 11 puntos
- Medio: 12 – 18 puntos
- Alto: 19 – 25 puntos

Salud y rendimiento:

- Bajo: 5 – 11 puntos
- Medio: 12 – 18 puntos
- Alto: 19 – 25 puntos

Emociones, estado emocional y relaciones interpersonales.

- Bajo: 5 – 11 puntos
- Medio: 12 – 18 puntos
- Alto: 19 – 25 puntos

Escala de medición: Ordinal

3.3. Población, muestra y muestreo:

Población:

Estuvo constituida por 70 estudiantes universitarios, la cual se trabajó con la población muestral, Trujillo - 2021.

Muestreo:

Se utilizó el muestreo no probabilístico de tipo intencional, la cual se seleccionó las muestras por conveniencia, que se basan en un juicio subjetivo en lugar de hacer una elección al azar, de tal modo que los participantes seleccionados son elegidos por criterio del investigador.

Unidad de análisis:

Lo constituye los estudiantes de enfermería de 8vo ciclo. Para la selección de la unidad de análisis se consideró los siguientes criterios de selección.

Criterio de inclusión:

Estudiantes universitarios mayores de 18 años de edad.

Estudiantes universitarios de ambos sexos.

Estudiantes de la carrera de enfermería de octavo ciclo.

Estudiantes universitarios que quieran participar en el estudio de investigación.

Criterios de exclusión

Estudiantes universitarios que no quieran participar en el estudio.

Estudiantes universitarios inhabilitados y con reserva de matrícula.

Estudiantes de otras carreras que no sean de enfermería.

Estudiantes universitarios retirados.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la obtención de información se utilizó el cuestionario de estrés emocional, realizado por Cristina Ruiz Camacho y Arturo Barraza Macías (2018), modificado por Javier Pérez Ballona, el cual consta de 17 preguntas en la escala de Likert, con alternativas de respuesta múltiples, conformado por tres dimensiones las cuales son: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. De igual manera se utilizó el cuestionario de técnicas de afrontamiento de Morales y Trianes, el cual está constituido por 20 preguntas, en la escala de Likert con elecciones de respuesta y estructurado por cuatro dimensiones: familia, contexto salud, tareas académicas y ámbito social.

Validez

La validez del contenido fue obtenida mediante la evaluación de 3 especialistas con amplios conocimientos y experiencia en la evaluación de parámetros de investigación con grado de Magister en educación (Anexo N°4). Se sometió a la prueba estadística V de Aiken para presentar la validez del instrumento para su aplicación, el resultado fue válido. (anexo N°3)

Confiabilidad

El resultado de la confiabilidad se obtuvo por medio de la aplicación de una prueba piloto conformada por 25 estudiantes de enfermería, los resultados mostraron que por medio del análisis de la prueba estadística coeficiente del Alfa de Crombach se obtuvo el porcentaje de la variable estrés 0,842 y de la segunda variable Estrategias de afrontamiento con un 0,784, indicando que el instrumento tiene un valor excelente para ser aplicado en nuestra investigación. (Anexo N°5)

3.5. Procedimientos

Se pidió la autorización a la Coordinadora de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Cesar Vallejo para que avale el proyecto, el cual se presentó junto con la resolución del comité de ética Universidad Cesar Vallejo del programa de enfermería, quienes autorizaron el cambio de título el que figura en la resolución de dirección n°001-2021-ucv-va-p12/de. Se solicitó el permiso respectivo a los estudiantes de enfermería de octavo ciclo, la cual se aplicó un consentimiento informado (Anexo N°7), de tal manera se aplicó los instrumentos mediante una encuesta virtual (Anexo N°8). Para la recolección de datos hubo un poco de dificultad porque no se tenía una respuesta rápida, la cual demoró muchos días, pero eso no fue inconveniente porque de igual manera se pudo obtener los datos requeridos. Una vez recolectadas las respuestas, se ordenaron en formato Excel y una vez obtenidas las respuestas de toda la muestra, se envió al programa SPSS Statistics versión 25 para poder responder los objetivos propuestos.

3.6. Método de análisis de datos

Posteriormente reunido los datos, estos fueron tabulados y procesados con metodología estadística, para lo cual se utilizó el Microsoft Office Excel en una hoja de cálculo y para el estudio de contrastación de la hipótesis e interpretación de resultados se utilizó SPSS versión 25.0 la cual es un programa informático para hacer los cálculos respectivos y análisis estadísticos. Además, se realizó la prueba estadística de Rho de Spearman, con la cual se comparó las predicciones de la realidad para saber si es aceptada o se rechazada la hipótesis, estos se presentaron mediante tablas estadísticas con sus respectivos análisis e interpretaciones.

3.7. Aspectos éticos

Principio de Autonomía, expresa la suficiencia que las personas tienen para decidir sobre sus fines personales y de cómo manejarlo para tomar buenas decisiones. La realización del estudio se realizó con previo consentimiento y aprobación de los estudiantes de enfermería, se les explicó que toda la información que puedan brindar será anónima y de confidencialidad para que sean utilizados en estudios más adelante .⁴⁶

Principio de Beneficencia, es la obligación moral de actuar en beneficio de los demás. El trabajo de investigación respeta este principio beneficencia de modo en que, las actividades propias aseguran la salud de los participantes que protege su identidad, de tal modo que toda la información brindada por ellos no utilizará en su contra.⁴⁶

Principio de no maleficencia; no producir daño y prevenirlo, mediante el uso de información precisa y confidencial y el uso de los estándares internacionales de Vancouver para citar autores y prevenir deliberadamente de participar en conductas que dañen o puedan dañar a los demás.⁴⁶

Principio de justicia, la relación con cada estudiante será de manera apropiada, con el fin de reducir posiciones de diferencia. En el ámbito académico como en nuestra sociedad, se procura que todos se beneficien por igual, de tal manera acortamos las situaciones de diferencia.⁴⁶

IV. RESULTADOS

Tabla 1. Relación que existe entre las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios, frente a situaciones de estrés en el aprendizaje virtual, Trujillo 2021.

		ESTRES ACADEMICO	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO
	Coeficiente de correlación	1,000	-,525**
ESTRES ACADEMICO	Sig. (bilateral)	.	,000
Rho de Spearman	Coeficiente de correlación	-,525**	1,000
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	Sig. (bilateral)	,000	.

Fuente: Spss versión 25

Con los datos obtenidos sobre las variables estrés académico y estrategias de afrontamiento, se determinó el nivel de correlación que existe entre ellas mediante el coeficiente de Spearman dando como resultado $-.525$, la cual nos indica una relación moderada entre variables, por otro lado, se establece que es una correlación negativa, es decir, inversa, por lo que, al usar más estrategias de afrontamiento, habrá menor estrés en los estudiantes universitarios. Al analizar el nivel de significancia presenta un 0.000 , por lo tanto, la hipótesis nula se rechaza y se acepta la alterna, por lo que se cumple que sea menor de $(0,05)$ el nivel de significancia, lo que indica que existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés en el aprendizaje virtual en estudiantes universitarios, Trujillo 2021. (anexo N°5)

Tabla 2. Nivel de estrés de los estudiantes universitarios en el aprendizaje virtual en sus dimensiones estresores, síntomas y estrategias de Afrontamiento, Trujillo 2021

Dimensión Estresores			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	2	3
	MEDIO	53	76
	ALTO	15	21
	Total	70	100,0
Dimensión Síntomas			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	37	53
	MEDIO	32	46
	ALTO	1	1
	Total	70	100,0
Dimensión Estrategias de Afrontamiento			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	56	80,0
	MEDIO	14	20,0
	Total	70	100,0

Fuente: Spss versión 25

En la tabla 2 se muestra un total de 70 estudiantes universitarios de octavo ciclo de la carrera de enfermería que responden a la dimensión estresores, se obtuvo que 76% tienen un nivel medio del estrés emocional, mientras que el 21% presentan un nivel alto y por último el 3% es bajo. Mientras en que la dimensión síntomas del estrés se puede apreciar que el 53% es bajo, seguido del 46% que es medio, mientras que el 1% es alto. Por último, en la dimensión estrategias de afrontamiento, se observa que el 80.0% tienen un nivel bajo, seguido del 20.0% que presentó un nivel medio.

Tabla 3. Estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios en el aprendizaje virtual en sus dimensiones contexto familiar, contexto salud, contexto tareas académicas y relaciones sociales, Trujillo 2021

Dimensión Contexto Familiar			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	25	36
	MEDIO	40	57
	ALTO	5	7
	Total	70	100,0
Dimensión Contexto Salud			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	4	6
	MEDIO	40	57
	ALTO	26	37
	Total	70	100,0
Dimensión Contexto Tareas Académicas			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	6	9
	MEDIO	58	82
	ALTO	6	9
	Total	70	100,0
Dimensión Relaciones Sociales			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	8	11
	MEDIO	53	76
	ALTO	9	13
	Total	70	100,0

Fuente: Spss versión 25

La tabla 3 muestra que, en referencia a la variable estrategias de afrontamiento, se observó que el 57% indica que existe un nivel medio de estrategias de afrontamiento en la dimensión contexto familiar, seguido de un 36% que es bajo y un 7% es alto. Mientras que en la dimensión contexto salud, se obtuvo que el 57% presentan un nivel medio de estrategias de afrontamiento, el 37% presenta un nivel alto y tan solo un 6% es bajo. En la dimensión contexto tareas académicas se obtuvo que el 82% indica que presenta un nivel medio de estrategias de afrontamiento, seguido del igual porcentaje de 9% en alto y bajo. Y por último en la dimensión relaciones sociales se tiene que el 76% indica que tienen un nivel medio de estrategias de afrontamiento, mientras que el 13% es alto y solo el 11% es bajo.

V. DISCUSIÓN

En la tabla 1 muestra como resultado el nivel de correlación de Rho de Spearman de $-.525$ lo que significa que existe relación moderada negativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés de aprendizaje virtual en estudiantes universitarios del 8vo ciclo de la carrera de enfermería. Por otro lado, el nivel de significancia es de 0.000 , por lo que cumple que sea menor de 0.05 , en este sentido se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alternativa, determinándose científicamente que existe una relación significativa entre ambas variables.

Al hacer una comparación con los autores, sobre los resultados de la presente investigación se tiene, que divergen con los resultados obtenidos por Serna⁴⁷ en donde concluye que el clima escolar y el estrés académico existe relación positiva moderada ($P= 0.548$). De igual modo, Rojas⁴⁸, encontró que existe una relación positiva moderada entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento ($r= 0.406$). Se agrega, Escajadillo⁵⁰ quien concluyó que existe una relación positiva alta entre el estrés académico y los hábitos de estudio ($r= 0.840$). Así mismo, Vilcacundo⁴⁹, enfatiza en una investigación cualitativa que el uso de estrategias sirve como herramienta para hacer frente al estrés para enfrentar las situaciones difíciles.

Al encontrarse relación entre ambas variables de estudio, se justifica con el modelo de Callista Roy con el sistema de adaptación, en que los estudiantes universitarios están experimentando, dirigido a metas de adaptación al cambio, teniendo en cuenta las condiciones del entorno, la salud como un proceso para ser una persona íntegra, circunstancias que alteran la conducta de la persona y la dirección de las actividades que van a facilitar la adaptación, en este sentido, existe significancia con las conductas que tenemos al momento de estar en situaciones estresantes, por lo que es importante establecer estrategias de afrontamiento frente a estos estímulos.²⁵

Así mismo, Roy considera el concepto de interdependencia en la estructura y desarrollo de los estudiantes universitarios, porque ellos continúan con sus estudios como futuros profesionales a pesar de situaciones de estrés en la adversidad que ha traído la pandemia del COVID 19 y miran hacia un futuro en que se convertirán en personas contribuyentes a su profesión, dado que, muestran disposición y habilidades de afrontamiento para aceptar a los otros, mostrando un balance equilibrado con la relación interdependiente de sentirse valiosos y apoyados por su entorno docente, familia y grupos sociales.⁵⁵

Sin embargo, la prueba estadística de SPSS muestra un resultado de -0.525, la cual nos indica una relación moderada entre variables, por lo tanto, una correlación negativa, es decir, inversa, dado que, al usar más estrategias de afrontamiento, será menor estrés en los estudiantes universitarios. Esto evidencia que el estrés se puede confrontar mediante las estrategias de afrontamiento, para clarificar que factores se evidencian en los estudiantes que causan estrés, el cual se necesitaría estudiarlo desde el punto de vista cualitativo, porque actualmente ellos asumen varios roles; como hijo, padres de familia, trabajan y estudian, dificultades en la tecnología, situaciones que demandan estrés. De allí que es necesario fortalecer el cuidado mediante habilidades cognitivas, conductuales para manejar las demandas de situaciones estresantes y ser tratados como seres integrales que se desenvuelven en su contexto, que es la familia, los grupos sociales para controlar las situaciones de estrés y promover su adaptación.⁴²

En la tabla 2 se encontró estrés bajo en la dimensión estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, entre el 3%, 53% y el 80% respectivamente, lo que estaría indicando que los estudiantes con muy poca frecuencia se sienten cansados, raras veces irritables y desmotivados. Sin embargo, se puede apreciar que el 76% tiene un nivel medio de estrés emocional en su dimensión estresores, en donde los estudiantes refieren que los profesores son muy exigentes a la hora de impartir las clases y la demanda de trabajos es mucha.

Los porcentajes anteriores se diferencian de los resultados de Rojas⁴⁸, quien determinó que el 68% de los estudiantes presentan un nivel alto de estrés en su dimensión estímulos estresores, indicando que presentan sobrecarga de tareas, por ende, no entienden los temas que se abordan en clase, lo que causa estrés. Sin embargo, en su dimensión estrategias de afrontamiento el 22% de los estudiantes de la escuela de enfermería, tienen un nivel medio, lo cual indica que la persona evalúa el ambiente como estresante, es decir, debe manejar las demandas que se generan.

En relación con lo planteado anteriormente, Serna⁴⁷ concluyó que el 70% de los estudiantes presentan un nivel de “casi siempre” de estrés. No obstante, en la dimensión síntomas, refiere que el 60% de los participantes, “algunas veces” perciben el estrés, esto manifiesta que algunas veces sienten fatiga, problemas de concentración, dolores de cabeza entre otros síntomas. De igual manera se encontró diferencia con lo manifestado Gutiérrez y Amador⁵², donde refieren que el estrés es el cambio que se desarrolla como consecuencia de un síndrome específico, el cual consiste en los cambios diferentes que se generan inducidos al interior de un sistema biológico. Por lo que, se considera que es el desarrollo de un cambio biológico que el individuo experimenta a consecuencia de una condición estresantes.

Al evaluar los resultados de la presente investigación se tiene que los estudiantes universitarios presentan estrés medio en un porcentaje significativo de 20% al 76% en la dimensión estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, lo que se explica en los conceptos de Lazarus y Folkman donde definen al estrés refiriéndose a las interacciones que se producen entre el individuo y el contexto en el que se encuentra. A demandas estresantes, las personas activan mecanismos de afrontamiento las cuales sirven para manipular los problemas, estas son esenciales para regular las respuestas emocionales que aparecen ante circunstancias que causan estrés, de tal manera que combaten el estrés con estrategias de afrontamiento.⁵⁷

Agregando a lo anterior mencionado, dichos autores refieren que, frente al estrés, es importante las estrategias de afrontamiento, de manera que el uso de estas, dependen de muchos factores, como la energía y la salud, el apoyo social y la capacidad de cada persona para la resolución de problemas, de tal manera se forma una idea que tiene cada individuo para afrontar o controlar el peligro, desafío o amenaza en el que se encuentra, tal es el caso de los estudiantes universitarios, que depende de las habilidades que tiene cada uno para enfrentar el estrés académico, no todos tienen la misma capacidad para la resolución de problemas o la toma de decisiones en dicho contexto, es por ello que ante situaciones estresantes, existen respuestas adaptativas que la persona expone.⁴²

En la tabla 3 se encontró que los estudiantes presentan un nivel medio en estrategias de afrontamiento, en sus dimensiones contexto familiar, contexto salud, contexto tareas académicas y relaciones sociales, entre el 57% y el 82% esto indica que los estudiantes utilizan con frecuencia habilidades sociales y el apoyo colectivo de su entorno como la familia y amigos, cuando se encuentran presionados en ciertas situaciones, además se identificó el factor de toma de decisiones, el cual es fundamental para mantener un equilibrio frente a las exigencias del medio en el que el individuo se encuentre.

En relación con lo planteado anteriormente, según Torres⁵³, el 89.9% utilizan las estrategias de afrontamiento de manera negativa en la dimensión desadaptativa, la cual difiere de los resultados actuales. No obstante, en su dimensión búsqueda de apoyo social, refiere que “a veces” la utilizan con un 50.8%, la cual es menor al porcentaje del trabajo de estudio actual, el cual presenta en su dimensión relaciones sociales un 76% nivel medio. Esto quiere decir que prevalece mínimamente la falta de conocimiento sobre el uso de las estrategias de afrontamiento, la cual la persona tiene que hacer frente a las situaciones difíciles, de no ser así, a la larga genera accidentes y enfermedades ocupacionales, la cual va afectar el desempeño académico de los estudiantes.

Con relación a lo expresado anteriormente, Escajadillo⁵⁰ indica que la su distribución de estudiantes según la dimensión estrategias de afrontamiento el 1.3% lo percibe como bajo, la cual existe una diferencia notable con los resultados actuales, esto quiere decir que se encuentran en proceso para mantener el estrés bajo en lo que compete el área académica para los estudiantes.

Según Marco y Sandra⁵⁶, afirman que (casi el 73%) de los encuestados señalaron que los docentes dejan muchos trabajos las cuales deben realizar en un lapso de tiempo muy corto, la cual difieren con los resultados actuales, donde se observa que el 82% de los estudiantes universitarios presentan un nivel medio de estrategias de afrontamiento en su dimensión tareas académicas, lo que quiere decir que la adaptación en el aprendizaje virtual es un problema que ha causado la virtualización forzosa, afectando directamente la salud mental de los jóvenes universitarios, se agrega a lo planteado anteriormente que el proceso de adaptarse a las nuevas formas de aprendizaje ha tenido como consecuencia la sobrecarga académica que los estudiantes no han sabido manejar.

De acuerdo a lo que menciona Rojas⁵⁰ en la variable estrategias de afrontamiento en su dimensión búsqueda de apoyo, refiere que el 74% de los estudiantes, presentan un nivel alto en dicha dimensión, la cual se asemeja moderadamente con los resultados de la investigación actual, en donde se evidencia que el 76% presenta un nivel medio en la dimensión relaciones sociales, esta estrategia nos permite organizarnos de manera eficiente con nuestros compañeros y familiares, de esta manera se puede obtener recursos que van a favorecer para enfrentar las dificultades.

Frente a lo encontrado por los autores, se tiene que el estrés, se muestra en los estudiantes universitarios como un conjunto de reacciones que el cuerpo desarrolla como reacción antes algún estímulo que se presente de forma nociva. Estos estímulos pueden ser de carácter físico, psicológico o emocional, de tal manera que se genera una reacción que tiene un esquema definido ante cualquier situación de estrés, sin importar las causas, activándose en el individuo de manera inmediata el sistema autónomo que genera una acción ante situaciones estresantes. Por lo que,

el estrés es considerado como un estado denominado el síndrome de adaptación general, constituido por diferentes respuestas de nivel fisiológico que se desarrollan en la parte cognoscitiva del individuo, desde la percepción que tiene de la realidad.⁵¹

Otros autores consideran que las técnicas de afrontamiento que deben desarrollar los estudiantes universitarios es mediante conductas que se generan a consecuencia de la valoración que hace la persona de los requerimientos ante una situación o problemas, por lo que, las estrategias que se utilicen ante una determinada situación serán diferentes antes cualquier otra. En este sentido, es necesario que el grupo de estudiantes traten de afrontar de manera productiva y sistémica los problemas que se producen en su entorno social, familiar, de salud, ya que influyen en la adaptación emocional, social y académica.⁴⁴

No obstante, al analizar los resultados obtenidos en la presente investigación, de obtener un nivel medio en referencia a las estrategias de afrontamiento, en los estudiantes universitarios, se explica en la postura de Roy, que cada estudiante se adapta al cambio en cuanto al entorno en que se encuentren, el cual va a depender mucho de los factores que los rodean, por lo tanto, son responsables y autónomos de los procesos de creatividad e interacción ante cualquier circunstancia. Cada persona tiene patrones comunes que las identifican como seres únicos, el cambio de cada individuo y el entorno esta creada por la conciencia humana, esto quiere decir que, cada persona tiene la capacidad de interpretar el medio ambiente, por ende, las decisiones que tomen cada persona frente a situaciones desagradables serán distintas.⁵⁵

Así mismo, también nos habla de los procesos cognitivos, las cuales se expresan a través de funciones motoras, como los movimientos corporales, la expresión corporal y el lenguaje, la cual se activan frente a situaciones en el que se encuentre, de esta manera se enfoca en la adaptación como un proceso de cuidado de afrontamiento con el propósito que los estudiantes puedan desarrollar actitudes positivas frente a circunstancias desagradables.²⁵

Tal es así, que al estar en condiciones ambientales negativas y/o diferentes producto de la actual pandemia en que se está viviendo, como exposición a situaciones desagradables en algunos momentos, tal como falta de conectividad durante el proceso de enseñanza aprendizaje, es necesario que el profesional de enfermería con el equipo de salud ayuden a fortalecer la adaptación de las personas, tratando de evitar que este proceso sea lento y negativa, la cual pondría en desventaja en la formación profesional de los estudiantes universitarios.

VI. CONCLUSIONES

1. Se concluye que existe una relación moderada negativa mediante la prueba estadística de Rho de Spearman con un $-.525$ entre las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios, frente a situaciones de estrés en el aprendizaje virtual, Trujillo 2021. La cual nos indica que se acepta la hipótesis alterna, para estos resultados se utilizó el programa SPSS versión 25.0.
2. En cuanto al nivel de estrés de los estudiantes universitarios en el aprendizaje virtual en su dimensión estresores, presenta un nivel medio con un 76%, seguido de síntomas con un nivel bajo de 53 y estrategias de Afrontamiento con un nivel bajo de 80%.
3. En el nivel de estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios en el aprendizaje virtual se observa que en su dimensión contexto familiar fué de 36% dando como resultado bajo, así mismo el contexto Salud presenta un 57% como nivel medio, mientras que en el contexto Tareas Académicas se evidencio un nivel medio con 82% y por último en la dimensión relaciones sociales, se observó un nivel medio con 76%.

VII. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a los especialistas en psicología de las universidades diseñar programas de capacitación sobre el estrés y estrategias de afrontamiento dirigido a los estudiantes, padres de familia y docentes, de esta manera poder brindar herramientas para anticipar los acontecimientos que causan estrés.
2. Para poder fortalecer las relaciones interpersonales de los estudiantes se recomienda que los docentes realicen actividades como dinámicas y talleres, basadas en las experiencias de los estudiantes, de esta manera fortalecer la resolución de problemas que permitan afrontar situaciones estresantes.
3. Se recomienda al área docente de psicología realizar consejería y evaluaciones permanentes a los alumnos sobre su estado emocional para ofrecer estrategias y herramientas que les ayude a enfrentar situaciones difíciles tanto en su vida cotidiana como en sus estudios.

REFERENCIAS

1. Lovón, M, Cisneros, S. Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por Covid19. 2020. Peru. [citado el 8 Abril 2021] Disponible en: [file:///C:/Users/RYZEN/Downloads/588-2789-1-PB%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/RYZEN/Downloads/588-2789-1-PB%20(3).pdf)
2. Gelaye, B. Orlinsky, L. Koenen, K. Reach for mental health in the Covid19 pandemic: an urgent call for public health action. EE.UU. 2020. [citado el 8 Abril 2021] Disponible en: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=73be5a77-db8a-49ff-bcd8-2858f3fcb3cb%40sdc-v-sessmgr01>
3. Gonçalves, P, Freires, A. Fear of Covid and trait anxiety: Mediation of resilience in university students. Universidad de Presbiteriana Mackenzie. 2021. [citado el 10 Abril 2021] Disponible en: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=2c7b258a-d0e1-4a9e-80a9-a2432843fa59%40sessionmgr4008>
4. Mestas, L. Colin, D. Relationship between coping, anxiety and depression in a Mexican sample during the onset of the COVID-19 pandemic 2021. Mexico. [citado el 10 Abril 2021] Disponible en: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=7&sid=73be5a77-db8a-49ff-bcd8-2858f3fcb3cb%40sdc-v-sessmgr01>
5. Rojas F, Mora C. El estrés en maestros de física ante la necesidad de impartir clases virtuales: La nueva realidad académica derivada de la pandemia de la COVID-19. 2020. [citado el 10 Abril 2021] Disponible en: <http://www.lajpe.org/jun20/14203.pdf>
6. Reyes, N. Trujillo P. Ansiedad, estrés e ira: el impacto del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios. 2020 Ecuador. [citado el 14 Abril 2021] Disponible en: <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/dide/article/view/999/923>

7. Huanca, J. El problema social de la educación virtual universitaria en tiempos de pandemia, Perú. 2020. [citado el 14 Abril 2021] Disponible en: <https://revistas.uned.ac.cr/index.php/innovaciones/article/view/3218/3991>
8. Gustems, J. Caterina Calderón. Diego, Garrido. Stress, coping strategies and academic achievement in teacher education students. 2019. España. [citado el 14 Abril 2021] Disponible en: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02619768.2019.1576629>
9. Windover, S. The Relationship between Stress, Coping Style, and Academic Satisfaction: A Quantitative Study. EE.UU. 2017. [citado el 14 Abril 2021] Disponible en: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=20&sid=e78d5219-b272-4ef4-969d-f52c993ca226%40sdc-v-sessmgr02>
10. Zárate N, Soto, M. c. Castro, M. Quintero Salazar, J Estrés académico en estudiantes universitarios: medidas preventivas. 2017. México. [citado el 19 Abril 2021] Disponible en: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=fed2d4d6-ccf3-48ff-afdd-381b949924d2%40sdc-v-sessmgr03>
11. Haifa, A. Saudi University Students' Perceptions towards Virtual Education during COVID-19 Pandemic. 2020. Saudi Arabia. [citado el 19 Abril 2021] Disponible en: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=44&sid=73be5a77-db8a-49ff-bcd8-2858f3fcb3cb%40sdc-v-sessmgr01>
12. Fruehwirth, J. Biswas, S. Perreira, M. The Covid-19 pandemic and mental health of first-year college students. 2021. EE.UU. [citado el 23 Abril 2021] Disponible en: <http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=33&sid=660653af-0cb7-48a0-b15d-d975743ca99c%40sessionmgr101>
13. Barraza, R. Muñoz, N y Contreras, A. Relación entre organización de personalidad y prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés entre universitarios de carreras de la salud en la Región de Coquimbo, Chile. 2017 [citado el 23 Abril 2021] Disponible en: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=14&sid=e78d5219-b272-4ef4-969d-f52c993ca226%40sdc-v-sessmgr02>
14. Jardim, M. Castro, T. Rodrigues, C. Sintomatologia Depressiva, Estresse e Ansiedade em Universitários. 2020. Brasil [citado el 25 Abril 2021] Disponible

- en:<http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=18&sid=e78d5219-b272-4ef4-969d-f52c993ca226%40sdc-v-sessmgr02>
15. Nava, M. Zavala, V. Condiciones de Trabajo y Estrés en Académicos Universitarios. 2017. , México [citado el 29 Abril 2021] Disponible en:<http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=8&sid=660653af-0cb7-48a0-b15d-d975743ca99c%40sessionmgr101>
 16. Cobo, R. Vega, A. García, D. Considerações institucionais sobre saúde mental em estudantes universitários durante a pandemia de Covid-19. 2020. Google académico [citado el 29 Abril 2021] Disponible en:<http://cienciaamerica.uti.edu.ec/openjournal/index.php/uti/article/view/322/566>
 17. Ruales, E. Urcos, C. Stress, Anguish, Anxiety and Resilience of University Teachers in the Face of Covid-19. 2020. Perú. [citado el 30 Abril 2021] Disponible en:<http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=204368f0-6074-480a-9971-570b047f0603%40sessionmgr103>
 18. Arroyo, J. Segovia, W. Work Overload and Emotional Exhaustion in University Teachers: Moderating Effects of Coping Styles. 2019. Ecuador [citado el 30 Abril 2021] Disponible en:<http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=11&sid=660653af-0cb7-48a0-b15d-d975743ca99c%40sessionmgr101>
 19. Fuente, J. Amate, J y Sander, P. Relationships between cognitive strategies, motivational strategies and academic stress in professional examination candidates. 2018. España [citado el 5 mayo 2021] Disponible en:<http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=12&sid=660653af-0cb7-48a0-b15d-d975743ca99c%40sessionmgr101>
 20. Santos, A. Ferraresi, F. Carolina, A y Hulsen, T. Academic Life Assessment Scale (ALAS): A new factorial structure. 2020. [citado el 6 mayo 2021] Disponible en:https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712020000100001&tlng=en
 21. Arias, J. Romera, J. Unpleasant past experience as a determinant of cognitive, behavioral and physiological responses to academic stress in professional examination candidates 2019 [citado el 6 mayo 2021] Disponible en:<http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=660653af-0cb7-48a0-b15d-d975743ca99c%40sessionmgr101>

22. Fuente, J. Vicente, J. Salmerón, José Luis. Vera, M. Action-Emotion Style, Learning Approach and Coping Strategies, in Undergraduate University Students. 2016. España. [citado el 7 mayo 2021] Disponible en:<http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=27&sid=73be5a77-db8a-49ff-bcd8-2858f3fcb3cb%40sdc-v-sessmgr01>
23. Amate, J. De la Fuente, J. Relationships between test anxiety, self-regulation and strategies for coping with stress, in professional examination candidates. 2021. España. [citado el 7 mayo 2021] Disponible en: <https://revistas.um.es/analesps/article/view/411131/303971>
24. Piergiovanni, L. Depaula, P. Self-efficacy and stress coping styles in university students. 2018. Argentina. [citado el 7 mayo 2021] Disponible en: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=19&sid=73be5a77-db8a-49ff-bcd8-2858f3fcb3cb%40sdc-v-sessmgr01>
25. Hernández, J. Valencia, M. Carvajal, Y. Modelo de adaptación de Callista Roy. Revista publicada en el año 2016. [citado el 7 mayo 2021] Disponible en: <https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/cultura/article/view/2107>
26. Historia de la enfermería. [Internet]. [citado 7 de mayo 2021] Disponible en: <https://historia-de-enfermeria8.webnode.mx/personajes-importantes-de-la-enfermeria2/callista-roy/>
27. Morales, R. Pardo, A. Application of theoretical and methodological components of nursing care. Revista, 2016. [citado 7 de mayo 2021] Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5710345&orden=0&info=link>
28. Pérez, E. Vázquez, A. Cambero, S. Educación a distancia en tiempos de COVID-19: Análisis desde la perspectiva de los estudiantes universitarios. 2021. España. [citado el 7 mayo 2021] Disponible en: <http://revistas.uned.es/index.php/ried/article/view/27855/21921>
29. Cabanach, G. Gesta, S. Doniz, G. Victoria F. Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios 2018. España. [citado el 12 mayo 2021] Disponible en: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=5c14e600-2a9d-4acd-8445-4f85904cc2a3%40sdc-v-sessmgr03>

30. Valdivieso, L. Lucas y Tous, J. Estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario. 2020. España. [citado el 17 mayo 2021] Disponible en: <http://revistas.uned.es/index.php/educacionXX1/article/view/25651/21458>
31. Morales, F. Estrategias de afrontamiento, empatía y tendencia prosocial en universitarios. 2020. España. [citado el 17 mayo 2021] Disponible en: [file:///C:/Users/RYZEN/Downloads/DialnetEstrategiasDeAfrontamientoEmpatiaYTendenciaProsoci-7670926%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/RYZEN/Downloads/DialnetEstrategiasDeAfrontamientoEmpatiaYTendenciaProsoci-7670926%20(1).pdf)
32. Peña, E. Bernal, E. Pérez, L. Avila, L y García, K. Estrés y estrategias de afrontamiento en Estudiantes de Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. 2017. México. [citado el 24 mayo 2021] Disponible en: <file:///C:/Users/RYZEN/Downloads/Dialnet-EstresYEstrategiasDeAfrontamientoEnEstudiantesDeNi-6279759.pdf>
33. Sigüenza, W. Vílchez, J. Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia. 2021. Ecuador. [citado el 12 mayo 2021] Disponible en: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=27&sid=b2e9270b-e242-4943-99bf-2a331e66b9aa%40sdc-v-sessmgr02>
34. Galvis, G. Vásquez, A. Caviativa, P. Tensiones y realidades de los docentes universitarios frente a la pandemia Covid-19. 2021. Colombia. [citado el 13 mayo 2021] Disponible en: <file:///C:/Users/RYZEN/Downloads/Dialnet-TensionesYRealidadesDeLosDocentesUniversitariosFre-7815825.pdf>
35. Tamayo, M. Tarazona, Z y Mansilla, P. Trastornos de las emociones a consecuencia del covid 19 y el confinamiento en universitarios de las diferentes escuelas de la universidad Nacional Hermilio Valdizán. Perú. 2020. Perú [citado el 12 mayo 2021] Disponible en: <file:///C:/Users/RYZEN/Downloads/Dialnet-TrastornosDeLasEmocionesAConsecuenciaDelCOVID19YEI-7697402.pdf>
36. Encarna, A. Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy, 1010. España. [citado el 26 mayo 2021] Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000300010#back
37. Alarcón, J. Gaviria, J. Rodríguez, F. Lizarazo, A. Cultura del cuidado enfermería. 2016. Colombia [citado el 4 julio 2021] Disponible en: <http://www.unilibre.edu.co/pereira/images/pdf/culturacuidado-revista2016.pdf>

38. Tomey A. Modelos y teorías de enfermería. Madrid: Elsevier; 2019, 9a ed. [citado el 14 junio 2021] Disponible en: https://books.google.com.pe/books?id=nlpqDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=Modelos+y+teor%C3%ADas+de+enfermer%C3%ADa&hl=es419&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=Modelos%20y%20teor%C3%ADas%20de%20enfermer%C3%ADa&f=false
39. Apa.org. [Internet]. American. Tipos de estrés y Psychological Asociación. .2017. [citado el 29 mayo 2021] Disponible en: <http://www.apa.org/centrodeapoyo/tipos.aspx>
40. Ajjum [Internet]. Estrés y factores estresantes. Asociación de jóvenes Investigadores de la universidad de Murcia. 2021. [citado el 4 junio 2021] Disponible en: <http://www.um.es/ajjum/los-factores-estresantes-de-origen-natural-y-humano-generan-patrones-de-biodiversidad-distintos/>
41. Lazarus, R. & Folkman, S. Estrés evaluación y afrontamiento. Barcelona. [citado el 4 junio 2021] Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=i-ySQQuUpr8C&oi=fnd&pg=PR5&dq=Lazarus,+R.,+%26+Folkman&ots=DgEPioihLf&sig=1VvUK9YqSPiYTa5jDgTrivXDzQ#v=onepage&q=Lazarus%2C%20R.%20%2C%20%26%20Folkman&f=false>
42. Lazarus, R. Folkman S. Estrés y procesos cognitivos [en línea]. Barcelona: Ediciones Martínez Roca. [citado el 8 junio 2021] Disponible en: <https://es.scribd.com/doc/316445936/Estres-y-procesos-cognitivos-2-pdf>
43. Ruiz, C. & Barraza, A. Validación del inventario sisco sv-21 en estudiantes universitarios españoles. México: Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica S.C. [citado el 8 junio 2021] Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/344853194_Validacion_del_Inventario_SISCO_SV-21_en_estudiantes_universitarios_espanoles
44. Morales, F. & García, T. Environmental effect and academic performance in child confrontation strategies. Revista de estudios e investigación en psicología y educación. 2017. [citado el 13 junio 2021] Disponible en: <https://revistas.udc.es/index.php/reipe/article/view/reipe.2017.0.14.2265/pdf>
45. Valderrama, S. Pasos para elaborar proyectos de investigación científica. Cuantitativa, cualitativa y mixta. 2015. Lima: San Marcos. [citado el 16 junio 2021] Disponible en: <https://www.bibvirtual.ucb.edu.bo/opac/Record/100025114/Details>

46. Servicio Andaluz de salud. Principios fundamentales de la bioética. Curso OPE Andalucía 2019. [citado el 20 junio 2021] Disponible en: <https://www.aulaplusformacion.es/wp-content/uploads/2018/08/demo-OPE-2019-andalucia-3.pdf>
47. Serna, R. Estrés académico y clima escolar de los estudiantes del quinto grado de secundaria sección piloto "C" del Colegio Emblemático del Perú Mateo Pumacahua del distrito de Sicuani, Canchis, Cusco, 2018. [citado el 6 noviembre 2021] Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/34192/serna_mr.pdf?sequence=1&isAllowed=y
48. Rojas, M. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Escuela Padre Luis Tezza. Perú, 2018. [citado el 6 noviembre 2021] Disponible en: <https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2485/TM%20CE46Du%204087%20R1%20-%20Rojas%20Ahumada.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
49. Vilcacundo, S. Estrés y estrategias de afrontamiento en niños víctimas de violencia escolar. Ecuador. 2020. [citado el 6 noviembre 2021] Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31558/1/Vilcacundo%2Diaz%20%20Sandra.pdf>
50. Escajadillo, A. Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra - Los Olivos, 2018. Perú [citado el 6 noviembre 2021] Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31690/Escajadi%20llo_PAV.pdf?sequence=1
51. Puente, A. Psicología contemporánea básica y aplicada. España. 2017 [citado el 6 noviembre 2021] Disponible en: <file:///C:/Users/javier%20perez/Desktop/clases%20de%20proyecto%20I/docum%20entos%20informativos%20de%20mi%20proyecto/80532202.pdf>
52. Gutiérrez, A. Amador, E. Estudio del estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. [citado el 6 noviembre 2021] Disponible en: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/quipu/article/view/12457/11150>
53. Torres, S. Estrategias de afrontamiento frente a situaciones de estrés en internos de enfermería en el hospital Daniel Alcides Carrión. Perú, 2018. [citado el 12

noviembre 2021] Disponible en:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/28166/Torres_SAT.pdf?sequence=1&isAllowed=y

54. Acosta, D. Lapeira, P. Osorio E. Afrontamiento y tolerancia al estrés académico en situación de confinamiento según Calixta Roy. Colombia. 2021 [citado el 21 noviembre 2021] Disponible en:

<https://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/4260/3175>

55. R. Callista. El modelo de adaptación de Roy en el contexto de los modelos de enfermería, con ejemplos de aplicación y dificultades. Boston, College School of Nursing. 2000 [citado el 25 noviembre 2021] Disponible en:

<http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/5117#vpreview>

56. Lovón, M. Cisneros, S. Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por COVID19: El caso de la PUCP. Perú. 2020. [citado el 25 noviembre 2021] Disponible en:

<https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/588/1086>

ANEXOS

Anexo N°01: Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
Estrés	El estrés emocional es un cambio adaptativo y psicológico que se manifiesta en el individuo cuando se encuentra forzado por diferentes estresores, los cuales producen un desequilibrio en el sistema despertando múltiples síntomas tanto cognitivos como fisiológicos y conductuales. ⁽⁴¹⁾	Consta de tres dimensiones para el estudio de la variable: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Su medición se dio por cuestionario, el cual estuvo estructurado con opciones de respuesta múltiples en la escala de Likert y se midió por cada dimensión, dando un valor de: Alto 57 - 85 Medio 28 - 56 Bajo 0 - 27	Estresores:	<ul style="list-style-type: none"> • Tareas académicas. • Personalidad de los profesores. • Evaluación de trabajos. • Exigencias. • Tiempo 	1-5	Ordinal
			Síntomas:	<ul style="list-style-type: none"> • Cansancio • Decaimiento y tristeza • Ansiedad, angustia y desesperación. • Problemas de concentración • Agresividad • Agotamiento 	6-11	
			Estrategias de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Resolución de problemas • Emociones 	12-17	

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
Estrategias de afrontamiento	Las estrategias de afrontamiento, son aquellas conductas que se generan a consecuencia de la valoración que hace el individuo de los requerimientos ante una situación o problemas, por lo que, las estrategias que se utilicen ante una determinada situación serán diferentes antes cualquier otra. ⁽⁴²⁾	Consta de tres dimensiones para el estudio de la variable: contexto familiar, tareas académicas y ámbito social. Su medición se dio por cuestionario, el cual estuvo estructurado con opciones de respuesta múltiples en la escala de Likert y se midió por cada dimensión, dando un valor de: Alto 68 - 100 Medio 34 - 67 Bajo 0-33	Contexto familiar:	<ul style="list-style-type: none"> • Familia • Ayuda 	1-5	Ordinal
			Contexto salud	<ul style="list-style-type: none"> • Salud • Emociones 	6-10	
			Tareas académicas:	<ul style="list-style-type: none"> • Rendimiento • Estado emocional 	11-15	
			Ámbito social:	<ul style="list-style-type: none"> • Relaciones Interpersonales • Aislamiento 	15-20	

Anexo N° 02: Instrumento para medir el estrés académico a estudiantes de enfermería

I. CUESTIONARIO DE ESTRÉS EMOCIONAL

Nombre: Inventario SISCO SV-21 del Estrés Académico

Autor(es): Cristina Ruiz Camacho y Arturo Barraza-Macías 2018

Modificado: Javier Pérez Ballona 2021

Javier Pérez Ballona, estudiante de la Universidad Cesar Vallejo, solicita a usted su participación en la presente investigación, la cual deberá responder las siguientes interrogantes acerca del estrés académico y las estrategias de afrontamiento, por favor, marque la opción de respuesta que MEJOR describa y no deje ninguna en blanco. Los resultados servirán con fines de investigación, por lo que será anónimo y se solicita que responda con veracidad.

Para efecto de su respuesta los números significan:

5= Siempre

4= Casi Siempre

3= A Veces

2= Casi Nunca

1= Nunca

Estrés		Siempre (5)	Casi siempre (4)	A veces (3)	Casi nunca (2)	Nunca (1)
N°	Dimensión estresores					
1	Los profesores me dejan muchas tareas todos los días en la plataforma virtual.					
2	Las actitudes de los profesores que me imparten las clases virtuales me agradan.*					
3	No me agrada la forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etc.*					
4	Mis profesores son muy exigentes.					
5	Es muy poco el tiempo que me dan los docentes para la entrega de los trabajos.					
	Dimensión síntomas					
6	Me siento cansado (a)					
7	Me siento decaído (a) triste y desmotivado.					
8	Siento ansiedad, angustia y desesperación.					
9	Últimamente he perdido la concentración y he empezado a olvidarme de las cosas.					
10	A veces me siento irritable, incluso hasta puedo parecer agresivo.					
11	Me siento desganado (a) para realizar mis trabajos académicos.					
	Dimensión estrategias de afrontamiento					
12	Me concentro en resolver la situación que me preocupa.*					
13	Establezco soluciones concretas para resolver lo que me preocupa.*					
14	Analizo lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para la situación que me preocupa.*					
15	Sé gestionar mis emociones ante estímulos estresantes.*					
16	Recuerdo como solucioné situaciones similares anteriormente y soluciono la presente.*					
17	Trato de obtener lo positivo de la situación que preocupa.*					

II. INSTRUMENTO PARA MEDIR ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO A ESTUDIANTES DE ENFERMERIA

Nombre: Cuestionario de estrategias situacionales de afrontamiento

Autor(es): Francisco Manuel Morales Rodríguez, Tamara García Medina 2012

Modificado: Javier Pérez Ballona 2021

Técnicas de afrontamiento		Siempre (5)	Casi siempre (4)	A veces (3)	Casi nunca (2)	Nunca (1)
N°	Contexto familiar					
1	Cuando en casa hay muchas peleas y mucho ruido, puedo concentrarme en mis clases virtuales.					
2	Cuando mis padres discuten, trato de hacer otras cosas.					
3	En casa hay muchos problemas y ayudo a solucionarlos.					
4	Cuando hay peleas en casa, busco ayuda en uno de mis familiares.					
5	Cuando mis padres se pelean no les digo nada de lo que siento.					
Contexto salud						
6	Cuando estoy enfermo (a) me da temor ir al médico.*					
7	Cuando estoy enfermo (a) evito ir al médico.*					
8	Cuando estoy enfermo (a) me muestro irritable.*					
9	Cuando estoy enfermo no le cuento a nadie lo que me pasa.					
10	Sigo las indicaciones que me da el médico.					
Tareas académicas						
11	A veces tengo malas notas, pero no comento con nadie.					
12	Pongo todo mi esfuerzo a estudiar más y sacar buenas notas.					
13	Cuando tengo cursos desaprobados me pongo triste.*					
14	Prefiero estar en las redes sociales y no estudiar.*					
15	Cuando desapruébo un examen busco ayuda en familiares y amigos.					
Relaciones sociales						
16	Siento que no me llevo bien con algunos compañeros de clases virtuales.*					
17	Pido ayuda a mi mejor amigo, al no relacionarme con mis compañeros.					
18	Cuando tengo problemas prefiero solucionarlo sola (a).*					
19	Me siento triste y solo (a).*					
20	Prefiero estar solo o en casa que con mis amigos.*					

Anexo N° 03: Validez de Juicio de Expertos

Leyenda para la evaluación			
Muy de acuerdo: 4	De acuerdo: 3	En desacuerdo: 2	Muy en desacuerdo: 1

ITEM	CALIFICACIONES DE LOS JUECES			SUMA	V
	JUEZ 1	JUEZ 2	JUEZ 3		
1	4	4	3	11	1.22
2	3	2	3	8	0.89
3	3	4	3	10	1.11
4	3	3	4	10	1.11
5	4	4	4	12	1.33
6	4	4	3	11	1.22
7	2	2	3	7	0.78
8	4	3	3	10	1.11
9	3	2	2	7	0.78
10	4	4	4	12	1.33
11	4	3	4	11	1.22
12	3	3	3	9	1.00
13	3	2	2	7	0.78
14	1	2	1	4	0.44
15	3	2	1	6	0.67
16	3	1	2	6	0.67
17	3	3	4	10	1.11
V DE AIKEN GENERAL					0.99

Interpretación: Siendo el valor V de Aiken ($V= 0,99$) superior a 0,800 entonces se podría decir que, el instrumento presenta validez para ser aplicado.

Anexo N° 03: Validez de Juicio de Expertos

Leyenda para la evaluación			
Muy de acuerdo: 4	De acuerdo: 3	En desacuerdo: 2	Muy en desacuerdo: 1

ITEM	CALIFICACIONES DE LOS JUECES			SUMA	V
	JUEZ 1	JUEZ 2	JUEZ 3		
1	3	3	4	10	1.11
2	3	3	3	9	1.00
3	3	4	3	10	1.11
4	2	1	2	5	0.56
5	3	3	3	9	1.00
6	2	2	2	6	0.67
7	3	3	3	9	1.00
8	2	2	2	6	0.67
9	3	3	3	9	1.00
10	3	3	3	9	1.00
11	1	2	1	4	0.44
12	2	2	2	6	0.67
13	3	4	4	11	1.22
14	3	3	3	9	1.00
15	2	2	2	6	0.67
16	2	2	2	6	0.67
17	3	3	3	9	1.00
18	4	3	4	11	1.22
19	3	3	3	9	1.00
20	2	2	2	6	0.67
V DE AIKEN GENERAL					0.88

Interpretación: Siendo el valor V de Aiken ($V= 0,99$) superior a 0,800 entonces se podría decir que, el instrumento presenta validez para ser aplicado.

Anexo N° 04: Validez de Juicio de Expertos

SUMARIO

I. RESUMEN

El Proyecto trabajo de investigación cuantitativo tiene por objetivo “Determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y el estrés en los estudiantes de una Universidad Publica 2021”. Se trabajó con una muestra de 60 estudiantes universitarios. Tiene como soporte teórico a los conceptos de Callista Roy. Se utilizarán como instrumento el Cuestionario de estrés emocional y de estrategias de afrontamiento. Los cuáles están validados por profesionales expertos para luego aplicarlos a una muestra piloto de 20 participantes y ser sometidos a la prueba de confiabilidad mediante una prueba estadística para verificar los instrumentos a aplicar a la muestra propuesta para el presente trabajo de investigación.

II. VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

A. DATOS INFORMATIVOS DEL PARTICIPANTE

1. Nombre (H.M.M.)
2. Sexo: Masculino (X) Femenino ()
3. Edad:
4. Nivel académico:
 - a) Licenciado: En Psicología.
 - b) Especialista en _____ Paciente critico _____
 - c) Maestría en: Ciencias de la Familia Mención en Terapia Familiar.
 - d) Doctorado en _____
 - e) Post-doctorado
5. Tiempo de actuación profesional: 6 años
6. Área de actuación: Psicología Clínica y Educativa.
7. Actúa en la docencia: si () no ()

8. Cual institución:
9. Cual área:
 - a) Instituto
 - b) Pre-grado
 - c) Especialización
 - d) Post-grado

B. INSTRUMENTOS A VALIDAR

1. INSTRUMENTO N° 01: INSTRUMENTO PARA EVALUACIÓN Y VALIDACIÓN DE CONTENIDO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS DEL CUESTIONARIO PARA EL ESTRÉS ACADEMICO

I. INFORMACIÓN GENERAL

Para evaluar la relevancia/representatividad de la propuesta del instrumento en la encuesta para determinar el estrés, utilizaremos una escala de tipo Likert con puntuación de uno a cuatro como sigue:

- 1 = Muy en Desacuerdo
- 2 = En Desacuerdo
- 3 = De acuerdo
- 4 = Muy de acuerdo

Usted deberá hacer:

- Atribuir una puntuación para cada pregunta y conjunto de respuestas, actitud y check list en relación a su relevancia/representatividad con un X.

II. CONTENIDO

CUESTIONARIO DE ESTRÉS EMOCIONAL

Leyenda para la evaluación			
Muy de acuerdo: 4	De acuerdo: 3	En desacuerdo: 2	Muy en desacuerdo: 1

	1	2	3	4	Observaciones
Dimensión estresores					
1. Los profesores me dejan muchas tareas todos los días en la plataforma virtual.					
2. La personalidad de mis profesores que me Imparten en las clases virtuales me agrada.					Las actitudes de los profesores que me imparten las clases virtuales me agrada.
3. No me agrada la forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etc.					
4. Mis profesores son muy exigentes.					
5. El tiempo es limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as.					
Dimensión síntomas					
6. Me siento cansado (a)					
7. Últimamente me siento decaído (a) triste y deprimido (a).					Las últimas semanas me siento decaído (a) triste y desmotivado.
8. Tengo problemas de ansiedad, angustia y desesperación.					

9. Tengo problemas de concentración					Tengo dificultad para concéntrame y memorizar.
10. A veces tengo sentimiento de agresividad o aumento de la irritabilidad.					
11. Me siento desganado (a) para realizar mis trabajos académicos.					
Dimensión estrategias de afrontamiento					
12. Me concentro en resolver la situación que me preocupa.					
13. Establezco soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.					Establezco soluciones concretas para resolver lo que me preocupa.
14. Analizo lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa.					Analizo lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para la situación que me preocupa.
15. Mantengo el control de mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.					Se gestionar mis emociones ante estímulos estresantes.
16. Recuerdo situaciones similares ocurridas anteriormente y pienso en cómo las solucione.					Recuerdo como solucione situaciones similares anteriormente y soluciono la presente.
17. Trato de obtener lo positivo de la situación que preocupa.					

III. CONTENIDO

CUESTIONARIO SOBRE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Leyenda para la evaluación			
Muy de acuerdo: 4	De acuerdo: 3	En desacuerdo: 2	Muy en desacuerdo: 1

	1	2	3	4	Observaciones
Contexto familiar					
1. Cuando en casa hay muchas peleas y mucho ruido, puedo concentrarme en mis clases virtuales.					
2. Cuando mis padres discuten, trato de hacer otras cosas.					
3. En casa hay muchos problemas y ayudo a solucionarlos.					
4. Cuando hay peleas en casa salgo en busca de ayuda de cualquier familiar.					Cuando hay peleas en casa, busco ayuda en uno de mis familiares.
5. Cuando mis padres se pelean no les digo nada de lo que siento.					
Contexto salud					
6. Me da temor ir al médico.					Cuando estoy enfermo (a) me da temor ir al médico.
7. Cuando estoy enfermo (a) evito ir al médico.					
8. Cuando estoy delicado de salud me pongo irritable.					Cuando estoy enfermo (a) me muestro irritable.
9. Cuando estoy enfermo no le cuento a nadie lo que me pasa.					
10. Sigo las indicaciones que me da el médico.					

Tareas académicas					
11. A veces tengo malas notas, pero no digo nada.					A veces tengo malas notas pero no comento con nadie.
12. Trato de estudiar un poco más para sacar buenas notas					Pongo todo mi esfuerzo a estudiar más y sacar buenas notas.
13. Cuando tengo cursos desaprobados me pongo triste.					
14. Prefiero estar en las redes sociales y no estudiar.					
15. Cuando desapruedo un examen busco ayuda.					Cuando desapruedo un examen busco ayuda en familiares y amigos.
Relaciones sociales					
16. A veces no me llevo bien con algunos compañeros de clases virtuales.					Siento que no me llevo bien con algunos compañeros de clases virtuales.
17. A veces pido ayuda a mi mejor amigo (a)					
18. Cuando tengo problemas prefiero solucionarlo sola (a).					
19. A veces me siento triste y solo (a).					
20. Prefiero estar en casa que con mis amigos.					Prefiero estar solo o en casa que con mis amigos.

FIRMA:



13. Cuando tengo cursos desaprobados me pongo triste.					
14. Prefiero estar en las redes sociales y no estudiar.					
15. Cuando desapruedo un examen busco ayuda en familiares y amigos.					
Relaciones sociales					
16. Siento que no me llevo bien con algunos compañeros de clases virtuales.					
17. A veces pido ayuda a mi mejor amigo (a)					
18. Cuando tengo problemas prefiero solucionarlo sola (a).					
19. A veces me siento triste y solo (a).					
20. Prefiero estar solo o en casa que con mis amigos.					

OBSERVACIÓN GENERAL: Poner asteriscos en los "ítem negativos" a fin que pueda ser corregida eficientemente de manera física.

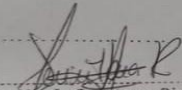
FIRMA:



Firmado digitalmente
por Oscar Xavier Calvo
Neira
Motivo: He revisado este
documento
Ubicación: Hospital Elpidio
Berovides Pérez - Otuzco
Fecha: 2021-09-03
09:46:05:00

13. Cuando tengo cursos desaprobados me pongo triste.					
14. Prefiero estar en las redes sociales y no estudiar.					
15. Cuando desapruedo un examen busco ayuda en familiares y amigos.					
Relaciones sociales					
16. Siento que no me llevo bien con algunos compañeros de clases virtuales.					
17. A veces pido ayuda a mi mejor amigo (a)					
18. Cuando tengo problemas prefiero solucionarlo sola (a).					
19. A veces me siento triste y solo (a).					
20. Prefiero estar solo o en casa que con mis amigos.					

FIRMA:


 Lic. Fiorella L. Quintana Rivera
 PSICOLOGA
 C.Ps.P. 22737

Revisado 3/ Septiembre/2021.
 Revisión de 2 test.

- ✓ Cuestionario de Estrés Emocional.
- ✓ Cuestionario sobre estrategias de afrontamiento.

Anexo N° 05: Prueba de confiabilidad de Alfa de Cronbach de instrumento de variable Estrés

Cuadro 1: Suma de ítems:

	ITEM1	ITEM2	ITEM3	ITEM4	ITEM5	ITEM6	ITEM7	ITEM8	ITEM9	ITEM10	ITEM11	ITEM12	ITEM13	ITEM14	ITEM15	ITEM16	ITEM17	SUMA
ITEM1	1	.197	-.379	.510**	.199	.296	.141	.114	-.018	-.072	.049	-.250	-.361	-.223	-.321	-.206	-.344	.046
ITEM2	.197	1	-.113	.384	.363	.447*	.159	.165	-.322	.055	-.079	.135	.014	.061	.187	.244	-.113	.322
ITEM3	-.379	-.113	1	-.022	.047	-.063	-.427*	-.289	-.205	-.135	-.351	-.016	.082	.171	-.002	.087	.102	-.077
ITEM4	.510**	.384	-.022	1	.693**	.424*	.228	.325	.120	.103	.306	-.016	.022	.039	.012	.075	-.190	.472
ITEM5	.199	.363	.047	.693**	1	.135	.105	.165	-.033	.017	.200	.194	.002	.015	-.025	.177	-.148	.366
ITEM6	.296	.447*	-.063	.424*	.135	1	.661**	.476*	.288	.482*	.424*	.355	.324	.393	.348	.287	.082	.717**
ITEM7	.141	.159	-.427*	.228	.105	.661**	1	.825**	.664**	.705**	.743**	.492*	.427*	.277	.426*	.198	.265	.788**
ITEM8	.114	.165	-.289	.325	.165	.476*	.825**	1	.492*	.594**	.804**	.255	.242	.185	.320	.146	.150	.699**
ITEM9	-.018	-.322	-.205	.120	-.033	.288	.664**	.492*	1	.686**	.620**	.436*	.419*	.250	.210	.006	.351	.564**
ITEM10	-.072	.055	-.135	.103	.017	.482*	.705**	.594**	.686**	1	.453*	.542**	.502*	.346	.397*	.190	.284	.705**
ITEM11	.049	-.079	-.351	.306	.200	.424*	.743**	.804**	.620**	.453*	1	.292	.397*	.318	.316	.305	.176	.689**
ITEM12	-.250	.135	-.016	-.016	.194	.355	.492*	.255	.436*	.542**	.292	1	.807**	.452*	.710**	.601**	.565**	.705**
ITEM13	-.361	.014	.082	.022	.002	.324	.427*	.242	.419*	.502*	.397*	.807**	1	.543**	.781**	.678**	.569**	.693**
ITEM14	-.223	.061	.171	.039	.015	.393	.277	.185	.250	.346	.318	.452*	.543**	1	.568**	.650**	.388	.582**
ITEM15	-.321	.187	-.002	.012	-.025	.348	.426*	.320	.210	.397*	.316	.710**	.781**	.568**	1	.747**	.514**	.665**
ITEM16	-.206	.244	.087	.075	.177	.287	.198	.146	.006	.190	.305	.601**	.678**	.650**	.747**	1	.370	.589**
ITEM17	-.344	-.113	.102	-.190	-.148	.082	.265	.150	.351	.284	.176	.565**	.569**	.388	.514**	.370	1	.411*
SUMA	.046	.322	-.077	.472*	.366	.717**	.788**	.699**	.564**	.705**	.689**	.705**	.693**	.582**	.665**	.589**	.411*	1

Cuadro 2: Procesamiento de casos

	N	%
Casos Válidos	25	100.0
Excluidos	0	0.0
Total	25	100.0

Cuadro 3: Resultados de la fiabilidad estadística

Alfa de Cronbach	N de elementos
.842	17

Prueba de confiabilidad de Alfa de Cronbach de instrumento de variable Estrategias de Afrontamiento

Cuadro 4: Suma de ítems

	ITEM1	ITEM2	ITEM3	ITEM4	ITEM5	ITEM6	ITEM7	ITEM8	ITEM9	ITEM10	ITEM11	ITEM12	ITEM13	ITEM14	ITEM15	ITEM16	ITEM17	ITEM18	ITEM19	ITEM20	suma
ITEM1	1	.280	.411	.166	.221	.010	.045	.336	.245	-.094	.283	-.198	-.094	.009	.053	-.030	.554	-.079	.052	.231	.350
ITEM2	.280	1	.129	.132	-.213	-.129	-.024	-.154	-.181	-.089	.087	.105	-.411	.039	-.070	.558	.252	-.104	-.036	.166	.101
ITEM3	.411	.129	1	.100	.222	.230	.210	.455	.349	-.073	.037	-.057	-.146	.150	.231	-.004	.344	.530	.191	.559	.505
ITEM4	.166	.132	.100	1	.139	.140	.265	.059	.060	.089	-.120	.092	-.229	-.167	.518	-.060	.118	-.008	.455	.410	.408
ITEM5	.221	-.213	.222	.139	1	.328	.322	.079	.389	.364	.360	.222	.411	.321	.096	-.051	.351	-.082	.237	.165	.518
ITEM6	.010	-.129	.230	.140	.328	1	.841	.336	.233	.430	-.050	.445	.030	.345	.069	.179	.027	.092	.181	.259	.592
ITEM7	.045	-.024	.210	.265	.322	.841	1	.318	.334	.617	-.027	.548	.072	.510	.015	.208	-.055	.264	.329	.491	.724
ITEM8	.336	-.154	.455	.059	.079	.336	.318	1	.175	.167	.198	.270	.264	.535	-.028	.227	.311	.233	.391	.337	.618
ITEM9	.245	-.181	.349	.060	.389	.233	.334	.175	1	.055	-.019	.043	.168	.249	-.066	.104	-.064	.220	.306	.306	.408
ITEM10	-.094	-.089	-.073	.089	.364	.430	.617	.167	.055	1	.089	.676	.350	.567	-.130	.204	-.152	-.070	.267	.303	.483
ITEM11	.283	.087	.037	-.120	.360	-.050	-.027	.198	-.019	.089	1	.195	.201	.301	-.416	.098	.447	-.014	-.154	-.116	.184
ITEM12	-.198	.105	-.057	.092	.222	.445	.548	.270	.043	.676	.195	1	.276	.671	-.121	.429	-.060	.083	.192	.402	.558
ITEM13	-.094	-.411	-.146	-.229	.411	.030	.072	.264	.168	.350	.201	.276	1	.530	-.225	.078	.265	.006	.021	-.065	.255
ITEM14	.009	.039	.150	-.167	.321	.345	.510	.535	.249	.567	.301	.671	.530	1	-.361	.480	.178	.169	.319	.267	.656
ITEM15	.053	-.070	.231	.518	.096	.069	.015	-.028	-.066	-.130	-.416	-.121	-.225	-.361	1	-.241	.263	.095	.208	.332	.203
ITEM16	-.030	.558	-.004	-.060	-.051	.179	.208	.227	.104	.204	.098	.429	.078	.480	-.241	1	.080	-.168	.372	.293	.389
ITEM17	.554	.252	.344	.118	.351	.027	-.055	.311	-.064	-.152	.447	-.060	.265	.178	.263	.080	1	-.093	-.067	.097	.394
ITEM18	-.079	-.104	.530	-.008	-.082	.092	.264	.233	.220	-.070	-.014	.083	.006	.169	.095	-.168	-.093	1	.045	.375	.275
ITEM19	.052	-.036	.191	.455	.237	.181	.329	.391	.306	.267	-.154	.192	.021	.319	.208	.372	-.067	.045	1	.571	.598
ITEM20	.231	.166	.559	.410	.165	.259	.491	.337	.306	.303	-.116	.402	-.065	.267	.332	.293	.097	.375	.571	1	.705
suma	.350	.101	.505	.408	.518	.592	.724	.618	.408	.483	.184	.558	.255	.656	.203	.389	.394	.275	.598	.705	1

Cuadro 5: Resumen del procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válidos	25	100.0
	Excluidos	0	0.0
	Total	25	100.0

Cuadro 6: Resultados de fiabilidad estadística

Alfa de Cronbach	N de elementos
.784	20

Anexo N°06: RESULTADOS DE VARIABLE ESTRÉS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

ESTRÉS_ACADÉMICO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	BAJO	18	25,7	25,7	25,7
	MEDIO	51	72,9	72,9	98,6
	ALTO	1	1,4	1,4	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

ESTRATÉGIAS_DE_AFRONTAMIENTO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	BAJO	4	5,7	5,7	5,7
	MEDIO	58	82,9	82,9	88,6
	ALTO	8	11,4	11,4	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Anexo N°07:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____,
identificada con DNI _____ autorizo Al estudiante Pérez Ballona Javier
Oswaldo, de la Escuela de Enfermería de la Universidad César Vallejo, para la
aplicación del instrumento de recolección de datos del cuestionario, teniendo en
cuenta que he sido informado del trabajo de investigación. Por otra parte, el
investigador se compromete a guardar anonimato y confidencialidad de las
respuestas brindadas. Acepto la participación en la investigación.

Firma

Anexo N°8: Link de encuesta mediante formulario de Google Forms.

<https://forms.gle/jM3qx1UGDopHjTEXA>