

**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA**



**ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN  
ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA HUMANA  
UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA  
SEDE CHORRILLOS DURANTE EL  
PERIODO DE SEPTIEMBRE A  
NOVIEMBRE DEL  
2016**

**TESIS**

**PRESENTADA POR BACHILLER**

**MARTINEZ ZEGARRA JOSÉ CAMILO**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
MÉDICO CIRUJANO**

**LIMA – PERÚ**

**2019**

**ASESOR**

DRA. LENY BRAVO LUNA

## **AGRADECIMIENTO**

Mi gratitud, está dirigida a mis asesores y maestros, principalmente al Dr. Francisco Vallenás Pedemonte y Dra. Leny Bravo Luna, asesores de mi tesis quienes con esfuerzo dedicación y paciencia supieron guiarme a través de este largo proceso para cumplir la meta trazada.

A todos los estudiantes de 1ro a 5to ciclo de medicina humana que participaron en la investigación de forma voluntaria y con la mejor voluntad.

## **DEDICATORIA**

Dedico esta tesis mi madre, hermanas y principalmente a mi padre, quien a pesar de los triunfos y las derrotas siempre estuvo para mi depositando su confianza y nunca dudando de mis capacidades.

## RESUMEN

**Objetivo:** Establecer la relación entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes de preclínica de medicina humana. **Método:** estudio cuantitativo prospectivo observacional de corte transversal, se analizó los resultados en tablas y gráficos, para que sean mejor procesados se usó Microsoft Office Excel y SPSS. **Material:** se aplicó el test de SISCO para el estrés académico y una encuesta de autopercepción de rendimiento académico-modificada, se tuvo una muestra de 76 alumnos de preclínica de 1ro a 5to ciclo. **Resultados:** El 53.9% (41 estudiantes) tienen un rendimiento académico medianamente Alto mientras que solo el 2.6% (2 estudiantes) tienen un rendimiento académico medianamente bajo. El 50 % (38 estudiantes) tienen un nivel de estrés moderado mientras que solo el 11.8 % (9 estudiantes) tienen un nivel de estrés profundo. **Conclusiones:** 1. el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de preclínica de medicina humana están relacionados significativamente entre sí ya que, según la prueba "  $X^2$  ",  $p < 0.05$  ( $p = 0.008$ ); 2. Según la encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado, los estudiantes, tienen un rendimiento académico medianamente alto, y según los promedios ponderados tienen 13 a 14; 3. Según el test de estrés académico SISCO, los estudiantes, tienen un nivel de estrés moderado, lo presentan con una frecuencia de algunas veces y una intensidad mediana.

Palabra clave: estrés, rendimiento académico, test de SISCO, estudiantes de preclínica.

## ABSTRACT

**Objective:** Establish the relationship between stress and academic performance in pre-clinical students of human medicine. **Method:** is a prospective observational cross-sectional study, the outcomes were dissecting in charts & schema, to be better processed, was used Microsoft Office Excel and SPSS. **Material:** SISCO test for academic stress and self-perception survey was applied academic performance, a sample of 76 students from 1st through 5th preclinical cycle had. **Results:** The 53.9% (41 students) have a moderately high academic performance while only 2.6% (2 students) have a moderately low academic performance. The 50% (38 students) have a moderate level of stress while only 11.8% (9 students) have a deep stress level. **Conclusions:** 1. The stress and academic performance of preclinical human medicine students are significantly related to each other since, according to "  $X^2$  ", they have  $p < 0.05$  ( $p = 0.008$ ); 2. According to the self-perceived academic performance survey, students have a moderately high academic performance, and weighted averages are 13-14; 3. According to the SISCO academic stress test, students have a moderate level of stress, present it with a frequency of sometimes and with a medium intensity.

Keywords: stress, Academic performance, SISCO test, preclinical students.

## INTRODUCCIÓN

El estrés es una forma autodefensiva que tiene el ser vivo para enfrentar cualquier estímulo el cual represente una amenaza, puede manifestar por numerables síntomas entre los más representativos están el nerviosismo, irritabilidad, migrañas, insomnios y sensación de tristeza sin razón alguna.

Según una encuesta realizada a 2,200 personas en 19 regiones del Perú por una empresa peruana encargada del análisis de Mercados y Opinión Pública (CPI) en mayo y junio del 2014, 6 de cada 10 peruanos manifiestan haber pasado por situaciones estresantes en el último año, además según los recientes informes del Ministerio de Salud (MINSA), cerca de 1.5 millones de peruanos padece de algún tipo de alteración de ansiedad, ocasionado por un fuerte cuadro de estrés. El Dr. Yuri Cutipé Cárdenas, director de Salud Mental del MINSA en el 2014, indica que, “cuando una persona vive en tensión de una manera frecuente o repetitiva y soporta una serie de síntomas mentales y físicos como inestabilidad emocional, cefaleas, insomnio, taquicardias y fatiga crónica no solo tiene el peligro de presentar problemas laborales y académicos sino también múltiples patologías, que pueden hacernos perder la vida ya sea por un infarto agudo al corazón o un ACV isquémico u hemorrágico entre otras”.

Es por lo cual esta tesis pretende determinar los grados de estrés de los estudiantes de preclínica de medicina humana, y en qué forma este afecta su rendimiento académico, así como los principales síntomas percibidos, las situaciones estresores en el ámbito académico y las técnicas para afrontarlas más utilizadas; con la intención de mejorar su salud mental y por ende su salud física.

Esta Tesis evidencia los subsecuentes capítulos:

En el capítulo I, desarrolla el planteamiento del problema, la formulación del problema, la justificación de la investigación, los objetivos y el propósito.

En el capítulo II, aborda antecedentes de la investigación, las bases teóricas, las hipótesis generales y específicas, las variables dependientes e independientes del estudio y las definiciones operacionales, este capítulo busca básicamente establecer conceptos claros de lo que es el estrés, el rendimiento académico y el test de SISCO que es uno de los instrumentos que se va a usar en esta investigación.

En el capítulo III, desarrolla la metodología de la investigación en donde se menciona el tipo y nivel de investigación, población y muestra, la técnica e instrumentos de recolección de datos, diseño de recolección de datos, así como también el procesamiento y análisis de los datos.

En el capítulo IV, da a conocer los resultados del estudio, la discusión compara los antecedentes nacionales e internacionales con la investigación.

En el capítulo V, desarrolla conclusiones y recomendaciones finales del actual estudio.



# ÍNDICE

CARÁTULA.....	i
ASESOR.....	ii
AGRADECIMIENTO .....	iii
DEDICATORIA .....	iv
RESUMEN.....	v
ABSTRACT.....	vi
INTRODUCCIÓN.....	vii
ÍNDICE.....	ix
LISTAS DE TABLAS.....	xi
LISTA DE GRÁFICOS .....	xiii
LISTA DE ANEXOS .....	xv
<b>CAPÍTULO I: EL PROBLEMA .....</b>	<b>1</b>
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	2
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	2
1.2.1. GENERAL.....	2
1.2.2. ESPECÍFICOS .....	2
1.3. JUSTIFICACIÓN.....	3
1.4. DELIMITACIÓN DEL ÁREA DE ESTUDIO.....	4
1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN .....	5
1.6. OBJETIVOS.....	5
1.6.1. GENERAL.....	5
1.6.2. ESPECÍFICOS .....	5
1.7. PROPÓSITO.....	6
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>7</b>
2.1. ANTECEDENTES BIBLIOGRÁFICOS.....	7
2.2. BASE TEÓRICA .....	13
2.3. MARCO CONCEPTUAL .....	25

2.4. HIPÓTESIS.....	25
2.4.1. GENERAL.....	25
2.4.2. ESPECÍFICOS .....	25
2.5. VARIABLES.....	26
2.6. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TÉRMINOS.....	26
<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>27</b>
3.1. DISEÑO METODOLÓGICO.....	27
3.1.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	27
3.1.2. NIVEL DE INVESTIGACIÓN.....	27
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA .....	27
3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	32
3.4. DISEÑO DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	32
3.5. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.....	33
3.6. ASPECTOS ÉTICOS .....	33
<b>CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS .....</b>	<b>34</b>
4.1. RESULTADOS.....	34
4.2. DISCUSIÓN .....	54
<b>CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....</b>	<b>58</b>
5.1. CONCLUSIONES .....	58
5.2. RECOMENDACIONES.....	62
<b>BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>64</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>72</b>

## LISTA DE TABLAS

TABLA N°1: Prueba Chi - cuadrado de Pearson entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de preclínica de medicina .....	34
TABLA N°2: Distribución de la muestra de acuerdo a las variables sociodemográficas de los estudiantes de preclínica de medicina .....	35
TABLA N°3: Distribución de la muestra de acuerdo al promedio ponderado de los estudiantes de preclínica de medicina .....	36
TABLA N°4: Distribución de la muestra de acuerdo al nivel de estrés de los estudiantes de preclínica de medicina .....	37
TABLA N°5: Distribución de la muestra de acuerdo a la frecuencia en la que se presenta el estrés en los estudiantes de preclínica de medicina humana .....	38
TABLA N°6: Distribución de la muestra de acuerdo a la intensidad de estrés en los estudiantes de preclínica de medicina .....	39
TABLA N°7: Distribución de la muestra de acuerdo a la encuesta de autopercepción de rendimiento académico - modificado de los estudiantes de preclínica de medicina.....	40
TABLA N°8: Frecuencia en la que en los estudiantes de preclínica de medicina presentan los síntomas o reacciones del estrés .....	41
TABLA N°9: Síntomas o reacciones que más se presenta según los estudiantes de preclínica de medicina .....	42
TABLA N°10: Síntomas o reacciones psicológicas que más se presenta según los estudiantes de preclínica de medicina .....	43

TABLA N°11: Síntomas o reacciones comportamentales que más se presenta según los estudiantes de preclínica de medicina .....	45
TABLA N°12: Frecuencia en la que los estudiantes de preclínica de medicina valoran las demandas del ambiente como una situación estresora. ....	46
TABLA N°13: Frecuencia en la que los estudiantes de preclínica de medicina utilizan estrategias de afrontamiento frente al estrés.....	48
TABLA N°14: Tabla resumen de la relación entre las variables sociodemográficas y el nivel de estrés de los estudiantes de preclínica de medicina.....	50
TABLA N°15: Tabla resumen de la relación entre las variables sociodemográficas y el rendimiento académico de los estudiantes de preclínica de medicina.....	51
TABLA N°16: Relación entre el rendimiento académico y el promedio ponderado de los estudiantes de preclínica de medicina.....	52
TABLA N°17: Estadísticos según la edad de los estudiantes de preclínica de medicina.....	53

## LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO N°1: Distribución de la muestra de acuerdo al promedio ponderado de los estudiantes de preclínica de medicina.....	36
GRÁFICO N°2: Distribución de la muestra de acuerdo al nivel de estrés de los estudiantes de preclínica de medicina.....	37
GRÁFICO N°3: Distribución de la muestra de acuerdo a la frecuencia en la que se presenta el estrés en los estudiantes de preclínica de medicina...	38
GRÁFICO N°4: Distribución de la muestra de acuerdo a la intensidad de estrés en los estudiantes de preclínica de medicina .....	39
GRÁFICO N°5: Distribución de la muestra de acuerdo a la encuesta de autopercepción de rendimiento académico - modificado de los estudiantes de preclínica de medicina.....	40
GRÁFICO N°6: Frecuencia en la que los estudiantes de preclínica de medicina presentan los síntomas o reacciones del estrés .....	41
GRÁFICO N°7: Síntomas o reacciones que más se presenta según los estudiantes de preclínica de medicina .....	42
GRÁFICO N°8: Síntomas o reacciones psicológicas que más se presenta según los estudiantes de preclínica de medicina .....	43
GRÁFICO N°9: Síntomas o reacciones físicas que más se presenta según los estudiantes de preclínica de medicina.....	44
GRÁFICO N°10: Síntomas o reacciones comportamentales que más se presenta según los estudiantes de preclínica de medicina .....	45

GRÁFICO N°11: Frecuencia en la que los estudiantes de preclínica de medicina valoran las demandas del ambiente como una situación estresora .....	46
GRÁFICO N°12: Situación estresora que más se presenta según los estudiantes de preclínica de medicina .....	47
GRÁFICO N°13: Frecuencia en la que los estudiantes de preclínica de medicina utilizan estrategias de afrontamiento frente al estrés.....	48
GRÁFICO N°14: Estrategias de afrontamiento que más utilizan los estudiantes de preclínica de medicina frente al estrés.....	49

## LISTA DE ANEXOS

ANEXO N°1: Operacionalización de variables .....	73
ANEXO N°2: Instrumentos .....	75
ANEXO N°3: Validez de instrumentos – Consulta de expertos.....	86
ANEXO N°4: Matriz de consistencia .....	102
ANEXO N°5: Confiabilidad de instrumentos – Estudio piloto .....	104
ANEXO N°6: Permiso para realizar la prueba piloto .....	105
ANEXO N°7: Solicitud para la aplicación del instrumento .....	106
ANEXO N°8: Consentimiento informado .....	107

## **CAPÍTULO I: EL PROBLEMA**

### **1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

El vocablo estrés fue conceptualizada y estudiada por primera vez en 1930, cuando un joven austriaco llamado Hans Hugo Bruno Selye, en su 2<sup>do</sup> año como educando de ciencias de la salud (Praga) percibió en los pacientes hospitalizados, indiferenciadamente de la patología, edad o género, exteriorizaban las mismas manifestaciones clínicas: lasitud, cefaleas, inapetencia, etc. A todo esto, Hans, lo nombro "Síndrome de estar Enfermo"<sup>2</sup>.

No obstante, esta alteración existe desde los inicios del mundo, cuando los seres humanos eran nómades recolectores. A pesar que los hombres prehistóricos no estaban sometidos al tan frecuente estrés académico de nuestros tiempos, las situaciones de peligro y la lucha por la supervivencia les hacían vivir en un estado de tensión y alerta constante. Aunque no pudieron explicar con claridad sus experiencias en términos científicos, igualmente, han experimentado los efectos nocivos del estrés crónico<sup>3</sup>.

El ámbito académico no es la excepción, comenzar los estudios en una universidad es para cierto número de jóvenes una etapa provechosa en la vida, que los hace enfrentarse a un sinfín de desafíos asumiéndolos con responsabilidad y motivación. No obstante, para otro grupo, la vida universitaria puede transformarse rápidamente en una situación engorrosa que trae consigo numerables situaciones de estrés<sup>1</sup>. Hoy en día los estudiantes universitarios hacen frente a exigencias que les exhortan a utilizar una inmensa suma de recursos, lo que les hace padecer ciertas manifestaciones como agotamiento tanto físico como mental, irritabilidad, desidia frente al estudio<sup>4</sup>, y en muchos casos, conducirlos a perder totalmente el control sobre el entorno laboral o de estudios, aunque sea sólo en un



periodo de tiempo corto<sup>5</sup>. La atención y a la memoria de los estudiantes durante actividades cognitivas pueden verse afectadas negativamente por los elevados niveles de estrés, unos de los ejemplos más comunes que experimentan, es la sensación de reconocer la interrogante saber la respuesta porque lo has revisado horas antes, pero no lograr recordarla al momento del test o paso <sup>6</sup>.

Teniendo en cuenta estos antecedentes y la gran frecuencia que tiene esta afección en el ámbito académico surge el gran interés para que se realice el siguiente estudio.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. GENERAL**

- ¿Cuál es la relación del estrés con el rendimiento académico en estudiantes de preclínica de Medicina Humana Universidad Privada San Juan Bautista?

### **1.2.2. ESPECÍFICOS**

- Según las variables demográficas escogidas (edad, ciclo, ocupación, sexo, estado civil y promedio ponderado) ¿Cuál es la distribución de los estudiantes de preclínica de medicina en la relación del estrés con el rendimiento académico?
- ¿Cuál es el nivel de estrés y rendimiento académico en los estudiantes de preclínica de medicina humana?
- ¿Con que frecuencia se presentan los síntomas o reacciones del estrés, estrategias de afrontamiento ante algún estímulo estresor y las situaciones estresoras en los estudiantes de preclínica de medicina humana?
- ¿Cuál es la relación de los niveles de estrés y rendimiento académico con las variables sociodemográficas: edad, genero,

ocupación, ciclo promedio ponderado y estado civil de los estudiantes de preclínica de medicina humana?

### **1.3. JUSTIFICACIÓN**

a. Justificación Teórica:

El estrés es una problemática de gran importancia que puede generar consecuencias en diferentes ámbitos. Pese a esto, no obtiene el conveniente interés en torno al marco de la investigación a nivel académico, ya que la literatura y artículos publicados son muy pobres; paradójicamente esta afección es experimentada por la mayoría de universitarios en algún momento del proceso de su carrera profesional.

b. Justificación Práctica:

Los estudiantes del área de salud, especialmente los de medicina humana tienen el compromiso de brindar un impecable servicio a la comunidad en general, para ello, aparte de tener un vasto conocimiento teórico y práctico, necesitan poseer un equilibrio tanto físico como mental que les permita ejercer sus actividades de manera eficaz en el ámbito social, familiar, académico y laboral.

Esta tesis busca determinar la asociación de estas dos variables en este grupo de estudiantes de medicina humana, y así tener en claro los factores causantes, las características percibidas y estrategias de afrontamiento, con el fin de mejorar la calidad de técnica de estudios, teniendo estudiantes mejor preparados para que aporten un crecimiento cultural al país.

c. Justificación Económico social:

Este trabajo de investigación tendrá gran impacto en el ámbito económico y social, ya que al mejorar la calidad técnica de estudios

la universidad tendrá profesionales mejor preparados y con una mayor fortaleza para afrontar situaciones de estrés, aspirando a mejores plazas laborales y bien remuneradas.

d. Justificación Académica:

Estudios anteriores revelan que las instituciones educativas (colegios, institutos y universidades) consiguen ser los principales causantes del estrés, como consecuencia del demasía de estudiantes, cátedras sin espacios para el descanso, demasiadas normas, prohibiciones y cruce de horarios laborales y académicos, que muchas veces se ve reflejado en la escasa participación de los estudiantes, el ausentismo académico, el bajo rendimiento y hasta el retiro definitivo del programa de estudios.

#### **1.4. DELIMITACIÓN DEL ÁREA DE ESTUDIO**

- Delimitación Espacial: El presente proyecto de investigación se realizó dentro de las instalaciones de la Universidad Privada San Juan Bautista Sede Chorrillos.
- Delimitación Temporal: Durante un período aproximado de 90 días de septiembre a noviembre del 2016.
- Delimitación Social: Tuvo como población de estudio a los Estudiantes de preclínica de Medicina Humana.
- Delimitación conceptual: El proyecto de investigación se centró en el estudio de los niveles de estrés y de qué manera este influye en el rendimiento académico de los estudiantes de preclínica de medicina humana; se eligió a esta población en específico debido a que en su mayoría son jóvenes y en esta etapa de la vida los cambios físicos, psicológicos y mentales que se producen en el desarrollo final de la adolescencia coinciden con la transición del colegio a la universidad, trayendo consigo numerosos desafíos como son la separación de la

familia y amistades o a unas mayores exigencias de autonomía que pueden influir en desempeño de sus estudios, para lo cual se recogió los datos necesarios haciendo uso del inventario de estrés académico SISCO y el Test de autopercepción de rendimiento académico - modificado, aplicado a través de una encuesta.

## **1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN**

El presente trabajo de investigación es viable y factible.

Las limitaciones más significativas que se presentaron a lo largo del desarrollo son:

- Tiempo limitado en el que se desarrolló el trabajo.
- Los resultados de la investigación no son extensibles a otras universidades.
- Los resultados solo pueden ser generalizados a poblaciones con similares características.

## **1.6. OBJETIVOS**

### **1.6.1. GENERAL**

- Establecer la relación entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes de preclínica de medicina humana.

### **1.6.2. ESPECÍFICOS**

- Presentar la distribución de los estudiantes de preclínica de medicina, según las variables demográficas escogidas (edad, ciclo, ocupación, sexo, estado civil y promedio ponderado).
- Identificar los niveles de estrés y rendimiento académico en los estudiantes de preclínica de medicina humana.
- Presentar la frecuencia de: los síntomas o reacciones del estrés, estrategias de afrontamiento ante algún estímulo estresor y las

situaciones estresoras en los estudiantes de preclínica de medicina humana.

- Relacionar los niveles de estrés y rendimiento académico con las variables sociodemográficas: edad, género, ocupación, ciclo promedio ponderado y estado civil de los estudiantes de preclínica de medicina humana.

### **1.7. PROPÓSITO**

El presente trabajo de investigación brinda información objetiva con datos relevantes y significantes respecto al nivel de estrés y rendimiento académico en los alumnos de preclínica de medicina humana, con el propósito de dar a conocer los resultados a las autoridades universitarias, así como la relevancia de la salud mental y física de sus estudiantes, proponiendo de manera inmediata estrategias de afrontamiento para prevenir posibles complicaciones y mejorar la calidad de profesionales de medicina egresados de esta casa de estudios con la meta que a futuro puedan aspirar a mejores plazas laborales y puedan representar de manera óptima a nuestra prestigiosa universidad y a nuestro país.

## CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

### 2.1. ANTECEDENTES BIBLIOGRÁFICOS INTERNACIONALES:

Franco, V., 2015 realizo un estudio de naturaleza no experimental y de carácter transversal, titulado **“LA MEDICIÓN DEL ESTRÉS EN CONTEXTOS ACADÉMICOS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**. Coruña - España. Se propone dos objetivos principales en este campo de conocimiento: 1. Explorar y detallar las consecuencias globales de estrés académico en universitarios; y 2. averiguar si esta experiencia de estrés varía en función de las orientaciones motivacionales a metas de los estudiantes. Muestra: 468 alumnos de nueve titulaciones. Teniendo como resultado que, las deficiencias metodológicas, los exámenes y la sobrecarga de trabajo son, por este orden, las tres situaciones con mayor carga estresora identificadas por la muestra; entre las respuestas psicofisiológicas de estrés, el único factor reconocido por la mayoría es el agotamiento; por último, para afrontar las dificultades los estudiantes se inclinan, principalmente, por estrategias de búsqueda de apoyo social y emocional. Se ha confirmado que se producen correlaciones estadísticamente significativas entre los distintos grupos de orientaciones motivacionales a metas académicas y las variables de estrés. De esta forma, los estudiantes con metas de evitación del rendimiento presentan una percepción más alta de los estresores, una mayor sintomatología psicofisiológica y un menor uso de estrategias de afrontamiento activo. Por el contrario, los que presentan objetivos de aproximación a la enseñanza presentan niveles bajos de estrés y un mayor uso de estrategias de afrontamiento activo. Por lo tanto, podemos concluir que las orientaciones motivacionales a metas académicas pueden actuar como un factor modulador de la influencia del estrés en los estudiantes <sup>7</sup>.

Pulido M, y sus colaboradores, En el año 2011. **“ESTRES ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**. México. Objetivo: Reconocer los niveles altos de estrés académico y definir las peculiaridades psicométricas del instrumento SEEU. Muestra: 504 estudiantes de diversas facultades. Resultados: La escala tiene solidez, claridad y autenticidad. Los estudiantes de diseño gráfico, sistemas, arquitectura y traducción ostentan los niveles más altos de estrés, iguales que los alumnos de primer y último semestre, las de sexo femenino y los que viven solos <sup>9</sup>.

García, R., 2016, **“RELACIÓN DE LAS VARIABLES ANSIEDAD, ESTRÉS, SOBRE LA DISFUNCIÓN Y LA APERTURA VERTICAL DE LA ARTICULACIÓN TEMPOROMANDIBULAR EN DOS PERIODOS DISTINTOS DEL SEMESTRE ACADÉMICO, SOBRE A POBLACIÓN UNIVERSITARIA”**. España. Objetivo: estudiar la asociación entre el grado de ansiedad y estrés, además la disfunción (DTM) y apertura vertical cómoda de la articulación temporomandibular (ATM) en la población universitaria del campus universitario de Cádiz a lo largo de un semestre académico, al inicio y en periodo de exámenes. Muestra: 314 alumnos. Los principales resultados fueron: a) la población mostró unos niveles de ansiedad rasgo y estado por encima de los valores normales. Además, presentaron unos valores de apertura vertical cómoda de la ATM por debajo de la normalidad, mostrando en la segunda medida valores de limitación de la apertura vertical cómoda de la ATM severos el 81,02% de la muestra; b) Los valores de DTM fueron leves durante todo el estudio, no correspondiéndose con los valores de limitación de la apertura vertical cómoda de la ATM; c) En el momento de los exámenes, la ansiedad estado y el estrés general aumentaron, y la apertura vertical cómoda de la ATM disminuyó; d) El sexo ha resultado ser uno de los mayores determinantes de los valores obtenidos en el estudio. En general las mujeres han tenido mayores niveles de ansiedad rasgo, ansiedad social, estrés general, estrés frente a los exámenes y DTM, y menores niveles de ansiedad estado y apertura vertical cómoda de la ATM; e) En el momento inicial del

estudio existió una relación positiva entre ansiedad rasgo y DTM; y en el momento de seguimiento existió una relación positiva entre la ansiedad estado y la ansiedad social con la DTM, y una relación negativa entre DTM y la apertura vertical cómoda de la ATM; f) En el sexo femenino, en el momento inicial, la ansiedad rasgo se asoció con la DTM; y en el momento de seguimiento la ansiedad social, estrés general y estrés frente a los exámenes se asociaron con la DTM; g) En el sexo masculino, en el momento inicial, estrés general se asoció con la apertura vertical cómoda de la ATM, y la ansiedad rasgo con la DTM; y en el momento de seguimiento, la ansiedad social se asoció con la apertura vertical cómoda de la ATM, y la ansiedad social con la DTM <sup>10</sup>.

Gutiérrez J, y sus colaboradores, En el año 2010. Realizaron un estudio titulado. "**DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS Y SU ASOCIACIÓN CON EL ESTRÉS ACADÉMICO**". Colombia. Objetivo: averiguar la prevalencia de depresión y su relación con los estresores académicos. Se aplicó un instrumento auto-administrado y el análisis se hizo mediante el programa SPSS®. Resultados: 20,4  $\pm$  2,6 años fue la edad promedio. 68,7 % eran mujeres. En cuanto a la prevalencia fue de 47,2 % y la relación, según el objetivo, fue estadísticamente significativa <sup>11</sup>.

Martin I., 2012, "**ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS**". España. Objetivo: estudiar la relación entre el nivel de estrés y los exámenes, asimismo detallar la influencia de indicadores de salud y autoconcepto académico. Muestra: 40 estudiantes (licenciaturas de Filología Hispánica, Filología Inglesa, Psicología, Ciencias Económicas). Resultados: Los niveles de estrés aumentan durante la época de exámenes. Además, se hallaron consecuencias en la salud y el autoconcepto académico en situaciones estresantes <sup>5</sup>.



Berrío, N. & Mazo, R., 2011. “**CARACTERIZACIÓN PSICOMÉTRICA DEL INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PREGRADO DE LA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA**”. Colombia. Muestra: 642 estudiantes. Instrumento: inventario de estrés académico. Resultados: Enfermería, Ciencias exactas, Ingeniería y Medicina, tienen mayor estrés a diferencia de las carreras de Educación física y Bibliotecología. De los ciclos, el 9no ciclo fue el que presento mayor estrés <sup>16</sup>.

Mazo, R. y sus colaboradores. 2013. “**NIVELES DE ESTRÉS ACADÉMICOS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS**”. Colombia - Medellín. Objetivo: Saber los niveles de estrés académico de los estudiantes de pregrado de la Universidad Pontificia Bolivariana, y su asociación con variables sociodemográficas. Muestra: 604 estudiantes. Instrumento: Inventario de Estrés Académico. Conclusión: Se dio asociación entre los niveles de estrés y las variables sociodemográficas (genero, ciclo, edad) <sup>17</sup>.

Córdova, M., 2015. “**COMPARACIÓN DE NIVELES DE ESTRÉS ENTRE LOS NIVELES ADMINISTRATIVOS Y NIVELES OPERATIVOS DE UNA EMPRESA DE PRODUCTOS ALIMENTICIOS EN LA CIUDAD DE GUATEMALA**”. Guatemala. Objetivo: definir quien tiene mayor nivel de estrés laboral entre los niveles administrativos y los niveles operativos de una empresa de productos alimenticios de Guatemala. La muestra fue compuesta por 22 trabajadores del área administrativa y 20 del área operativa de una población de 128 empleados. El instrumento utilizado fue JSS Cuestionario de Estrés Laboral. Resultados: Se pudo determinar que no existe diferencia significativa en el nivel de estrés laboral ósea perciben de igual manera las respuestas emocionales, cognitivas, fisiológicas y del comportamiento las influencias del entorno entre los trabajadores de nivel administrativa a los del nivel operativo <sup>18</sup>.

## **NACIONALES:**

Tanguis, A. En el año 2014 realizo un estudio correlacional, **“RELACIÓN ENTRE EL RENDIMIENTO, ESTRÉS ACADÉMICO Y DIMENSIONES DE PERSONALIDAD EN UNIVERSITARIOS”**. Perú. Objetivo: reconocer la asociación entre el rendimiento, el estrés académico y las dimensiones de personalidad de los alumnos de la Facultad de Ingeniería. Muestra: 103 estudiantes, 83 hombres (80.60%) y 20 mujeres (19.40%). Sus edades fluctúan entre los 17 y 25 años. Los ciclos que se encuentran cursando abarcan desde el primero hasta el décimo ciclo. Conclusión: Si existe una relación entre el estrés académico y las dimensiones de personalidad de la muestra, las cuales pueden estar asociadas por otros determinantes <sup>23</sup>.

Boullosa, G. 2013, estudio descriptivo, correlacional y transversal, titulado **“ESTRÉS ACADÉMICO Y AFRONTAMIENTO EN UN GRUPO DE ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA”**. Perú. Objetivo: detallar y asociar los niveles de estrés académico y el afrontamiento. Muestra: 198 estudiantes de los primeros ciclos. Instrumento: Inventario SISCO del estrés académico y Escala de Afrontamiento para Adolescentes. Conclusión: de forma directa el nivel de estrés percibido se asocia con el estilo de afrontamiento no productivo y de manera indirecta con el estilo solucionar el problema <sup>25</sup>.

Celis, J. y sus colaboradores. 2010, realizaron un estudio analítico transversal, titulado. **“ANSIEDAD Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE PRIMER Y SEXTO AÑO”**. Perú. Objetivo: Establecer la Ansiedad Rasgo y estado y el Estrés Académico entre los estudiantes de Medicina Humana de primer y sexto año. Muestra: 98 estudiantes. Instrumento: Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo y el Inventario de Estrés Académico. Conclusión: Los alumnos de 1er año

presentan mayores niveles de ansiedad estado y rasgo en contraste a los de 6to año <sup>28</sup>.

Bedoya S, y sus colaboradores. 2011. Realizaron un estudio analítico transversal que tuvo como propósito la **“EVALUACIÓN DE NIVELES, SITUACIONES GENERADORAS Y MANIFESTACIONES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ALUMNOS DE TERCER Y CUARTO AÑO DE UNA FACULTAD DE ESTOMATOLOGÍA”**. Perú. Muestra: 118 alumnos de la UPCH. Resultados: El 96,6% de alumnos presento estrés académico, siendo mayor en el 3er año, un alto porcentaje en varones a diferencia de las mujeres. Conclusión: Se descubrió que el nivel de estrés académico se asocia con todas las manifestaciones psico-físicas y situaciones generadoras mas no con algunas conductas encontradas <sup>29</sup>.

Paucar, J. en el 2012, trabajo transversal, correlacional, su objetivo es evaluar el **NIVEL DE ESTRÉS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ENFERMERIA – UNSA AREQUIPA**. Muestra: 234 estudiantes de 1ro a 4to año. Instrumento: Escala de Estrés de Holmes y Rahe y Cuestionario de estimación de Afrontamiento de COPE. Conclusión: 29.91% presento un estrés severo y si hubo una asociación entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento <sup>30</sup>.

Loayza T. 2010, tesis aplicada, cuantitativa, y transversal, su objetivo es establecer las **“CARACTERISTICAS DEL ESTRÉS PERCIBIDO POR LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DEL PRIMER Y QUINTO AÑO DE ESTUDIOS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS”**. Perú. La muestra fue de 61 estudiantes de primer año y 70 de quinto año de enfermería. La edad promedio oscilo entre 18 y 23 años. El instrumento utilizado fue el Inventario del Estrés Académico SISCO aplicado a través de una encuesta. Los principales resultados revelan que las situaciones estresores son percibidas por estudiantes de primero con una frecuencia de

“casi siempre “y quinto año solo “algunas veces”. Sin embargo, ambos destacan la “el exceso de tareas”, “las evaluaciones de los maestros” y “poco tiempo para hacer sus trabajos” <sup>31</sup>.

Espinoza F. 2014, investigación aplicada, cuantitativa, descriptiva y transversal. Su objetivo fue establecer el “**NIVEL DE ESTRÉS ACADEMICO EN LOS ALUMNOS DEL 4TO CICLO DE LA SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERIA DE LA UNMSM**”, Perú. Muestra: 98 alumnos. Instrumento: Encuesta tipo Likert modificada. Resultado: 21 % muestran un nivel alto de estrés académico. En el ámbito de estímulos estresores el 67% presenta un nivel medio. En cuanto a los síntomas el 61.3% presenta un nivel medio. En el ámbito estrategias de afrontamiento el 56.1 % un nivel bajo de estrés académicos <sup>32</sup>.

## **2.2. BASE TEÓRICA**

Los últimos estados revelan que en la sociedad actual 2 de 8 sujetos toleran episodios severos vinculados al estrés, en las metrópolis, se sospecha que cerca del 50 % de los habitantes presenta alguna complicación de salud mental de esta clase <sup>33</sup>. El tema es preocupante, el 70 % de las visitas a los consultorios médicos, en naciones desarrolladas, tienen como principal motivo al estrés. Otro dato curioso; de los fármacos expendidos la mayoría son antidepresivos <sup>34</sup>.

## **EL ESTRÉS**

Campos, M. define el estrés como un estado en el cual responde a las demandas externas según el estado fisiológico del mismo. Describe el distrés cuando los estímulos del ambiente son excesivos, intensos y / o prolongados, creando resistencia y falta de adaptación del organismo del sujeto <sup>35</sup>. Por otra parte, Piñeiro, M. en el 2013 afirma que estrés es una respuesta fisiológica en que varios mecanismos de defensa se ven reflejados al hacer frente a

circunstancias amenazantes. Piñeiro considera un mecanismo de defensa natural, pero puede causar graves problemas de salud <sup>36</sup>.

Campos, M. manifiesta que el estrés es una respuesta psicológica y fisiológica experimentada por el organismo, cuando es sometido a ciertas demandas, también considera que existen dos tipos de estrés: el estrés positivo o eustrés cuando la persona reacciona de forma creativa y afirmativa a los estímulos agresores y distrés que es el estrés negativo <sup>35</sup>.

Además, Barrón, A. describe el estrés a manera de idea de riesgo, el cual sobrepasa la capacidad de enfrentarlo de la persona, afectando la tranquilidad del mismo <sup>38</sup>.

En atención a lo cual, el estrés se puede conceptualizar como una respuesta emocional, física o psicológica ante ciertos estímulos en el ambiente externo o interno de la persona. Esta puede ser positiva (eustres) que es la que ayuda a la persona a sobrevivir ante una situación amenazante o que requiere una respuesta inmediata. En ese sentido se considera negativa en el momento que la persona ve este estímulo como amenazante, peligroso o constante <sup>30</sup>.

## **CLASIFICACIÓN DEL ESTRÉS**

Puede dividirse según:

### **SEGÚN DURACIÓN DE LA ENFERMEDAD O MAGNITUD**

- Agudo: Se da en periodos cortos de tiempo. Este tipo de estrés es característico por producir síntomas como pérdida o aumento de apetito, excitación, insomnio e irritabilidad, pero no repercute en el bienestar de los individuos <sup>44</sup>.
- Episódico: Aquel que se da en lapsos cortos de tiempo dependiendo de los eventos que se presentan (evaluaciones, concursos, urgencias, certámenes, etc). Si se dan con mayor cronicidad puede afectar la

salud ocasionando cefaleas y/o lumbalgias constantes, angina, entre otros. Para mejorar se necesita de apoyo especializado.

- Crónico: Se genera por estar en periodos largos de la precedente clasificación o circunstancias generadoras de estrés. Se caracteriza por traer consecuencias mortales si no se trata a tiempo y de forma oportuna <sup>44</sup>.

### **SEGÚN SUS CARACTERÍSTICAS:**

- Eustrés: Comúnmente conocido como estrés bueno es el que se siente ante la creatividad, nos pone alerta y mejora la predisposición a la acción.
- Distrés: también definido como estrés malo o desagradable producido por un conjunto de estímulos dañinos que te restan autoconfianza.
- Hiperestrés: se da cuando se hace un exceso de esfuerzo en relación a lo que se puede manejar, en este tipo de estrés un problema insignificante puede desencadenar un ataque de ira o frustración.
- Hipoestrés: En esta clasificación la persona está sujeta a actividades que reinciden en lo mismo, lo que la lleva a una condición total de desgano y hastío, mayormente se da e individuos intranquilos e ingeniosos <sup>44</sup>.

### **CICLOS DEL ESTRÉS**

Hans Selye, 1975, presenta el estrés en 3 ciclos <sup>47</sup>.

#### **ALARMA**

Primer ciclo del estrés que aparece ante una acometida; presentándose manifestaciones como: taquipnea, disnea, taquicardia, HTA, pirosis, desasosiego, incertidumbre.

Se secretan hormonas (adrenalina) que actúan rápidamente preparando al organismo a responder.

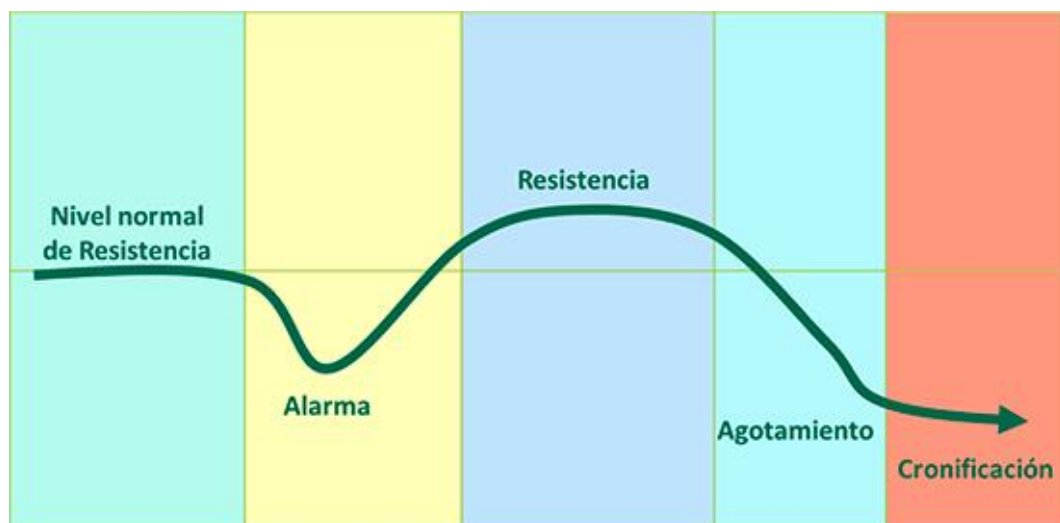
### **RESISTENCIA**

En este ciclo que ocurre inmediatamente después de culminar el ciclo de alarma el organismo se encarga de reponer la energía perdida durante el estado de estrés mediante la secreción de glucocorticoides encargados de elevar la glucosa hasta los niveles requeridos por el cuerpo para un adecuado desempeño de los músculos, corazón y cerebro, de esta forma evitar el agotamiento del mismo. Las personas experimentan 2 comportamientos opuestos algunas ignoran el cuadro de estrés que han vivido mientras que otro grupo se prepara para afrontarlo.

### **AGOTAMIENTO**

En este último ciclo el cuerpo deja de funcionar adecuadamente ya que las situaciones de agresión superan a la capacidad del organismo de defenderse agotando por completo la reservas biológicas y psíquicas <sup>47</sup>.

### **CICLOS DEL ESTRÉS DESCRITAS POR HANS SELYE:**



**FUENTE:** Reconocer, prevenir y afrontar el estrés.

## **MANIFESTACIONES DEL ESTRÉS**

Al inicio el estrés es una respuesta común y conveniente que estimula al organismo a reaccionar a los diferentes requerimientos del entorno, que con el tiempo va disminuyendo la funcionalidad cuerpo y el intelecto. Es ahí donde debemos tomarnos un tiempo para descansar de los elevados niveles de demanda, etapa a la que se nombra resistencia, posteriormente continua la etapa de agotamiento, en la cual si el individuo no hace una pausa para descansar y recobrar fuerzas el cuerpo entraría en una etapa crónica de este. Básicamente las manifestaciones del estrés pueden ser divididas en tres grandes grupos: físicas psicológicas y conductuales es de suma importancia identificar cada una de ella para poder actuar de manera oportuna y evitar complicaciones <sup>46</sup>.

### **FÍSICAS**

Síntomas experimentados físicamente por nuestro cuerpo, que se mencionan a continuación <sup>48</sup> :

- Cefaleas.
- Lumbalgia.
- Rechinar de los dientes.
- Pesadez.
- Agotamiento.
- Cólicos.
- Aceleración cardíaca.
- Intensificación y merma del hambre.
- Desvelo.

### **PSICOLÓGICAS Y AFECTIVAS**

Se trata de las respuestas afectivas ante el estrés:

- Desconsuelo y apatía.
- Déficit de atención.



- Nerviosismo e intranquilidad.
- Descuidos continuos, problemas para estudiar.
- Desinterés por realizar tareas.
- Llanto sin motivo alguno.
- Desasosiego persistente.
- Mal humor.
- Miedo a incumplir los deberes.

### **COMPORTAMENTALES**

Son las alteraciones en el proceder las personas al enfrentarse al estrés y que pueden ser sencillamente percibidos por terceros:

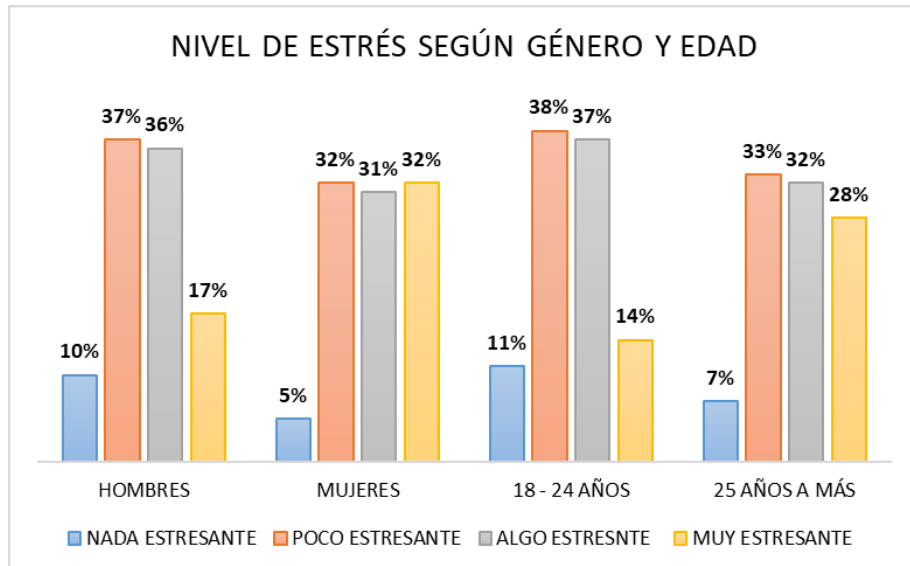
- Habitual inclinación a polemizar con el resto.
- Priorizar distintas tareas en vez del aprendizaje.
- Ausentarse a la escuela o universidad.
- Hábitos no sanos.
- Postura inadecuada al instruirse.
- Incremento en el uso de bebidas energizantes tabaco y café.
- Retraerse.
- Drogas para mantenerse despierto y conciliar el sueño.

### **ESTRÉS ACADÉMICO**

Respuesta habitual de los estudiantes universitarios cuando se ven sometidos a demandas, evaluaciones, tareas, ensayos etc. En circunstancias se puede presentar excesivas obligaciones que superan la capacidad de respuesta ya que se dan en un igual periodo <sup>45</sup>.

Un estudio realizado por el instituto de integración en el año 2015 revela que en el Perú son las féminas las que ostentan mayor grado de estrés académico (E.A.), este fenómeno no solo se presenta exclusivamente en nuestro país,

sino que también en Estados Unidos (Asociación americana de psicología) y Canadá (Centro de estudios sobre estrés humano).



A pesar de lo citado anteriormente hay diversas investigaciones en el cual las mujeres no presentan un mayor grado de E.A <sup>51</sup>.

## **ESTRESORES ACADÉMICOS**

Las demandas que ocasionan el estrés son:

- Demandas Externas: se descubre del medio que nos rodea, mediante la dedicación en las tareas ya sean grupales o individuales y realizar evaluaciones en un periodo limitado.
- Demandas Internas: aquella que no exigimos a nosotros mismos cuando poseemos elevadas perspectivas de éxito y requerimos conservar el mando del mismo.

## **ESTRESORES NO ACADÉMICOS**

Muy aparte de lo académico también se debe de tener en cuenta una sucesión de acontecimientos esenciales que influyen en el ámbito afectivo y corporal <sup>45</sup>:

#### **ESCALA DE HOLMES Y RAHE:**

- Separación
- Lesión o enfermedad personal
- Matrimonio
- Despido del trabajo y/o cesantía
- Reconciliación de pareja
- Cambio de salud de un miembro de la familia
- Adicción y/o alcoholismo (propio o de cercano)
- Embarazo
- Incorporación de un nuevo miembro a la familia
- Muerte de un amigo
- Problemas legales
- Comienzo o fin de etapa académica
- Cambio en las condiciones de vida
- Cambio de residencia
- Cambio de actividades sociales
- Cambio de hábitos de dormir
- Cambio de hábitos alimentarios
- Vacaciones

**FUENTE:** Departamento de Psiquiatría y Psicología Médica - ULL

### **ABORDAR Y PREVER EL ESTRÉS ACADÉMICO**

Al reconocer las acciones causantes del estrés y con la finalidad de hacer frente a sus síntomas evitando el agravamiento de los mismos se plantean las siguientes estrategias <sup>48</sup>:

- Utilizar diferentes técnicas de estudio.
- Alimentarse saludablemente en horarios estables.
- Dedicar tiempo a ejercitarse, actividades recreacionales y hobbies.
- Mantener ciclos de sueño estables.
- Dialogar con otras personas sobre problemas.
- Practicar relajación y respiración profunda.
- Conservar el sentido del humor.
- Esforzarse en mantener la calma y tranquilidad.

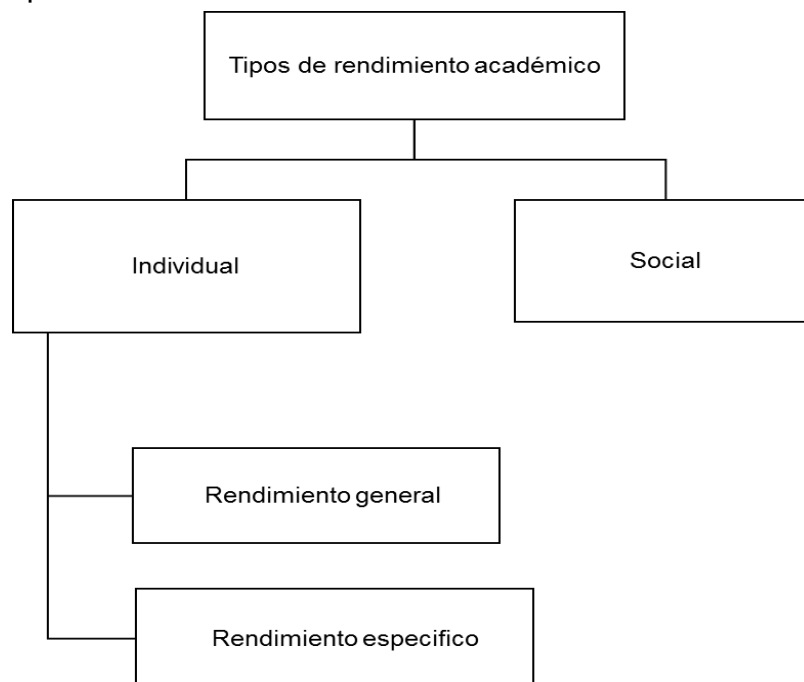
## RENDIMIENTO ACADÉMICO

Es el resultado de los programas de estudio, que se evidencia e calificaciones que se encuentren dentro de la escala convencional, es decir, se basa en cómo se mide el rendimiento académico (R.A.) dependiendo de la capacidad del estudiante para aprender durante el semestre educativo.

Además el rendimiento académico se trata de la capacidad que tiene para enfrentar los diversos estímulos académicos que se le presenten; la aptitud que tome determinara el nivel de conocimiento que alcanzara, lo cual será usado a manera de pauta exclusiva y así saber el fallo o triunfo académico mediante un sistema de calificaciones de 0 a 10, ya sea en instituciones educativas públicas y/o privadas; en caso de centros bilingües se hace uso del sistema de letras, que va de la A a la F, lo cual determina si el estudiante es Deficiente, Bueno, Muy Bueno o Excelente en relación a sus conocimientos y capacidades.

### TIPOS DE RENDIMIENTO ACADÉMICO:

Figuroa, C. clasifica de la siguiente manera el R.A., el cual se observa en el siguiente esquema <sup>62</sup>:



**FUENTE:** Figuroa, C. Sistemas de evaluación

Como se evidencia en el esquema, el R.A. individual se puede evaluar de forma general y específica el cual está influenciado por el entorno social donde vive el estudiante, lo cual ayudara o no a su rendimiento.

### **RENDIMIENTO DE TIPO INDIVIDUAL**

Se presenta mediante la obtención de estudios, prácticas, destrezas, actitudes, etc., lo que da la posibilidad al docente de realizar actividades académicas posteriores. Este tipo de rendimiento se rige según las experiencias, hábitos culturales, aspectos cognitivos e intelectuales, además de los aspectos afectivos de los estudiantes.

Comprende:

**Rendimiento General:** Se evidencia en el periodo de enseñanza y aprendizaje a nivel educativo, cultural y conductual que desarrolla el estudiante en el instituto de preparación.

**Rendimiento Específico:** Se observa a través de las decisiones futuras que se tomen a nivel personal, familiar, profesional y social. La estimación de este tipo de rendimiento es menos complicada, ya que se evalúa la parte afectiva del estudiante, se evalúa la relación con los docentes. Con los demás, con el entorno y consigo mismo.

### **RENDIMIENTO DE TIPO SOCIAL**

La asociación educativa no es la única que interviene en el estudiante, sino que mediante esta la sociedad también actúa, todo depende del entorno en que se desenvuelve. El campo geográfico, según su extensión (es decir la cantidad de individuos) influye en el individuo <sup>63</sup>.

### **PRINCIPIOS INTERVINIENTES EN EL R.A**

Complejidad de los cursos, el número de exámenes que se presentan en un mismo día, los diversos cursos dentro de cada semestre, la falta o baja

acicate, desatención en clases, todos estos son razones que conducen a estudiante a tener un bajo rendimiento académico, dificultando el aprendizaje de nuevos conocimientos dados por el docente y afecta de manera negativa el R.A. que se refleja posteriormente en los exámenes o pruebas.

Puede haber una relación subjetiva que tenga el docente al momento de corregir las evaluaciones y sobre todo en algunos cursos como la de ciencias sociales. Donde el docente analiza pruebas a través de las interpretaciones de los estudiantes según su comprensión del tema.

Lo que aconsejan los especialistas es desarrollar hábitos de estudio que sean saludables, como: no estudiar horas previas a una evaluación, sino realizarlo con un tiempo oportuno y dedicado para así mejorar el nivel de rendimiento académico.

A continuación, se da un listado de posibles causas de un bajo rendimiento académico:

- Estudiantes que son inteligentes, pero presentan un bajo desarrollo de habilidades para el estudio, es decir poca atención, concentración, memoria y comprensión; además de malos hábitos para el estudio.
- Falta de tácticas de estudio que les ayude a mejorar su concentración, la memoria y por ende la comprensión de lo que estudian.
- El lugar en donde estudian ya sea en casa o en el mismo centro de estudio; que no presente las condiciones apropiadas para estudiar.
- No tener un horario fijo de estudio.
- No tener en claro los objetivos para el estudio; no hacerlo por obligación sino para llegar a una meta o un fin que se propone con anticipación.
- El ambiente familiar, que exista una carencia a nivel emocional y afectivo, que perjudique negativamente el rendimiento académico.

## **RELACIÓN ENTRE RENDIMIENTO ACADÉMICO Y ESTRÉS ACADÉMICO**

Bagés, N. y sus colaboradores, sustentan que un buen R.A se vincula a niveles altos de estrés. Ya que a mayor interés por sus estudios distinguen las diferentes causas de estrés, por ende, presentan un rendimiento superior. No obstante, refieren que se esperaría la mengua del mismo en caso de que, la intensidad del estrés sea demasiada alta <sup>64</sup>.

Por lo contrario, Del Toro, A. y sus colaboradores, manifiestan que el estrés es uno de los elementos que atenta negativamente contra el aprendizaje óptimo de los estudiantes de medicina, pues, disminuye su R.A <sup>65</sup>.

Para Muñoz (2004) el dominio del estrés en relación con el R.A suele estar conexas con trastornos de ansiedad <sup>66</sup>. Esta asociación establece la principal consecuencia negativa del estrés académico con respecto al rendimiento.

En algunas ocasiones la nota de los alumnos en las evaluaciones disminuye en otros casos, optan por no presentarse el día de la prueba o deciden retirarse de las aulas antes del inicio de este <sup>67</sup>.

En contraste con todo lo dicho previamente, hay que considerar que una dosis precisa de estrés desarrolla una condición de alerta óptima para tener los sentidos activados permitiéndonos ser creativos y productivos. Esto quiere dar a entender, que existen circunstancias en las que el estrés te ayuda a aumentar la confianza propia incentivándote a terminar tus deberes y responsabilidades a tiempo y de manera correcta. A pesar de que se necesite un grado de tensión o estrés para propiciar el rendimiento y voluntad del individuo, la problemática radica en buscar un equilibrio adecuado de este, ya que no es algo simple de hallar <sup>68</sup>.

## **2.3. MARCO CONCEPTUAL**

- 1. Rendimiento:** Importe o cantidad producida en retorno a un esfuerzo o inversión previa <sup>48</sup>.
- 2. Estrés académico:** situaciones que la persona considera nuevas o amenazantes en correlación a procesos afectivos y cognitivos <sup>45</sup>.
- 3. Rendimiento Académico:** Forma de medir el desempeño y aprendizaje en diferentes ámbitos académicos <sup>49</sup>.

## **2.4. HIPÓTESIS**

### **2.4.1. GENERAL:**

#### **Hipótesis verdadera (H1):**

- El estrés si tiene relación con el rendimiento académico de los estudiantes de preclínica de medicina humana.

#### **Hipótesis nula (H0):**

- El estrés no tiene relación con el rendimiento académico de los estudiantes de preclínica de medicina humana.

### **2.4.2. ESPECÍFICOS:**

- Según las variables demográficas escogidas (edad, ciclo, ocupación, sexo, estado civil y promedio ponderado), la distribución de los estudiantes de preclínica de medicina es significativa.
- Los niveles de estrés y rendimiento académico en los estudiantes de preclínica de medicina humana son significativos.
- Los síntomas o reacciones del estrés, estrategias de afrontamiento ante algún estímulo estresor y las situaciones estresantes en los estudiantes de preclínica de medicina son significativas.



- Los niveles de estrés y el rendimiento académico tienen relación significativa con las variables sociodemográficas: edad, género, ocupación, ciclo, promedio ponderado y estado civil de los estudiantes de preclínica de medicina.

## 2.5. VARIABLES

**Variables dependientes:** Rendimiento académico.

**Variables independientes:** Estrés.

**Variables intervinientes:** Factores intrínsecos y factores extrínsecos

## 2.6. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TÉRMINOS

1. **Nivel:** Medida de una cantidad con referencia a una escala determinada <sup>51</sup>.
2. **Medicina:** El arte de prevenir, curar y tratar las diversas patologías <sup>53</sup>.
3. **Preclínica:** Deriva del latín “pre-”, que significa “antes” y “gradus”, que es equivalente a “paso” o “peldaño”. Nivel de estudio posterior a la enseñanza media y previa al ingresar a campos clínicos <sup>54</sup>.
4. **Test de SISCO:** Cuestionario que pone en evidencia las peculiaridades del estrés dirigido especialmente a estudiantes en general <sup>45</sup>.
5. **Baremo:** proviene del latín “bareme”. Tabla o un cuadro para llevar cuentas, también es el registro gradual que permite la evaluación de distintos datos, calificaciones, puntajes, listado de precios <sup>52</sup>.
6. **Inquietud:** Una inquietud es una preocupación que produce una intranquilidad anímica, es decir, esta preocupación remite a un hecho que se percibe como un peligro o una posible amenaza <sup>50</sup>.
7. **Ansiedad:** Se considera a la ansiedad como un estado mental de intensa excitación e inseguridad <sup>50</sup>.

## **CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

### **3.1. DISEÑO METODOLÓGICO**

#### **3.1.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN:**

- Por su naturaleza: Observacional, porque no se manipularon las variables, observando las anomalías en su entorno para luego estudiarlas.
- Prospectivo ya que, ya que se hace seguimiento a un grupo específico de individuos en el presente, pero los datos serán analizados en un determinado tiempo en el futuro.
- Por su proyección: Transversal por que el estudio se realizó en un tiempo determinado.
- Por su enfoque: Cuantitativo ya que el estudio se basa en números estadísticos para dar respuesta a la problemática mediante el uso de una encuesta.

#### **3.1.2. NIVEL DE INVESTIGACIÓN:**

Esta investigación según sus características tiene un nivel correlacional.

### **3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA**

#### **POBLACIÓN**

Estudiantes de preclínica de medicina Humana del 1ro a 5to ciclo (Población total = 500 alumnos), que cumplen los criterios de inclusión, suman un total de  $N = 355$  alumnos, los cuales fueron debidamente estratificados mediante fórmulas correspondientes.

- **CRITERIOS DE INCLUSIÓN**

- Estudiantes de preclínica que quieran participar voluntariamente en la prueba.
- Estudiantes de medicina humana matriculados de I a V ciclo.

- **CRITERIOS DE EXCLUSIÓN**

- Alumnos que no estén matriculados en el ciclo al realizar el estudio.
- Aquellos alumnos que llenen las encuestas de manera incorrecta o incompleta.
- Estudiantes de clínica de medicina humana (VI a XII ciclo), internos y residentes.

<b>CICLO</b>	<b>TORNOS</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>TOTAL</b>
1er Ciclo	Mañana	15	30
	Tarde	15	
2do Ciclo	Mañana	48	78
	Tarde	30	
3er Ciclo	Mañana	39	54
	Tarde	15	
4to Ciclo	Mañana	44	69
	Tarde	25	
5to Ciclo	Mañana	65	124
	Tarde	59	
<b>POBLACIÓN OBJETO</b>			<b>355</b>

**FUENTE:** Oficina de tutoría de la Universidad Privada San Juan Bautista

## MUESTRA

El tamaño de la muestra se determinó a través de la fórmula para poblaciones finitas que constituyen el número de unidades muestrales en el estudio.

**Formula:**

$$m = \frac{X^2 \cdot M \cdot p \cdot q}{i^2(M-1) + X^2 \cdot p \cdot q}$$

**Dónde:**

**m** : Muestra que está sujeta a estudio.

**X<sup>2</sup>** : 1.96 (coeficiente de confianza 95%).

**p** : 0.5 (probabilidad de ocurrencia).

**q** : 0.5 (probabilidad de no ocurrencia).

**i<sup>2</sup>** : 0.01 (probabilidad de error debido al muestreo que estima en un 10%).

**M** : 355 (tamaño de la población accesible).

**Reemplazando:**

$$m = \frac{(1.96)^2 \times 355 \times (0.5) \times (0.5)}{(0.1)^2 \times (355 - 1) + (1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$m = \frac{(3.8416) \cdot (88.75)}{0.01 \times 354 + 3.8416 \times 0.25}$$

$$m = \frac{340.942}{3.54 + 0.9604}$$

**Muestra final:**

$$m = \frac{340.942}{4.5004} = 75.7$$

$$m = 76$$

- **Estratificando la muestra**

**Formula:**

$$ni = n \cdot \frac{Ni}{N}$$

**Dónde:**

*ni* = Muestra por estratos.

*n* = Muestra.

*Ni* = Población por estrato.

*N* = Población.

**Calculando:**

- Estrato 1: n° de estudiantes de preclínica de la carrera profesional de medicina humana I **Ciclo**.

$$ni = 76 \cdot \frac{30}{355}$$

$$ni = 6$$

- Estrato 2: n° de estudiantes de preclínica de la carrera profesional de medicina humana **II Ciclo**.

$$ni = 76 \cdot \frac{78}{355}$$

$$ni = 17$$

- Estrato 3: n° de estudiantes de preclínica de la carrera profesional de medicina humana **III Ciclo**.

$$ni = 76 \cdot \frac{54}{355}$$

$$ni = 12$$

- Estrato 4: n° de estudiantes de preclínica de la carrera profesional de medicina humana **IV Ciclo**.

$$ni = 76 \cdot \frac{69}{355}$$

$$ni = 15$$

- Estrato 5: n° de estudiantes de preclínica de la carrera profesional de medicina humana **V Ciclo**.

$$ni = 76 \cdot \frac{124}{355}$$

$$ni = 26$$

**En resumen, se obtuvo:**

<b>POBLACIÓN</b>	500
<b>POBLACIÓN OBJETO</b>	355
<b>MUESTRA</b>	76

### **3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

- **Técnicas:** Se utilizó las encuestas para el acopio de información.
- **Instrumentos :** Para la variable estrés se empleó el test de SISCO del estrés académico construido por Macia (2008), constituido por 30 ítems con formato de respuesta tipo Likert, con el que se determinara el nivel de estrés académico así como, los síntomas, las situaciones estresoras y las estrategias de afrontamiento frente al estrés; en cuanto al R.A. se manejó una encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado, constituido por 10 ítems con formato de respuesta tipo likert con el cual se conocerá el rendimiento académico de los alumnos.

### **3.4. DISEÑO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

Para realizar el estudio se ejecutaron gestiones administrativas mediante oficios dirigidos al Decanato de la escuela Profesional de Medicina Humana con la finalidad de obtener la autorización y poder tener acceso a la población estudiantil. Luego de ello se hicieron las coordinaciones pertinentes con los docentes encargados para poder realizar las encuestas en las mismas aulas de clases y así se facilite la aplicación de las mismas.

### **3.5. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS**

Se procedió al conteo manual de los 76 cuestionarios, clasificándolos de acuerdo a los ciclos cursados. Seguidamente esta información fue analizada mediante el programa SPSS, se hizo uso de Microsoft Office Excel en la elaboración de las tablas y gráficos estadísticos para su mejor comprensión.

### **3.6. ASPECTOS ÉTICOS**

El siguiente trabajo de investigación se basó en los parámetros deontológicos y principios éticos que rigen la profesión médica, sin dañar la integridad física ni moral de los estudiantes sujetos al estudio; por esta razón se solicitó su autorización por medio de un consentimiento informado, el cual orientaba a los participantes sobre su rol durante la realización del trabajo de investigación, así mismo, se respetó el derecho de los participantes de conservar en el anonimato su identidad, de la misma forma, retirarse del estudio si así lo decidieran y la confidencialidad de los datos recolectados por los investigadores.



## CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

### 4.1. RESULTADOS

**HI:** El estrés si tiene relación con el rendimiento académico de los estudiantes de preclínica de medicina humana.

**HO:** El estrés no tiene relación con el rendimiento académico de los estudiantes de preclínica de medicina humana.

**TABLA N° 1: PRUEBA X<sup>2</sup> DE PEARSON ENTRE EL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

Nivel de estrés	Rendimiento académico de los estudiantes								Total		Chi-cuadrado de Pearson
	Medianamente bajo		Medio		Medianamente alto		Alto				
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	
Leve	1	50	3	12.5	18	43.9	7	77.8	29	38.2	0,008
Moderado	0	0	18	75	18	43.9	2	22.2	38	50	
Profundo	1	50	3	12.5	5	12.2	0	0	9	11.8	
Total	2	100	24	100	41	100	9	100	76	100	

**FUENTE:** Test para el estrés académico SISCO y encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado.

**Interpretación:** De acuerdo a la prueba estadística X<sup>2</sup>, es estadísticamente significativo ya que el valor de p es menor que 0.05 (p= 0,008), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula. Se puede observar que: de los 9 estudiantes con rendimiento académico alto, el 77.8% tiene un nivel de estrés leve; de los 41 estudiantes con rendimiento académico medianamente alto, el 43.9% tiene un nivel de estrés leve y moderado respectivamente; de los 24 estudiantes con rendimiento académico medio, el 75% tiene un nivel de estrés moderado y de los 2 estudiantes con rendimiento académico medianamente bajo, el 50% tienen un nivel de estrés profundo y leve respectivamente.

**TABLA N° 2: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO A LAS  
VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS DE LOS ESTUDIANTES DE  
PRECLÍNICA DE MEDICINA**

<b>Variables sociodemográficas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
<b>GÉNERO</b>		
Femenino	43	56.6
Masculino	33	43.4
TOTAL	76	100
<b>CICLO</b>		
1ro	6	7.9
2do	17	22.4
3ro	12	15.8
4to	15	19.7
5to	26	34.2
TOTAL	76	100
<b>EDAD</b>		
17 a 22 años	54	71.1
23 a 28 años	16	21.1
Mayores de 29 años	6	7.9
TOTAL	76	100
<b>OCUPACIÓN</b>		
Si	22	28.9
No	54	71.1
TOTAL	76	100
<b>ESTADO CIVIL</b>		
Soltero	71	93.4
Casado	5	6.6
TOTAL	76	100

**FUENTE:** Encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado.

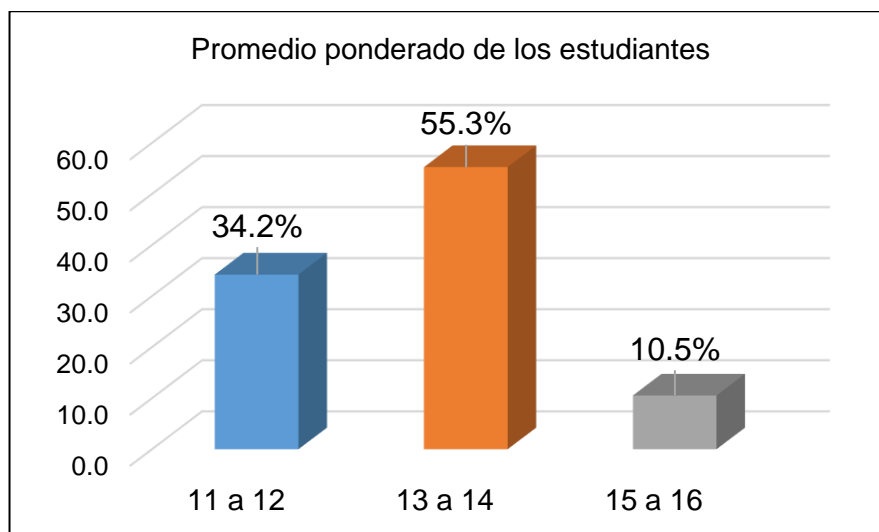
**Interpretación:** De los 76 estudiantes de la muestra, según el género: 57% (43 estudiantes) son de sexo femenino, 43% (33 estudiantes) son de sexo masculino; según el ciclo: 34.2% (26 estudiantes) pertenecen a 5to ciclo, el 22.4% (17 estudiantes) pertenecen a 2do ciclo, el 19.7% (15 estudiantes) pertenecen a cuarto ciclo, el 15.8% (2 estudiantes) pertenecen a tercer ciclo y el 7.9% (6 estudiantes) pertenecen a 1er ciclo; según la edad: 71.1% (54 estudiantes) están entre los rangos de edades de 17 a 22 años, el 21.1 % (16 estudiantes) de 23 a 28 años y el 7.9% (6 estudiantes) mayores de 29 años; según la ocupación: 71% (54 estudiantes) no trabaja, mientras que el 29% (22 estudiantes) si lo hace y según el estado civil: 93% (71 estudiantes) manifiesta ser soltero mientras que el 7% (5 estudiantes) son casados.

**TABLA N° 3: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO AL PROMEDIO PONDERADO DE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

Promedio ponderado	Frecuencia	Porcentaje
11 a 12	26	34.2
13 a 14	42	55.3
15 a 16	8	10.5
Total	76	100.0

FUENTE: Encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado.

**GRAFICO N°1: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO AL PROMEDIO PONDERADO DE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**



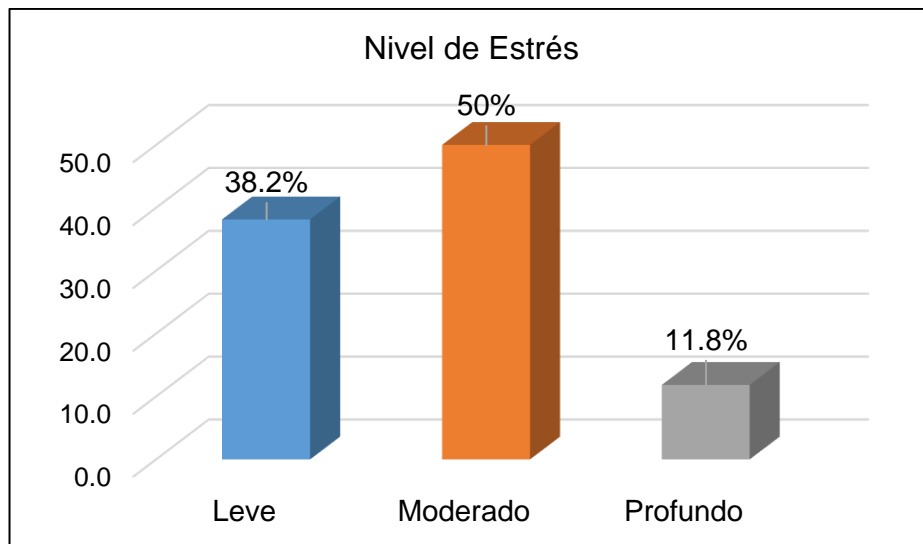
**Interpretación:** De los 76 estudiantes que fueron parte de la muestra del trabajo de investigación el 55.3% (42 estudiantes) tienen un promedio ponderado de 13 a 14, el 34.2% (26 estudiantes) tienen un promedio ponderado de 11 a 12 y el 10.5% (8 estudiantes) tienen un promedio ponderado de 15 a 16.

**TABLA N°4: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO AL NIVEL DE ESTRÉS DE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

Nivel de Estrés	Frecuencia	Porcentaje
Leve	29	38.2
Moderado	38	50.0
Profundo	9	11.8
Total	76	100.0

FUENTE: Test para el estrés académico SISCO.

**GRÁFICO N°2: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO AL NIVEL DE ESTRÉS DE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**



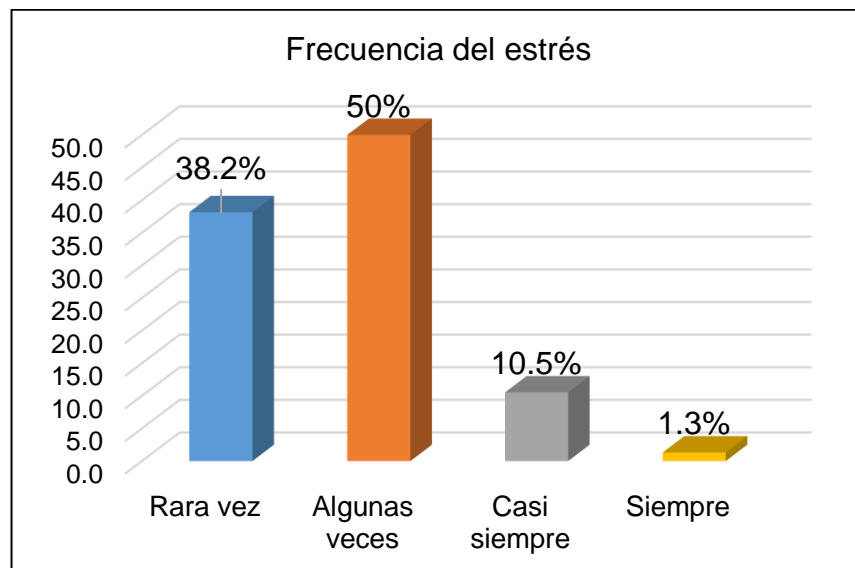
**Interpretación:** De los 76 estudiantes que fueron parte de la muestra del trabajo de investigación el 50 % (38 estudiantes) tienen un nivel de estrés moderado, el 38.2% (29 estudiantes) tienen un nivel de estrés leve, y el 11.8 % (9 estudiantes) tienen un nivel de estrés profundo.

**TABLA N°5: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO A LA FRECUENCIA EN LA QUE SE PRESENTA EL ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

Frecuencia del estrés	Frecuencia	Porcentaje
Rara vez	29	38.2
Algunas veces	38	50
Casi siempre	8	10.5
Siempre	1	1.3
Total	76	100.0

FUENTE: Test para el estrés académico SISCO.

**GRÁFICO N°3: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO A LA FRECUENCIA EN LA QUE SE PRESENTA EL ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**



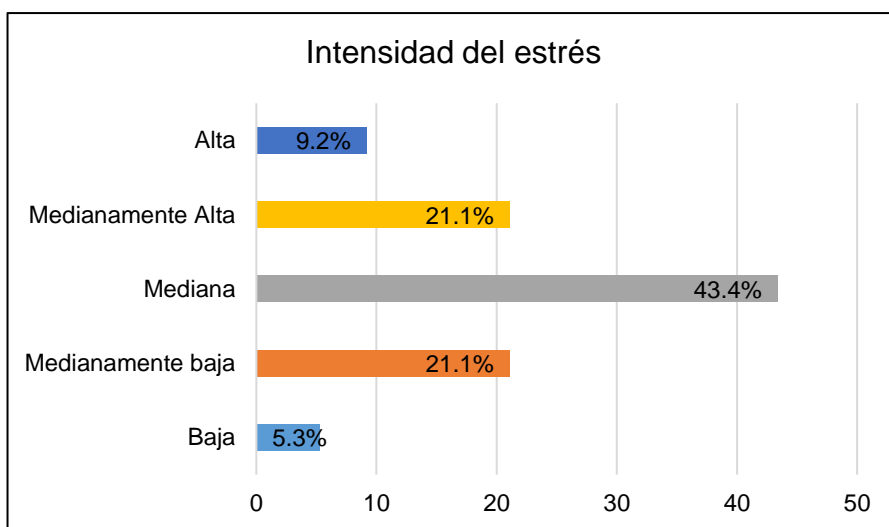
**Interpretación:** De los 76 estudiantes que fueron parte de la muestra del trabajo de investigación el 50% (38 estudiantes) presenta estrés con una frecuencia de Algunas veces, el 38.2% (29 estudiantes) rara vez, el 10.5 % (8 estudiantes) casi siempre y el 1.3% (1 estudiantes) siempre.

**TABLA N° 6: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO A LA INTENSIDAD DE ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

Intensidad del estrés	Frecuencia	Porcentaje
Baja	4	5.3
Medianamente baja	16	21.1
Mediana	33	43.4
Medianamente Alta	16	21.1
Alta	7	9.2
Total	76	100.0

FUENTE: Test para el estrés académico SISCO

**GRÁFICO N°4: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO A LA INTENSIDAD DE ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**



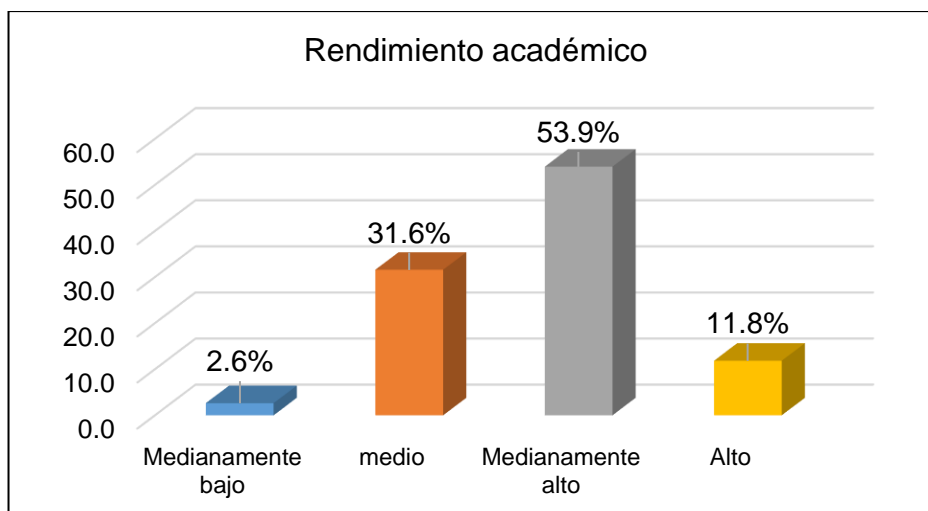
**Interpretación:** De los 76 estudiantes que fueron parte de la muestra del trabajo de investigación el 43.4% (33 estudiantes) tienen una intensidad mediana de estrés, el 21.1% (16 estudiantes) una intensidad medianamente baja y medianamente alta respectivamente, el 9.2 % (7 estudiantes) una intensidad alta y el 5.3% (4 estudiantes) una intensidad baja.

**TABLA N°7: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO A LA ENCUESTA DE AUTOPERCEPCIÓN DE RENDIMIENTO ACADÉMICO - MODIFICADO DE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

Rendimiento académico	Frecuencia	Porcentaje
Medianamente bajo	2	2.6
medio	24	31.6
Medianamente alto	41	53.9
Alto	9	11.8
Total	76	100.0

FUENTE: Encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado.

**GRÁFICO N°5: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA DE ACUERDO A LA ENCUESTA DE AUTOPERCEPCIÓN DE RENDIMIENTO ACADÉMICO - MODIFICADO DE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**



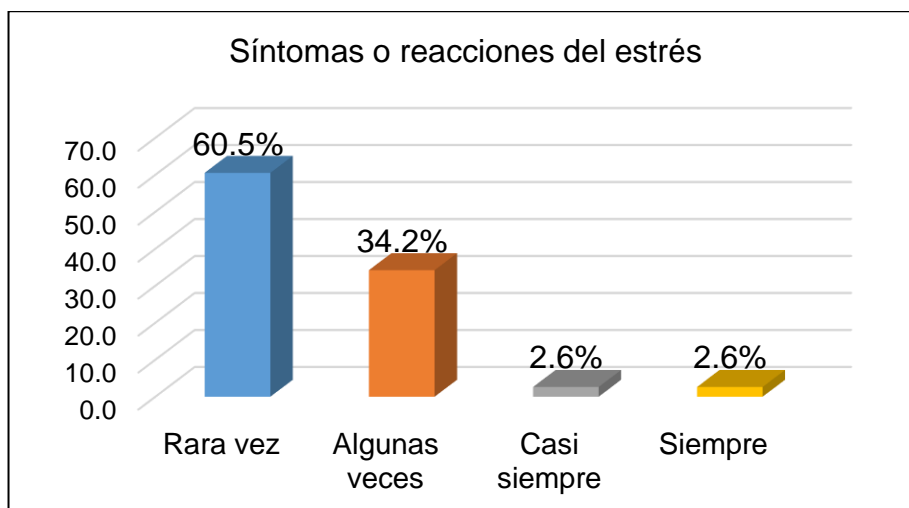
**Interpretación:** De los 76 estudiantes que fueron parte de la muestra del trabajo de investigación el 53.9% (41 estudiantes) tienen un rendimiento académico medianamente Alto, el 31.6% (24 estudiantes) tienen un rendimiento académico medio, el 11.8 % (8 estudiantes) y el 2.6% (2 estudiantes) tienen un rendimiento académico medianamente bajo.

**TABLA N°8: FRECUENCIA EN LA QUE EN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA PRESENTAN LOS SÍNTOMAS O REACCIONES DEL ESTRÉS**

Síntomas o reacciones del estrés	Frecuencia	Porcentaje (%)
Rara vez	46	60.5
Algunas veces	26	34.2
Casi siempre	2	2.6
Siempre	2	2.6
Total	76	100.0

FUENTE: Test para el estrés académico SISCO.

**GRÁFICO N°6: FRECUENCIA EN LA QUE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA PRESENTAN LOS SÍNTOMAS O REACCIONES DEL ESTRÉS**



**Interpretación:** De los 76 estudiantes que fueron parte de la muestra del trabajo de investigación el 60.5 % (46 estudiantes) presentan los síntomas o reacciones del estrés con una frecuencia de rara vez, el 34.2% (26 estudiantes) algunas veces, y el 2.6 % (2 estudiantes) casi siempre y siempre respectivamente.

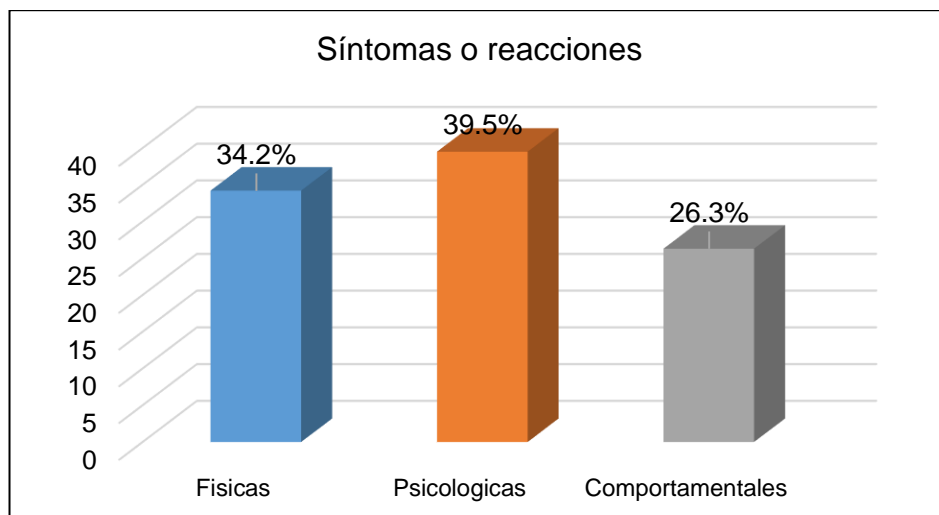


**TABLA N°9: SÍNTOMAS O REACCIONES QUE MÁS SE PRESENTA SEGÚN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

Síntomas o reacciones	Estudiantes	
	F	%
Físicas	26	34.2
Psicológicas	30	39.5
Comportamentales	20	26.3
Total	76	100

FUENTE: Test para el estrés académico SISCO.

**GRÁFICO N°7: SÍNTOMAS O REACCIONES QUE MÁS SE PRESENTA SEGÚN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**



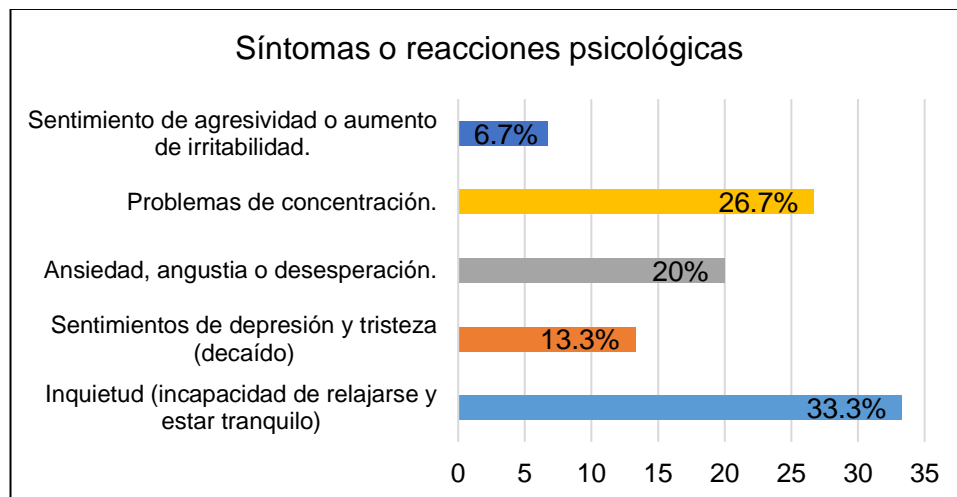
**Interpretación:** De los 76 estudiantes que fueron parte de la muestra del trabajo de investigación, el 39.5% (30 estudiantes) manifiestan haber experimentado síntomas o reacciones psicológicas, el 34.2% (26 estudiantes) síntomas o reacciones físicas y el 26.3% (20 estudiantes) síntomas o reacciones comportamentales.

**TABLA N° 10: SÍNTOMAS O REACCIONES PSICOLÓGICAS QUE MÁS SE PRESENTA SEGÚN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

Síntomas o reacciones Psicológicas	Estudiantes	
	F	%
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	10	33.3
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	4	13.3
Ansiedad, angustia o desesperación.	6	20
Problemas de concentración.	8	26.7
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.	2	6.7
Total	30	100

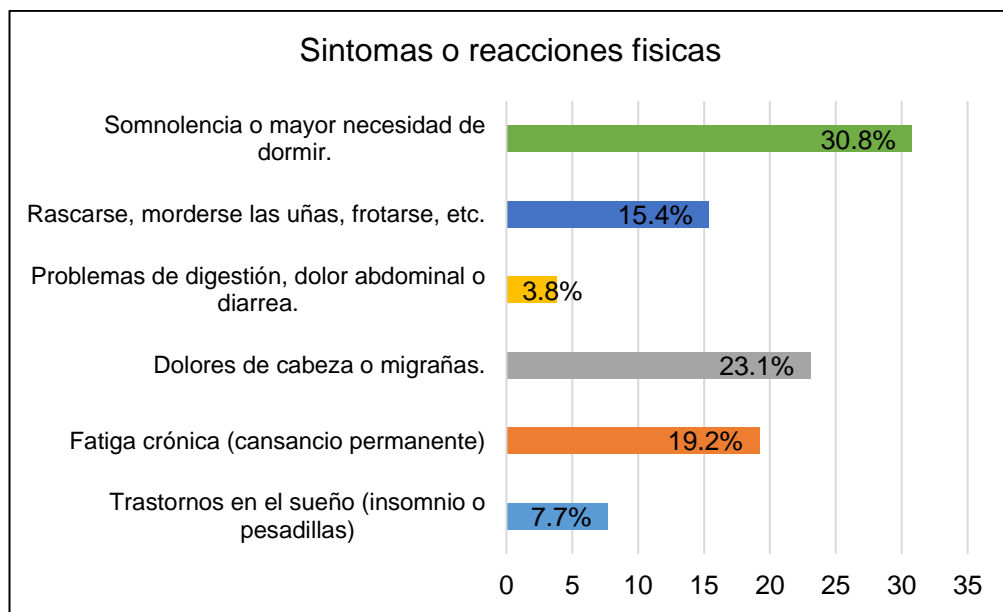
FUENTE: Test para el estrés académico SISCO.

**GRÁFICO N°8: SÍNTOMAS O REACCIONES PSICOLÓGICAS QUE MÁS SE PRESENTA SEGÚN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**



**Interpretación:** De los 30 estudiantes que afirman haber presentados reacciones psicológicas, Inquietud se dio en un 33.3% (10 estudiantes) mientras que la agresividad e irritabilidad se dio solo en un 6.7% (2 estudiante).

**GRÁFICO N°9: SÍNTOMAS O REACCIONES FÍSICAS QUE MÁS SE PRESENTA SEGÚN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**



FUENTE: Test para el estrés académico SISCO.

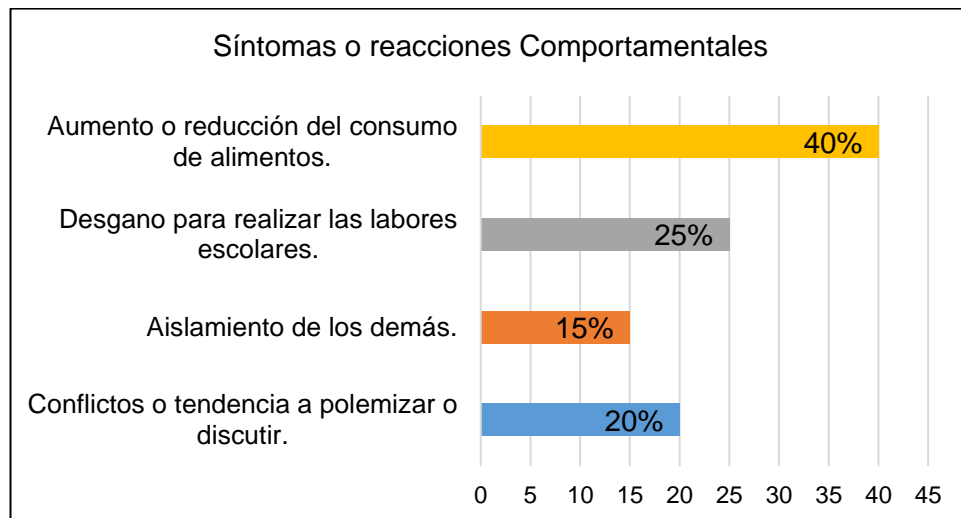
**Interpretación:** De los 26 estudiantes que afirman haber presentados reacciones físicas, la somnolencia se dio en un 30.8% (8 estudiantes) mientras que los problemas de digestión se dieron solo en un 3.8% (1 estudiante).

**TABLA N°11: SÍNTOMAS O REACCIONES COMPORTAMENTALES QUE MÁS SE PRESENTA SEGÚN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

Síntomas o reacciones Comportamentales	Estudiantes	
	F	%
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.	4	20
Aislamiento de los demás.	3	15
Desgano para realizar las labores escolares.	5	25
Aumento o reducción del consumo de alimentos.	8	40
Total	20	100

FUENTE: Test para el estrés académico SISCO.

**GRÁFICO N°10: SÍNTOMAS O REACCIONES COMPORTAMENTALES QUE MÁS SE PRESENTA SEGÚN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**



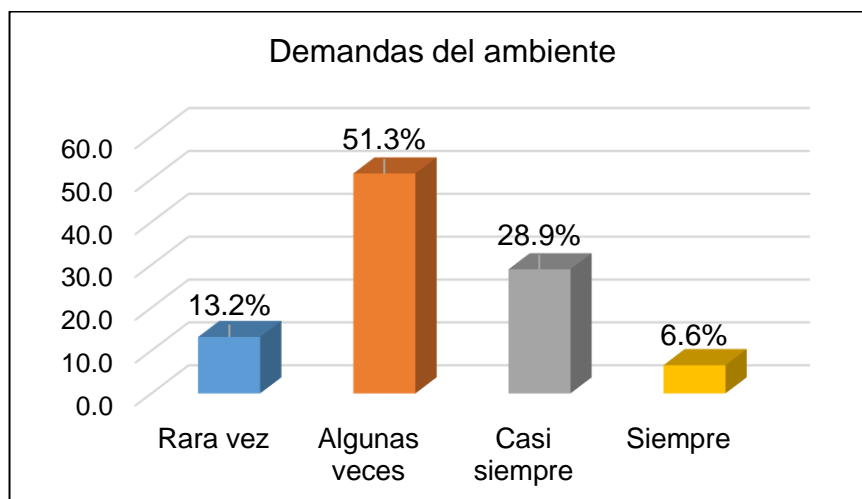
**Interpretación:** De los 20 estudiantes que afirman haber presentados reacciones comportamentales, Aumento o reducción del consumo de alimentos, se dio en un 40% (8 estudiantes) mientras que Aislamiento de los demás, solo en un 15% (3 estudiante).

**TABLA N°12: FRECUENCIA EN LA QUE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA VALORAN LAS DEMANDAS DEL AMBIENTE COMO UNA SITUACIÓN ESTRESORA**

Demandas del ambiente	Frecuencia	Porcentaje (%)
Rara vez	10	13.2
Algunas veces	39	51.3
Casi siempre	22	28.9
Siempre	5	6.6
Total	76	100.0

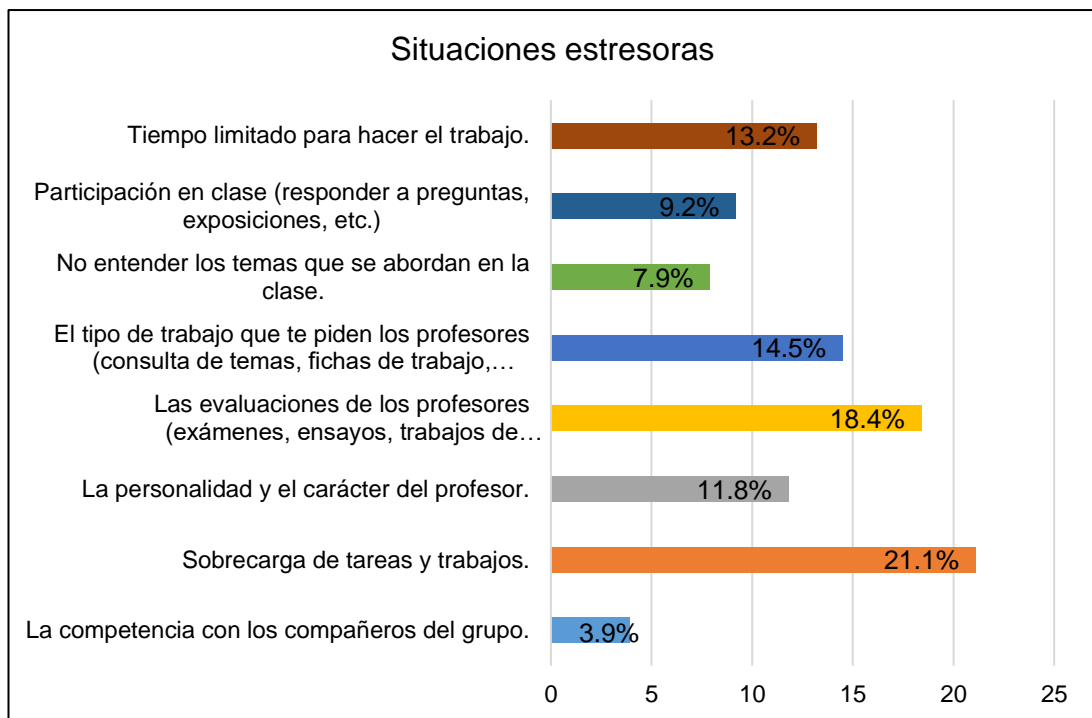
FUENTE: Test para el estrés académico SISCO.

**GRÁFICO N°11: FRECUENCIA EN LA QUE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA VALORAN LAS DEMANDAS DEL AMBIENTE COMO UNA SITUACIÓN ESTRESORA**



**Interpretación:** De los 76 estudiantes que fueron parte de la muestra del trabajo de investigación el 51.3 % (39 estudiantes) consideran las demandas del ambiente como un estresor con una frecuencia de Algunas veces, el 28.9% (22 estudiantes) casi siempre, el 13.2 % (10 estudiantes) rara vez y el 6.6% (5 estudiantes) siempre.

## GRÁFICO N°12: SITUACIÓN ESTRESORA QUE MÁS SE PRESENTA SEGÚN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA



FUENTE: Test para el estrés académico SISCO.

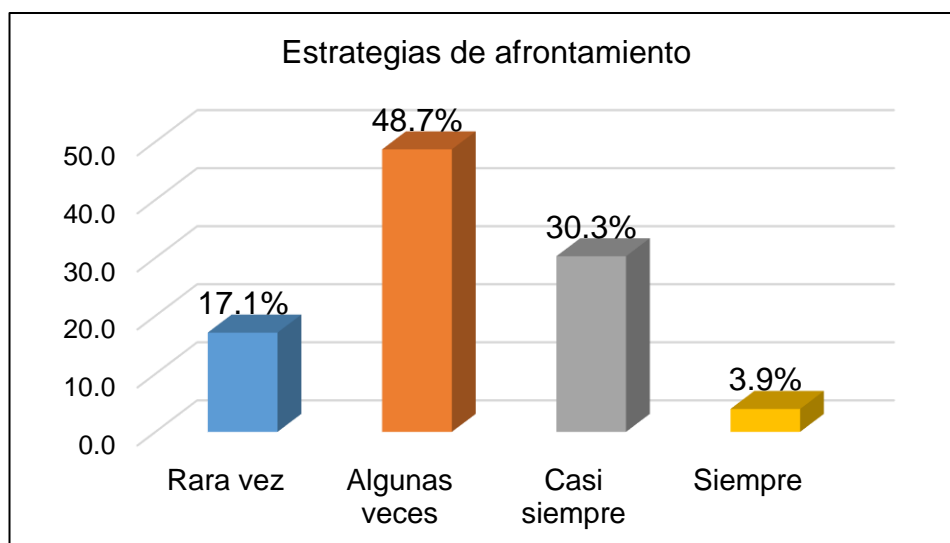
**Interpretación:** De los 76 estudiantes que fueron parte de la muestra del trabajo de investigación el 21.1% (16 estudiantes) manifiestan que la situación estresora que más se presenta, es el exceso de trabajos y tareas, mientras que solo un 3.9% (3 estudiantes) manifiesta que fue la competitividad dentro del grupo de amigos.

**TABLA N°13: FRECUENCIA EN LA QUE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA UTILIZAN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRES**

Estrategias de afrontamiento	Frecuencia	Porcentaje (%)
Rara vez	13	17.1
Algunas veces	37	48.7
Casi siempre	23	30.3
Siempre	3	3.9
Total	76	100.0

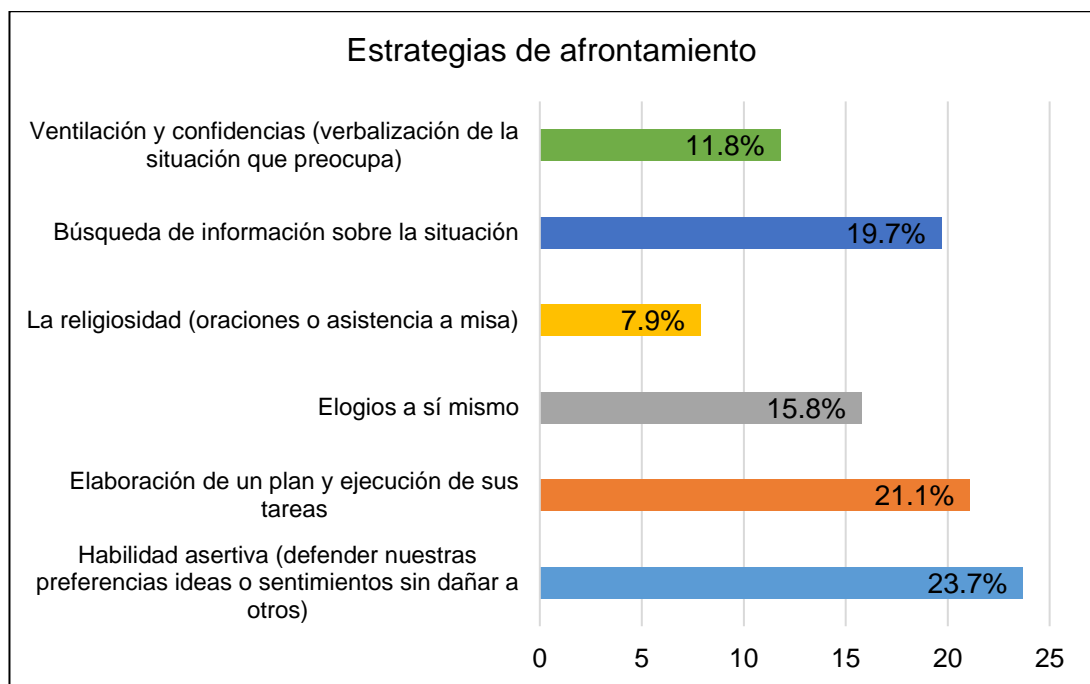
FUENTE: Test para el estrés académico SISCO.

**GRÁFICO N°13: FRECUENCIA EN LA QUE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA UTILIZAN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS**



**Interpretación:** De los 76 estudiantes que fueron parte de la muestra del trabajo de investigación el 48.7 % (37 estudiantes) utilizan las estrategias de afrontamiento frente al estrés con una frecuencia de algunas veces, el 30.3% (23 estudiantes) casi siempre, el 17.1 % (13 estudiantes) rara vez y el 3.9% (3 estudiantes) siempre.

**GRÁFICO N°14: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO QUE MÁS UTILIZAN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA FRENTE AL ESTRÉS**



**FUENTE:** Test para el estrés académico SISCO.

**Interpretación:** De los 76 estudiantes que fueron parte de la muestra del trabajo de investigación, el 23.7% (18 estudiantes) utilizan la habilidad asertiva como estrategias de afrontamiento frente al estrés, mientras que solo un 7.9% (6 estudiantes) utilizan la religiosidad (oraciones o asistencia a misa).



**TABLA N° 14: TABLA RESUMEN DE LA RELACIÓN ENTRE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS Y EL NIVEL DE ESTRÉS DE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

<b>VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS</b>	<b>TOTAL</b>	<b>%</b>	<b>FRECU.</b>	<b>NIVEL DE ÉSTRES</b>
<b>GÉNERO</b>	Chi-cuadrado de Pearson = 0,475			
Femenino	43	55.8	24	Moderado
Masculino	33	45.5	15	Leve
<b>CICLO</b>	Chi-cuadrado de Pearson = 0,304			
1ro	6	66.7	4	Leve
2do	17	52.9	9	Leve
3ro	12	66.7	8	Moderado
4to	15	46.7	7	Moderado
5to	26	57.7	15	Moderado
<b>EDAD</b>	Chi-cuadrado de Pearson = 0,152			
17 a 22 años	54	57.4	31	Moderado
23 a 28 años	16	56.3	9	Leve
Mayores de 29 años	6	66.7	4	Leve
<b>OCUPACIÓN</b>	Chi-cuadrado de Pearson = 0,171			
Si	22	54.2	12	Leve
No	54	55.6	30	Moderado
<b>ESTADO CIVIL</b>	Chi-cuadrado de Pearson = 0,380			
Soltero	71	52.1	37	Moderado
Casado	5	60	3	Leve

FUENTE: Test para el estrés académico SISCO.

**Interpretación:** Según la prueba de Chi – cuadrado de Pearson, la relación entre el estrés y las variables sociodemográficas (genero, ciclo, edad, ocupación y estado civil) no son estadísticamente significativas, ya que los valores de p son mayores que 0,05, en el caso de la variable genero ( $p = 0,475$ ), ciclo ( $p = 0,304$ ), edad ( $p = 0,152$ ), ocupación ( $p = 0,171$ ) y estado civil ( $p = 0,380$ ), esto quiere decir que no existe relación entre el estrés y las variables sociodemográficas.

**TABLA N° 15: TABLA RESUMEN DE LA RELACIÓN ENTRE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS	TOTAL	%	FRECU	RENDIMIENTO ACADÉMICO
<b>GÉNERO</b>	Chi-cuadrado de Pearson = 0,881			
Femenino	43	55.8	24	Medianamente Alto
Masculino	33	51.5	17	Medianamente Alto
<b>CICLO</b>	Chi-cuadrado de Pearson = 0,805			
1ro	6	66.7	4	Medianamente Alto
2do	17	58.8	10	Medianamente Alto
3ro	12	50	6	Medio
4to	15	46.7	7	Medianamente Alto
5to	26	57.7	15	Medianamente Alto
<b>EDAD</b>	Chi-cuadrado de Pearson = 0,170			
17 a 22 años	54	46.3	25	Medianamente Alto
23 a 28 años	16	75	12	Medianamente Alto
Mayores de 29 años	6	66.7	4	Medianamente Alto
<b>OCUPACIÓN</b>	Chi-cuadrado de Pearson = 0,184			
Si	22	68.2	15	Medianamente Alto
No	54	48.1	26	Medianamente Alto
<b>ESTADO CIVIL</b>	Chi-cuadrado de Pearson = 0,206			
Soltero	71	51	36	Medianamente Alto
Casado	5	100	5	Medianamente Alto

FUENTE: Encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado.

**Interpretación:** Según la prueba de Chi – cuadrado de Pearson, la relación entre el rendimiento académico y las variables sociodemográficas (genero, ciclo, edad, ocupación y estado civil) no son estadísticamente significativas, ya que los valores de p son mayores que 0,05, en el caso de la variable genero ( $p = 0,881$ ), ciclo ( $p = 0,805$ ), edad ( $p = 0,170$ ), ocupación ( $p = 0,184$ ) y estado civil ( $p = 0,380$ ), esto quiere decir que no existe relación entre el rendimiento académico y las variables sociodemográficas.

**TABLA N° 16: RELACIÓN ENTRE EL RENDIMIENTO ACADÉMICO Y EL PROMEDIO PONDERADO DE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

Rendimiento académico	Promedio ponderado								Chi - cuadrado de Pearson
	11 a 12		13 a 14		15 a 16		Total		
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Medianamente bajo	2	7.7	0	0	0	0	2	2.6	0,017
Medio	13	50	10	23.8	1	12.5	24	31.6	
Medianamente alto	10	38.5	24	57.1	7	87.5	41	54	
Alto	1	3.8	8	19	0	0	9	11.8	
Total	26	100	42	100	8	100	76	100	

**FUENTE:** Encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado.

**Interpretación:** De acuerdo a la prueba estadística  $X^2$ , es estadísticamente significativo ya que el valor de p es menos que 0.05 ( $p = 0.017$ ), esto quiere decir que si existe relación entre el promedio ponderado y la encuesta de autopercepción de rendimiento académico en los estudiantes de preclínica de medicina humana universidad privada san juan bautista sede chorrillos, se puede observar que, el 50% (13 estudiantes) del grupo de estudiantes que tienen de 11 a 12 de promedio ponderado tienen un rendimiento académico medio, menor al de los grupos de estudiantes que tienen 13 a 14 y 15 a 16 de promedio ponderado en donde, el 57.1% (24 estudiantes) y el 87.5% (7 estudiantes) de cada grupo respectivamente tienen un rendimiento medianamente alto.

**TABLA N° 17: ESTADÍSTICOS SEGÚN LA EDAD DE LOS ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA**

Estadísticos según la edad de los estudiantes	
Media	22.13
Mediana	21.00
Moda	18
Desviación estándar	5.809
Rango	38
Mínimo	17
Máximo	55

**FUENTE:** Test para el estrés académico SISCO Encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado.

**Interpretación:** La muestra está conformada por 76 estudiantes de preclínica de los cuales tiene una media aritmética de 22.13 años, una mediana de 21 años, la edad que más se repite en esta muestra es de 18 años y tiene una desviación estándar de 5.809, tiene un rango de 38, Teniendo una edad máxima de 55 años y mínima de 17 años.

## 4.2. DISCUSIÓN

A posteriori, se discutirán los principales hallazgos en este estudio contrastándolos con otros de este mismo campo de investigación.

En relación a los datos sociodemográficos se puede observar que la muestra estuvo conformada por 76 estudiantes de medicina humana de preclínica, el 57% (43 estudiantes) son de sexo femenino mientras que el 43% (33 estudiantes) son de sexo masculino, estos resultados se asemejan a los descritos por Ramón, G. y sus colaboradores en el año 2010, España. En donde la mayor parte de su muestra estuvo conformada por estudiantes del sexo femenino (88.4%) que del masculino (11.6%). En cuanto a las edades, estuvieron entre los 17 y 55, teniendo como edad promedio  $22.13 \pm 5,8$  años, estos resultados difieren a los obtenidos por Gutierrez, J y sus colaboradores en el año 2010, Colombia. En donde la media de edad en muestra fue de  $20 \pm 2,6$  con un rango de 18 y 45 años, esto nos muestra que, si bien los rangos y edades promedios no coinciden en su totalidad y varían en los diversos estudios, se guarda una relación en cuanto al género, en donde en ambos estudios el sexo femenino se impone con mayor cantidad de participantes.

La ocupación y el estado civil son datos que no han sido informados en investigaciones pasadas, sin embargo, se pudo observar que de los 76 participantes que forman parte de la muestra, en cuanto al estado civil el 93% (71 estudiantes) manifiesta ser soltero mientras que solo el 7% (5 estudiantes) son casados, y en cuanto a la ocupación el 71% (54 estudiantes) afirma no tener ninguna responsabilidad laboral, mientras que el 29% (22 estudiantes) si lo hace, dándonos a entender que la mayor parte de los estudiantes de medicina Humana de 1ro a 5to ciclo son solteros sin ninguna responsabilidad laboral que los aqueje.

Los hallazgos obtenidos en la investigación nos permiten afirmar que de los 76 estudiantes que fueron parte de la muestra de este trabajo de investigación el 50 % (38 estudiantes) tienen un nivel de estrés moderado, lo presentan con una frecuencia de algunas veces y una intensidad mediana, estos resultados se asemejan al estudio de Espinoza, F (2014) en donde el 61% de los estudiantes presenta un niveles de estrés medio y se diferencian a los obtenidos por Rodriguez, M. (2015); Delgado, K (2015) y Barraza, A. (2008) en donde el niveles de estrés de la muestra son altos con una intensidad medianamente alta.

Las estrategias de afrontamiento fueron utilizadas con una frecuencia de algunas veces 48.7 % (37 estudiantes), al igual que las situaciones estresoras (algunas veces 51.3 % ,39 estudiantes) siendo la más valorada la sobrecarga de tarea y trabajos; estos resultados concuerdan con el estudio de Loayza, T. (2010) en donde las estrategias de afrontamiento fueron utilizadas con la misma frecuencia y la situación estresora más valorado fue también la sobrecarga de tares y trabajos universitarios.

Por otra parte, se demostró que los niveles de estrés son diferenciales por género, siendo las estudiantes de sexo femenino las que manifestaron un nivel alto de estrés respecto a los varones, ya que, de los 33 estudiantes de sexo masculino que participaron en el estudio el 45.5% (15 hombres) tienen un nivel de estrés leve y de las 43 estudiantes de sexo femenino el 55.8% (24 mujeres) poseen un nivel de estrés moderado.

El predominio del estrés en el sexo femenino, concuerda con el trabajo realizado por Camacho, M. (2015) y Rodriguez, M. (2015), pero se diferencian a los resultados obtenidos por Bedoya, S. y sus colaboradores (2006) en donde las féminas ostentaron niveles bajos de estrés en relación a los hombres.

Algunos autores consideran esta diferencia de género se puede explicar por el hecho de que con excesiva frecuencia los hombres hacen ignorar los síntomas del estrés, negando las consecuencias potenciales del mismo y evitan por lo general tener que identificar las causas de ellos (Wsitkin, 1995 citado en Barraza, 2008). Esto mismo podría haber sucedido en esta muestra. Sin embargo, algo muy importante a tomar en cuenta es que, en la presente investigación, el número de mujeres fue relativamente mayor que el de hombres; por lo que se sugiere, comparar si los resultados hallados se asemejan en otras muestras con igual número de participante de sexo masculino como de femenino.

En cuanto a los síntomas del estrés lo presentan con una frecuencia de rara vez, siendo las reacciones psicológicas con 39.5% (30 estudiantes) el grupo de síntomas generales más experimentado al igual que en el estudio de Bedoya, S y col. (2006).

En cuanto a los síntomas específicos de cada grupo de reacciones encontramos que:

- La inquietud, reacción psicológica fue la que obtuvo mayor porcentaje
- La somnolencia o mayor necesidad de dormir, reacción física; podemos encontrar una relación con los resultados de los estudios de Barraza, A. (2008) y Rodriguez, M. (2015).
- El aumento o reducción del consumo de alimentos, reacción comportamental se dio en menor porcentaje en este estudio.

Por ultimo según la encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado, el 53.9% (41 estudiantes) tienen un rendimiento académico medianamente alto, estos resultados se diferencian a los descritos por Reyes, Y. (2003) en donde se observa que la mayor parte de alumnos (61%) evaluados tienen un rendimiento académico medio. Por otro lado, la mayoría de los estudiantes, el 55.3% tuvieron un promedio ponderado de 13 a 14.

Estos datos junto con los resultados de la encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado obtuvieron un valor de  $p = 0,017$  que es menor a  $0,05$ , por lo tanto, si existe una relación estadísticamente significativa entre el promedio ponderado y los resultados de la encuesta de autopercepción de R.A. en los estudiantes de preclínica de medicina humana de la Universidad Privada San Juan Bautista sede Chorrillos.



## CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 5.1. CONCLUSIONES

- Se puede concluir que el estrés y el R.A. de los estudiantes de preclínica de medicina humana Universidad Privada San Juan Bautista sede Chorrillos están relacionados significativamente entre sí ya que, según la prueba Chi-cuadrado de Pearson tienen un valor de  $p$  menor a 0.05 ( $p = 0.008$ ).
- De acuerdo a los datos sociodemográficos se puede concluir que el 71% (54 estudiantes) de estudiantes que participaron en el estudio tienen edades de 17 a 22 años, el 34.2% (26 estudiantes) son de 5to ciclo, el 57% (43 estudiantes) son de sexo femenino, el 71% (54 estudiantes) no trabaja, el 55.3% (42 estudiantes) tiene promedio ponderado de 13 a 14 y el 93% (71 estudiantes) son solteros.
- Según la encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado, los estudiantes, tienen un rendimiento académico medianamente alto.
- Según el test de estrés académico SISCO, los estudiantes, tienen un nivel de estrés moderado, lo presentan con una frecuencia de algunas veces y una intensidad mediana.
- Las demandas de ambiente como estresor fueron valoradas con una frecuencia de algunas veces por los estudiantes y la situación estresora que más experimentan es el exceso de trabajos y tareas.

- Los estudiantes, Presentan los síntomas de estrés con una frecuencia de rara vez, las reacciones psicológicas fueron las más experimentadas.
- Según las reacciones o síntomas experimentados por los estudiantes en las: Psicológicas se presentó más la inquietud; En la física la somnolencia o mayor necesidad de dormir y en las comportamentales el aumento o reducción del consumo de alimentos.
- Las estrategias de afrontamiento frente al estrés fueron utilizadas con una frecuencia de algunas veces por los estudiantes y la más usada fue la habilidad asertiva.
- En cuanto a la relación del estrés y las variables sociodemográficas: genero, ciclo, edad, ocupación y estado civil se puede concluir que:
  - No hay una relación estadísticamente significativa ( $p = 0.475$ ) entre los niveles de estrés y el género de los estudiantes, sin embargo, se puede concluir en que el sexo femenino tiene un mayor nivel de estrés respecto al sexo masculino ya que, de los 33 estudiantes de sexo masculino que participaron en el estudio el 45.5% (15 hombres) tienen un nivel de estrés leve y de las 43 estudiantes de sexo femenino el 55.8% (24 mujeres) tienen un nivel de estrés moderado.
  - No hay una relación estadísticamente significativa ( $p = 0.304$ ) entre el estrés y los ciclos cursados en los estudiantes, sin embargo, los estudiantes del 1ro y 2do ciclo tienen un nivel de estrés (nivel leve) más bajo en comparación a los estudiantes de 3ro 4to y 5to ciclo (nivel moderado), también se puede concluir

que el mayor número de estudiantes con un nivel de estrés profundo son los de 4to ciclo (9 estudiantes) seguidos por los de 5to (2 estudiantes), 2do (2 estudiantes) y 3er ciclo (1 estudiantes) respectivamente.

- No hay una relación estadísticamente significativa ( $p = 0.152$ ), entre el nivel de estrés y la edad de los estudiantes, sin embargo, se puede concluir que el 57.3% (31 estudiantes) del grupo de estudiantes que tienen de 17 a 22 tienen los niveles más altos de estrés (nivel moderado) respecto a los otros grupos de estudiantes.
- No hay una relación estadísticamente significativa ( $p = 0.171$ ), entre el estrés y la ocupación de los estudiantes, sin embargo, se puede concluir que, del grupo de estudiantes que si trabajan el 54.5% (12 estudiantes) tienen un nivel de estrés leve, menor al del grupo de estudiantes que no trabajan en donde el 55.6% (38 estudiantes) tienen un nivel de estrés moderado.
- No hay una relación estadísticamente significativa ( $p = 0.380$ ) entre el estrés y el estado civil de los estudiantes, sin embargo, se puede concluir que los estudiantes solteros tienen un nivel de estrés mayor (nivel moderado) que el grupo de estudiantes casados (nivel leve).
- En cuanto a la relación del rendimiento académico y las variables sociodemográficas: genero, ciclo, edad, ocupación, estado civil y promedio ponderado se puede concluir:
  - No hay una relación estadísticamente significativa ( $p = 0.881$ ) entre el rendimiento académico y el género de los estudiantes, se

puede concluir que ambos grupos de estudiantes (masculino y femenino) tienen un rendimiento académico medianamente alto, sin embargo 5 de los 9 estudiantes con rendimiento académico alto son de sexo masculino y 4 de sexo femenino.

- No hay una relación estadísticamente significativa ( $p = 0.805$ ) entre el rendimiento académico y el ciclo en los estudiantes, sin embargo, se puede concluir que, de los estudiantes de 1er, 2do, 4to y 5to ciclos tienen un rendimiento mayor (rendimiento medianamente alto) que los estudiantes de 3er ciclo en donde el 50% (6 estudiantes) tienen un rendimiento académico medio.
- No hay una relación estadísticamente significativa ( $p = 0.170$ ) entre el rendimiento académico y la edad de los estudiantes, se puede concluir que, los 3 grupos de estudiantes (de 17 a 22 años, de 23 a 28 años y mayores de 29 años) tienen un rendimiento académico medianamente alto, también se puede concluir que los estudiantes con rendimiento académico más alto son los del grupo de 17 a 22 años.
- No hay una relación estadísticamente significativa ( $p = 0.184$ ) entre el rendimiento académico y la ocupación de los estudiantes, se puede concluir que ambos grupos de estudiantes los que si trabajan y los que no tienen un rendimiento académico medianamente alto.
- No hay una relación estadísticamente significativa ( $p = 0.380$ ) entre el rendimiento académico y el estado civil de los estudiantes, se puede concluir que, ambos grupos de estudiantes los solteros y los casados tienen un rendimiento académico medianamente alto.

- Si existe una relación estadísticamente significativa ( $p = 0.017$ ) entre el rendimiento académico y el promedio ponderado en los estudiantes de preclínica de medicina humana universidad privada san juan bautista sede chorrillos.

## **5.2. RECOMENDACIONES**

- Tomando como referencia los resultados de la investigación se implemente actividades de recreación y deportes de manera más frecuente.
- Brindar charlas o cursos en donde orienten a los estudiantes de medicina humana la mejor manera de estudiar y como organizar un horario de estudios en donde dividan sus tiempos adecuadamente, con la finalidad de optimizar su rendimiento académico.
- Informar a los docentes de las diferentes estrategias de afrontamiento frente al estrés para que puedan ser aplicadas antes, durante o después de las horas de clases por los estudiantes que tienen a cargo.
- Dar a conocer a la población estudiantil en general de la Universidad Privada San Juan Bautista los servicios de Psicología y Tutoría con los que cuenta la universidad para que puedan acudir con más frecuencia a solucionar tanto problemas académicos como problemas de carácter personal.
- Realizar este estudio no solo en la sede de Chorrillos de la Universidad privada san Juan Bautista, sino que también incluir en

un futuro las sedes de san Borja, Lima norte y las filiales de Ica y Chincha.

- Capacitar a los estudiantes de Tecnología Médica en la Especialidad de Terapia Física y Rehabilitación para que realicen campañas o talleres de relajación dirigido a la población en general de la Universidad Privada San Juan Bautista poniendo énfasis en aquellos ciclos con altos porcentajes de estrés, donde puedan desempeñar las prácticas de sus carreras y a la vez reducir los niveles de estrés.
- Finalmente, se recomienda ampliar este estudio a diferentes tipos de carreras universitarias, así como también trabajar con una mayor población ya que solo fueron considerados como parte de la muestra los estudiantes de preclínica (1ro a 5to ciclo) de Medicina humana.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Hystad, S., and collaborators. Psychometric properties of the revised Norwegian dispositional resilience (hardiness) scale. Noruega. 2010 Jun 1;51(3):237-245.
2. Perez, R. Abordaje Holístico del Estrés por medio de Remedios Vibracionales (Esencias florales, Esencias Homeofónicas, Elixires de Luz, Elixires de Gemas). En: <http://www.clubdesalud.com/consultoracomp32.doc> (Fecha de acceso: 30 de agosto del 2016).
3. Zambudio, A. Estrés e inestabilidad laboral en un equipo de ventas. [Tesina de licenciatura] Mendoza – Argentina. Universidad de Aconcagua. 2012.
4. Caballero, C., y colaboradores. Relación del Burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. Revistas científicas de América Latina y el caribe, España y Portugal. 2007. Vol. 25:15.
5. Martin, I. Estrés académico en estudiantes universitarios. Apuntes de psicología de Andalucía Occidental y Universidad de Sevilla. Universidad de la Rioja, 25(1), 87-99.
6. Choque, A., Diseño e implementación de estrategias de relajación para disminuir el nivel de estrés en post-graduantes de la maestría en educación superior tecnológica de la UPFP. [Tesis Bachiller] Santa Cruz – Bolivia. Universidad Autónoma Gabriel Rene Moreno. 2012.

7. Franco, V. La medición del estrés e contextos académicos en estudiantes universitarios. España. [Tesis Doctoral] Universidad de Coruña. 2015.
8. Pulido, M., y colaboradores. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicología y Salud*, México. 2011. Vol. 21 (1): 31-37.
9. García, R. Relación de las variables ansiedad, estrés, sobre la disfunción y la apertura vertical de la articulación temporo-mandibular en dos periodos distintos del semestre académico, sobre a población universitaria. España. [Tesis Doctoral] Universidad de Cádiz. 2016.
10. Gutiérrez, J., y colaboradores. Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Revista CES Medicina*. Colombia. 2010. Vol. 24(1):7-17.
11. Berrio, N., Mazo, R. Estrés académico. *Revista de psicología Universidad de Antioquia*. Colombia. 2011. Vol. 3 (2): 65-82.
12. Mazo, R., y colaboradores. Niveles de estrés en estudiantes universitarios. *Informes psicológicos*. 2013. Vol 13 (2):121-134.
13. Córdova, M. Comparación de niveles de estrés entre los niveles administrativos y niveles operativos de una empresa de productos alimenticios en la ciudad de Guatemala. [Tesis de Grado] Guatemala. Universidad Rafael Landívar. 2015.
14. Caldera, J., y colaboradores. Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*. México. 2007. Vol. 7: 77-82.



15. Tanguis, A. Relación entre el rendimiento, estrés académico y dimensiones de personalidad en universitarios. Perú. [Tesis para optar el título de psicología] Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. 2014.
16. Boullosa, G. Estrés académico y afrontamiento en un grupo de estudiantes de una universidad de lima. Perú. [Tesis para optar el título de licenciada en Psicología] Pontificia Universidad Católica del Perú. 2013.
17. Celis, J., y colaboradores. Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año. Anales de la Facultad de Medicina Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Perú. 2001. Vol. 62 (1): 25-30.
18. Bedoya, S., y colaboradores. Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología. Revista Estomal Herediana. Perú. 2006. Vol 16(1): 15 - 20.
19. Ticona, S., y colaboradores. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería – UNAS Arequipa. Perú. 2006. Vol9 (2):18.
20. Loayza, T. Características del estrés percibido por los estudiantes de enfermería del primer y quinto año de estudios de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima – Perú. [Tesis para licenciatura en Enfermería] Universidad nacional mayor de San Marcos. 2010.
21. Espinoza, F. Nivel de estrés académico en los alumnos del 4to ciclo de la segunda especialidad en enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Perú. [Tesis para especialidad en Enfermería cardiológica]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. 2014.

22. Bolívar, M., Importancia del estrés en la calidad de vida de los estudiantes, En:<http://educacion-y-la-conducta.blogspot.pe/2016/06/estres-tambien-afecta-los-ninos-enedad.html> (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).
23. Calderas, M., y colaboradores. Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. Rev. Educ y Desarrollo. Mexico. 2007; (7): 77- 82.
24. Campos, M. (s.f). Causas y efectos del estrés laboral. En: [82.165.131.239/hosting/empresa/general/monografias/monografia100.pdf](http://82.165.131.239/hosting/empresa/general/monografias/monografia100.pdf) (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).
25. Piñeiro, M. Estrés y factores relacionados en el personal sanitario de hospitalización psiquiátrica: un estudio de prevalencia. Revista electrónica trimestral de enfermería. España. 2013. Vol.12 (31): 125 – 150.
26. Rivera Y., Briseño, J. (s.f). El Estrés en las Organizaciones. En: <http://www.eumed.net/ce/2013/estres-organizaciones.html> (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).
27. Barrón, A. (s.f). Manejo de estrés laboral. En: [www.minsa.gob.pe/DGSP/clima/archivos/telecom2011/ManejoStressLaboral.pdf](http://www.minsa.gob.pe/DGSP/clima/archivos/telecom2011/ManejoStressLaboral.pdf) (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).
28. Sanchez, J. Tipos de estrés y sus consecuencias. En: <http://www.enbuenasmanos.com/tipos-de-estres>. (Fecha de acceso 3 de septiembre del 2016).
29. ACC, 2015. The Social Readjustment Rating Scale An inventory of common stressors. En:

<http://www.acc.com/aboutacc/newsroom/pressreleases/upload/srrs.pdf>  
(Fecha de acceso 30 de agosto del 2016)

30. Fernández, N., y colaboradores. Fases del estrés. En: <http://salud.ccm.net/faq/293-las-3-fases-del-estres>. (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).
31. Stahl, B., Goldstein, E. Mindfulness para reducir el estrés Guía práctica. Barcelona-España. Editorial kairós. 2013.
32. Puliti, R. El manejo del estrés. Buenos aires-Argentina. Editorial KIER. 2004
33. Levitini, M. El estrés: Un abordaje múltiple: Vol.342. Buenos Aires – Argentina: Policial; 2002.
34. Casuso, M. Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud. [Tesis doctoral] Malaga - España. Universidad de Málaga.2011.
35. Balanza, S., y colaboradores. Prevalencia de ansiedad y depresión en una población de estudiantes universitarios: factores académicos y sociofamiliares asociados. Clínica y Salud. Madrid – España. 2009. Vol. 20 (2): 177-187.
36. Schramek, T. Sex differences in stress. Mammothmagazine. 2009. Vol.6.1-19
37. American psychological association (APA). Stress and gender. En: <http://www.apa.org/news/press/releases/stress/2011/gender.pdf> (Fecha de acceso: 30 de agosto del 2016)

38. Polo, A., y colaboradores. Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. Revista Ansiedad y Estrés. 1996. Vol. 2 (2-3),159-172.
39. González, M., y colaboradores. Percepción de salud, cansancio emocional y síntomas psicosomáticos en estudiantes universitarios. Ansiedad y estrés, 2007. vol 13 (1): 67-76
40. Figueroa, C. Sistemas de Evaluación Académica, Primera Edición, El Salvador, Editorial Universitaria. 2004.
41. MINED: Ministerio de Educación de El Salvador, Lineamientos Para La Evaluación del Aprendizaje en Educación Media, San Salvador, Primera Edición, Editorial Algier.2007.
42. Bagés, N., y colaboradores. Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. Universidad de Psicología. Bogotá - Colombia. 2008. vol 7(3), 739-751.
43. Del Toro, A., y colaboradores. Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar. MEDISAN. Santiago de Cuba - Cuba. 2011. Vol 15(1), 17-22.
44. Looker, T., Gregson, O. Superar el estrés. Dial net. España. 2008.
45. Barraza, A. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. En: <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-167-un-modelo-conceptualpara-el-estudio-del-estres-academico.pdf>. (fecha de acceso 30 de agosto del 2016).

46. Barraza, A. Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. Psicogente En: [http://www.researchgate.net/publication/258846004\\_estrs\\_acadmico\\_y\\_burnout\\_estudiantil/file/e0b495293772d5d9a4.pdf](http://www.researchgate.net/publication/258846004_estrs_acadmico_y_burnout_estudiantil/file/e0b495293772d5d9a4.pdf) (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).
47. Reyes, Y. Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la asertividad en estudiantes de primer año de psicología de la UNMSM. [Tesis par optar título profesional de Psicología]. Lima - Perú. Universidad nacional mayor de San Marcos. 2009.
48. Definición de. 2008. Definición de rendimiento. En: <http://definicion.de/rendimiento/> (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).
49. Definición ABC. 2016. Rendimiento académico. En: <http://www.definicionabc.com/general/rendimiento-academico.php> (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).
50. Mosby. Diccionario Mosby Pocket de medicina, enfermería y ciencias de la salud. 6ta edición. Barcelona – España. Elseiver, 2011. Pág. 571.
51. Real academia española. Definición de Nivel. En: <http://dle.rae.es/?id=QXQuTmp> (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).
52. Venemedia. 2015. Definición de baremo. En: <http://conceptodefinicion.de/baremo/>(Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).
53. Real academia española. Medicina. En: <http://dle.rae.es/?id=OkukRhl> (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).

54. Pérez, J., Merino, M. 2013. Actualizado: 2015. Definición de preclínica. En:  
<http://definicion.de/pregrado/> (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).

## **ANEXOS**



## ANEXO N°1: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA  
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
 ESCUELA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA

ALUMNO: MARTINEZ ZEGARRA, JOSE CAMILO

ASESOR: DRA. LENY BRAVO LUNA

LOCAL: Chorrillos

TEMA: "ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA HUMANA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA SEDE CHORRILLOS DURANTE EL PERIODO DE SEPTIEMBRE A NOVIEMBRE DEL 2016"

VARIABLE INDEPENDIENTE: ESTRÉS			
INDICADORES	ITEMS	NIVEL DE MEDICION	INSTRUMENTO
Situaciones estresoras.	Nunca/ Rara vez/ Algunas veces/ Casi siempre/ Siempre	Ordinal	Test de SISCO para estrés académico
Reacciones físicas.	Nunca/ Rara vez/ Algunas veces/ Casi siempre/ Siempre	Ordinal	
Reacciones psicológicas.	Si / No	Nominal	
	Nunca/ Rara vez/ Algunas veces/ Casi siempre/ Siempre	Ordinal	
Reacciones comportamentales	Nunca/ Rara vez/ Algunas veces/ Casi siempre/ Siempre	Ordinal	
Estrategias de afrontamiento.	Nunca/ Rara vez/ Algunas veces/ Casi siempre/ Siempre	Ordinal	



VARIABLE DEPENDIENTE: RENDIMIENTO ACADÉMICO			
INDICADORES	ITEMS	NIVEL DE MEDICION	INSTRUMENTO
Promedio ponderado.	Calificación (menos de 11/ 11 a 12/ 13 a 14/ 15 a 16/ 17 a mas)	Ordinal	Encuesta de autopercepción de rendimiento académico – Modificado.
Nivel de conocimientos.	Nunca/ Rara vez/ Algunas veces/ Casi siempre/ Siempre	Ordinal	
Motivación y organización para estudiar.	Nunca/ Rara vez/ Algunas veces/ Casi siempre/ Siempre	Ordinal	
Método de estudio.	Nunca/ Rara vez/ Algunas veces/ Casi siempre/ Siempre	Ordinal	
Confianza en sí mismo o en sus propios conocimientos.	Nunca/ Rara vez/ Algunas veces/ Casi siempre/ Siempre	Ordinal	

## ANEXO N°2: INSTRUMENTOS

### Test de SISCO para Estrés Académico

#### Datos sociodemográficos:

Edad: \_\_\_\_\_ Estado Civil: Soltero(a) ( ) Casado(a) ( )  
Divorciado(a) ( )

Ciclo: \_\_\_\_\_ Trabaja: Si ( ) No ( )

Sexo: M ( ) F ( ) Código: \_\_\_\_\_

#### Inventario

El siguiente test tiene como objetivo principal identificar las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios.

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

- Si
- No

**En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.**

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

<b>Situaciones estresoras</b>					
ITEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo.					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.					
La personalidad y el carácter del profesor.					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase.					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otra _____					
(Especifique)					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

<b>Reacciones físicas</b>					
ITEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas.					
Problemas de digestión, dolor abdominal o					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
<b>Reacciones psicológicas</b>					
ITEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración.					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.					
<b>Reacciones comportamentales</b>					
ITEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
Aislamiento de los demás.					
Desgano para realizar las labores escolares.					
Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
<b>Otras (especifique)</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

<b>Estrategia de Afrontamiento</b>					
ITEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra _____					
_____					
(Especifique)					

**Referencia:**

Barraza, A. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. En: <http://www.psicologiacientifica.com> (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016)

Barraza, A. Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico, En: <http://www.psicologiacientifica.com> (Fecha de acceso 28 de agosto del 2016)

Hogan, P. Pruebas psicológicas. México: El Manual Moderno.

## **Interpretación del instrumento**

### **Inventario SISCO del estrés académico**

Para la variable estrés académico, se utilizará el Inventario SISCO del Estrés Académico, construido por Barraza (2007). El mismo está formado por 31 ítems, constituidos por un ítem filtro en términos dicotómicos (sí-no) y 30 ítems en un escalamiento tipo Lickert, presentados en una prueba objetiva, autoadministrable. El mismo se encuentra compuesto por tres (3) dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento; el cual presenta opciones de respuesta: nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre.

Para efectos de la puntuación de las respuestas es necesario obtener el índice general, tomando en cuenta únicamente los ítems de las preguntas 3, 4 y 5; en el caso de la opción: otra (específica), se tomará en cuenta si como mínimo 10% de los encuestados llenó esa opción con estresores específicos del ámbito académico. A cada respuesta de la escala se le asigna los siguientes valores: 0 para nunca, 1 para rara vez, 2 para algunas veces, 3 para casi siempre y 4 para siempre. Luego, se suma los puntos obtenidos y se transforma en porcentaje, a través de regla de tres simple o multiplicando la media obtenida por 25.

Los porcentajes de las puntuaciones obtenidas se pueden interpretar de dos maneras: general o específica. Para la interpretación general se considera el baremo de interpretación general, el cual muestra que los porcentajes que oscilan entre 0% y 33% indican un nivel leve, entre 34% y 66% un nivel moderado, y por último los que se ubican entre 67% y 100% representan un nivel profundo de estrés académico; tal como se evidencia en el cuadro no. 2, el cual sirve para responder la interrogante ¿qué nivel de estrés académico presentan los alumnos encuestados?

## Cuadro No. 2

### Baremo de interpretación general del Inventario SISCO del Estrés Académico.

<b>Puntaje porcentual</b>	<b>Nivel</b>
0 a 33%	Leve
34% a 66%	Moderado
67% a 100%	Profundo

Fuente: Barraza (2007)

En cuanto a la interpretación específica se considera el baremo de interpretación del cuadro No. 3, el cual sirve para responder a diversas interrogantes dependiendo del caso tales como: a) la media general de las preguntas tres, cuatro y cinco (¿Con qué frecuencia se presenta el estrés académico?) b) la media general obtenida para cada dimensión, la cual se obtiene integrando todos los ítems que componen la dimensión, (¿Con que frecuencia los alumnos valoran las demandas del ambiente como estresores? ¿Con qué frecuencia presentan los síntomas del estrés académico? ¿Con qué frecuencia utilizan las estrategias de afrontamiento?) y c) la media de cada ítem, en lo particular (p. ej. ¿Con qué frecuencia valora el alumno la evaluación del maestro como estresor?)

### **Cuadro No. 3**

#### **Baremo de interpretación específico del Inventario SISCO del Estrés Académico.**

<b>Puntaje porcentual</b>	<b>Nivel</b>
0 a 25%	Rara vez
26% a 50%	Algunas veces
51% a 75%	Casi siempre
76% a 100%	Siempre

Fuente: Barraza (2007)

En el caso específico de la pregunta número dos se dilucida con el siguiente baremo el cual da respuesta a: ¿Con qué intensidad se presenta el estrés académico? En dicho baremo se puede observar que los porcentajes que oscilan entre 0% y 20% indican una intensidad baja, entre 21% y 40% una intensidad medianamente baja, entre 41% y 60% una intensidad media. Entre 61% y 80% una intensidad medianamente alta, y entre 81% y 100% una intensidad alta.

### **Cuadro No. 4**

#### **Baremo de interpretación de intensidad del Inventario SISCO del Estrés Académico.**

<b>Puntaje porcentual</b>	<b>Nivel</b>
0 a 20%	Baja
21% a 40%	Medianamente baja
41% a 60%	Mediana
61% a 80%	Medianamente alta
81% a 100%	Alta

Fuente: Barraza (2007)



## **Encuesta de autopercepción del rendimiento académico - modificado.**

### **Instrucciones:**

A continuación, se presentarán 10 reactivos, Ud. deberá marcar la respuesta que mejor se adecue a la situación, eligiendo una de las cinco posibles opciones:

**Nunca – Rara vez – Algunas veces – Casi siempre – Siempre**

Sus respuestas son anónimas. Serán utilizadas únicamente con fines académicos. Se agradece de antemano su colaboración.

- ¿Cuál es tu promedio ponderado hasta la fecha?:

- Menos de 11
- 11 a 12
- 13 a 14
- 15 a 16
- 17 a mas

1. Durante la realización de un examen, suelo copiar o mirar las respuestas de mis compañeros/as porque sé que las mías están incorrectas.

- Nunca
- Rara vez
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

2. Considero que mis calificaciones podrían ser mejores.

- Nunca
- Rara vez
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

3. Confío en que mis capacidades bastan para rendir bien una prueba.
- Nunca
  - Rara vez
  - Algunas veces
  - Casi siempre
  - Siempre
4. Usualmente estudio la noche anterior a una prueba, sin importar que esto incida en mi rendimiento.
- Nunca
  - Rara vez
  - Algunas veces
  - Casi siempre
  - Siempre
5. Me limita estudiar con poco tiempo, puesto que puede influir en mi rendimiento.
- Nunca
  - Rara vez
  - Algunas veces
  - Casi siempre
  - Siempre
6. Confío en que mis conocimientos me permitirán obtener una buena calificación.
- Nunca
  - Rara vez
  - Algunas veces
  - Casi siempre
  - Siempre
7. Confecciono mapas conceptuales con los conceptos fundamentales de la materia para rendir bien en mis exámenes.
- Nunca
  - Rara vez
  - Algunas veces
  - Casi siempre
  - Siempre

8. Considero que mis buenos resultados académicos se deben más a mi buena suerte que a mis capacidades.
- Nunca
  - Rara vez
  - Algunas veces
  - Casi siempre
  - Siempre
9. Suelo utilizar muchos métodos de estudio para obtener mejores resultados.
- Nunca
  - Rara vez
  - Algunas veces
  - Casi siempre
  - Siempre
10. Al momento de responder una prueba, suelo pensar que mi nivel de conocimientos no basta para obtener una buena calificación.
- Nunca
  - Rara vez
  - Algunas veces
  - Casi siempre
  - Siempre

**Referencia:**

Encuesta fácil. Test de autopercepción del rendimiento académico. En: <https://www.encuestafacil.com/RespWeb/Cuestionarios.aspx?EID=1278195&PGND=1&MSJ=NO#Inicio>. (Fecha de acceso 30 de agosto del 2016).

## Interpretación del instrumento

### Encuesta de autopercepción del rendimiento académico - modificado.

Para la variable Rendimiento académico, se utilizó la encuesta de Autopercepción de rendimiento académico-modificado. Está formado por 10 ítems en una escala tipo Lickert, el cual presenta cinco opciones de respuesta: nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre.

Para efectos de la puntuación a las preguntas; 2, 3, 5, 6, 7 y 9 de la encuesta se le asigna los siguientes valores: 0 pts. para nunca, 1pts. para rara vez, 2 pts. para algunas veces, 3 pts. para casi siempre y 4 pts. para siempre y a las preguntas; 1, 4, 8 y 10; 4 pts. para nunca, 3pts. para rara vez, 2 pts. para algunas veces, 1 pts. para casi siempre y 0 pts. para siempre. Luego, se realiza la sumatoria de puntos obtenidos, y se compara con el cuadro de clasificación.

### Cuadro No. 1: Clasificación de puntajes

<b>Puntaje</b>	<b>Rendimiento académico</b>
0 a 1 pts.	Bajo
14 a 22 pts.	Medianamente bajo
23 a 26 pts.	Medio
27 a 35 pts.	Medianamente alto
36 a 40 pts.	Alto

**ANEXO 03: VALIDEZ DE INSTRUMENTOS-CONSULTA DE EXPERTOS**

**ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE ÁREAS BÁSICAS DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA SEDE CHORRILLOS DURANTE EL PERIODO DE SEPTIEMBRE A NOVIEMBRE DEL 2016.**

N°	DIMENSIONES / ITEMS	PERTINENCIA		RELEVANCIA		CLARIDAD		SUGERENCIA
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
1	Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?	/		/		/		
2	<p>¿Con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones?</p> <p><b>Situaciones estresoras</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La competencia con los compañeros del grupo</li> <li>- Sobrecarga de tareas y trabajos escolares</li> <li>- La personalidad y el carácter del profesor</li> <li>- Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)</li> <li>- El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)</li> <li>- No entender los temas que se abordan en la clase</li> <li>- Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)</li> <li>- Tiempo limitado para hacer el trabajo</li> <li>- Otra _____</li> </ul> <p>(Especifique)</p>	/		/		/		

3	<p>¿Con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso?</p> <p><b>Reacciones físicas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)</li> <li>- Fatiga crónica (cansancio permanente)</li> <li>- Dolores de cabeza o migrañas</li> <li>- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea</li> <li>- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.</li> <li>- Somnolencia o mayor necesidad de dormir</li> </ul>					
4	<p>¿Con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso?</p> <p><b>Reacciones psicológicas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)</li> <li>- Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)</li> <li>- Ansiedad, angustia o desesperación.</li> <li>- Problemas de concentración</li> <li>- Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad</li> </ul>					
5	<p>¿Con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso?</p> <p><b>Reacciones comportamentales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir</li> <li>- Aislamiento de los demás</li> <li>- Desgano para realizar las labores escolares</li> <li>- Aumento o reducción del consumo de alimentos</li> </ul>					

6	<p>¿Con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)</li> <li>- Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas</li> <li>- Elogios a sí mismo</li> <li>- La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)</li> <li>- Búsqueda de información sobre la situación</li> <li>- Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)</li> <li>- Otra _____ (Especifique)</li> </ul>								
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Observaciones (precisar si hay suficiencia): \_\_\_\_\_

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable (X)    Aplicable después de corregir ( )    No aplicable ( )

Lima, 29 de Septiembre del 20 16

Apellidos y nombres del juez evaluador: Hernan Zavala Valdivia DNI: 30831013

Especialidad del evaluador: Medico Psiquiatra



.....  
**FIRMA**  
 .....  
 HERNAN ZAVALA VALDIVIA  
 COMANDANTE PNP MEDICO  
 PSQUIATRA RNE. 10261

ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA HUMANA  
 UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA SEDE CHORRILLOS DURANTE EL PERIODO DE SEPTIEMBRE A  
 NOVIEMBRE DEL 2016.

N°	DIMENSIONES / ITEMS	PERTINENCIA		RELEVANCIA		CLARIDAD		SUGERENCIA
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
1	Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?	/		/		/		
2	<p>¿Con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones?</p> <p><b>Situaciones estresoras</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La competencia con los compañeros del grupo</li> <li>- Sobrecarga de tareas y trabajos escolares</li> <li>- La personalidad y el carácter del profesor</li> <li>- Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)</li> <li>- El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)</li> <li>- No entender los temas que se abordan en la clase</li> <li>- Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)</li> <li>- Tiempo limitado para hacer el trabajo</li> <li>- Otra _____ (Especifique)</li> </ul>					/		



3	<p>¿Con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso?</p> <p><b>Reacciones físicas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)</li> <li>- Fatiga crónica (cansancio permanente)</li> <li>- Dolores de cabeza o migrañas</li> <li>- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea</li> <li>- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.</li> <li>- Somnolencia o mayor necesidad de dormir</li> </ul>						
4	<p>¿Con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso?</p> <p><b>Reacciones psicológicas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)</li> <li>- Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)</li> <li>- Ansiedad, angustia o desesperación.</li> <li>- Problemas de concentración</li> <li>- Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad</li> </ul>						
5	<p>¿Con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso?</p> <p><b>Reacciones comportamentales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir</li> <li>- Aislamiento de los demás</li> <li>- Desgano para realizar las labores escolares</li> <li>- Aumento o reducción del consumo de alimentos</li> </ul>						

6	<p>¿Con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)</li> <li>- Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas</li> <li>- Elogios a sí mismo</li> <li>- La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)</li> <li>- Búsqueda de información sobre la situación</li> <li>- Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)</li> <li>- Otra _____ (Especifique)</li> </ul>					
---	--	--	--	--	--	--

Observaciones (precisar si hay suficiencia): \_\_\_\_\_

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable (X)    Aplicable después de corregir ( )    No aplicable ( )

Lima, 15 de OCT. del 2016

Apellidos y nombres del juez evaluador: FAJARDO ALFARO WILLIAMS    DNI: 21419150

Especialidad del evaluador: MEDICINA INTERNA

  
 DR. WILLIAMS FAJARDO ALFARO  
 Jefe de la Sección San Antonio  
 C.M.P. N° 222 - R.M.E. N° 9994

FIRMA

ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA HUMANA  
 UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA SEDE CHORRILLOS DURANTE EL PERIODO DE SEPTIEMBRE A  
 NOVIEMBRE DEL 2016.

N°	DIMENSIONES / ITEMS	PERTINENCIA		RELEVANCIA		CLARIDAD		SUGERENCIA
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
1	Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?	✓		✓		✓		
2	<p>¿Con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones?</p> <p><b>Situaciones estresoras</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La competencia con los compañeros del grupo</li> <li>- Sobrecarga de tareas y trabajos escolares</li> <li>- La personalidad y el carácter del profesor</li> <li>- Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)</li> <li>- El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)</li> <li>- No entender los temas que se abordan en la clase</li> <li>- Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)</li> <li>- Tiempo limitado para hacer el trabajo</li> <li>- Otra _____</li> </ul> <p>(Especifique)</p>	✓		✓		✓		

3	<p>¿Con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso?</p> <p><b>Reacciones físicas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)</li> <li>- Fatiga crónica (cansancio permanente)</li> <li>- Dolores de cabeza o migrañas</li> <li>- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea</li> <li>- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.</li> <li>- Somnolencia o mayor necesidad de dormir</li> </ul>	✓	✓	✓	✓		
4	<p>¿Con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso?</p> <p><b>Reacciones psicológicas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)</li> <li>- Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)</li> <li>- Ansiedad, angustia o desesperación.</li> <li>- Problemas de concentración</li> <li>- Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad</li> </ul>	✓	✓	✓	✓		
5	<p>¿Con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso?</p> <p><b>Reacciones comportamentales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir</li> <li>- Aislamiento de los demás</li> <li>- Desgano para realizar las labores escolares</li> <li>- Aumento o reducción del consumo de alimentos</li> </ul>	✓	✓	✓	✓		

6	<p>¿Con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)</li> <li>- Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas</li> <li>- Elogios a sí mismo</li> <li>- La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)</li> <li>- Búsqueda de información sobre la situación</li> <li>- Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)</li> <li>- Otra _____</li> </ul> <p>(Especifique)</p>	✓		✓		
---	---	---	--	---	--	--


Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si es suficiente

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable     No aplicable ( )

Lima, 14 de Octubre del 20 16

Apellidos y nombres del juez evaluador: BAZÁN RODRÍGUEZ ELSI NOEMI    DNI: 19209983

Especialidad del evaluador: ESTADÍSTICO EN SALUD

FIRMA   
 Lic. ELSI NOEMI BAZÁN RODRÍGUEZ  
 COESPE 444  
 COLEGIO DE ESTADÍSTICOS DEL PERÚ

**ANEXO 03: VALIDEZ DE INSTRUMENTOS-CONSULTA DE EXPERTOS**

ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA HUMANA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA SEDE CHORRILLOS DURANTE EL PERIODO DE SEPTIEMBRE A NOVIEMBRE DEL 2016.

N°	DIMENSIONES / ITEMS	PERTINENCIA		RELEVANCIA		CLARIDAD		SUGERENCIA
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	<b>Rendimiento académico en estudiantes</b>							
1	¿Cuál es tu promedio ponderado hasta la fecha?	X		X		X		
2	Durante la realización de un examen, suelo mirar las respuestas de mis compañeros/as porque sé que las mías están incorrectas	X		X			X	reunir en copiar o plagiar
3	Considero que mis calificaciones podrían ser mejores	X		X		X		
4	Pienso que mis capacidades bastan para rendir bien en una prueba	X		X		X		
5	Usualmente estudio la noche anterior a una prueba, sin importar que esto incida en mi rendimiento	X		X		X		
6	Me molesta estudiar con poco tiempo, puesto que puede influir en mi rendimiento.	X		X			X	Colocar no límites estudiar...
7	Confo en que mis conocimientos me permitirán obtener una buena calificación	X		X		X		
8	Confecciono mapas conceptuales con los conceptos fundamentales de la materia para rendir bien en mis	X		X		X		

exámenes								
9	Considero que mis buenos resultados académicos se deben más a mi buena suerte que a mis capacidades	X	X	X	X			
10	Suelo utilizar muchos métodos de estudio para obtener mejores resultados	X	X	X	X			
11	Al momento de responder una prueba, suelo pensar que mi nivel de conocimientos no basta para obtener una buena calificación	X	X	X	X			

Observaciones (precisar si hay suficiencia): \_\_\_\_\_

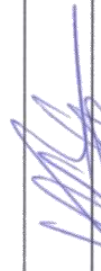
Opinión de aplicabilidad:    Aplicable ( )    No aplicable ( )        Aplicable después de corregir     No aplicable ( )

Lima, 03 de Dic del 2016

Apellidos y nombres del juez evaluador: Castro Monzon, Felix Ruben    DNI: 41084993

Especialidad del evaluador: Cirujano Plastico

\_\_\_\_\_



FIRMA  
 Dr. FELIX RUBEN CASTRO MONZON  
 CIRUJANO PLASTICO  
 C.M.P. 69717    P.O.E. 27692

ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA HUMANA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA SEDE CHORRILLOS DURANTE EL PERIODO DE SEPTIEMBRE A NOVIEMBRE DEL 2016.

N°	DIMENSIONES / ITEMS	PERTINENCIA		RELEVANCIA		CLARIDAD		SUGERENCIA
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	<b>Rendimiento académico en estudiantes</b>							
1	¿Cuál es tu promedio ponderado hasta la fecha?	✓		✓		✓		
2	Durante la realización de un examen, suelo mirar las respuestas de mis compañeros/as porque sé que las mías están incorrectas	✓		✓		✓		
3	Considero que mis calificaciones podrían ser mejores	✓		✓		✓		
4	Pienso que mis capacidades bastan para rendir bien en una prueba	✓		✓		✓		
5	Usualmente estudio la noche anterior a una prueba, sin importar que esto incida en mi rendimiento	✓		✓		✓		
6	Me molesta estudiar con poco tiempo, puesto que puede influir en mi rendimiento.	✓		✓		✓		
7	Confo en que mis conocimientos me permitirán obtener una buena calificación	✓		✓		✓		
8	Confecciono mapas conceptuales con los conceptos fundamentales de la materia para rendir bien en mis exámenes	✓		✓		✓		



9	Considero que mis buenos resultados académicos se deben más a mi buena suerte que a mis capacidades	✓		✓		✓		
10	Suelo utilizar muchos métodos de estudio para obtener mejores resultados	✓		✓		✓		
11	Al momento de responder una prueba, suelo pensar que mi nivel de conocimientos no basta para obtener una buena calificación	✓		✓		✓		

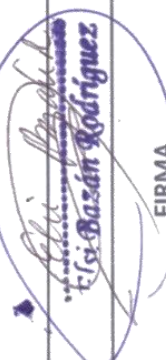
Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si existe suficiencia

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable (  )    Aplicable después de corregir ( )    No aplicable ( )

Lima, 17 de Octubre del 2016

Apellidos y nombres del juez evaluador: BAZÁN RODRÍGUEZ ESI    DNI: 19209989

Especialidad del evaluador: ESTADÍSTICO EN SALUD

  
Esi Bazán Rodríguez  
 FIRMA

ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA HUMANA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA SEDE CHORRILLOS DURANTE EL PERIODO DE SEPTIEMBRE A NOVIEMBRE DEL 2016.

N°	DIMENSIONES / ITEMS	PERTINENCIA		RELEVANCIA		CLARIDAD		SUGERENCIA
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	<b>Rendimiento académico en estudiantes</b>							
1	¿Cuál es tu promedio ponderado hasta la fecha?	/		/		/		
2	Durante la realización de un examen, suelo mirar las respuestas de mis compañeros/as porque sé que las mías están incorrectas	/		/		/		
3	Considero que mis calificaciones podrían ser mejores			/		/		
4	Pienso que mis capacidades bastan para rendir bien en una prueba	/		/		/		
5	Usualmente estudio la noche anterior a una prueba, sin importar que esto incida en mi rendimiento	/		/		/		
6	Me molesta estudiar con poco tiempo, puesto que puede influir en mi rendimiento.	/		/		/		
7	Confío en que mis conocimientos me permitirán obtener una buena calificación	/		/		/		
8	Confecciono mapas conceptuales con los conceptos fundamentales de la materia para rendir bien en mis exámenes	/		/		/		

9	Considero que mis buenos resultados académicos se deben más a mi buena suerte que a mis capacidades	/		/		/			
10	Suelo utilizar muchos métodos de estudio para obtener mejores resultados	/		/		/			
11	Al momento de responder una prueba, suelo pensar que mi nivel de conocimientos no basta para obtener una buena calificación	/		/		/			


Observaciones (precisar si hay suficiencia): \_\_\_\_\_

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable (X)    No aplicable ( )

Lima, 15 de Oct. del 2014

Apellidos y nombres del juez evaluador: FAJARDO ALFARO, WILLIAMS    DNI: 2149170

Especialidad del evaluador: MEDICINA INTERNA

  
 IGSI - MINSA  
 HOSPITAL NACIONAL DOS DE MAYO  
 DR. WILLIAMS FJARDO ALFARO  
 Jefe de la Sala: San Antonio  
 C.M.P. N° 22300 - R.N.E. N° 9994  
**FIRMA**



## ANEXO N°4: MATRIZ DE CONSISTENCIA

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA  
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
 ESCUELA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA

ALUMNO: MARTINEZ ZEGARRA, JOSE CAMILO  
 ASESOR: DRA. LENY BRAVO LUNA

LOCAL: Chorrillos

TEMA: "ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA HUMANA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA SEDE CHORRILLOS DURANTE EL PERIODO DE SEPTIEMBRE A NOVIEMBRE DEL 2016"

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES E INDICADORES
<p><b>GENERAL:</b></p> <p><b>PG:</b> ¿Cuál es la relación del estrés con el rendimiento académico en estudiantes de preclínica de Medicina Humana Universidad Privada San Juan Bautista?</p>	<p><b>GENERAL:</b></p> <p><b>OG:</b> Establecer la relación entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes de preclínica de medicina humana.</p>	<p><b>GENERAL:</b></p> <p><b>Hipótesis verdadera (H1):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El estrés si tiene relación con el rendimiento académico de los estudiantes de preclínica de medicina humana.</li> </ul> <p><b>Hipótesis nula (H0):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El estrés no tiene relación con el rendimiento académico de los estudiantes de preclínica de medicina humana.</li> </ul>	<p><b><u>Variable independiente:</u></b></p> <p>Estrés.</p> <p><b><u>Indicadores:</u></b></p> <p>Situaciones estresoras.            Reacciones físicas.            Reacciones psicológicas.            Reacciones comportamentales.            Estrategias de afrontamiento</p>
<p><b>ESPECÍFICOS:</b></p> <p><b>PE 1:</b> Según las variables demográficas escogidas (edad, ciclo, ocupación, sexo, estado civil y promedio ponderado) ¿Cuál es la distribución de los estudiantes de preclínica de medicina en la relación del estrés con el rendimiento académico?</p>	<p><b>ESPECÍFICOS:</b></p> <p><b>OE 1:</b> Presentar la distribución de los estudiantes de preclínica de medicina, según las variables demográficas escogidas (edad, ciclo, ocupación, sexo, estado civil y promedio ponderado).</p>	<p><b>ESPECIFICAS:</b></p> <p><b>HE 1:</b> Según las variables demográficas escogidas (edad, ciclo, ocupación, sexo, estado civil y promedio ponderado), la distribución de los estudiantes de preclínica de medicina es significativa.</p>	

<p><b>PE 2:</b> ¿Cuál es el nivel de estrés y rendimiento académico en los estudiantes de preclínica de medicina humana?</p>	<p><b>OE 2:</b> Identificar los niveles de estrés y rendimiento académico en los estudiantes de preclínica de medicina humana.</p>	<p><b>HE 2:</b> Los niveles de estrés y rendimiento académico en los estudiantes de preclínica de medicina humana son significativos</p>	<p><b><u>Variable dependiente:</u></b> Rendimiento académico.</p> <p><b><u>Indicadores:</u></b> Promedio ponderado. Nivel de conocimientos. Motivación y organización para estudiar. Método de estudio. Confianza en sí mismo o en sus propios conocimientos.</p>
<p><b>PE 3:</b> ¿Con qué frecuencia se presentan los síntomas o reacciones del estrés, estrategias de afrontamiento ante algún estímulo estresor y las situaciones estresoras en los estudiantes de preclínica de medicina humana?</p>	<p><b>OE 3:</b> Presentar la frecuencia de: los síntomas o reacciones del estrés, estrategias de afrontamiento ante algún estímulo estresor y las situaciones estresoras en los estudiantes de preclínica de medicina humana.</p>	<p><b>HE 3:</b> Los síntomas o reacciones del estrés, estrategias de afrontamiento ante algún estímulo estresor y las situaciones estresantes en los estudiantes de preclínica de medicina son significativas.</p>	
<p><b>PE 4:</b> ¿Cuál es la relación de los niveles de estrés y rendimiento académico con las variables sociodemográficas: edad, género, ocupación, ciclo promedio ponderado y estado civil de los estudiantes de preclínica de medicina humana?</p>	<p><b>OE 4:</b> Relacionar los niveles de estrés y rendimiento académico con las variables sociodemográficas: edad, género, ocupación, ciclo promedio ponderado y estado civil de los estudiantes de preclínica de medicina humana.</p>	<p><b>HE 4:</b> Los niveles de estrés y el rendimiento académico tienen relación significativa con las variables sociodemográficas: edad, género, ocupación, ciclo, promedio ponderado y estado civil de los estudiantes de preclínica de medicina.</p>	

DISEÑO METODOLÓGICO	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p><b><u>NIVEL DE INVESTIGACIÓN:</u></b> Esta investigación según sus características tiene un nivel correlacional.</p> <p><b><u>TIPO DE INVESTIGACIÓN</u></b> Por su naturaleza: Observacional porque no se manipularon las variables, observando las anomalías en su entorno para luego estudiarlas. Tipo prospectivo: ya que se hace seguimiento a un grupo específico de individuos en el presente, pero los datos serán analizados en un determinado tiempo en el futuro. Por su proyección: Transversal por que el estudio se realizó en un tiempo determinado. Por su enfoque: Cuantitativo ya que el estudio se basa en números estadísticos para dar respuesta a la problemática mediante el uso de una encuesta.</p>	<p><b><u>POBLACIÓN:</u></b> Estudiantes de preclínica de medicina Humana del 1ro a 5to ciclo, que cumplen los criterios de inclusión, suman un total de 500 alumnos, los cuales fueron debidamente estratificados mediante fórmulas correspondientes. N = 500 estudiantes de preclínica de medicina</p> <p><b><u>CRITERIO DE INCLUSIÓN:</u></b> Estudiantes de preclínica que quieran participar voluntariamente en la prueba. Estudiantes de medicina humana matriculados de I a V ciclo.</p> <p><b><u>CRITERIO DE EXCLUSIÓN:</u></b> Alumnos que no estén matriculados en el ciclo al realizar el estudio. Aquellos alumnos que llenen las encuestas de manera incorrecta o incompleta. Estudiantes de clínica de medicina humana (VI a XII ciclo), internos y residentes.</p> <p><b><u>POBLACION OBJETIVO:</u></b> 355 estudiantes de preclínica de medicina <b><u>MUESTRA:</u></b> 76 estudiantes de preclínica de medicina <b><u>MUESTREO:</u></b> Probabilístico</p>	<p><b><u>TÉCNICA:</u></b> Se utilizó las encuestas para el acopio de información.</p> <p><b><u>INSTRUMENTOS:</u></b> Test de SISCO del estrés académico Encuesta de autopercepción de rendimiento académico – modificado</p>

## **ANEXO N°5: CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTOS – ESTUDIO PILOTO**

La prueba piloto se aplicó a una muestra de 27 estudiantes de medicina de 1ro a 5to ciclo el 9 de octubre del 2016 a las 10 am en la sede de Chorrillos previo permiso de las autoridades pertinentes, se explicó en qué consistían el estudio y el llenado de la encuesta a los participantes haciendo énfasis en que si tenían alguna duda la expresaran en cualquier momento.

Hubo una correspondencia favorable con las preguntas y el tipo de opciones de respuesta, con algunos problemas en el significado de algunas palabras que forman parte del cuestionario, por lo que se decidió agregar las definiciones al momento de presentar y explicar el llenado del test.

## ANEXO N°6: PERMISO PARA REALIZAR LA PRUEBA PILOTO



"Año de la Consolidación del mar de Grau"

**Solicito: Autorización para realizar  
Trabajo de investigación**

**Dr. BUSTAMANTE VASQUEZ, Yhon**

Yo **MARTINEZ ZEGARRA, José Camilo**, estudiante de medicina humana del 11vo ciclo identificado con número de DNI 47656238, y con código de estudiante N° 101010172U, correo electrónico: maz20045@hotmail.com, domiciliado actualmente en Jirón José Gabriel Aguilar 616 – Maranga, San Miguel, ante usted con el debido respeto me presento y expongo lo siguiente.

Que por motivos académicos, deseo desarrollar mi proyecto de tesis titulado **"ESTRES Y SU RELACION CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE ÁREAS BÁSICAS DE MEDICINA HUMANA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA CAMPUS CHORRILLOS DURANTE EL PERIODO DE SEPTIEMBRE A NOVIEMBRE DEL 2016"**, en las instalaciones de la Universidad Privada San Juan Bautista campus Chorrillos, para lo cual voy a aplicar una encuesta de respuesta cerrada a los estudiantes de áreas básicas de medicina humana (1ro, 2do, 3ro, 4to y 5to Ciclo), iniciando el 03 y culminando el 10 de octubre del presente año.

Por tanto, agradeceré a usted acceda a mi solicitud. Teniendo en cuenta que dicha actividad será beneficiosa tanto para los estudiantes como para la universidad.

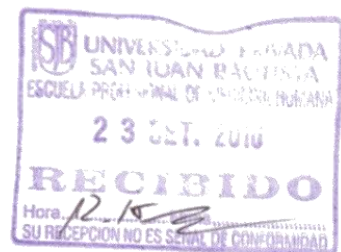
**Por lo expuesto:**

A Ud. Solicito acceder a mi petición

Atte.

**MARTINEZ ZEGARRA, José**

DNI: 47656238



Chorrillos, 23 de Septiembre del 2016



**ANEXO N°7: SOLICITUD PARA LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO**

**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA**

UPSBIB - UNIVERSIDAD (PRE-GRADO)  
SEDE - CHORRILLOS

Preparando el Camino...

USUARIO : RCUETO  
F. SOLICITUD : 05/10/2016  
F. EMISIÓN : 05/10/2016  
Hora : 14:51:12  
Comorobante : BV 012-00221037

(SOLICITUD GRATUITA)  
SOLICITO Autorización para realizar mi trabajo de Investigación

DEFECHO DE TRAMITE

Código Tasas

01-00212030

Señor Dra. Lida Campomanes Moran  
Yo, MARTINEZ ZEBARRA JOSE CANTILLO

Alumno de la Facultad de Ciencias de la Salud  
MEDICINA HUMANA

de la Escuela Profesional de

con Código de Matrícula N° 2010101720 PROGRAMA REGULAR Ciclo XI Turno

domiciliado en JOSE GABRIEL AGUILAR N° 616 Tlf: 5784301

ante usted con el debido respeto expongo:

1° Que, por los Ciclos anteriores ( )	DEUDA DEPENDIENTES	S/.	0.00
2° Que, mi Deuda por las Moras de los Ciclos anteriores es	DEUDA MORAS	S/.	0.00
3° Que, mi Deuda por Pensiones del presente Ciclo es	DEUDA PENSIONES	S/.	0.00
4° Que, las Moras por el presente Ciclo es	DEUDA MORAS PRESENTE	S/.	0.00

5° Que, DEUDA DEPU S/ 0.00  
DEUDA IDIOMAS S/ 0.00

1) Estres y su relacion con el rendimiento Academico en Estudiantes de Preclinica de Medicina Humana Universidad privada San Juan Bautista Sede chorrillos durante el periodo de Septiembre a Noviembre del 2016

6° Solicito, Autorización para realizar mi trabajo de investigación en las instalaciones de UPSJB campus chorrillos, para lo cual aplicare una encuesta de respuesta cerrada a los estudiantes de preclinica de Medicina Humana (1°, 2°, 3°, 4° y 5°)

Por lo expuesto A usted, Señor Dra. Lida Campomanes Moran ruego se sirva acceder a mi solicitud.

de 05 de 10 de 2016

[Firma]  
Firma

\* Acompaño los siguientes documentos

1. Proyecto de Tesis
- 2.
- 3.
- 4.

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA  
TESORERIA

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA  
GRADOS Y TITULOS

RECIBIDO  
05 OCT. 2016  
SU RECEPCION NO ES SEÑAL DE CONFORMIDAD

RECIBIDO  
UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA  
Vº Bº  
21 OCT. 2016

Se autoriza lo solicitado

## ANEXO N°8: CONSENTIMIENTO INFORMADO



**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA**  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA

El siguiente trabajo de investigación titulado: **“ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PRECLÍNICA DE MEDICINA HUMANA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA SEDE CHORRILLOS DURANTE EL PERIODO DE SEPTIEMBRE A NOVIEMBRE DEL 2016”**, tiene como propósito dar a conocer a las autoridades universitarias el nivel de estrés de los estudiantes y de qué manera este influye el rendimiento académico.

La sinceridad con que respondan a los siguientes cuestionarios será de gran utilidad para la investigación, es de forma voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlas o no.

Los datos proporcionados por los estudiantes serán manejados de manera absolutamente confidencial, solo el investigador tendrá acceso a la información después de haberse completado el cuestionario. Ante una posible publicación de los resultados Ud. Permanecerá en completo anonimato.

He leído y entiendo el presenta documento de consentimiento, yo consiento voluntariamente mi participación en el estudio y entiendo que tengo el derecho de no participar de el sin que esto implique ningún perjuicio a mi persona.

---

Firma del estudiante  
DNI:  
Fecha: