

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



**ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UNA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE ICA, 2022**

**TESIS**

**PRESENTADA POR BACHILLER  
TORRES VALENCIA FLAVIA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**ICA – PERÚ  
2023**

**ASESOR**  
**DR. CANDELA AYLLÓN, VICTOR EDUARDO**  
**ORCID: 0000-0003-0798-1115**

**TESISTA**  
**TORRES VALENCIA, FLAVIA**  
**ORCID: 0000-0001-8322-1850**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN  
PSICOLOGÍA – PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios padre todopoderoso por haberme permitido llegar con salud a esta gran meta personal.

A los docentes de la U.P. San Juan Bautista - Escuela de Psicología.

Al Dr. Candela Ayllón, Víctor Eduardo por su asesoramiento y guía para la culminación de mi trabajo.

A la UNICA - Facultad de Farmacia y Bioquímica, por el incondicional apoyo para el poder registrar las encuestas.

## **DEDICATORIA**

A mis padres por ser el soporte que me motivaron a alcanzar mis sueños y metas profesionales.

A mi abuelita que me guía y protege desde el cielo.

***Flavia T.***

## RESUMEN

**Introducción:** Hoy en día uno de los problemas de la salud mental en la población estudiantil principalmente el estrés, el cual está presente en todo ámbito sobre todo a nivel académico. La investigación asumió el **Objetivo:** “Determinar estrés académico que se manifiestan los alumnos en una universidad de Ica en la facultad de ciencias de la salud, 2022. **Metodología:** Nivel de estudio descriptivo, diseño no experimental de corte transversal, como instrumento se utilizó el Inventario del estrés académico – SISCO, la muestra quedó conformada por 232 estudiantes de ambos sexos. **Resultados:** Se determinó que el 28.9.% de los estudiantes poseen un nivel bajo de estrés académico, el 26.3% nivel promedio bajo, el 25% nivel alto y el 19.8% nivel promedio alto. **Conclusión:** El estrés académico se presenta más en hombres que en mujeres, siendo este estadísticamente significativo ( $p=.003$ ), así también, en estudiantes con rangos de edad de 22-24 el cual es estadísticamente significativo ( $p<.001$ ).

**PALABRAS CLAVE:** Estrés académico, estudiantes, universitarios, salud.

## ABSTRACT

**Introduction:** Currently one of the main mental health problems in the student population is the presence of stress, which is present in all areas, especially at the academic level. **The objective** of this's research's work was: To determine the academic stress shown by the students of a health sciences faculty of a National University of Ica, 2022. **Methodology:** Descriptive study level, non-experimental cross-sectional design, as an instrument The Academic Stress Inventory - SISCO was used, the sample was made up of 232 student's of both sexes. **Results:** It was determined that 28.9% of the student have's a low level's of academic's stress, 26.3% low average level, 25% high level and 19.8% high average level. **Conclusion:** Academic stress occurs more in men than in women, this being statistically significant ( $p=.003$ ), as well as in students with age ranges of 22-24, which is statistically significant ( $p<.001$ ).

**KEY WORDS:** academic stress, students, university students, health.

## ÍNDICE

	Pág.
<b>CARÁTULA</b>	i
<b>ASESOR Y TESISISTA</b>	ii
<b>LÍNEA DE INVESTIGACIÓN</b>	iii
<b>AGRADECIMIENTO</b>	iv
<b>DEDICATORIA</b>	v
<b>RESUMEN</b>	vi
<b>ABSTRACT</b>	vii
<b>ÍNDICE</b>	viii
<b>INFORME ANTIPLAGIO</b>	X
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b>	Xii
<b>ÍNDICE DE ANEXOS</b>	Xiii
<b>1. PROBLEMA</b>	14
Realidad problemática	14
Formulación del problema	15
Objetivos	16
Objetivo general y específicos	16
Propósito	17
Justificación	18
Delimitación	18
Limitaciones	19
<b>2. MARCO TEÓRICO</b>	<b>20</b>
Antecedentes nacionales e internacionales	20
Base teórica y marco conceptual	28
<b>3. HIPÓTESIS Y VARIABLES</b>	<b>38</b>
3.1. Hipótesis	38
3.2. Variables	38

<b>4. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN</b>	40
4.1. Tipo, nivel y diseño	40
4.2. Población, muestra y muestreo	41
4.3. Medios de recolección de información	42
4.4. Procedimiento	44
4.5. Procesamiento de datos	45
4.6. Aspectos éticos	45
<b>5. ANÁLISIS DE RESULTADOS</b>	47
5.1. Resultados	47
5.2. Discusión	53
<b>6. CONCLUSIONES</b>	59
Conclusiones	59
<b>7. RECOMENDACIONES</b>	60
Recomendaciones	60
<b>8 REFERENCIAS</b>	61
<b>ANEXOS:</b>	66
<b>MATRIZ DE CONSISTENCIA</b>	67
<b>MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN</b>	69
<b>AUTORIZACIÓN DE USO DE INSTRUMENTOS (OPCIONAL)</b>	70
<b>CARTA DE COMPROMISO PARA OBTENER LA MUESTRA</b>	71
<b>CONSENTIMIENTO INFORMADO</b>	72
<b>DATA DE RESULTADOS</b>	74

## INFORME DE ANTIPLAGIO

### TESIS-TORRES VALENCIA FLAVIA

#### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>13%</b>	<b>13%</b>	<b>3%</b>	<b>5%</b>
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.upsjb.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>2</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>3</b>	<b>docs.google.com</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>Submitted to Universidad Continental</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>www.ti.autonmadeica.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>Submitted to Universidad Privada San Juan Bautista</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>www.repositorio.autonmadeica.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>repositorio.autonoma.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>9</b>	<b>tesis.unap.edu.pe</b> Fuente de Internet	



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

INFORME DE VERIFICACIÓN DE SOFTWARE ANTIPLAGIO

FECHA: 26 AGOSTO 2024

NOMBRE DE LOS AUTORES:

TORRES VALENCIA, FLAVIA

TIPO DE PRODUCTO DE INVESTIGACIÓN:

- PROYECTO ( )
- TRABAJO DE INVESTIGACIÓN ( )
- TESIS ( X )
- TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL ( )
- ARTICULO ( )
- OTROS ( )

INFORMO SER PROPIETARIO (A) DE LA INVESTIGACIÓN VERIFICADA POR EL SOFTWARE ANTIPLAGIO TURNITIN, EL MISMO TIENE EL SIGUIENTE TÍTULO: "ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UNA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA UNIVERSIDAD NACIONAL DE ICA, 2022"  
CULMINADA LA VERIFICACIÓN SE OBTUVO EL SIGUIENTE PORCENTAJE: 13 %

Conformidad Investigador

TORRES VALENCIA,  
FLAVIA

DNI: 70268460



Conformidad Asesor

Dr. CANDELA AYLLÓN,  
VICTOR EDUARDO

DNI: 15382082

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág
<b>TABLA N° 1</b>	
Confiabilidad mediante los métodos de consistencias internas para el cuestionario y sus dimensiones	47
<b>TABLA N° 2</b>	
Correlación ítem test del cuestionario SISCO	47
<b>TABLA N° 3</b>	
Características de la muestra	48
<b>TABLA N° 4</b>	
Estrés académico que manifiestan los alumnos de una facultad de ciencia de la salud de una Universidad Nacional de Ica, 2022	49
<b>TABLA N° 5</b>	
Estrés académico según dimensiones que muestran los estudiantes de una facultad de ciencias de la salud de una Universidad Nacional de Ica, 2022	50
<b>TABLA N° 6</b>	
Estrés académico según dimensiones de género de los alumnos.	51
<b>TABLA N° 7</b>	
Estrés académico según dimensiones edades de los universitarios	52

## ÍNDICE DE ANEXOS

<b>ANEXO N° 1</b>	Matriz de consistencia	67
<b>ANEXO N° 2</b>	Matriz de operacionalización	69
<b>ANEXO N° 3</b>	Autorización de uso de instrumentos	70
<b>ANEXO N° 4</b>	Carta de compromiso para obtener la muestra	71
<b>ANEXO N° 5</b>	Consentimiento informado	72
<b>ANEXO N° 6</b>	Data de resultados	74

## 1. PROBLEMA

Hoy en día el principal problema en los estudiantes es la presencia del estrés en la salud mental.

Esto sucede en todos los ámbitos y estratos socioculturales, y especialmente en grupos que vienen experimentando cambios a nivel académico.

Por ejemplo, los rigores de la vida universitaria exigen que los estudiantes adquieran no sólo conocimientos teóricos asimismo los conocimientos prácticos que se plasmarán tanto en sus vidas profesionales.

En la actual situación de la COVID-19, las clases presenciales aún no se han extendido a las universidades, y diversas académicas realizan actividades de forma virtual también tienen un impacto psicológico en los estudiantes. Según el Instituto Nacional de Salud (2022), el 40% de los jóvenes entre las edades de 19 años

Del mismo modo, los estudiantes en la institución tienen altos niveles de estrés académicos, y el cambio virtual en la educación profesional no afectará las expectativas reales de conocimiento debido al alto nivel de tensión académica de las mujeres generales.

Según los maestros, recomiendan cuantificarse el nivel de estrés académico entre los universitarios de la ICA Health National University en 2022.

Se han realizado varios estudios a nivel nacional como el de Ramos (2021), quien investigó en alumnos la importancia del estrés académico de los educandos, los resultados arrojándose que el 58.8% de los alumnos

presentaron niveles altos de estrés académico, el 37.6% presentó niveles moderados bajos y solo el 3.5% presentó estrés académico niveles bajos. Parece que lo el porcentaje sobre estrés son de altos niveles.

De manera similar, Sullca (2020) realizó una encuesta a alumnos universitarios y el 67,7% tenían un nivel moderado de estrés académico y un 22,6% tenía niveles severos de estrés académicos. De igual forma, en un estudio con estudiantes, Rojas (2019) encontró que el 59,7% tenía niveles altos, el 29,9% nivel medio y solo el 10,4% tenía niveles bajos.

Asimismo, el 50,7% de los educandos tenían un nivel educativo alto. Se encontró un alto nivel en el 9% de los hombres sobre estrés académicos, el 44,8% de los alumnos entre los 20 a 25 años y el 4,5% de entre los 32 a 37 años.

A nivel internacional, Emiro et al. (2020) ejecutaron un estudio entre alumnos de la Universidad de Columbia y los primordiales hallazgos fueron del 65.7% tenía niveles bajos de estrés, el 28.4% poseían un nivel moderado sobre estrés; el 5.9% tenía niveles altos de estrés, la tasa de prevalencia fue del 41.9%.

El porcentaje medio para las medidas de respuesta física fue 56,8% bajo para las respuestas psicológicas, 67,8% bajo para las respuestas conductuales y 51,4% alto para la estrategia para afrontarlas.

Asimismo, Kloster y Perrotta (2019) ejecutaron un estudio con estudiantes universitarios argentinos y encontraron que el 85% de 163 alumnos presentaban niveles moderados sobre estrés académico, el 11% niveles leves y el 4% niveles profundos.

Ramos et al. (2020) hicieron un estudio en México y encontrándose el 86.3% de los alumnos reportaron niveles moderados de estrés académico, el 11.4% reportó niveles severos y solo el 2.4% reportó niveles leves.

Peinado (2018) encontró en un estudio de los educandos del establecimiento de educación superior en Guatemala que un 32% rara vez sintieron estrés académico, pero un 33% respondieron que veces sintieron estrés académico en el área de física. La dimensión psicológica. Se sentía como estrés académico.

Es por lo cual se ha propuesto el siguiente objetivo general:

Determinar el estrés académico que muestran los estudiantes de una facultad de ciencias de la salud de una Universidad Nacional de Ica, 2022.

Así también, como objetivos específicos: 1) Determinar el estrés académico donde los alumnos muestran de acuerdo a la dimensión expresada en síntomas que siente en cuanto al estrés, los estresores y cuáles son las formas de afrontar este síntoma; 2) Comparación del estrés académico de forma general y por dimensiones expresadas en síntomas en cuanto a la enfermedad, estresores, y destrezas de resistencia en cuanto al estrés en cuanto al género; y 3) Comparar el estrés académico de manera general y por dimensiones expresadas en síntomas del estrés, estresores y estrategias de afrontamiento del estrés académico según edad.

Esto relacionado estrechamente con los contextos en la psicología educativa de calidad, que se basa en promover el desarrollo sostenible mejorándose así en los alumnos la salud mental, garantizándose la igualdad de oportunidad y brindando una educación de calidad a los educandos universitarios.

Garantizar también la igualdad de acceso a todos los niveles de educación y formación eliminando las brechas de género y edad en la formación (ONU, 2022).

El propósito de la próxima investigación, con la excepción de los estudiantes, a excepción de la investigación no publicada, fue muy importante e influenciándose por uno de los importantes problemas para la salud mental después de la investigación admitida después de un público. Determine los efectos conocidos a nivel de estrés académico conocido como estrés académico. Porque se conoce como estrés académico.

Esto se debe al hecho de que se conoce como un mayor nivel de investigación debido al nivel inicial o secundario, incluidas otras investigaciones, otras investigaciones y semestres académicos.

El estrés académico en niveles altos de estrés académico puede causar muchos impactos físicos, psicológicos y sociales, lo que conducen a la estabilidad de los alumnos, afectan la persistencia de los educandos, lo que afecta a plazo corto, medio y los órganos. El propósito fue el determinar en los estudiantes universitarios los niveles de estrés académico, permitiendo una adecuada y rápida intervención de los alumnos más afectados y tomar medidas preventivas y promocionales para así poder limitar el daño.

Resultados psicológicos de los estudiantes.

Este estudio es completamente válido ya que muestra los problemas de salud mental que existen entre los estudiantes universitarios en la actualidad.

No sólo existe estrés académico, sino especialmente en la situación actual del COVID-19, donde la clase educativa no son completamente presenciales incluso posteriormente luego de los dos años de realidad virtual.

Del mismo modo, estamos involucrados en futuras investigaciones que pueden enriquecer información teórica porque ayuda a analizar los impactos psicológicos que ayudan a analizar los impactos psicológicos para obtenerse datos en cuanto a las variables en estudio.

El estudio también tiene un diseño de modificación digital, horizontal y no transformado, diseño de diseño estandarizado descrito y las pruebas estandarizadas se utilizan para la recopilación de datos en los universitarios.

La investigación tuvo como principales beneficiarios a los alumnos del Programa de Farmacia y Bioquímica de una Universidad Nacional de Ica, 2022. Debido a que los resultados buscaran el poder saber en los educandos sus niveles de estrés académicos, buscando así indagar sobre la problemática que se vive hoy en día.

La delimitación de la investigación es la siguiente: a) Delimitación social: Estudiantes de la facultad de ciencias de la salud del programa de Farmacia y Bioquímica de una Universidad Nacional de Ica, de ambos sexos desde el I al VIII semestre. b) Delimitación espacial: El estudio se

desarrolló en una Universidad Nacional, ubicada en el Departamento de Ica, Provincia de Ica, Distrito de Ica. c) Delimitación temporal: El trabajo de investigación se llevó a cabo en los meses de agosto a diciembre del 2022. d) Delimitación teórica: La investigación se basó en la descripción de la variable estrés académico en estudiantes universitarios.

Como limitaciones se encontró restringida información sobre investigaciones relacionadas con la variable estrés académico en estudiantes universitarios del programa en mención, así también, los que se presentarán a futuro en el proceso del trabajo de investigación.

## 2. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes de investigación

#### *Nacionales*

Ramos (2021). En su tesis titulada "Resiliencia y estrés académico en alumnos de una universidad privada de Ica durante emergencias sanitarias".

Cuyo objetivo principal fue determinar en los educandos el nivel de estrés académicos en las instituciones antes mencionadas.

Se utilizó un método cuantitativo, transversal, no experimental - diseño descriptivo correlacional, con 85 estudiantes pertenecientes a una universidad particular del distrito Ica, donde se utilizó un inventario de estrés como herramientas para recolectar información.

Las escalas Vagnil y Tolerancia a la Edad arrojan que los resultados principales demuestran que el 58.8% de los alumnos presentan niveles altos de estrés académico, el 37.6% presentan niveles medios y el 3.5% niveles bajos.

Asimismo, en manera de conclusión debemos señalar que la correlación es negativa presentada en ambas variables en investigación.

Sulka (2020). Ejecuto su trabajo titulado "Estrés Académico en universitarios de la Escuela de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener".

En la Institución en mención se tuvo como objetivo la determinación del nivel de estrés académico presentados en los alumnos.

A través del enfoque cuantitativo, transversal, no experimental y diseño descriptivo, seleccionamos a 165 estudiantes antes mencionados del primer ciclo.

Los datos se recopilados utilizándose los Inventarios sobre “Estrés Académico SISCO” como herramientas para encontrarse los hallazgos claves. Entre estudiantes universitarios, con un 9,7% tenía síntomas leves, un 22,6% poseen síntomas graves y el 67,7% dijeron tener síntomas moderados.

Donde predominan las dimensiones estrés, trabajo y sobrecargas laborales, en la dimensión síntomas predominaron fatigas crónicas y se analizaron las decisiones en la dimensión estrategias de afrontamientos.

En resumen, decimos que los resultados son moderados en cuanto a los niveles de estrés académico de los universitarios.

Rojas (2019). Completó su tesis sobre "Niveles de estrés académico entre estudiantes que asisten a una universidad privada en Lambaek".

El objetivo de su trabajo es la determinación del nivel de estrés académico en educandos de dicha institución mencionada.

Los hallazgos claves se identificaron utilizándose el Inventario de Estrés Académico SISCO como instrumento para recolectar los datos y utilizando el método cuantitativa - descriptivo, transversal y no experimental con 67 estudiantes de pregrado y posgrado.

El 59,7% de los universitarios tuvieron un alto nivel, el 29,9% tuvieron un medio nivel donde el 10,4% tuvo un bajo nivel.

Además, el 50,7% tenían estrés académico altos y el 9% tenía estrés académico bajo, y el 44,8% de los universitarios de 20 a 25 años y de 32 a 37 años eran hombres y el 4,5% eran hombres tenían menos estrés académico.

En conclusión, los mayores niveles sobre el estrés educativo son comunes entre los estudiantes.

Tasaiko (2019). Ejecuto un estudio titulado “Estrés académico en estudiantes de Enfermería de los ciclos I-VIII de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga Ica”. Revista Vanguardia Enfermería.

Su objetivo fue la determinación del nivel de estrés académico en la UNICA en sus estudiantes.

Se trata de un estudio descriptivo, cuantitativo, no experimental, transversal, en el que participaron un total de 199 estudiantes.

Se utilizó como herramientas la recopilación de los datos mediante los Inventarios de Estrés “SISCO”, y sus derivaciones mostraron un 42.9% de los estudiantes del período 2 tuvieron estrés académico moderado, mientras que el 59.1% de los estudiantes del período 3 tuvieron un estrés académico promedio.

El nivel de los estudiantes del ciclo IV es bastante alto, con una media del 42,9% en el ciclo V y del 50% en el ciclo VI.

Se puede concluir que los estudiantes V y VI presentaron altos niveles de estrés académico, siendo la fatiga y la somnolencia los síntomas más comunes.

Cornejo y Salazar (2018). En su trabajo titulado "Estrés académico entre estudiantes en las universidades públicas y privadas de Chicago".

El objetivo principal fue determinar el nivel de estrés académico entre los estudiantes de las instituciones antes mencionadas.

Se utilizó un enfoque metodológico cuantitativo, no experimental, transversal, mediante un diseño descriptivo comparativo, que incluyó a 415 estudiantes de pregrado y posgrado de dos universidades de nivel superior (una privada y otra pública).

Se utilizó el inventario SISCO como herramienta para recolectar los datos sobre Estrés Académico y se encontraron que un 42.4% de los estudiantes presentaron niveles medios de estrés académico, el 18.4% niveles bajos y el 59.2% presentaron altos niveles sobre estrés académico. Los principales resultados del estudio hallaron disconformidades demostrativas de los resultados de las universidades privadas con altísimos niveles de estrés esto se compara con alumnos pertenecientes a universidades estatales, no encontramos oposiciones significativamente con el género de los alumnos.

Campos (2018) realizó una tesis titulada "Estrés académico en alumnos de 1er año a IV ciclo de la Universidad Autónoma de Ica".

El objetivo principal es determinar cuantitativamente, con una orientación metodológica transversal, los niveles de estrés académico entre los alumnos de institutos superiores antes mencionadas utilizando el diseño descriptivo, no experimental con 94 universitarios como muestra. Utilizamos el Inventario de estrés académico de SISCO como herramienta

de recopilación de datos y descubrimos que el 44% experimentó estrés académico 03 veces por semana, el 31% experimentó estrés académico durante toda la semana y el 36% experimentó niveles moderados de estrés académico. El máximo es del 23% y el mínimo es del 17%.

También se concluyó así que los niveles moderados son los que más predominan.

Aparte (2017). Defendió la tesis titulada "Factores causantes de estrés académico entre universitarios del 3er ciclo de enfermería de la Universidad Autónoma IKA". Cuyo objetivo fue establecer el nivel de estrés estudiantil en educandos de las instituciones antes mencionadas. Este estudio tuvo como diseño cuantitativo, no experimental, transversal y descriptivo. Se seleccionaron 33 estudiantes, hombres y mujeres, 16 y 27 años de edad. Se manipuló el Inventario de Estrés Académico SISCO para recopilar datos como herramienta para encontrarse hallazgos clave. El 64% de los estresores psicológicos se percibieron como estresores moderados y el 52% de los estresores biológico se percibieron como estresores moderados, una medida de los estresores socioecológicos.

En resumen, la gran cantidad de universitarios experimentan niveles moderados de estrés académico.

### ***Internacionales***

Ramos et al. (2020) ejecutaron un estudio titulado Estrés Académico en Estudiantes. La utilización del Inventario de Estrés Académico SISCO como instrumento para recoger datos, un enfoque metodológico cuantitativo, no experimental contando con 255 alumnos como muestra,

correlaciones descriptivas y un diseño transversal nos permitió obtener algunos hallazgos clave.

Los niveles moderados de estrés académicos fueron del 86,3%, el 11.4% para los niveles profundos y los niveles leves fueron del 2,4%, que fue el más alto entre los estudiantes. En conclusión, se puede decir que hay relación significativamente entre la variable niveles de estrés académico, edad y plan de estudios que siguen los estudiantes.

Emiro et al (2020) efectuaron un estudio titulado "Estrés Académico en Estudiantes".

El propósito principal fue tomar una muestra de 450 universitarios de tres universidades estatales y particulares para determinarse los niveles de estrés académico de los alumnos mediante el diseño metodológico cuantitativo, transversal, no experimental y explicativo. Para la obtención de información se utilizaron los Inventarios de Estrés Académico SISCO, que permitieron hallar los principales resultados: 65,7% - niveles bajos de la dimensión estresor, 28,4% - niveles medios, 5,9% - niveles altos, distribución.

Las reacciones físicas fueron en promedio un 41,9% más bajas, las reacciones psicológicas un 56,8% más bajas, las reacciones conductuales un 67,8% más bajas y las habilidades de afrontamiento un 51,4% más bajas. Finalmente, concluimos que las derivaciones muestran las tasas más altas entre el nivel moderado y bajo del estrés académico entre los estudiantes.

Kloster y Perrotta (2019) completaron un artículo titulado "Estrés académico entre estudiantes en Paranasi". Universidad Católica Argentina. Cuyo principal objetivo es seleccionar a 163 alumnos a través del muestreo intencional no probabilístico y analizarse los niveles de estrés de los universitarios mediante métodos metodológicos cuantitativos y transversales, comparación descriptiva y no-experimental. Como herramienta se manejó los Inventarios de "Estrés Académico SISCO".

Los hallazgos clave mostraron que un 85% de los estudiantes tenía estrés académico moderado, el 11% tenía estrés académico leve y el 4% tenía estrés académico severo. Además, el 59% experimenta estrés académico en ocasiones y el 39% casi siempre.

Se puede concluir que la mayoría de los universitarios presentan niveles moderados en cuanto al estrés académico y síntomas más comunes entre siendo estos los psicológicos.

Peinado (2018) realizó una tesis sobre licenciatura en educación un sobre "Estrés académico entre alumnos del último año del Inst. Nac. de Educación en San Pedro Zacatepec" de la "Universidad de San Carlos", Guatemala. Él fue determinarse cuales son los niveles de estrés educativos de sus educandos de las instituciones de formación superior.

Se seleccionaron sesenta y nueve estudiantes universitarios de entre las edades 17 y 18 años para un estudio cuantitativo, transversal, descriptivo y no experimental.

Utilizando la Escala de Estrés Académico SISCO como herramienta para recolectar los datos, se identificaron los principales hallazgos. En

términos de factores estresantes, el 32% dijeron que rara vez sentían estrés académico y, en términos de reacciones físicas, el 33% a veces sintieron estrés académico.

La reacción psicológica muestra que ocasionalmente sentían estrés académico y sobre las estrategias para afrontarlas mostraron que rara vez sentían estrés académico (35%). Concluyendo así que la mayor cantidad de alumnos experimentan niveles moderados sobre el estrés académico.

Asenjo et al. (2018). Efectuaron un estudio titulado "Niveles de estrés académico en los alumnos de enfermería en tiempo de pandemia del Covid-19". Rev. Peruana de Investigaciones en Salud.

El objetivo general es conocer, a través de un proyecto descriptivo, el nivel académico del estrés existente en los alumnos de las instituciones de educación superior, siguiendo las orientaciones metodológicas cuantitativa, observacional y transversal. Con 122 participantes que pertenecen a facultad de enfermería como muestra, siendo el 64% eran mujeres y el 36% eran hombres. De manera similar, el 42% mujeres y 58% hombres tuvieron síntomas más graves en la medida de síntomas. Además, en términos de habilidades de resistencia, el 62% eran mujeres y el 38% varones tenían peores estrategias de afrontamiento. Con esto se puede determinar los altos niveles de estrés.

## **2.2. Marco Conceptual**

El estrés académico considerado como fenómeno multidimensional siendo objeto de diversas investigaciones dentro de la psicología y educación por su alta relevancia dentro de lo académico.

Son consideradas como repuestas a las demandas académicos de los individuos las cuales son percibidas como amenazas o desafiantes. (García, 2015).

Este concepto enfatiza la calidad de las percepciones subjetivas de los estudiantes sobre las relaciones entre la demanda académica y los recursos y oportunidades disponibles.

El estrés académico también se puede considerar al estrés psicológicos y emocionales que experimentan los individuos en contestación a las peticiones y imposiciones asociadas con las responsabilidades pedagógicas.

Esta tensión podría ostentarse de manera de ansiedades, preocupaciones persistentes e inclusive síntomas físicos como las dificultades para dormir y dolores de cabeza. El estrés académico ocurre cuando los estudiantes perciben las exigencias de la institución donde les exigen más y excede sus recursos y oportunidades para afrontarlos, afectando así el bienestar emocional como también el rendimiento académico (Román y Hernández, 2008).

Desde el punto específico se pueda describir formas de manifestaciones del estrés académico.

Estos incluyen miedo al fracaso, presión para desempeñarse, congoja persistente ante los exámenes y malas gestiones del tiempo.

Asimismo, componentes externamente como son las expectativas sociales y familiares de los éxitos académicos también logran influir en el estrés académico.

Este concepto de estrés académico enfatiza no sólo las cantidades de los trabajos académicos, sino también cómo los estudiantes lo perciben y gestionan.

El estrés académico igualmente influye en la salud mental como emocional de los jóvenes.

Esto pueden tener un impacto significativo en los rendimientos académicos y los éxitos generales dentro del contexto educativos.

Se debe considerar las comprensiones de la naturaleza diversa del estrés académico para abordarse eficazmente estos fenómenos y desarrollarse estrategias de intervenciones para ayudar afrontar las presiones de forma saludable a los estudiantes.

Según un estudio de García (2015), según la teoría basada en respuestas, el estrés se podría solucionar con las teorías fisiológicas propuestas por Selye.

En estas teorías, el estrés se entiende como respuestas inespecíficas que todos los organismos experimentan ante circunstancias que se les considera normales dentro de la vida cotidiana.

Desde la perspectiva, el estrés aparece como síndromes específicos que presentan una serie de permutaciones inespecíficas y diferentes en cada una de las personas.

Estos cambios ocurren en la fisiología humana y sus causas exactas son difíciles de determinar. El estrés está conexas con las propiedades que consiguen cambiar los equilibrios, se manifiestan como respuestas a las incitaciones físicas, psicológicas, cognitivas o emocionales.

La Teoría del estrés de Selye: (1926, citado en Londres, 2011) enfatizan la jerarquía de evitarse el estrés por completo, porque el estrés juega un papel importante para evitar condición desagradable y satisfacerse aquellas que uno encuentra placentera.

El estrés considerado también como respuestas adaptativas natural que se presenta en todos los seres humanos, siempre y cuando no afecte negativamente al bienestar general.

Los autores dividen los procesos de estrés en tres etapas: alarmas, agotamientos y resistencias.

Estos pasos muestran una respuesta común interna sobre el estrés en todo ser humano y, si no se maneja adecuadamente, pueden ostentarse exteriormente y, en momentos, desnivelar al cuerpo.

Teoría del acontecimiento vital de Holmes: Según Holmes y Rahe (1967, citado en Espinosa, 2022), esta teoría se centra en el estímulo que ocurren externamente y no son internos en los individuos, sino que estos son afectados indirectamente. Estas perspectivas afirman que los factores estresantes ambientales logran interferirse con los funcionamientos humano óptimos. Los acontecimientos diarios se creen una fuente de estrés porque provocan permutaciones y exigen que los individuos se adapten a situaciones nuevas y diferentes a sus experiencias anteriores.

Además, debido a que las respuestas al estrés varían de persona a persona y la forma en que un individuo responde a situaciones estresantes varía, estos acontecimientos afectan a cada persona de forma diferente.

Como resultado, no todas las personas se ven afectadas de la misma manera cuando se exponen al igual evento estresante, lo que indica cómo los diferentes rasgos de personalidad influyen en las experiencias del estrés.

Modelo Cognitivista Sistemático: Barraza (2011) presenta estos modelos basados en las teorías previas sustentadas en los supuestos básicos. Estos modelos parten de 02 importantes supuestos como puntos de partidas.

El primero, de carácter sistemático, suponen que el estrés no son una variable, sino conjuntos de variables interrelacionadas.

También integran los procesos que subyacen a estas teorías, que busca percibir los fenómenos en sus conjuntos. En lugar de dividir el sistema en fragmentos característicos, estos enfoques tienden a calcular y estudiarse las relaciones en ambos componentes, considerando los sistemas completos en lugar de la parte individual.

La segunda hipótesis, de caracteres sistémicos, ve a las personas como sistemas que interactúan continuamente con su medio ambiente.

Un individuo que interactúa con el entorno es vista como flujos continuos de entradas y salidas de información para lograrse los equilibrios en los sistemas.

Dimensión estrés académico: Barraza (2007) presentan clasificaciones que dividen el estrés académico ordinariamente experimentado por los estudiantes en sus principales dimensiones.

Medición del estrés: estas áreas se centran en los elementos estresantes valorados en función de todos los aspectos del medio social

del estudiante, incluidas las relaciones con los compañeros de clase, los profesores y las situaciones escolares.

Tamaño de los síntomas: Los síntomas vienen en diferentes tamaños. A nivel físico pueden provocarse síntomas como tensiones musculares y agotamiento.

A nivel conductual, podemos apreciar cambios en patrones del sueño, alimentación o actividades.

También se manifiesta a nivel psicológico en forma de problemas cognitivos como angustia, irritación o la falta de concentraciones.

Esta dimensión representa las diferentes formas que afecta el estrés a las personas.

Medidas estratégicas: estas medidas se centran en estrategias que se utilizan para afrontar el estrés académico los educandos.

Estas incluyen destrezas de asertividad, gestiones de las tareas, religiosidad, actitudes positivas y resolución de conflictos.

Factores de estrés académico: Carrillo et al. (2021), los factores incluyen una serie de componentes que crean situaciones estresantes para los estudiantes, cuya iniciación se encuentran especialmente en los entornos escolares.

Estos factores se dividen dentro del entorno físico desfavorable, cargas académicas excesivas, problemas o dificultades con los compañeros, interferencia con la tarea, limitaciones horarias en el desempeño laboral, apuros con los educadores, presiones relacionadas con los exámenes, etc., escasas motivaciones para desarrollar las tareas.

Juntos, estos componentes favorecen a las creaciones de circunstancias estresantes en los entornos educativos.

Según Polo et al (1996), se han reconocido varios constructos estresantes para comprenderse los estresores concretos de los contextos educativos y del estrés escolar en particular.

El factor estresante se concentra en el estrés académico e incluyen una variedad de factores relacionados al estrés.

Estos factores estresantes académicos contienen tener que ir al escritorio durante las clases, participar activamente en ellas, clases excesivas, no poseer suficiente tiempo para hacer las tareas, trabajo académico excesivo, competencia entre pares y organizar tareas, colaborar y completar tareas compulsivas posibles.

Presentación de otros temas. Estos componentes favorecen a la creación de contextos verdaderamente estresantes en contextos académicos.

Síntoma del estrés académicos: Según Trianes (2022, citado en Barraza, 2,007), los síntomas sobre el estrés académico pueden dividirse en 03 principales categorías sobre reacciones: La reacción física incluye fatigas crónicas, dificultades para dormir, hiperventilaciones, disminución de las ganas de comer y el dolor de cabeza.

Los síntomas psicológicos incluyen desolación, conmoción exaltada, angustia, necesidad de incomunicación y aumenta la irritación.

Finalmente, en las categorías conductuales se distinguen por patrones como son retraimientos sociales y las agresiones.

Estas diversas respuestas reflejan las complejidades de los síntomas del estrés académicos y se manifiestan en otros aspectos del bienestar del estudiante.

Según Trianes (2022; Barraza, 2007), en el estrés académico el síntoma más asociado incluye amplias gamas de manifestaciones, como dificultad para dormirse o insomnios, dolores de cabeza, fatiga, complicaciones gastrointestinales, tic nervioso, gripe frecuente y anomalías físicas.

Pesadez, dolores de espalda entre otras sintomatologías asociadas. Este síntoma físico demuestra cómo el estrés académico afecta de diversa manera la salud física de los estudiantes.

Según Trianis (2007), síntomas psicológicos, incredulidad, paz, tristeza, dolor, dolor, síntoma psicológico no resueltos.

Emociones impredecibles, inútiles, pesimismo, futuro, concentración, incertidumbre, tristeza, mala autosensación, estímulos apasionados e intensos.

Trianes (2007, Barrase, 2022), síntomas de comportamiento concernientes con el estrés, la autointeligencia, la gestión de los automóviles, la responsabilidad y la responsabilidad y, a diferencia de otros alimentos u otros alimentos, negligencia, el cuidado de los automóviles de otros, autoconfianza, autocontrol, nacionalización, requisitos, responsabilidad, responsabilidad y responsable.

Según French y Kahn (1962), sobre el desarrollo del estrés académico: estos enfoques, basados en una perspectiva socioecológicas,

consideras un conjunto de variables las que pueden establecerse como conjuntos relacionada entre ellas.

Estos enfoques también reconocen las características ambientales principales para determinarse el bienestar humano.

Las personas perciben objetivamente sus entornos y así se forma un adecuado entorno psicológico.

Belloch et al. (1995) El estrés académico se desenvuelve de forma diferente en cada persona y dependen de las etapas en las que se encuentren.

Inicialmente, hay un acrecentamiento usual de las activaciones físicas donde se pueden revertirse estos cambios para suprimirse o aliviarse las causas del estrés.

También, durante los períodos de tensiones crónicas o estrés continuo, las sintomatologías pueden persistir y causarse males.

Por ello, es importante detectarse el estrés durante las fases tempranas para evitarse que se cronifique y afecten la salud de los estudiantes.

Campos (2018) describe en cuanto al estrés académico dos aspectos sobre la evolución del mismo.

Primeramente, se centran en circunstancias individuales, incluido los deseos de los educandos de acceder a una educación superior, los fracaso que pueden surgirse por falta de apoyo por parte de los docentes y compañeros, y los problemas con relación con sus pares.

Todos estos componentes favorecen el desarrollo del estrés académico.

En 2do lugar, analizamos los factores contextuales que son influenciados dentro del entorno educativo por las presiones externas, comenzando por las emociones del estudiante, así como la condición física y social dentro del estudiante. Es primordial señalarse que el estrés académico es causado especialmente por los factores estresantes relacionados con las tareas académicas que realizan los alumnos en las escuelas y que estas dificultades logran ocurrir en cualquier nivel de los aprendizajes.

El factor neurológico igualmente influye en las apariciones del estrés académico.

Esto se debe a que el estrés son respuestas biológicas que les ocurre a todas las personas durante el desarrollo de sus vidas y es causada por diversos factores internos y externos que logran causar estrés de diversas maneras. Niveles, como leves, agudos o crónicos.

Las neurologías ayudan a resolver otros tipos de reacciones decorativas y cómo prevenirse el estrés académico, se recomiendan proporcionarse o prevenirse información de estrés erudito, la terapia musical, la relajación, el descanso y la visualización.

Según García (2018), el factor protector para prevenirse el estrés educativo en educandos fueron las identificaciones entre las instituciones y el alumno, una mayor satisfacción con los contenidos de los cursos, una mejor participación académica y una mayor convergencia tecnológicas.

Velázquez y González (2017), además de altos niveles de motivaciones, integraciones y estabilidad, suficientes autoestima y aceptación, Guerrero et al. (2019) afirman que la orientación a través de la

orientación académica ayuda a prevenir efectos psicológicos, especialmente en las primeras etapas del aprendizaje.

Asimismo, cuantos más hijos tenga los estudiantes, mayores serán los riesgos de estrés académico, y cabe destacar algunos factores de riesgo como altas cargas académicas, estudiantes, etc.

Según Castillo et al. (2016), estos escolares presentan problemas de salud mental como angustia, depresión y estrés antes de iniciar sus estudios, estudiantes con promedios bajos, alumnos que abandonan, estudiantes que carecen de proyectos de vida, apoyo relacional y estructural dentro de sus familias.

### 3. HIPÓTESIS Y VARIABLES

#### 3.1. Hipótesis

Debido a que la investigación es descriptivo simple, no requiere hipótesis

#### 3.2. Variables

La presente investigación contó con una variable de estudio: Estrés académico.

**Definición conceptual:** El estrés académico se refiere al estrés psicológicos y emocionales que experimentan los individuos en respuestas a la demanda y presión asociadas con las responsabilidades didácticas. Estas tensiones pueden manifestarse en formas de ansiedades, preocupaciones persistentes e inclusive síntomas físicos como dificultad para dormir y dolores de cabeza. El estrés académico ocurre cuando el alumno descubren que las escuelas les imponen exigencias que exceden los recursos disponibles, afectando tanto los bienestar emocional como los rendimientos académicos.

(Román y Hernández, 2008).

**Definición operacional:** Barraza, A. (2006) Se utilizó el inventario de estrés académico SISCO (Ankajima, L.) para medirse la variable: “estrés académico”, la cual está asociada a una definición operativa. (2017). Consta de 29 artículos y tres dimensiones. Factores estresantes (Artículos: 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.8), Síntomas (Artículos: 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.4.13, 4.4.13, 4.4 .1, 4.15) y estrategias de afrontamiento (artículos: 5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6). Las derivaciones de la lista primero se suman y se dividen por dimensión, donde luego se promedian y se ubican en rangos de intensidades del estrés académico.

<b>Puntuación general - SISCO</b>		
<b>Estrés académico</b>	Bajo	<79
	Promedio bajo	80-90
	Promedio alto	91-99
	Alto	100<
<b>Puntuación – SISCO</b>		
<b>Estresores</b>	Bajo	<20
	Promedio bajo	21-24
	Promedio alto	25-28
	Alto	29<
<b>Puntuación – SISCO</b>		
<b>Síntomas</b>	Bajo	<39
	Promedio bajo	40-46
	Promedio alto	47-54
	Alto	55<
<b>Puntuación – SISCO</b>		
<b>Estrategias de afrontamiento</b>	Bajo	<14
	Promedio bajo	15-17
	Promedio alto	18-20
	Alto	21<

## 4. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

### 4.1. Tipo, nivel y diseño

El enfoque de este estudio es cuantitativo porque es un método cuantitativo y así se logra la validación de los datos, posterior sus análisis y comparación de sus variables.

Para las hipótesis propuestas no se utilizaron estadísticas descriptivas inferidas. (Ñaupas et al., 2011)

Según Maletta (2009), más que cuestionar los conocimientos básicos según la tipología, muy a menudo se considera y se recurre a utilizar una serie de escenarios específicos en el que domina la parte descriptiva.

El nivel de investigación fue técnico simple (Hernández, Fernández y Baptista, 2018).

El estudio es no experimental porque las variables están controladas.

El diseño aplicado es no experimental.

Esto significa un estudio que no pretende alterar ni manipularse los resultados recopilados de la muestra y busca explorarlos en su forma original. (Hernández, Fernández y Baptista, 2018).

## 4.2. Población, muestra y muestreo

### **Población**

La población estuvo formada por grupos de personas pertenecientes a una institución educativa, social, comunitaria o de otro tipo, definida por Carbajal (2007) como un conjunto de visiones posibles similares a los objetos del estudio.

La población estuvo conformada por 588 participantes que pertenecen a la Facultad de Ciencia de la Salud de la UNICA según semestres.

### **Muestra**

Según Velázquez y Rey (1999, p. 219), definen la muestra estudiada como una porción de la población que responde a determinadas condiciones probabilísticas y debe tener un cierto grado de validez.

Las muestras estudiadas fueron determinadas mediante un conjunto finito de ecuaciones, cuya fórmula a continuación se muestra:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{E^2 (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra

n = ¿?

a = Grado de confianza

a = 0,95

Z = Valor de la distribución normal

Z = 1,96

N = Tamaño

N = 588

p = Proporción de la población con la característica de interés p = 0,5

q = Proporción de la población con la característica de interés q = 0,5

e-d = Máximo de errores permisibles E = 0,05

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{e^2 (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$
$$n = \frac{(1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5 \times 588}{(0.05)^2 \times (588-1) + (1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5} = 232$$

Quedando finalmente la muestra compuesta por 232 universitarios como población final pertenecientes a la Universidad.

### ***Muestreo***

El muestreo adoptado en este estudio fue el método probabilístico utilizando las técnicas de muestreos aleatorio simple.

Según (Hernández, Fernández y Baptista, 2018), se define como formas de asegurarse oportunidades justas o igualdad para determinados grupos o población.

### **4.3. Medios de recolección de información**

#### ***Técnica***

Según Carrasco (2009), el procedimiento para recolectar los datos que se utilizaron en nuestro estudio fue la encuesta, la cual es considerado como un procedimiento de investigaciones sociales.

Esto se debe a que permiten una recopilación y recopilación de datos más eficiente y rápida.

Por sus versatilidades, simplicidades, practicidades y objetividades para obtener información.

### **Instrumentos**

El instrumento utilizado consistente fue en una prueba psicométrica estandarizada que puede determinarse los niveles de estrés académico en universitarios, mediante el “Inventario de Estrés Académico SISCO”.

### **Validez y confiabilidad de los instrumentos.**

En el Perú esta herramienta utilizada fue probada, una población similar al estudio actual de Ankajima, L. (2018) Inventario de Estrés Académico SISCO de Estudiantes Universitarios de Trujillo, que incluyó a 845 estudiantes como muestra de ambos géneros y edades entre 18 y 25 años de diversas profesiones universitarias de Trujillo.

Después de una evaluación de expertos basada en índices, confiabilidad y estructura interna altamente satisfactorios de AFC, RMSEA 0,076 se considera aceptable, GFI 0,82 se considera aceptable y CFI 0,84 se considera aceptable.

Como resultado del uso de estadísticas omega, el valor de medida del factor estresante fue 0,85, el valor de medida de los síntomas fue 0,94 y el valor de medida de la estrategia de afrontamiento fue 0,74.

### ***Ficha técnica del instrumento:***

Titulo original:	Inventario del estrés académico SISCO.
------------------	--

Autora	Barraza, A. (2006), Adaptado al Perú por Ancajima, L. (2017)
Objetivo del estudio:	Evaluar los niveles de estrés académico en universitarios.
Procedencia:	México
Administración:	Individual o colectivo /Físico o computarizado
Duración:	15 a 20 minutos
Dimensiones:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estresores</li> <li>- Síntomas</li> <li>- Estrategia de afrontamiento</li> </ul>
Escala valorativa:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nunca (1 punto)</li> <li>- Rara vez (2 puntos)</li> <li>- Algunas veces (3 puntos)</li> <li>- Casi siempre (4 puntos)</li> <li>- Siempre (5 puntos)</li> </ul>

#### 4.4. Procedimiento

Para obtener la información necesaria en este estudio, una determinada presentación comenzó a llevar a cabo este estudio y comenzó a realizar este estudio, logró el permiso para la implementación y el uso del decano y estandarizado con los maestros de otros ajustes del semestre.

El siguiente paso es seleccionar un plan de prueba para usar esta herramienta, ya que cada maestro ha seleccionado Sisco Academy Travel desde Google.

Aquí, los estudiantes solo pueden transmitir a los estudiantes que ya han recibido información basada en información y solo estudiantes que han elegido estudiantes y estudiantes que han aceptado su autoridad en su información.

#### **4.5. Procesamiento de datos**

En este estudio, toda la información recogida se procesó a través de un formulario de Google que requirió estadísticas descriptivas, codificadas según el número de serie de la solución SISCO Student Academic Stress Checklist y se hizo pública en las bases de datos.

El paquete estadístico SPSS-25 en una hoja de cálculo Excel 2018 toma en cuenta las 02 variables, características sociodemográficas, mediciones e indicadores de las variables para determinación de los niveles de estrés académico de los universitarios de las instituciones educativas mencionadas.

#### **4.6. Aspectos éticos**

Toda la información recopilada se manejó en absoluta confidencialidad, manteniéndose los cuatro principios bioéticos básicos los que a continuación presento:

##### ***Autonomía***

Solo se incluyeron los participantes que voluntariamente aceptaron completar las lista y recibieron inicialmente un documento de consentimiento informado que especificaba el título del estudio, su propósito y un método preciso y claro para completar el cuestionario.

Los inventarios se utilizan para medir las variables con las que trabajamos.

Después de conocer la información mencionada anteriormente, los participantes tienen derecho a decidir de forma independiente si participan o no en la encuesta.

### ***Benevolencia***

Los participantes del estudio fueron los primordiales beneficiarios de la herramienta antes mencionada ya que les permitieron el poder identificar el nivel de estrés académico el cual se estaban experimentando y tomar medidas oportunas si surgían problemas. Se encontraron niveles altos

### ***No maleficencia***

El instrumento aplicado a muestra, fue manejado en absoluta confidencialidad, para lo cual se les pudo asignar un código para identificarlos y calificarlos de las mismas formas, buscándose así la protección de la identidad de los participantes.

### ***Justicia***

Para la ejecución de nuestro estudio, en todo lo máximo posible se logró tratar sin ningún tipo de discriminación ya sea por sexo, raza, religión, género a todos los participantes.

## 5. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

### 5.1. Resultados

- **Confiabilidad y validez del instrumento**

**Tabla 1**

*Confiabilidad mediante el método de consistencia interna para el cuestionario de estrés académico SISCO, 2022.*

	f	Ítems	$\Omega$
SISCO	29		.946
Estresores	8	3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.8	.912
Síntomas	15	4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 4.10, 4.11, 4.12, 4.13, 4.14, 4.15	.949
Estrategias	6	5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6	.825

*Nota.- f: frecuencia;  $\Omega$ : Coeficiente Omega de McDonald (1999).*

*Fuente: Base de datos (Data de resultados)*

En la tabla 1 se presentan los resultados del análisis de consistencia interna para la escala total y para las dimensiones. En todos los casos se aprecian valores por encima de .70, lo que indica la confiabilidad del test.

**Tabla 2**

*Correlación ítem test del cuestionario de estrés académico SISCO, 2022.*

Dimensiones del estrés académico					
Estresores		Síntomas		Estrategias	
Ítems	R <sub>it</sub>	Ítems	R <sub>it</sub>	Ítems	R <sub>it</sub>
3.1	,540	4.1	,688	5.1	,325
3.2	,668	4.2	,685	5.2	,386
3.3	,647	4.3	,643	5.3	,262
3.4	,692	4.4	,654	5.4	,352
3.5	,724	4.5	,696	5.5	,292
3.6	,644	4.6	,759	5.6	,396
3.7	,673	4.7	,806		
3.8	,701	4.8	,744		
		4.9	,826		
		4.10	,694		
		4.11	,736		
		4.12	,698		
		4.13	,700		
		4.14	,662		
		4.15	,620		

*Nota.- R<sub>it</sub>: Coeficiente de correlación ítem-test*

*Fuente: Base de datos (Data de resultados)*

En la tabla 2 se muestran los reportes del análisis de correlación ítem-test, observándose que todos los reactivos mostraron un valor por encima a .25, lo que señala el ítem mostrando los indicadores de validez adecuados.

- **Distribución de la muestra según variables sociodemográficas**

**Tabla 3**

*Características de la muestra, de los alumnos de una Facultad de Ciencia de la Salud de una Universidad Nacional de Ica, 2022.*

Variable	Categoría	F	%
Sexo	Hombre	186	80.2
	Mujer	46	19.8
Edad	18 – 21	121	52.2
	22 – 24	82	35.3
	25 a más	29	12.5

*Nota.*- f: frecuencia; %: porcentaje.

*Fuente:* Base de datos (Inventario del estrés académico SISCO)

En la tabla 3 se presentan los datos descriptivos de la muestra, lo que indica que uno de cada cinco evaluados fueron mujeres (19.8%) y el resto, hombres (80.2%); además, la mitad tenía desde los 18 hasta los 21 años de edad, mientras la tercera parte, desde los 22 a 24 años, sólo uno de cada cinco tenía de 25 a más años de edad, en conclusión, la gran mayoría de los estudiantes que conformaron la muestra son del sexo masculino y oscilan en edades entre 18 a 21 años.

**Tabla 4**

*Estrés académico que muestran los educandos de una Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad Nacional de Ica, 2022.*

Niveles	Estrés académico		Prueba
	f	%	
Bajo	67	28.9	X <sup>2</sup> =4.034 gl=3 p=.258
Promedio bajo	61	26.3	
Promedio alto	46	19.8	
Alto	58	25.0	

*Nota.- f: frecuencia; %: porcentaje; X<sup>2</sup>: valor del Chi cuadrado; g.l.: grados de libertad; p: significancia estadística basada en la probabilidad.*

*Fuente: Base de datos ("Inventario del estrés académico SISCO")*

La tabla 4 muestra los resultados en cuanto al objetivo general, así, el valor de probabilidad de la prueba Chi cuadrado indica que no hay diferencia significativamente de las proporciones correspondientes al nivel de estrés ( $p > .05$ ). Cabe indicar que la cuarta parte del total de evaluados presentan un nivel alto (25.0%), mientras la quinta parte lo presenta en nivel promedio alto (19.8%). En conclusión, del total de los 232 estudiantes que conformaron la muestra, 58 estudiantes tuvieron altos niveles.

**Tabla 5**

*Estrés académico según dimensión que muestran los alumnos de una Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad Nacional de Ica., 2022.*

Niveles	Síntomas del estrés		Estresores		Afrontamiento del estrés	
	f	%	f	%	f	%
Bajo	76	32.8	41	17.7	46	19.8
Promedio bajo	62	26.7	57	24.6	59	25.4
Promedio alto	49	21.1	51	22.0	87	37.5
Alto	45	19.4	83	35.8	40	17.2
<i>Prueba</i>	X <sup>2</sup> =10.172; gl=3 p=.017		X <sup>2</sup> =16.621; gl=3 p=.001		X <sup>2</sup> =22.586; gl=3 p<.001	

*Nota.*- f: frecuencia; %: porcentaje; X<sup>2</sup>: valor del Chi cuadrado; g.l.: grados de libertad; p: significancia estadística basada en la probabilidad.

*Fuente:* Base de datos (Inventario del estrés académico SISCO)

Los resultados que se muestran en la tabla 5 indican que, según los valores de probabilidad de la prueba Chi cuadrado, existe significativamente diferencias de las proporciones correspondientes a los niveles de cada dimensión (p<.05). Se aprecia el predominio del nivel bajo (32.8%) y promedio bajo (26.7%) en la dimensión *Síntomas del estrés*, mientras se da el predominio del nivel alto (35.8%) en la dimensión *Estresores*, y del nivel promedio alto (37.5%) en la dimensión *Afrontamiento al estrés*. En conclusión, de 232 estudiantes que conformaron la muestra, 83 poseen un nivel alto en la dimensión estresores.

**Tabla 6**

*Estrés académico según dimensiones según el sexo de los educandos de una Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad Nacional de Ica., 2022.*

Variables / dimensiones	Sexo	N	Prueba de normalidad		Rango promedio	Prueba estadística U de Mann Whitney
			SW	p		
General	Hombre	186	.985	.040	122.97	U=30748; p=.003
	Mujer	46	.979	.583	90.33	
D1	Hombre	186	.983	.026	121.84	U=3284; p=.015
	Mujer	46	.983	.744	94.89	
D2	Hombre	186	.985	.044	122.44	U=3173.5; p=.007
	Mujer	46	.978	.511	92.49	
D3	Hombre	186	.966	.000	119.23	U=3770.5; p=.211
	Mujer	46	.951	.050	105.47	

*Nota.*- n: frecuencia; SW: Prueba de normalidad de Shapiro y Wilk (1965); p: valor de significancia estadística; U: Prueba estadística no paramétrica de Mann y Whitney (1947) para comparar dos grupos independientes. D1: dimensión Estresores; D2: dimensión Síntomas; D3: estrategias de afrontamiento.

*Fuente:* Base de datos (Inventario del estrés académico SISCO)

En la tabla 6 se presentan los resultados comparativos del estrés académico general y por dimensiones según el sexo de los estudiantes. Los valores de probabilidad muestran la existencia de diferencias significativas en general y en las dimensiones D1 y D2 ( $p < .05$ ), con mayor evidencia en los hombres respecto de las mujeres. En conclusión, el estrés académico se presenta según los resultados más en estudiantes varones.

**Tabla 7**

*Estrés académico según dimensiones según la edad de los estudiantes de una Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad Nacional de Ica., 2022.*

Variables / dimens.	Edad (años)	n	Prueba de normalidad		Rango promedio	Media	Prueba estadística
			SW	p			
General	18-21	121	.982	.104	---	79.21	F=13.677; p<.001
	22-24	82	.991	.819	---	90.83	
	> a 25	29	.964	.401	---	71.83	
D1	18-21	121	.989	.427	125.73	---	H=3284; g.l.= 2; p<.001
	22-24	82	.966	.029	128.96	---	
	> a 25	29	.935	.076	71.03	---	
D2	18-21	121	.978	.042	121.25	---	H=20.029; g.l.= 2; p<.001
	22-24	82	.991	.841	127.72	---	
	> a 25	29	.958	.287	64.95	---	
D3	18-21	121	.968	.006	117.87	---	H=3.662; g.l.= 2; p=.160
	22-24	82	.981	.281	122.11	---	
	> a 25	29	.862	.001	94.91	---	

*Nota.-* n: frecuencia; SW: Prueba de normalidad de Shapiro y Wilk (1965); p: valor de significancia estadística; F: Prueba estadística paramétrica de Fisher (1950) para comparar más dos grupos independientes "ANOVA de un factor"; H: Prueba estadística no paramétrica de Kruskal y Wallis (1952) para comparar más dos grupos independientes; D1: dimensión Estresores; D2: dimensión Síntomas; D3: dimensión Estrategias de afrontamiento.

*Fuente:* Base de datos (Inventario del estrés académico SISCO)

En la tabla 7 se presentan los resultados comparativos del estrés académico general y por dimensiones, según grupos de edad de los estudiantes. Los valores de probabilidad muestran la existencia de diferencias significativas en general y en las dimensiones D1 y D2 ( $p < .05$ ). En todos los casos, con mayor evidencia en los que tienen de 22 a 24 años de edad. En conclusión, el estrés académico se presenta según los resultados más en estudiantes de 22 a 24 años.

## 5.2. Discusión

Según los Institutos Nacionales de Salud (2022), el 40% de la juventud son de 19 a 26 años en el Perú sufren problemas de salud mental como son la ansiedad y depresión durante la situación del COVID-19, lo que lleva a cambios en el sistema individual de clases en las universidades.

Algunas actividades de aprendizaje, que aún están evolucionando de una modalidad a otra y en forma virtual, tienen un impacto psicológico en los estudiantes.

Está estrechamente relacionado con el contexto en psicología educativa de calidad basada en el desarrollo de la salud mental de los estudiantes, apuntando así al desarrollo sostenible y garantizando la igualdad de oportunidades y una calidad en la educación en los universitarios.

Se presentan los resultados obtenidos de nuestro estudio:

En relación con el objetivo general, el cual fue determinar el estrés académico que muestran los estudiantes de una facultad de ciencias de la salud de una Universidad Nacional de Ica, 2022, se encontró que, el 28.9% (67/232) de los educandos en la facultad de ciencias poseen un bajo nivel de estrés educativo, el 26.3% (61/232) poseen un nivel promedio bajo, el 25% (58/232) poseen un nivel alto y el 19.8% (46/232) poseen un nivel promedio alto.

Sin embargo, estos resultados se contraponen con los encontrados por Sullca (2020) quien determinó que el 9.7% de estudiantes universitarios de enfermería presentaron un nivel leve, un 22.6% un nivel severo y un

67.7% presento un moderado nivel, así mismo, con los encontrados por Ramos (2021), quien obtuvo como principales resultados, donde el 58.8% de estudiantes posee un nivel alto de estrés académico, un 37.6% un nivel moderado y solo un 3.5% un nivel bajo, además, Rojas (2019), encontró como principales resultados que estudiantes de Enfermería que, el 59.7% de estudiantes universitarios poseen un nivel alto, un 29.9% posee un medio nivel asimismo el 10.4% un bajo nivel.

En relación con el 1er objetivo específico, el cual fue determinar el estrés académico que hay en los universitarios, según dimensiones expresadas en síntomas del estrés, estresores y estrategia de afrontamiento, determinó que, el 35.8% (83/232) poseen altos niveles en cuanto a la dimensión estresores, el 32.8% (76/232) poseen bajos niveles sobre la dimensión síntomas y el 37.5% (87/232) poseen un nivel promedio alto sobre la dimensión estrategia de afrontamiento.

Estas derivaciones se asimilan con los encontrados por Sullca (2020), quien determinó que las dimensiones estresores prevalece, la sobre carga de trabajos, sobre la dimensión de los síntomas fue la fatiga crónicas y en cuanto a la otra dimensión estrategia de afrontamiento fue analizar las soluciones, además, Cornejo y Salazar (2018), encontraron que un 22,20% universitarios en una universidad nacional la cual cuentan con bajos niveles en cuanto a las dimensiones estresores, asimismo, un 25.8% de los alumnos pertenecientes a una universidad privada los cuales evidencia niveles medios en cuanto a los estresores, y que un 24.6% de participantes de una universidad poseen niveles bajos en cuanto a la dimensión síntomas, sin embargo, los alumnos de universidad particular presentan un

23.6% evidenciándose altos niveles según dimensión síntomas, asimismo, un 26.5% de estudiantes de una universidad nacional poseen un nivel medio en la dimensión estrategias de afrontamiento, sin embargo, los estudiantes de una universidad privada presentan un 21.0% poseen medios niveles.

En cuanto al segundo objetivo específico, el cual fue comparar el estrés académico de manera general y por dimensiones expresadas en síntomas, estresores, y estrategia de afrontamiento del estrés académico según sexo, se determinó que, un promedio mayor en hombres posee estrés académico siendo este estadísticamente significativo ( $p=.003$ ), así también, en cuanto a la dimensión estresores se evidencio un promedio mayor en hombres siendo este estadísticamente significativo ( $p=.015$ ), así mismo, un promedio mayor en hombres en la dimensión síntomas siendo este estadísticamente significativo ( $p=.007$ ) y un promedio mayores en las mujeres sobre la dimensión estrategia de afrontamiento, asimismo no es estadísticamente significativa por poseer un tamaño de efectos muy bajos ( $p=.211$ ).

Sin embargo, estos resultados se contraponen con los encontrados por Rojas (2019) quien encontró que el 59.7% de estudiantes universitarios poseen un nivel alto, un 29.9% un nivel medio y solo un 10.4% un nivel bajo, así también, el 50.7% de estudiantes mujeres posee un estrés académico de un nivel alto y el 9% en varones, además que, el 44.8% de estudiantes de 20 a 25 años poseen altos niveles de estrés a desacuerdo de un 4.5% en estudiantes de 32 a 37 años. Sin embargo, se asemejan a los encontrados por, Asenjo et al. (2018), determino que en la dimensión

estresores el 64% fue severo en el género femenino y el 77% en el masculino, así mismo, en la dimensión síntomas el 42% fue severo en el género femenino y el 48% en el masculino, además, la dimensión estrategia de afrontamiento se encontraron que un 62% fue severo en el género femenino y el 60% en el masculino.

En relación con el tercer objetivo específico, el cual fue comparar el estrés académico de manera general y por dimensiones expresadas en síntomas del estrés, estresores y estrategias de afrontamiento del estrés académico según edad. Se determinó que un promedio mayor en estudiantes de 22-24 años poseen estrés académico siendo este estadísticamente significativo ( $p < .001$ ), así también, en cuanto a la dimensión estresores un promedio mayor en alumnos de 22-24 años siendo este estadísticamente significativo ( $p < .001$ ), así mismo, en la dimensión síntomas un promedio mayor en alumnos de 22-24 años siendo este estadísticamente significativo ( $p < .001$ ), sin embargo, sobre las estrategias de afrontamiento como dimensión en un promedio mayor en educandos de 22-24 años no siendo este estadísticamente significativo ( $p = .160$ ).

En comparación con los resultados por Tasayco (2019) donde halló que un 42.9% de estudiantes del II ciclo poseen estrés académico en un nivel medio, un 59.1% un nivel medio del III ciclo, un 43.5% un nivel medio del IV ciclo, un 42.9% un nivel medio del V ciclo, un 50% un nivel medianamente alto del VI ciclo. Además, Cornejo y Salazar (2018), encontró que el 29.4% de alumnos de edades de 22-25 poseen un nivel alto de estrés académico, un 28.4% un nivel bajo en alumnos de edades

mayores de 26 años y el 42.4% posee un nivel medio en alumnos de edades menores a 21 años.

Lo señalado guarda relación con la información presentada en el marco teórico, donde, García (2015), menciona que se puede abordar el estrés desde la perspectiva de la teoría fisiológica propuesta por Selye. En esta teoría, es concebido el estrés como respuestas no específicas experimentadas por todos organismos en situaciones que se consideran normales en la vida cotidiana. Desde esta perspectiva, el estrés se manifiesta como un síndrome específico que tiene un conjunto de cambios inespecíficos y variados en cada individuo, así también, Selye (1926, citado en Londoño, 2011), también enfatiza la importancia de no evitar por completo la presencia del estrés, ya que desempeña un papel fundamental en la evitación de situaciones desagradables y en la realización de aquellas que consideramos placenteras. El estrés se considera una respuesta adaptativa natural que se presenta en todos los individuos comúnmente, a menos que no tenga un impacto negativo en su bienestar general.

La pandemia por Covid-19 ha dejado muchas secuelas dentro de la población a nivel general, asimismo los alumnos de las universidades son afectados tanto física y mentalmente, después de este suceso a nivel mundial, muchas cosas no pudieron ser como eran antes, es por ello, la gran importancia de nuestra investigación, que nos permitió el poder determinar un antes, un durante y después del Covid - 19 en los alumnos en su salud mental.

Según los resultados, se puede improvisar posibles causas del estrés académico hallado en los estudiantes, entre los que se destacan el encierro que se vivió durante las primeras olas de pandemia, asimismo, se sumó la permanente amenaza de infecciones causadas por virus, la falta de horas de ocio y entretenimiento propias de la juventud, condiciones que podrían ser motivo de nuevos planteamientos de hipótesis para futuras investigaciones a fin de confirmar estas afirmaciones.

## 6. CONCLUSIONES

**Primera:** Se observa que 25 de cada 100 estudiantes presentan nivel alto de estrés académico. No hay un predominio de una categoría sobre otra respecto a los niveles de estrés.

**Segunda:** Se halló que 2 de cada 10 estudiantes presentan niveles altos en los síntomas de estrés, casi 4 de cada 10 estudiantes presentan niveles altos de estresores, asimismo casi 2 de cada 10 estudiantes presentan alto nivel en la dimensión afrontamiento al estrés.

**Tercera:** Se halló mayores evidencias de estrés académico en los hombres frente a las mujeres, esto no solo se aprecia en la expresión de los síntomas sino también en la susceptibilidad para los estresores, sin embargo, es preciso indicar que no hay diferencias en la forma de afrontar dicho estrés.

**Cuarta:** Los estudiantes universitarios de 22 a 24 años de edad evidencian mayor estrés académico que los demás, ellos mismos presentan mayor promedio en cada dimensión frente a los demás estudiantes de otras edades.

## 7. RECOMENDACIONES

Después de analizar las derivaciones de este trabajo, presenta las siguientes recomendaciones:

1. Se recomienda realizar investigaciones sobre estrés académico relacionándola con otras variables, como por ejemplo habilidades sociales, hábitos de estudio o estilos de aprendizaje.
2. Desarrollar a futuro programas de promoción y prevención de estrés académico, para así de una manera preventiva, poder manejar los problemas de una manera oportuna, tratando así reducirse, sobre todo en los educandos varones, ya que, según los resultados, son los que más sufren de este diagnóstico.
3. Se recomienda, al Servicio de Psicología, realizar contantemente charlas y capacitaciones a los estudiantes y docentes, enfocando su plan de atención en los educandos que poseen afectación psicológica, con temas que incluyan la disminución del estrés académico en la población estudiantil, más aún en las poblaciones de mayor riesgo siendo estas las mujeres.
4. . A nivel metodológico, se sugiere realizar estudios en otras muestras del contexto universitario para corroborar nuestros hallazgos.

## 8. REFERENCIAS

- Aparco, L. (2017). “Factores que desencadenan el estrés académico en los estudiantes de enfermería del III ciclo de la Universidad Autónoma de Ica”. [Tesis para obtener el título de Licenciada en Psicología]. Repositorio Universidad Autónoma de Ica. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/146>
- Asenjo, J., Linares, O. y Diaz, Y. (2021). “Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de Covid-19”. *Revista Peruana de Investigación en Salud*. 5(2): 59-66  
<http://revistas.unheval.edu.pe/index.php>
- Barraza, A. (2006). Inventario del estrés académico SISCO. Ediciones informatizadas.
- Barraza, A. (2007). Estrés académico: un estado de la cuestión. *Revista Electrónica*. [Psicologiacientifica.com](http://www.psicologiacientifica.com). Obtenido de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-232-1-estres-academico-un-estado-de-lacuestion.html>
- Barraza, A. (2011). “La gestión del estrés académico por parte del orientador educativo y el papel de las estrategias de afrontamiento”. *Revista visión educativa lunaes*. Vol. 5 (11). <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4034497.pdf>
- Belloch, A., Sandín, B. y Ramos, F. (1995). Manual de psicopatología (volumen I). Madrid: Mc.Graw Hill. <https://www.redalyc.org/pdf/679/67916259005.pdf>
- Calzadilla, O. (2022). Base neuro educativa del estrés y sus relaciones con los rendimientos académicos. *Rev. Scielo*. 22(79) <http://orcid.org/0000-0003-4322-3098>
- Campos, S. (2018). *Estrés académicos en los alumnos de 1er a 4º ciclo de la “Universidad Autónoma de Ica”*. [Tesis para obtener el título de Licenciada en Psicología]. Repositorio Universidad Autónoma de Ica. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/228>
- Carbajal, Y. (2007). ¿Cómo elaborarse las investigaciones desde los enfoques cuantitativos? Manuscrito: USMP.

- Carrasco, S. (2009). "Metodología de la investigación científica". Ed. San Marcos.
- Castillo, C. Chacón, T y Díaz, G. (2016). "Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud". ScienceDirect Recuperado de <https://bbibliograficas.ucc.edu.co:2152/science/article/pii/S2007505716000491>
- Cornejo, J. y Salazar, R. (2018). "*Estrés académico en estudiantes de una Universidad Privada y Nacional de Chiclayo*". [Tesis para obtener el título de Licenciadas en Psicología]. Repositorio Univ. "Señor de Sipán". <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/4237>
- Emiro, J., Sánchez, O. y Castañeda, T. (2020). "*Estrés académico en estudiantes universitarios*". Revista Psicoespacios de Colombia. 14(24):23-47. [https://www.researchgate.net/publication/341741548\\_Estres\\_academico\\_en\\_estudiantes\\_universitarios](https://www.researchgate.net/publication/341741548_Estres_academico_en_estudiantes_universitarios)
- French, J. y Kahn, R. (1962). Una programación para el estudio industrial y la salud mental. Revista de trabajo y sociedad 1(47). <http://dx.doi.org/10.1111/j.1540-4560.1962.tb00415.x>
- García, F. (2015). "El estrés académico, problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial. *Universidad de Huelva de España*". <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=616829>
- Guerrero, J. Guillén, D. Gálvez, E. Ocaña, Y. y Aguinaga, D. (2019). Componentes predominantes de la acción tutorial en estudiantes universitarios. Propósitos y Representaciones. Recuperado de: <https://bbibliograficas.ucc.edu.co:2149/psychology/docview/2253104401/fulltextPDF/B45A5F3D3E84E97PQ/1?accountid=44394>
- Gutiérrez, D. (2014). "Síntomas de Estrés en Estudiantes de Post Grado. XI Congreso Nacional de Investigación Educativa Ponencia", "*Universidad Pedagógica de Durango*", México. 16, págs. 1-10. <http://www.comie.org.mx/congreso>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2018). *Metodologías de las Investigaciones*. 7ª ed. McGraw Hill.

- Instituto nacional de salud (2022). II Seminario de investigación en salud mental: niños y jóvenes en la pandemia por covid-19. <https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/entre-40-y-30-de-jovenes-de-19-y-26-anos-en-el-peru-presentaron-sintomas-de-ansiedad>
- Kloster, G. y Perrotta F. (2019). “*Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná*”. [Tesis para obtener el título de Licenciada en Psicología]. Repositorio Universidad Católica Argentina. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9774>
- Landeau, R. (2007). “*Elaboración de trabajos de investigación*”. ed. Alfa
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Ediciones Martínez.  
[http://www.moldesmentales.com/otros/mar.htm#:~:text=Lo%20que%20plantea%20Lazarus%20es,%E2%80%9D%20\(Lazarus%20y%20Folkman%2C%201986](http://www.moldesmentales.com/otros/mar.htm#:~:text=Lo%20que%20plantea%20Lazarus%20es,%E2%80%9D%20(Lazarus%20y%20Folkman%2C%201986)
- Londoño, N. (2011). Predictores cognitivos, de personalidad y estrés para síntomas de depresión y ansiedad en estudiantes de primeros semestres de educación superior. *Revista de la Univ. del Norte*.
- Maletta, H. (2009). Metodología y técnica de la producción científica. CEPES- Universidad del Pacifico. <http://cies.org.pe/libros/otrasinvestigaciones>.
- Ñaupas, H., Mejía, E. y Villagómez, A. (2011). “*Metodología de la investigación científica y asesoramiento de tesis. Una propuesta didáctica para aprender a investigar y elaborar la tesis*”. 2da Edición. Lima. Editorial Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Peinado, A. (2018). “*El estrés académico en los estudiantes del último año del Instituto Nacional de Educación, San Pedro Sacatepequez*”. [Tesis para obtener el título de Licenciada en Educación]. Repositorio Universidad de San Carlos de Guatemala. [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29\\_0548.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29_0548.pdf)
- Polo, A., Hernández, J. y Poza, C. (1996). “Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios”. *Rev. de ansiedad y estrés*. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2880918.pdf>
- Ramos, R. (2021). “*Resiliencias y estrés académicos en alumnos de una Universidad privada de Ica, en el contexto emergencias sanitarias*”.

- [Tesis para obtener el título de Licenciada en Psicología]. Repositorio Universidad Autónoma de Ica. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/979/1/Roxana%20Elizabeth%20Ramos%20Calderon.pdf>
- Ramos, M., López, J. y Columba, M. (2020). “*Estrés académico en estudiantes universitarios*”. Rev. de Investigación y Ciencias de la Universidad Autónoma de Aguascalientes de México. <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>
- Román, C. y Hernández, Y. (2008). “El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina”. Rev. Iberoamericanas de Educación, 7 (46), 1-8.
- Rojas, E. (2019). “*Nivel de estrés académico en estudiantes de Enfermería del último año de formación en una Universidad Privada de Lambayeque*”. [Tesis para obtener el título de Licenciada en Enfermería]. Repositorio Universidad Señor de Sipán. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/7119/Rojas%20Agip%20Evelyn%20Raquel.pdf?sequence=1>
- Savory, L. (2016). Mejorar las tasas de graduación universitaria con estrategias de retención de un múltiplo caso de estudio. ProQuest. Recuperado de <https://bbibliograficas.ucc.edu.co:2149/docview/1861987442/4728A39CFBA455DPQ/1?accountid=44394>
- Sullca, G. (2020). “*Estrés académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad “Norbert Wiener”*”. [Tesis para obtener el título de Licenciada en Enfermería]. Repositorio Universidad Norbert Wiener. <http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/handle/123456789/3790>
- Tasayco, E. (2018). “*Estrés académico en estudiantes de Enfermería del I al VIII ciclo de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga de Ica”*”. Rev. de Enfermería Vanguardia.7(2):29-40 <https://revistas.unica.edu.pe/index.php/vanguardia/article/view/203>
- Velásquez, A. y Rey, N. (1999). Metodología de la investigación científica. Ed. San Marcos.

Velázquez, Y. y González, M. (2017). Factores asociados a la permanencia de los estudiantes universitarios caso uamm-ua. ScienceDirect. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0185276017300705>

White, E. (1855). Testimonios para la iglesia. California, USA.

## **ANEXOS**

## ANEXO 1. MATRIZ DE CONSISTENCIA

ALUMNO: TORRES VALENCIA, FLAVIA

ASESOR: Dr. VICTOR EDUARDO CANDELA AYLLÓN

TEMA: ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UNA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA UNIVERSIDAD NACIONAL DE ICA, 2022.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE Y DIMENSIONES
<p>¿Cuál será el nivel de estrés académico en estudiantes de una facultad de ciencias de la salud de una Universidad nacional de Ica, 2022?</p>	<b>General</b>	<b>General</b>	<p><b>Variable:</b> Estrés académico  <b>Dimensión:</b> Estresores  <b>Indicadores:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Competencia</li> <li>- Sobrecarga de tareas</li> <li>- Personalidad del profesor</li> <li>- Evaluaciones</li> <li>- Trabajos</li> <li>- Entendimiento</li> <li>- Participaciones</li> <li>- Tiempo</li> </ul> <p><b>Dimensión:</b> Síntomas  <b>Indicadores:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trastornos del sueño</li> <li>- Fatiga</li> <li>- Dolores de cabeza</li> <li>- Trastornos digestivos</li> <li>- Rascarse</li> <li>- Somnolencia</li> <li>- Inquietud</li> <li>- Depresión</li> <li>- Ansiedad</li> <li>- Concentración</li> <li>- Agresividad</li> <li>- Conflictos</li> <li>- Aislamiento</li> <li>- Desgano</li> <li>- Alimentación</li> </ul> <p><b>Dimensión:</b> Estrategias de afrontamiento  <b>Indicadores:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Afectividad</li> <li>- Planificación</li> <li>- Elogios</li> <li>- Religiosidad</li> <li>- Búsqueda de</li> <li>- Información</li> <li>- Ventilación</li> </ul>
	<p>Determinar el estrés académico que muestran los estudiantes de una facultad de ciencias de la salud de una Universidad Nacional de Ica, 2022.</p>	<p>Predomina el nivel alto sobre los niveles promedio alto, promedio bajo y nivel bajo de estrés académico en estudiantes de una facultad de ciencias de la salud de una Universidad Nacional de Ica, 2022.</p>	
	<b>Específicos</b>	<b>Específicos</b>	
	<p>1) Determinar los estudiantes según dimensiones expresadas en síntomas del estrés, estresores y estrategias de afrontamiento del estrés académico.</p> <p>2) Comparar el estrés académico de manera general y por dimensión expresada en síntomas del estrés, estresor, y estrategia de afrontamiento del estrés académico según sexo.</p> <p>3) Comparar el estrés académico de manera general y por dimensiones expresadas en síntomas del estrés, estresores y estrategias de afrontamiento del estrés académico según edad.</p>	<p>1) Las mujeres evidencian más estrés académico comparadas con los hombres.</p> <p>2) Los que estudiantes que tienen hasta 21 años tienden a mostrar mayor estrés académico comparados con los de más edad.</p>	

DISEÑO METODOLÓGICO	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Tipo de investigación: Aplicada</p> <p>Nivel: Descriptivo</p> <p>Diseño de Investigación: No experimental</p>	<p>Población: Estuvo conformada por 588 universitarios de la facultad de ciencias de la salud de Farmacia y Bioquímica de una Universidad Nacional de Ica, 2022.</p> <p>N = 588</p> <p>Tamaño de muestra: 233 universitarios de una facultad de ciencias de la salud de Farmacia y Bioquímica de una Universidad Nacional de Ica, 2022.</p> <p>Muestreo: Para la presente investigación, la muestra se determinó mediante el muestreo probabilístico, empleándose como técnica de distribución de muestreo aleatorio simple.</p> <p>Criterios de Inclusión:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudiantes que deseen participar en la investigación.</li> <li>- Estudiantes de la facultad de Farmacia y Bioquímica de una Universidad Nacional de Ica.</li> </ul> <p>Criterios de Exclusión:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudiantes que no deseen participar en la investigación.</li> <li>- Estudiantes de otras facultades de una Universidad Nacional de Ica.</li> </ul>	<p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inventario del estrés académico - SISCO</li> </ul>

## ANEXO 2. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

ALUMNO: TORRES VALENCIA, FLAVIA

ASESOR: Dr. VICTOR EDUARDO CANDELA AYLLÓN

TEMA: ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UNA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA UNIVERSIDAD NACIONAL DE ICA, 2022.

VARIABLE 1			
Dimensiones	Ítems	Nivel de medición	Instrumento
Estresores	3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.8	- Nivel bajo - Nivel promedio bajo - Nivel promedio alto - Nivel alto	Inventario del estrés académico - SISCO
Síntomas	4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 4.10, 4.11, 4.12, 4.13, 4.14,4.15	- Nivel bajo - Nivel promedio bajo - Nivel promedio alto - Nivel alto	
Estrategias de afrontamiento	5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6	- Nivel bajo - Nivel promedio bajo - Nivel promedio alto - Nivel alto	

### ANEXO 3. AUTORIZACION DE USO DE INSTRUMENTOS (OPCIONAL)

**Asunto:** Autorización

Victoria de Durango, a 16 de diciembre de 2021

Flavia Torres Valencia  
Estudiante de la Universidad Privada San Juan Bautista  
Presente.

Por medio de la presente me permito autorizarle el uso del Inventario SISCO para el estudio el Estrés Académico. Dicho inventario es de mi autoría y su validación fue reportada en el artículo "Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico" disponible en <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>

Para mayor información al respecto puede consultar el video denominado "Inventario SISCO de estrés académico" disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=NsPEqQs3htg&t=312s>

Esta autorización es para su uso con fines exclusivamente académicos y otorgando los créditos correspondientes de autoría a un servidor.

Sin otro particular por el momento me despido reiterándole las seguridades de mi atenta consideración.



---

Dr. Arturo Barraza Macías

## ANEXO 4. CARTA DE COMPROMISO PARA OBTENER LA MUESTRA



**"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"**

Ica, 10 de octubre de 2022

**OFICIO N°876 -D/FFB-UNICA-2022**

Sr.  
Dr. JUAN SANDOVAL VILCHEZ.  
Director de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Privada  
San Juan Bautista.

Atte.  
Sra. FLAVIA TORRES VALENCIA.  
Estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de la Universidad Privada  
San Juan Bautista filial Ica

**Presente.-**

De mi mayor consideración.

Tengo el agrado de dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo y en atención a la Carta N° 072-2022-PEP5-SB-UPSJB/AI, hacer de su conocimiento que este despacho, otorga la autorización correspondiente, para que la Sra. Torres Valencia Flavia, estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, realice la encuesta a los estudiantes de la Facultad de la Farmacia y Bioquímica, como muestra de estudio en la investigación titulada: Estrés Académicos en Estudiantes Universitarios de la Facultad de Farmacia y Bioquímica de una Universidad Nacional de Ica 2021" para obtener el Título Profesional en Psicología, a fin de proseguir con los requisitos y cumplir con su formación profesional.

Sin otro particular, aprovecho la oportunidad para reiterarle los sentimientos de mi consideración y estima.

Atentamente,

## ANEXO 5. CONSENTIMIENTO INFORMADO

### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA SER PARTICIPANTE EN EL ESTUDIO

El propósito de este trabajo fue “determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de una facultad de ciencias de la salud de una Universidad nacional de Ica, 2022”. Todos los participantes completarán un cuestionario demográfico y se les realizarán diversas preguntas del estrés académico, instrumento relacionado a la salud mental. Su participación en el estudio se dará en un solo momento y es VOLUNTARIA, nadie puede obligarlo a participar si no lo desea. Debe también saber que toda la información que brinde será guardada CONFIDENCIALMENTE, es decir, solo será conocida por las personas autorizadas que trabajan en este estudio y por nadie más.

Si acepta participar en el estudio y registra su código en este consentimiento sucederá lo siguiente:

Para el propósito de esta investigación, todas las preguntas se le están realizando de manera virtual para que sea autoadministrada, es decir, Ud. respondería las preguntas con solo leerlas. La encuesta tiene 20 min. De duración aproximada. Se tienen preguntas con datos demográficos sobre Ud., además de las preguntas del instrumento “Inventario del estrés académico” Sus respuestas serán registradas en una base electrónica provista por la plataforma Formulario Google, la que nos asegura la confidencialidad de sus datos.

Participar en una investigación puede involucrar pérdida de la privacidad. Si bien sus respuestas van a estar en la internet, estamos usando una plataforma segura para almacenar sus datos, los cuales son encriptados y solo los investigadores serán quienes conozcan la información y serán usados con fines de investigación científica. Le aseguramos que la información que proporcione se guardará con la mayor confidencialidad posibles. Su nombre no va a ser utilizado en ningún reporte o publicación que resulte de este estudio.

Le solicitaremos pueda Ud. crear un código de participante. Su nombre y dirección, así como su número de teléfono o dirección de correo electrónico, en caso los proporcione, serían asegurados mediante uso de contraseñas para su acceso.

Algunas preguntas podrían causar incomodidad, pero puede no contestarlas y puede también interrumpir la encuesta en cualquier momento.

Si participa del estudio, ayudaría a la comunidad científica a conocer el estado de algunos aspectos de la salud mental en universitarios, especialmente relacionados al estrés académico. La información que usted proporcione podría ayudarle a usted o a otras personas en la comunidad para conocer su nivel de estrés académico y otros aspectos de la salud mental conociendo tempranamente su estado. Además Ud. puede solicitar los resultados de algunos “test” que haya completado en la encuesta. Finalmente Ud. podrá acceder a información sobre recomendaciones para una adecuada salud mental, disponibles en el link.

<https://forms.gle/9V9eKCVnkiazTtu39>

Este estudio podría ayudar en el futuro a diseñar mejores programas de diagnóstico, o mejorar el manejo temprano del estrés académico y otros aspectos de la salud mental en los estudiantes universitarios.

Usted puede decidir no participar en este estudio.

No habrá una compensación económica por su participación en el estudio. La participación en este estudio en cualquiera de los test realizados no implica algún costo para Ud.

Para este estudio, no realizaremos alguna colección de muestras biológicas. Sin embargo, le consultaremos si Ud. desea ser contactado para futuros estudios que si incluyan muestras biológicas para evaluar marcadores predisponentes relacionados a la salud mental.

Obtener información de un estudio como este puede demorar años, ya que investigar es un proceso largo y complejo. Al final de este consentimiento se le preguntará si desea recibir información de los resultados del estudio (publicaciones y/o exposición global de resultados en eventos científicos).

Las únicas personas que sabrán de su participación son los integrantes del equipo de investigación. Su código de participante será guardado en un archivo electrónico con contraseña u encriptado. No se compartirá la información provista durante el estudio a nadie, sin su permiso por escrito, a menos que fuera necesario por motivos legales y bajo su conocimiento.

En el caso de cualquier consulta relacionada al estudio y su participación, puede contactar al investigador principal del estudio que pertenece a la UPSJB, la estudiante Flavia Torres Valencia al teléfono 957347060 en Pisco, o por correo electrónico a [flavia.torres@upsjb.edu.pe](mailto:flavia.torres@upsjb.edu.pe)

Al participar en este estudio, usted no está renunciando a ninguno de sus derechos. Si tiene preguntas sobre sus derechos como participante en la investigación; puede contactarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la UPSJB que se encarga de la protección de las personas en los estudios de investigación. Allí puede contactarse con el Mg. Antonio Flores, presidente del Comité Institucional de Ética de la Universidad Privada San Juan Bautista al teléfono (01) 2142500 anexo 147 o al correo [ciei@upsjb.edu.pe](mailto:ciei@upsjb.edu.pe), o acudir a la siguiente dirección: Vicerrectorado de Investigación de la UPSJB, Campus UPSJB, Av. Juan Antonio Lavalle S/N (Ex hacienda Villa), Chorrillos, Lima.

Por favor, indique marcando y escribiendo sus iniciales abajo si desea recibir información general sobre el estudio. Es su responsabilidad hacer saber a los investigadores si su dirección y/o teléfono han sido cambiados. La forma de contactar a los investigadores está bajo el rubro “Contacto con los investigadores”

\_\_\_\_\_ Si quiero recibir información general sobre lo que se averiguo con el estudio.

\_\_\_\_\_ No quiero recibir ninguna información.

Nos gustaría invitarlo a participar de futuros estudios sobre la Salud Mental. Si está de acuerdo en que pueda ser contactado en el futuro, los investigadores de la Universidad Privada San Juan Bautista de Lima mantendrán un registro con su nombre, número de teléfono o dirección con la finalidad de contactarlo estudios futuros que podrían ser de su interés y para el cual sea elegible.

Al aceptar ser contactado por un estudio futuro, no estará obligado a participar en el mismo y puede solicitar que su nombre sea retirado de la lista en cualquier momento, sin que sus derechos a recibir cualquier servicio se vean afectados.

Por favor, escriba sus iniciales al lado de "Si" o "No"

\_\_\_\_\_ SI. Deseo ser contactado para futuros estudios de investigación en salud mental, aunque entiendo que este consentimiento no significa que participe en los mismos.

\_\_\_\_\_ NO. Por favor, no me contacten para futuros estudios de investigación.

Como evidencia de aceptar participar de la investigación se requiere que elabore un código personal que nos permitirá además mantener la confidencialidad. El código se elaborará considerando su fecha de nacimiento y sus iniciales.

\_\_\_\_\_

Código del Participante

\_\_\_\_\_

Fecha







181	21	F	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	4	4	3	2	4	2		
182	25	F	1	4	1	3	3	2	3	3	4	4	2	2	1	2	2	3	1	3	1	1	1	2	3	4	3	3	3	2		
183	19	F	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	3	1	3	2	4	4	4	3	2	2	3	2	4	3	4	2	4	3		
184	18	M	3	5	4	4	5	4	3	4	2	3	2	2	4	3	3	4	4	3	4	2	3	4	1	3	4	4	2	3	4	
185	20	F	2	3	2	2	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	2	4	4	3	2	3	2
186	19	M	3	4	2	2	2	3	3	4	2	1	3	1	2	1	2	2	1	3	1	1	3	3	1	1	1	1	2	1	1	
187	19	F	2	5	4	3	4	3	4	4	4	5	3	3	4	5	4	4	5	3	5	3	4	3	3	4	5	2	2	3	3	
188	18	M	2	3	2	3	2	3	3	3	1	1	2	2	2	1	3	2	1	2	1	1	1	1	1	1	4	4	4	3	4	3
189	20	F	4	5	5	4	4	4	3	4	5	4	4	3	5	3	4	4	4	5	3	2	4	3	5	4	4	3	3	4	3	
190	19	F	3	5	4	3	5	3	2	5	2	2	3	1	1	3	3	2	2	3	1	1	1	2	3	3	3	3	3	4	3	
191	19	F	4	5	4	5	4	4	5	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	2	1	3	2	
192	23	F	2	2	2	3	3	3	4	2	3	3	1	1	3	3	2	2	3	3	2	1	2	3	4	4	3	3	1	5	3	
193	20	F	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
194	22	F	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
195	22	F	3	5	4	3	4	3	3	5	5	4	5	5	4	5	5	4	4	4	5	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	
196	30	M	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	
197	23	F	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	3	2	3	2	
198	23	F	5	4	4	4	4	3	3	5	3	3	3	2	2	2	3	4	4	2	2	1	1	1	3	4	4	3	3	3	3	
199	20	F	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
200	21	F	4	4	5	3	3	5	3	5	3	3	3	4	5	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	1	2	4
201	22	F	3	5	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	
202	22	F	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
203	21	F	4	4	4	4	4	3	3	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3	3	3
204	21	F	2	5	3	4	5	5	4	5	2	4	4	4	5	5	5	5	5	3	4	2	4	4	4	2	3	3	2	4	3	
205	20	F	4	4	5	4	5	5	5	5	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	
206	18	F	1	3	2	2	2	4	2	2	2	3	2	3	1	3	2	2	2	4	1	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	
207	21	F	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
208	28	F	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	
209	20	F	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	
210	21	F	3	5	5	5	5	5	3	5	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	
211	20	M	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	
212	24	M	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	4	4	3	2	4	3
213	20	M	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	
214	20	F	3	4	4	5	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
215	21	F	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	2	1	3	2	3	3	4	2	3	3	
216	20	F	5	5	5	3	4	3	3	2	3	4	2	3	5	5	4	3	4	3	4	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	
217	22	F	2	4	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	5	4	4	5	5	4	4	3	5	4	3	3	2	2	1	3	1	
218	22	M	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
219	21	M	2	2	3	3	2	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	
220	21	F	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	
221	27	F	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	1	1	3	1	3	3	3	3	2	2	2	1	3	4	4	1	2	1	
222	21	F	3	4	3	4	3	3	4	4	5	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	
223	20	M	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	
224	22	F	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
225	22	F	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	5	4	4	4	4	3	
226	24	F	3	3	3	3	2	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	
227	21	F	2	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	
228	21	M	1	3	2	3	1	3	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	4	1	1	1	3	1	3	1	5	1	4	1	
229	23	M	3	3	3	3	5	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	
230	21	F	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	3	3	4	2	4	3	3	
231	20	F	3	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	2	4	3	
232	24	F	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	5	5	3	5	3	3	5	5	2	2	5	2	