

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



**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS  
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA  
SÉPTIMO – OCTAVO CICLO UNIVERSIDAD  
PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA  
CHORRILLOS  
JUNIO 2018**

**TESIS**

**PRESENTADA POR BACHILLER  
JESÚS EDUARDO CHAMORRO HERRERA**

**PARA OPTAR TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

**LIMA – PERÚ  
2020**

**ASESORA DE TESIS: MG. NORMA ZOILA CORDOVA DE MOCARRO**

## **AGRADECIMIENTO**

### **Al todo poderoso**

Por ser mi guía, durante toda mi trayectoria académica como estudiante de pre grado e interno de enfermería; otorgándome fuerza de voluntad y seguridad en el desempeño de las prácticas clínicas - comunitarias.

### **A la Universidad Privada San Juan Bautista**

Por facilitarme el espacio y colaborar activamente en la ejecución del presente estudio, a la vez por hacer de mí una gran persona y permitir la oportunidad de pertenecer a la comunidad universitaria a nivel estudiantil.

### **A la Escuela Profesional de Enfermería**

Por otorgarme el apoyo de docentes especialistas respecto a la línea de investigación.

### **A mi asesora**

Por su apoyo incondicional, por brindarme su tiempo, por sus enseñanzas, motivaciones, elogios, apreciaciones durante la asesoría y críticas necesarias para la culminación del presente estudio mediante observaciones, sugerencias y recomendaciones.

## **DEDICATORIA**

A mis padres: Nolberto y Victoria por ser pilares fundamentales en todo momento, por sus apoyos incondicionales que me brindaron en toda mi etapa académica del pre grado. A mi hermana Anyela, motivo a seguir adelante y escalar nuevos peldaños a futuro.

## RESUMEN

**Introducción:** Los estudiantes de enfermería suelen presentar diversos signos y síntomas de estrés a causa del afrontamiento inadecuado y al escaso uso de estrategias como medidas de confrontación ante la resolución del problema en diferentes estados de tensión. **Objetivo:** Determinar las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en los estudiantes de enfermería del séptimo - octavo ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista – Chorrillos, junio 2018. **Metodología:** Enfoque cuantitativo, diseño no experimental, nivel descriptivo y de corte transversal. La muestra estuvo constituida por 60 estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo. Se aplicó como técnica la encuesta y el instrumento el “Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE) de Sandín B. y Chorot P. (2003)”. **Resultado:** El 82% de los encuestados presenta un afrontamiento regular, 15% inadecuado y 3% adecuado. El 77% evidencia un afrontamiento regular según la dimensión enfocado en el problema; a igual que la dimensión enfocado en la evitación 66% y adecuado según dimensión enfocado en la emoción 71%. Respecto a los indicadores el 67% manifiesta utilizar muchas veces la reevaluación positiva y no suelen utilizar la religión 60%. **Conclusiones:** Los estudiantes de enfermería en su mayoría muestran un afrontamiento regular en cuanto a las dimensiones y en su totalidad.

**PALABRAS CLAVE:** Estrategia de afrontamiento, estudiantes de enfermería, estrés académico.

## ABSTRACT

**Introduction:** Nursing students usually present various signs and symptoms of stress due to inadequate coping and the limited use of strategies as confrontational measures when solving the problem in different states of tension. **Objective:** To determine the coping strategies against academic stress in the nursing students of the seventh and eighth cycles of the Private University San Juan Bautista - Chorrillos, June 2018. **Methodology:** Quantitative approach, non-experimental design, descriptive level and cross-sectional. The sample consisted of 60 nursing students from the seventh and eighth cycles. The survey and the "Stress Coping Questionnaire (CAE) by Sandín B. and Chorot P. (2003)" were applied as a technique. **Results:** 82% of the respondents present regular coping, 15% inadequate and 3% adequate. 77% evidence regular coping according to the dimension focused on the problem; as well as the dimension focused on avoidance 66% and adequate according to the dimension focused on emotion 71%. Regarding the indicators, 67% state that they use positive reassessment many times and 60% do not usually use religion. **Conclusions:** Nursing students mostly show a regular coping in terms of dimensions and in its entirety.

**KEY WORDS:** Coping strategy, nursing students, academic stress.

## PRESENTACIÓN

El estrés académico se constituye como la condición psicopatológica más frecuente entre los estudiantes universitarios. La prevalencia es alta y preocupante, debido a que influye en el rendimiento académico, a la vez reduce su desempeño y disminuye su calidad de vida. Esta situación conlleva al uso de ciertas estrategias con el objetivo de restablecer el equilibrio multisistémico, así como obtener la capacidad de resolución de problemas y lograr un afrontamiento adecuado en cuanto al estado de tensión.

La presente investigación planteó como objetivo: “Determinar las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista – Chorrillos, junio 2018”. El propósito del análisis fue brindar información actualizada, que permitirá fortalecer el afrontamiento y el uso de estrategias preventivas ante el estrés académico que promoverá espacios saludables para el desempeño óptimo del sujeto de estudio.

Estructurada por los siguientes capítulos: **Capítulo I:** Hace referencia a la situación problemática, los objetivos, justificación y propósito. El **Capítulo II:** Describe el Marco teórico, antecedentes bibliográficos, base teórica, hipótesis y la definición de términos operacionales. **Capítulo III:** Metodología de la Investigación y otros. **Capítulo IV:** Análisis de los Resultados. **Capítulo V:** Conclusiones y Recomendaciones, finalmente se citan las referencias bibliográficas, bibliografía y anexos correspondientes.

## ÍNDICE

	<b>Pág.</b>
<b>CARÁTULA</b>	i
<b>ASESORA</b>	ii
<b>AGRADECIMIENTO</b>	iii
<b>DEDICATORIA</b>	iv
<b>RESUMEN</b>	v
<b>ABSTRACT</b>	vi
<b>PRESENTACIÓN</b>	vii
<b>ÍNDICE</b>	viii
<b>LISTA DE TABLAS</b>	x
<b>LISTA DE GRÁFICOS</b>	xi
<b>LISTA DE ANEXOS</b>	xii
<b>CAPÍTULO I: EL PROBLEMA</b>	
I. a. Planteamiento del problema	13
I. b. Formulación del problema	17
I. c. Objetivos	17
I.c.1. Objetivo general	17
I.c.2. Objetivos específicos	17
I. d. Justificación	18
I. e. Propósito	19
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b>	
II. a. Antecedentes bibliográficos	20
II. b. Bases teóricas	25
II. c. Hipótesis	39
II. d. Variables	39
II. e. Definición operacional de términos	40



<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN</b>	
III. a. Tipo de estudio	41
III. b. Área de estudio	41
III. c. Población y muestra	41
III. d. Técnica e instrumento de recolección de datos	42
III. e. Diseño de recolección de datos	43
III. f. Procesamiento y análisis de datos	44
<b>CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS</b>	
IV. a. Resultados	45
IV. b. Discusión	50
<b>CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	
V. a. Conclusiones	59
V. b. Recomendaciones	60
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	61
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	76
<b>ANEXOS</b>	77

## LISTA DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>TABLA 1</b> Datos generales de los estudiantes de enfermería séptimo - octavo ciclo Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos, junio 2018	45

## LISTA DE GRÁFICOS

	<b>Pág.</b>
<b>GRÁFICO 1</b> Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico estudiantes de enfermería séptimo - octavo ciclo Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos, junio 2018	46
<b>GRÁFICO 2</b> Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en estudiantes de enfermería séptimo - octavo ciclo según dimensión enfocado en el problema Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos, junio 2018	47
<b>GRÁFICO 3</b> Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en estudiantes de enfermería séptimo - octavo ciclo según dimensión enfocado en la emoción Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos, junio 2018	48
<b>GRÁFICO 4</b> Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en estudiantes de enfermería séptimo - octavo ciclo según dimensión enfocado en la evitación Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos, junio 2018	49

## LISTA DE ANEXOS

	<b>Pág.</b>
<b>ANEXO 1</b> Operacionalización de variables	78
<b>ANEXO 2</b> Matriz de consistencia	80
<b>ANEXO 3</b> Instrumento	83
<b>ANEXO 4</b> Confiabilidad del instrumento – estudio piloto	87
<b>ANEXO 5</b> Informe prueba piloto	89
<b>ANEXO 6</b> Consentimiento informado	90
<b>ANEXO 7</b> Escala de valoración del instrumento	92
<b>ANEXO 8</b> Gráfico final de medición de indicadores de la variable	95
<b>ANEXO 9</b> Tabla matriz	96

## **CAPÍTULO I: EL PROBLEMA**

### **I.a PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

El estudiante de pregrado dentro del entorno universitario atraviesa por extensos y diferenciados periodos de adaptación, se encuentra obligado a desempeñar cambios posteriores en base a los estilos de vida donde se verá rodeado e influenciado por variables externas e internas<sup>1</sup>.

Bajo este contexto la educación básica regular o de nivel superior constituye y representa la manifestación del estrés académico a gran escala a causa de diversos factores como el exceso de actividades académicas, adecuaciones o reajustes, que conllevan a conflictos sociales, familiares o desequilibrios internos; que ponen en vulnerabilidad el padecimiento de periodos de tensión sostenida a largo plazo<sup>2</sup>.

En el 2015, según la Organización Mundial de la Salud (OMS)<sup>3</sup>, “350 millones de personas padecieron de estrés, siendo a futuro el segundo factor de riesgo de adquisición de trastornos psicológicos en el ámbito académico para el 2020”. En Latinoamérica, diversos estudios reportan que los estudiantes presentan estrés moderado, 90% en mujeres y 70% en varones<sup>4</sup>.

Según Flores y Becerra<sup>5,6</sup>, “al afrontar el estrés de manera inefectiva; predispone y genera en el estudiante desórdenes alimenticios, disminución de la concentración, pérdida del interés, fatiga, ansiedad, etc; debido a la incapacidad y desconocimiento de cómo afrontar la situación”. Para Caldera, también el estudiante de enfermería suele sentirse estresado debido a los conflictos sociales o de tipos conyugales; así como deficiencias económicas, prácticas clínicas insatisfechas y expectativas no logradas<sup>7</sup>.

En México, una pesquisa en estudiantes universitarios, evidenció que el 44% presentó regular estrés, frente al 89% como prevalencia, el 78% por sobrecarga de actividades académicas. En relación a las estrategias de afrontamiento, se determinó que las más utilizadas por los estudiantes fue la búsqueda constante del apoyo social (BAS) 41%, en algunas circunstancias recurrieron a la estrategia de focalización en la solución del problema (FSP) 49% y el 56% optó por no utilizar la expresión emocional abierta (EEA) según el CAE<sup>8</sup>.

Una indagación en Colombia, reportó que el 42% de los estudiantes de ingeniería presentaron nivel medio de estrés; en relación a las estrategias de afrontamiento el 41% utilizó con mayor frecuencia la religión, búsqueda de información 40% y la menos utilizada fue los elogios con un 21%; quienes manifestaron un afrontamiento inadecuado debido a la carga académica y exigencias semestrales lo cual repercute de manera negativa sus estados de salud a nivel físico y emotivo<sup>9</sup>.

Otro estudio en Colombia, en estudiantes universitarios evidenció un alto grado de estrés académico 47%, el género femenino prevaleció con un riesgo alto 56%; en comparación al sexo masculino 44%, en cuanto a las estrategias de afrontamiento el 68% utilizó con mayor frecuencia la focalización en la solución del problema, evitación emocional (EVT), reevaluación positiva (REP) 63% y de menor frecuencia fue la búsqueda de apoyo profesional (BAP) 59% como estrategia dentro de los grupos de edades de 18 a mayores de 30 años<sup>10</sup>.

En Argentina un estudio, reveló que la reevaluación positiva (REP) fue de mayor utilidad por los estudiantes universitarios ( $X= 16.20$ ) y de menor frecuencia en cuanto al uso fue la religión (REG) ( $X= 4.15$ ) como estrategia de afrontamiento en quienes bordearon los 29 a 58 años de edad; mientras aquellos que oscilaron entre los 18 a 22 años de edad optaron por utilizar la expresión emocional abierta (EEA)<sup>11</sup>.

Una investigación en Perú, argumentó que el 45% de los estudiantes de enfermería presentaron un afrontamiento inadecuado, 30% regular y 25% adecuado. En cuanto a la dimensión enfocada en la emoción el 20% desarrolló un afrontamiento regular e inadecuado respecto al problema 50%<sup>12</sup>. Otro estudio en Perú reportó, que las estrategias enfocadas en los problemas fueron de mayor utilidad 76% y solo el 2% optó por la evitación<sup>13</sup>.

Un estudio en Pasco, demostró que el 47% de los alumnos de enfermería se expusieron a los estresores académicos a nivel moderado, el 46% afrontó de manera regular, mientras el 42% presentó un afrontamiento inadecuado; en cuanto a los indicadores el 50% optó por utilizar como estrategia de afrontamiento la resolución de problemas, 57% pensamiento desiderativo y 48% reconstrucción cognitiva<sup>14</sup>.

En Arequipa, una investigación reveló que los estudiantes universitarios de las diversas facultades que bordearon entre los 18 a 19 años de edad utilizaron con mayor frecuencia las estrategias de afrontamiento dirigidas a las emociones 54%; en cuanto al resultado global el 46% evidenció un afrontamiento regular respecto al factor emotivo<sup>15</sup>.

En Puno, un estudio demostró que el 68% de los alumnos de enfermería presentó un estrés moderado; en cuanto a las estrategias de afrontamiento el 59% las utilizó a nivel medio, 29% alto y 11% bajo.<sup>16</sup> Otro estudio en Juliaca, estableció que el 80% de los estudiantes de enfermería presentó un nivel de estrés medio. En relación a las estrategias el 21% manifestó un afrontamiento inadecuado<sup>17</sup>.

Una investigación en Huancavelica, demostró que el 8% de los estudiantes de enfermería manifestó un afrontamiento inadecuado tras utilizar las estrategias enfocadas en la evitación; en relación a los indicadores el 7% prefirió la reestructuración cognitiva, 4% apoyo social ante el estrés y el 3% utilizó la expresión emocional ante el agobio<sup>18</sup>.

Para Ticona, cuando el estrés en el estudiante supera los límites deteriora su desempeño académico e incluso genera daños a su salud; por ello recurre al uso de las estrategias para vencer las exigencias y reducir su estado de tensión, aunque la mayoría optan por el afrontamiento inadecuado tras el desconocimiento de ellas<sup>6</sup>. De acuerdo a Acosta, diversos estudios reportan que muchos recurren al manejo emocional del problema como afrontamiento; no obstante, obvian por utilizar medidas de solución al problema evidenciando un afrontamiento inadecuado<sup>19</sup>.

Durante la trayectoria en el pregrado al interactuar constantemente mediante entrevistas informales con los alumnos de enfermería del séptimo y octavo ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista algunos manifestaron lo siguiente: “Desconocemos por completo las estrategias de afrontamiento frente a un evento de estrés académico”, “Tal vez las utilizamos pero desconocemos cuales son”, “Nos sentimos estresados por diversos factores como el exceso de actividades académicas, el incumplimiento de tareas por limitación del tiempo, insatisfacción frente a las evaluaciones, limitación de comprensión y entendimiento de temas de estudio entre otros, debido a los múltiples factores”, “Muchos de nosotros optamos por abandonar la etapa universitaria, algunos reflejamos las manifestaciones del estrés a través de la angustia, la ansiedad, los nervios, la depresión, la irritabilidad”, “También presentamos episodios de pánico, dificultad para concentrarnos y para relacionarnos”, “Algunos optamos por el consumo de hábitos nocivos, estos y muchos otros más son los problemas que comúnmente presenta la población observada”, “Ahora que estamos en séptimo ciclo muchos de nosotros nos sentimos frustrados y desesperados porque llevamos investigación, lastimosamente no contamos con la asesoría adecuada lo cual nos conlleva al estrés y optar por el empleo de estrategias inefectivas”



En vista de lo planteado se formuló la pregunta de investigación:

## **I. b. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista – Chorrillos, junio 2018?

## **II.c. OBJETIVOS**

### **I.c.1. OBJETIVO GENERAL**

Determinar las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista – Chorrillos, junio 2018.

### **I.c.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Identificar las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo, según dimensiones:

- Enfocado en el problema
- Enfocado en la emoción
- Enfocado en la evitación

## **I.d. JUSTIFICACIÓN**

Este estudio es conveniente debido a que el estudiante de enfermería atraviesa por etapas de estrés; derivadas por la exigencia académica, el exceso de trabajos, conflictos sociales, expectativas no cumplidas, problemas familiares, la realización de las prácticas clínica, entre otros, puede conllevar a cuadros depresivos, ansiedad, concentración, desinterés, desórdenes del apetito, etc. Varios emplean el afrontamiento inefectivo y recurren al uso de estrategias inadecuadas como la auto focalización negativa.

Es así que el estudio es de trascendencia social y se verá abordada a nivel internacional y nacional. La investigación pretende servir de marco de referencia para evitar problemas en la integridad física y mental del estudiante mediante el desarrollo de actividades encaminadas al uso adecuado de estas y al afrontamiento correcto para la mejoría en relación a su espacio social.

Los hallazgos contribuirán con el que hacer de enfermería para mejorar el afrontamiento de los estudiantes eficazmente, evitando alteraciones respecto a la salud y bienestar del estudiante. Asimismo, los resultados serán de referencia para el manejo correcto del estrés en el estudiante lo cual permitirá evitar consecuencias no deseadas en el desempeño académico del educando mediante la obtención de nuevos datos.

## **I.e. PROPÓSITO**

Los hallazgos del presente estudio serán alcanzados a las autoridades de dicha casa de estudio a fin de proporcionar información acerca de cómo esta población afronta tanto las demandas académicas propias de la vida universitaria, como las múltiples dificultades a las que están expuestos fuera del contexto académico.

Asimismo, permitirá definir un plan de intervención para los docentes responsables de tutoría y a la Dirección Universitaria de Bienestar para disminuir el estrés; de esta manera contrarrestar los factores estresantes del entorno que generan tensión y reducir el efecto real o potencial que podrían afectar el desenvolvimiento del estudiante.

Al término de esta investigación se espera que la información contribuya a la realización de nuevos estudios y crear instrumentos direccionadas a la variable del presente estudio. Para que el estudiante de enfermería se adapte de manera eficiente a la vida universitaria, y pueda afrontar de forma adecuada los diversos problemas que se les presenten.

## CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

### II.a. ANTECEDENTES BIBLIOGRÁFICOS

#### Internacionales.

Peña E, Pérez R, et al. En México, en el 2018, ejecutaron una investigación con el fin de establecer el **ESTRÉS Y LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO QUE UTILIZAN LOS ESTUDIANTES DE NIVEL SUPERIOR DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE GUERRERO.**

**Metodología:** Nivel descriptivo, de corte transversal y de enfoque cuantitativo. La muestra estuvo integrada por 158 participantes. Se empleó como técnica la encuesta y los siguientes instrumentos “CAE – SISCO”.

**Resultados:** El 44% presentó regular estrés, frente al 89% como prevalencia, el 78% por sobrecarga de actividades académicas según SISCO. En relación a las estrategias, la búsqueda de apoyo social (BAS) prevaleció en cuanto al uso 41%, mientras el 49% prefirió utilizar la focalización en la resolución del problema solo en algunas circunstancias y el 56% optó por no utilizar la expresión emocional abierta (EEA) de acuerdo al CAE. **Conclusión:** Existe un afrontamiento adecuado, y aquellos eventos que inducen al estrés van a depender de la evaluación cognitiva y emocional de cada sujeto<sup>8</sup>.

Piergiovanni L, Depaula P. En Argentina, en el 2018, desarrollaron un estudio para establecer la relación entre la **AUTOEFICACIA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS ARGENTINOS.** **Metodología:** Enfoque cuantitativo, descriptivo y de corte transversal. Se incluyó a 126 universitarios, a través del método no probabilístico en relación a la muestra. Se empleo como técnica de estudio la encuesta e instrumentos la escala de “Autoeficacia General y el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés”. **Resultados:** Se observó que los individuos con edades de 29 – 58 años adquieren altos

niveles de autoeficacia de acuerdo a la EAG. En cuanto al CAE, mostró que la reevaluación positiva (REP) fue de mayor uso por los estudiantes ( $X=16.20$ ); y de menor frecuencia fue la religión (REG) ( $X=4.15$ ) quienes bordearon los 29 a 58 años de edad, mientras aquellos que bordearon con edades de 18 a 22 años optaron por utilizar la expresión emocional abierta (EEA) en algunas ocasiones. **Conclusión:** La mayoría busca confrontar el problema enfocándose en aspectos positivos; pero un grupo menor afronta la situación a través de creencias religiosas como último recurso<sup>11</sup>.

Noreña H. En Colombia, en el 2017, desarrolló su investigación para describir el **NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE INGENIERÍA DE LA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUÍA**. **Metodología:** Tipo descriptivo, de corte transversal y de enfoque cuantitativo. La muestra integró a 203 universitarios. Se aplicó como técnica la encuesta; la “E. COPING e INVEA” como instrumentos. **Resultados:** La mayoría presentó un alto grado de estrés 47%, el género femenino presentó el riesgo más alto 56% tras comparar con el sexo masculino 44% de acuerdo al “Inventario del estrés académico”. En relación a las estrategias se encontró que utilizaron con mayor frecuencia la focalización ante la solución de problemas (FSP) 68%, evitación emocional (EVT) y reevaluación positiva (REP) 63% y de menor frecuencia la búsqueda de apoyo profesional (BAP) 59% como estrategia dentro de los grupos de edades de 18 a mayores de 30 años evidenciando un afrontamiento adecuado según COPING. **Conclusión:** La susceptibilidad al estrés en el sujeto es debido a las exigencias y demandas académicas hacen que estos afronten el problema de manera adecuada<sup>10</sup>.

## Nacionales

Espinoza P, Estrella K. En Perú, en el 2019, desarrollaron un estudio con el objetivo de establecer la relación entre **ESTRESORES ACADÉMICOS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ALUMNOS DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN**. **Metodología:** Enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, correlacional. La muestra estuvo constituida por 203 estudiantes, se aplicó la encuesta; el “Cuestionario Estrategias de Afrontamiento” y el “Cuestionario sobre Estresores Académicos” ambos sometidos a la prueba de confiabilidad - validez. **Resultados:** El 47% de los alumnos de enfermería se expusieron a los estresores académicos a niveles moderados y 38% leves, conforme al segundo instrumento; en relación a las estrategias de afrontamiento el 46% afrontó de manera regular; mientras el 42% presentó un afrontamiento inadecuado, en cuanto a los indicadores el 57% opto por utilizar el pensamiento desiderativo, 48% reconstrucción cognitiva sucesivamente. **Conclusión:** Existe relación entre las variables y se determina un afrontamiento regular ante el estrés<sup>14</sup>.

Sotomayor G. En Perú, en el 2018, ejecutó una investigación para describir las **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTUDIANTE DE ENFERMERÍA ANTE EL ESTRÉS EN LAS PRACTICAS CLÍNICAS**. **Metodología:** De tipo descriptivo, enfoque cuantitativo de corte transversal. La muestra estuvo constituida por 60 alumnos, se utilizó la encuesta como técnica de estudio y el instrumento “Cuestionario de Afrontamiento al Estrés de Sandín – Chorot”. **Resultados:** El 45% de los estudiantes de enfermería presentaron un afrontamiento inadecuado, el 30% desarrolló un afrontamiento regular y solo el 25% presentó un afrontamiento adecuado. En cuanto a las dimensiones el 20% de los estudiantes mostró un afrontamiento regular respecto a la dimensión centrada en la emoción, 40% inadecuado y 33% adecuado; respecto a la dimensión enfocada en el problema el 50% reveló un afrontamiento inadecuado, el 20% regular y 30% adecuado; en relación con la estrategia centrada en el escape y evitación

el 46% inadecuado, 32% regular y 22% adecuado. **Conclusión:** La mayoría presentó un afrontamiento inadecuado<sup>12</sup>.

Amado R, Chávez G. En Perú, en el 2017, llevaron a efecto una pesquisa para describir las **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS QUE UTILIZAN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL TERCER AÑO DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA.** **Metodología:** De corte transversal, enfoque cuantitativo y diseño de tipo descriptivo. Estuvo constituida por 361 estudiantes y se aplicó el muestreo probabilístico. Se empleó la técnica encuesta para la adquisición de datos y el instrumento cuestionario de "BRIEF COPE". **Resultados:** Los estudiantes que bordearon los 18 y 19 años de edad utilizaron a mayor frecuencia las estrategias enfocadas en la emoción 54% y de 20 años optaron por utilizar las estrategias enfocadas en el problema, en cuanto al resultado global el 53% de universitarios utilizó el afrontamiento en dirección a la solución del problema y el 46% al factor emotivo. **Conclusión:** La mayoría no recurre a utilizar la evitación como estrategia frente a la situación de tensión mostrando un afrontamiento regular<sup>15</sup>.

Matamoros E, Paquiyaui R. En Perú, en el 2016, efectuaron un estudio con el objetivo de establecer las **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE HUANCAMELICA.** **Metodología:** Enfoque cuantitativo, corte transversal y de tipo descriptivo. La muestra estuvo totalizada por 172 universitarios; se ejecutó como técnica la encuesta y el inventario de "Estrategias de Afrontamiento". **Resultados:** El 12% de los estudiantes de enfermería optaron por utilizar con mayor frecuencia las estrategias enfocadas en los problemas para afrontar el estrés, el 8% optó utilizar con menor frecuencia las estrategias enfocadas en la evitación, en cuanto a los indicadores el 7% prefirió la reestructuración cognitiva, el 4% aplicó el apoyo social y el 3% la expresión emocional ante el agobio. **Conclusión:** Muchos aplicaron la autocrítica y la autoinculpación, así como la falta de expresión de sentimientos para

disminuir el estrés ocasionando en estos sujetos el encierro ante un problema<sup>18</sup>.

Chávez M, et al. En Perú, en el 2016, efectuaron una indagación para determinar las **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS ACADEMICO QUE UTILIZAN LOS ESTUDIANTES DE UNA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA DE LIMA METROPOLITANA.** **Metodología:** Enfoque cuantitativo, transversal y de tipo descriptivo. La muestra estuvo constituida por 110 alumnos, se aplicó la encuesta y el C. de "BRIEF COPE" como instrumento. **Resultados:** Las estrategias centradas en los problemas fueron de mayor utilidad 76% por los estudiantes evidenciando un afrontamiento adecuado y solo el 2% optó por la evitación; en cuanto a los indicadores el 70% utilizó a mayor frecuencia el afrontamiento activo, seguido por reinterpretación positiva 55% y auto distracción 30%. **Conclusión:** Las estrategias centrados en el problema fueron las más resaltantes lo cual les permite desarrollar un afrontamiento positivo, permite al sujeto reconocer sus habilidades ante la resolución de problemas y reconocer sus competencias<sup>13</sup>.

**Los antecedentes presentados en esta investigación permitirán la observación situacional del problema de estudio enfocándose en investigaciones internacionales y nacionales; al conocer diversas indagaciones permiten encaminar el estudio mediante la visualización de datos estadísticos.**

**Las presentes indagaciones servirán para el empleo de bases conceptuales con criterio científico, así también proporcionará información para la realización de la operacionalización de la variable, el uso de instrumentos que guarde relación con el presente estudio, la formulación de hipótesis y la discusión de resultados obtenidos.**



## **II.b. BASE TEÓRICA**

### **2.2.1. DEFINICIÓN DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO**

Frydenberg y Lewis, afirman que son actitudes cognitivas y comportamentales que el estudiante como respuesta la utiliza ante el problema a fin de lograr su propio equilibrio<sup>20</sup>. López, define como grupo de conductas cognitivas que el estudiante utiliza para poder obtener soluciones ante el exceso de demandas, cargas tensionales y agotamiento de los recursos para su afrontamiento<sup>21</sup>.

Según Lazarus y Folkman<sup>22</sup>, “son comportamientos y esfuerzos cognitivos que aplica el estudiante para el manejo y control de las demandas que le generan desequilibrio emocional”. Folkman, refiere que son acciones propias que el alumno emplea ante el desborde del afrontamiento tras haber perdido el control frente a las demandas situacionales<sup>23</sup>.

Según Frydenberg<sup>24</sup>, Lewis y Lazarus “son actitudes afectivas, conductuales y cognitivas que manifiesta el estudiante ante el afrontamiento del problema como respuesta e intento en suplir su equilibrio tras la perturbación”.

Para Barraza, son aquellas actitudes que los estudiantes utilizan como medios de adaptación progresiva, y las ponen en práctica dentro del contexto universitario ante los sucesos de cambios repentinos debido a la tenaz exigencia académica a lo que son expuestos. Además, señala que los estresores académicos son fenómenos transversales que conducen de manera secuencial a niveles de estrés altos o bajos paulatinamente<sup>25</sup>.

Carver y Scheier, especifican que las estrategias de afrontamiento tienen como competencia disminuir o contrarrestar los estados de tensión y equilibrar el organismo en todos sus aspectos. Asimismo, señalan que el afrontamiento puede ser de tipo disposicional o situacional; en relación a la primera variante indican que es un proceso que suele cambiar de acuerdo al tiempo y según las circunstancias presentes durante el agobio lo cual suele ser algo dinámico, en cuanto a la segunda variante manifiestan que es un estilo incierto<sup>26</sup>.

Según Fernández, estas actitudes cognitivas y comportamentales son relativamente cambiantes conforme a la situación; varía acorde a las vivencias del estudiante a fin de obtener objetivos propios, que conllevan a un afrontamiento circunstancial frente al escenario de tensión<sup>26</sup>. Jacques<sup>27</sup> refiere: “Son esquemas mentales intencionales de respuesta (cognitiva, emocional o conductual) dirigidos a manejar (dominar, tolerar, reducir, minimizar,) las demandas internas y ambientales, y los conflictos entre ellas, que ponen a prueba o exceden los recursos de la persona”.

Según Rodríguez<sup>28</sup> y Marín<sup>29</sup>, “el afrontamiento es un proceso que incluye los intentos para resistir y superar las demandas que el individuo las considera como excesivas; trata restablecer el equilibrio para adaptarse a los nuevos cambios y retos”.

## **2.2.2. DIMENSIONES DE LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO**

### **a. DIMENSIÓN ENFOCADO EN EL PROBLEMA**

Para Martínez y Zupiria, cuando el estudiante pone en práctica a este conjunto de estrategias para confrontar la situación, plantea alternativas con caracteres resolutivas con el objetivo de instaurar el contrapeso de su estado de salud; pone énfasis en la búsqueda de resultados y de apoyo social<sup>30, 31</sup>.

Ceballos, aclara que es un tipo de afrontamiento eficaz porque el educando busca arrasar, eliminar o disminuir los estresores. Se caracteriza por proceder al análisis del problema a través del manejo de información en base a los asesoramientos, así como proponer alternativas de solución y ejecución de acciones que le permite contrarrestar el estrés bajo<sup>32</sup>.

Este grupo abarca a estrategias que en su particularidad son de tipos conductuales que tienen como función accionar de manera explícita y directa ante la situación de problema. Asu vez comprende a los de tipo cognitivo que tiene como función abordar el asunto a través de intentos<sup>32</sup>.

Estas estrategias se enfocan en:

- **Focalización en la solución de problemas (FSP)**

Pérez y Rodríguez, consideran como un afrontamiento positivo, el estudiante busca alternativas para la solución del problema, pero a veces estas no son las adecuadas; busca comprender la situación que le perturba tras creer tener el direccionamiento mediante la comprobación del factor estresante. Intenta encontrar aquellas acciones que agravan o disminuyen el asunto, así como la notación de conductas y actitudes propias del él o de otros<sup>33</sup>.

Para Condori, se distingue por la determinación de acciones enfocadas de manera racional ante problema, y tiene por función obtener resultados positivos y coherentes, además se diferencia porque el individuo al utilizarla intenta encontrar el factor causal y origen de las dificultades permitiéndole plantear o enfocar una gran variedad de actividades con aspectos ordenados y encaminados a soluciones concretas mediante la practica<sup>34</sup>.

Gonzales, señala que el estudiante ahonda el problema y recurre al control tras identificar de manera directa la situación, enfoca una variedad de alternativas de solución y establece medidas de acción para un

afrontamiento adecuado tras observar detenidamente los factores externos<sup>35</sup>.

- **Búsqueda de apoyo social (BAS)**

Para Sandín, es considerado como un afrontamiento positivo, el estudiante busca compartir y sentirse respaldado por su entorno social, busca opinión de par o de personas que perciben como superiores intelectuales para recibir retroalimentación y expresar asertivamente sus emociones negativas; se considera negativa cuando el estudiante se aferra a los comentarios, apreciaciones y suposiciones ajenas reiteradas veces ante los aprietos<sup>36</sup>.

De acuerdo a Condori y Gonzales, el individuo confronta el problema a través de la búsqueda de consejos depositando toda su confianza en familiares, amigos o en personas expertas en el tema para un anejo adecuado de la situación y a la vez expresar sus sentimientos o denotar emociones con el fin de suprimir parcialmente el agobio<sup>34, 35</sup>.

- **Reevaluación positiva (REP).**

Para Sandín, es considerado como un afrontamiento positivo, analiza la situación reiteradas veces y de forma racional; aunque a veces no consigue tener el control de su actitud; intenta modificarlas a través de su estado emocional y comportamiento; el estudiante resignifica los aspectos más positivos de su vida, comprende y descubre nuevas fortalezas para afrontar el problema<sup>36</sup>. Borda, afirma que el individuo se encamina en crear nuevos significados en relación al contratiempo, pretende extraer y rescatar aspectos positivos de la situación <sup>37</sup>.

Según Gonzales<sup>35</sup>, “el sujeto se enfoca en la reestructuración del problema, generando aspectos positivos de la situación, para así dar un mejor punto de vista y entender, descubre situaciones nuevas, incluye a personas,

genera nuevas metas, busca modificar el estado emocional, además de salir airoso y fortalecido de la situación”.

### **b. DIMENSIÓN ENFOCADO EN LA EMOCIÓN**

Para Ceballos, el alumno intenta poner en orden y regular los estresores académicos, que de manera innata trae consecuencias como el desequilibrio emocional y por tanto busca minimizar el impacto para no perder el control del problema<sup>31</sup>.

Álvarez, afirma que es un tipo de afrontamiento cognitivo que tiene como función disminuir el nivel de tensión emocional, el sujeto las utiliza tras percibir el problema como inmodificable, obligándolo interactuar o convivir con los factores y estresores académicos. Tiene la intención de preservar la esperanza a través de un pensamiento optimista y la confianza en sí mismo, se autovalora como un ser desafiante, sin posibilidades al cambio y se considera poco eficiente<sup>38</sup>.

Cortaza y Francisco, indican que estas accionan de manera singular y el estudiante acepta el problema como algo inalterable, por ende, se focaliza en expresar sus emociones y sentimientos ante los demás; sin embargo, en algunas ocasiones actúa bajo represión y perturba el asunto de modo persistente<sup>39</sup>. Estas estrategias se enfocan en:

- **Expresión emocional abierta (EEA)**

Como dice Sandín, es un afrontamiento negativo, el estudiante exhibe de manera liberal sus emociones hacia los demás durante el afrontamiento; expresa de manera continua sus iras y aflicciones para desenlazar la situación. Es funcional cuando logra ordenar sus actitudes o algunas emociones de tipos comportamentales que van dirigidas al aprieto; también suele ser funcional siempre cuando evita las agresiones y desahogos frente a los demás<sup>36</sup>.

Para Condori, cuando el universitario opta por utilizarla intenta controlar el afrontamiento a través de expresiones que van en dirección a otros individuos a causa de las reacciones generadas por el enigma<sup>34</sup>. Gonzales<sup>35</sup>, refiere: “esta estrategia es considerada negativa, ya que el estudiante solo busca el desahogo. Sin embargo, es positiva cuando el sujeto busca mejorar el problema al organizar sus pensamientos y emociones”.

- **Autofocalización negativa (AFN)**

Para Sandín y Chorot, es considerado como un afrontamiento negativo, el estudiante centra las alternativas de solución de manera dañina; engloba aspectos denegantes poco realistas, intenta culpabilizarse en todo momento juzgándose reiteradas veces; suele mostrar constantemente una actitud negativa acompañada de un estado emocional deficiente que impide corregirse a sí mismo ante el fracaso tras afrontar la situación<sup>36</sup>.

De acuerdo a Jiménez, cuando el individuo utiliza esta estrategia no logra en parte alcanzar, admitir y comprender el problema, ya que solo busca evitar el conflicto tras perder el control por lo que es atraído por la indefensión y la resignación<sup>40</sup>. Ghipana<sup>41</sup>, refiere: “el alumno se centra en aspectos y comentarios negativos, se sentencia a si mismo tras sentirse débil, se manifiesta impotente y por último actúa de manera conformista tras no encontrar solución alguna para afrontar el problema”.

### **c. DIMENSIÓN ENFOCADO EN LA EVITACIÓN**

Para Zupiria, cuando el educando opta por utilizar a este conjunto de estrategias tiene como propósito confrontar el problema a través de la oposición como medio de solución y optimiza en absoluto todas las competencias que el posee mediante objetivos claros a base de un pensamiento ambicioso, actitudes de ocio y técnicas de esparcimiento<sup>31</sup>.

Cerna, afirma que el estudiante al dar uso a este conjunto de estrategias pone en acto a técnicas que están encaminadas a la desconexión absoluta con el estado de tensión, centra su atención en actividades que de manera directa no se enfocan a la resolución del problema. Busca alejarse de la crisis situacional, intenta no discurrir en el a través de actividades distractoras para conseguir desligarse del asunto de forma espontánea que a futuro ocasionará estados de ansiedad descontrolables<sup>42</sup>.

Estas estrategias se enfocan en:

- **Evitación (EVT)**

Sandín, considera que es un afrontamiento negativo, el estudiante no busca posibles soluciones, evita enfrentarse al problema de manera directa y en algunas circunstancias busca sostenerse evasivamente frente a las relaciones devastadoras, así como en el consumo de alcohol y drogas, etc.; muchas veces opta por el escape encarnando el asunto y asume las deducciones frente a las determinaciones. Considerada positivo al no realimentar la situación<sup>36</sup>.

Según Becerra, el alumno trata de evitar el problema, obvia todas las alternativas de solución para confrontar la situación; busca enfocarse en diferentes actividades por medio del olvido para así evitar el agravamiento del escenario perturbador<sup>43</sup>. Boullosa<sup>44</sup>, refiere: “este obvia la situación y desvalora las circunstancias buscando situaciones contrarias a modo escape”.

- **Religión (RLG)**

Como dice Sandín, es un afrontamiento positivo, el estudiante encuentra apoyo y bienestar espiritual; reinterpreta la situación y comprende que el apoyo espiritual trasciende y transforma el sentido de su vida, le permite aceptar las interferencias, dificultades e inconvenientes que perturban su

afrontamiento; considerada negativa cuando se utiliza como escape y evitación ante la necesidad del bienestar<sup>36</sup>.

Condory<sup>45</sup>, manifiesta que: “el estudiante busca el apoyo en seres espirituales con la finalidad de solucionar los problemas, suele congregarse en algunas iglesias concibiéndolas como santuarios de salvaciones, eleva oraciones y sobre todo peticiones. Es una estrategia positiva además de interpretar la situación única y especial; permite a la religión formar parte de la solución y la transformación del problema”.

### **Clasificación:**

- **Adecuado**

El sujeto posee como fortaleza la resolución de problemas, tiene el control absoluto de la situación y la capacidad de confrontarla, a su vez goza de la resistencia, propone soluciones, instaura experiencias remotas a favor, busca apoyos externos como medios de salidas para equilibrar su propia salud y las utiliza como herramientas o tácticas en distintos contextos donde exista tensión.

- **Regular**

El individuo tiene como particularidad la percepción ante estímulos inestables y considera de forma parcial el análisis de los sucesos. Toma en cuenta de manera ecuánime las vivencias remotas, los recursos externos e internos, el régimen de valores u otras eventualidades presentes en el momento preciso; será poco funcional y cercana al afrontamiento adecuado siempre cuando el estudiante procura en ajustar sus actividades y emociones, así como dejar de lado a aquellos aspectos de desestimación y de autoinculpación al mínimo.



- **Inadecuado**

Un afrontamiento inadecuado forja ocasiones de estrés agudo que conlleva a medita el tiempo a cuadros de estrés crónico y acrecienta las manifestaciones emocionales y físicas con caracteres negativos, así como la aparición de problemas psicopatológicos tras encontrarse sometido a ciertos estímulos, en estudiante se considera incapaz de enfrentar los inconvenientes y demandas ante las dificultades generadas por la situación; al no superar el estrés recurren a la evitación o algunos terminan aferrándose a creencias propias, así como depender de las opiniones y/o consejos.

### **2.2.3 TEORÍAS Y MODELOS BASADAS AL AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS**

- **Modelo de afrontamiento de Sandín B. y Chorot P.**

El modelo de afrontamiento planteado por Sandín B y Chorot P. señala que todos los impulsos como respuestas de las conductas, comportamientos, actitudes, así como la parte cognitiva son esfuerzos propios que toda persona pone en práctica con el objetivo de confrontar el estrés; ya que un afrontamiento inadecuado produce incomodidad, desequilibrio y desorden a nivel físico y psicológico<sup>46</sup>.

El instrumento que se dará por utilidad para la recolección de datos en la investigación tomó como referencia, guía, modelo y base la teoría de Folkman y Lazarus (1984), a su vez empleó como fundamento estudios desarrollados por Billings y Moos (1982)<sup>47, 48</sup>.

Tras optar como modelo a Billins y Moos; Sandín y Chorot desarrollan la primera versión del instrumento CAE titulada “Escala de COPING” en 1987, plasmada en 3 dimensiones de carácter general: Enfocado al problema, evitación y evaluación. Sin embargo, al ser sometido al análisis factorial Sandín realiza la depuración por resultados inconsistente<sup>49</sup>.

Bonifacio S y Paloma Ch en 1988, ante los resultados inconsistentes encontrados en la primera versión, toman como modelo de referencia para la validación del CAE y modelo al “Ways of Coping Questionnaire” de Lazarus R y Folkman S (1984), cuyo cuestionario pionero en cuanto al afrontamiento permitió atribuir como base teórica y justificación a aquellas estrategias para confrontar el estrés (enfocados en el problema y emoción); no obstante fue vacado por dimensiones inconsistentes por análisis factorial<sup>49, 50</sup>.

En 1990, Sandín y Chorot centraron el CAE en el modelo de cuatro factores de Endler y Parker, y en el CISS “Inventario de Afrontamiento para situaciones estresantes” enfocado en la emoción, tarea y evitación; tras otro análisis factorial se evidenció consistencia entre las dimensiones. Moos y Billings en 1993, en relación a los resultados alcanzados por los autores del CAE durante su validación preliminar, toma como base las dos dimensiones planteadas en el modelo de Folkman y Lazarus; y añade al tercer tipo de afrontamiento enfocado en la evitación<sup>50, 51</sup>.

En 2003, Bonifacio S y Paloma Ch; establecen la versión final del modelo y del “Cuestionario de Afrontamiento al Estrés CAE”, definen a las estrategias de afrontamiento como: “recursos cognitivos y conductuales cuya finalidad es manejar las demandas externas e internas que sobrepasan los recursos del sujeto”. Y en 2013, confiere la validación oficial por análisis factorial cuyos resultados fueron consistentes<sup>50</sup>.

- **Modelo de adaptación de Sor Callista Roy**

El modelo de adaptación de Sor Callista Roy (1984) considera que todo individuo llega a un punto máximo de adecuación o transformación y que los metaparadigmas de enfermería tienen relación entre sí de manera global. Además, destaca cuatro métodos importantes que permite al sujeto llegar a la adaptación mediante vínculos de interdependencia, desempeño de funciones, fisiología y el autoconcepto positivo<sup>58, 59</sup>.

La finalidad del modelo es proporcionar al estudiante mecanismos de resistencias y distintas formas de adaptación que funcionen en beneficio como métodos de barreras y de fortalecimiento que dependerán de ciertos estímulos internos o externos ya sea de caracteres residuales, focales y contextuales<sup>59</sup>.

Para Roy, la enfermera frente a las situaciones de estrés tiene como función principal es de educar al individuo en relación a las técnicas de afrontamiento para contrarrestar los estados de tensión emocional y físicas, antes deberá de identificar aquellos estresores académicos que perturban al estudiante en toda su dimensión lo cual disminuye su capacidad de confrontar la situación<sup>37</sup>.

Otro rol fundamental es lograr en el sujeto la apreciación de las consecuencias y conductas que ocasiona el estrés como la adaptación ineficiente o respuestas inadecuadas<sup>37</sup>. Según la Dra. Roy, una persona consigue la adaptación mediante la adquisición de un conjunto de aprendizaje y de experiencias pasadas; por ende, el profesional de enfermería en relación al individuo deberá de definirlo como un ser independiente, único, exento, solemne y que no puede ser desintegrado de su contexto con facilidad<sup>58</sup>.

La enfermera de acuerdo a Roy y su modelo, efectúa la valoración holística e integral de la persona durante las situaciones de crisis; considera aquellos aspectos importantes como la percepción, el afrontamiento y las expectativas que tiene frente al problema con el objetivo de ayudarlo a conseguir el máximo nivel de adecuación, además, de establecer estrategias efectivas o positivas ante las circunstancias de vulnerabilidad para así promover el afrontamiento adecuado<sup>40</sup>.

El modelo se fragmenta en tres niveles de adecuación: el primero enfocado en la integración que representa todas las funciones vitales denominadas como procesos y aquellas estructuras encaminadas a enmendar las necesidades humanas. El segundo de origen compensatorio, que tiene

como rol restaurar la organización del sistema a través de la búsqueda constante de respuesta de tipo habitacional mediante mecanismos cognitivos y reguladores<sup>37</sup>.

- **Modelo de sistemas de Betty M Neuman**

El modelo de sistemas de la Dra. Betty Neuman (1982), considera que el proceso de atención de enfermería debe ser aplicado desde el primer nivel de atención hasta la terciaria; ya que el enfermero establece un plan de cuidado integral para fomentar las estrategias de afrontamiento que permite en el estudiante contrarrestar el desequilibrio a nivel físico, psicosocial y biológico<sup>59</sup>.

Es así que Neuman, a través de su modelo busca implementar medidas de prevención; ya que todo factor que genera el estrés es atribuido por los individuos como medios de fortalezas, porque les permite conseguir ante los estímulos presentes la seguridad en sí mismo y confrontar la situación mediante sus propias capacidades. Por consiguiente, realizar grandes reajustes en cuanto a la necesidad de la adaptación y el afrontamiento al problema<sup>60</sup>.

Según el modelo, en el primer nivel de atención el enfermero identifica en el estudiante los factores de riesgos, así como las manifestaciones clínicas propias del estrés académico; en el segundo nivel de atención el profesional de enfermería busca reducir los efectos a causa de los elementos estresores mediante el diagnóstico precoz y en el tercer nivel de atención tras disminuir los efectos residuales en el sujeto bajo el cuidado holístico intenta recuperar el bienestar en todas sus esferas<sup>61</sup>.

### **2.2.5. Definición de estrés**

Sandín, define estrés como respuestas propias ante las demandas predisponentes que alteran al organismo.<sup>61</sup> Para Selye, es un síndrome debido a la multiplicidad de síntomas que conllevan a cambios inespecíficos en el sujeto<sup>61</sup>. Lazarus y Folkman, conciben como una percepción propia del sujeto ante su ambiente social como amenaza de su bienestar, tras el agotamiento de recursos para afrontar el problema con eficacia<sup>62</sup>.

Según Barraza<sup>62</sup>, “es la respuesta inespecífica del organismo a cualquier demanda del exterior o del interior del sujeto y pueden darse signos de respuesta en el ámbito físico o emocional”. Cruz, et al, definen como tensión inferior originada cuando el individuo se adapta a las presiones que actúan sobre sí<sup>56</sup>.

### **2.2.6. Definición de estrés académico**

Hans<sup>63</sup>, lo define de la siguiente manera "El estrés es una respuesta física no específica del cuerpo a cualquier demanda, sea está causada por, o resulte de, condiciones agradables o desagradables". Barraza, afirma que es un proceso multisistémico de acontecimientos amenazantes y perturbadores que generan desequilibrio emocional del estudiante ante las exigencias académicas<sup>61</sup>.

Muñoz, considera que es un proceso cognitivo y afectivo que impacta al estudiante tras la percepción del problema; encontrándose en el ambiente estudiantil<sup>30</sup>. Berrio, indica que es una tensión que experimenta el estudiante durante su etapa universitaria donde adquiere conocimiento y aprendizaje<sup>63</sup>. Según Gutiérrez<sup>65</sup>, “es aquella tensión experimentada cuando el estudiante está en un período de aprendizaje y ocurre tanto en el estudio que se realiza de manera individual como el que se efectúa en el aula”.

Barraza<sup>66, 67</sup>, define al estrés académico como: “Un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se presenta cuando el estudiante se ve sometido a contextos académicos o a demandas exigentes que los considera como estresores provocando desordenes que se manifiesta en un conjunto de síntomas obligándolo a realizar acciones para restaurar el equilibrio multisistémico”.

De acuerdo a Sicre, es aquel tipo de desasosiego que tiene por origen a causa de múltiples factores que imponen bajo presión al estudiante a accionar de forma significativa mediante el uso de las capacidades y habilidades propias dentro del contexto ambiental, físico y emocional con el objetivo de abordar el problema en todas sus dimensiones a fin de mejorar el rendimiento académico<sup>68</sup>.

Para Gonzales, este tipo de estrés engloba todos los sucesos cognitivos y emotivos que el educando percata de la impresión generada a causa de factores que desencadenan amenazas, retos y demandas, que conllevan al afrontamiento individual a estadios de ansiedad, tristeza, agobio, ira y preocupación como consecuencia<sup>69, 70</sup>.

### **2.2.7. Síntomas del estrés académico**

Barraza, destaca los siguientes síntomas físicos: Somnolencia, cansancio, fatiga, migraña, dolor de estómago, colon irritable, bruxismo, hiperhidrosis palmar, dolor de espalda, taquicardia, taquipnea, aumento o disminución del apetito, resfríos, disminución frecuente del sistema inmune, insomnio o pesadillas, disfunción sexual, onicofagia, irritabilidad frecuente, temor, desmotivación, ganas de llorar, etc<sup>71, 72</sup>.

Para Barraza, también se encuentran los síntomas conductuales que consisten en los cambios que experimenta el estudiante como las discusiones, aislamiento, automedicación, optar por otras actividades, consumo de cafeína, inasistencia a clases, apatía, consumo de alcohol y drogas<sup>73</sup>.

### **2.2.8. Estresores académicos**

Barraza, reconoce los principales estresores académicos: Falta de tiempo, demandas académicas sobrecargadas, exceso de tareas, ejecución de actividades académicas en tiempo limitado, mantenimiento del rendimiento o promedio académico, evaluación de los docentes, atención a pacientes poco colaboradores, desconocimiento del manejo de los equipos de salud, intervención en público, clima social negativo, deficiencias metodológicas del profesorado y baja autoestima académica<sup>55</sup>.

## **II.c. Hipótesis**

### **II.c.1. General**

**HG:** Las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista frente al estrés académico – Chorrillos, junio 2018; son inadecuadas.

### **II.c.2. Específicas:**

**H1:** Las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo según dimensión enfocados en el problema y evitación frente al estrés académico; son inadecuadas.

**H2:** Las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo según dimensión enfocados en la emoción frente al estrés académico; es regular.

## **II.d. VARIABLES**

- Estrategias de afrontamiento

## II.e. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TÉRMINOS

- **Estrés:** El estrés es considerado como un mecanismo o tipo de respuesta conductual y/o fisiológicas que pone el individuo en marcha tras la exposición a amenazas reales o supuestas que alteran el estado de salud.
- **Estrategias de afrontamiento:** Son acciones o esfuerzos cognitivos y conductuales que realiza el estudiante para manejar los eventos estresores con el fin de llegar a la regulación del estado de tensión y a remediar las emociones asociadas al estímulo presente; lo cual permite al estudiante en enfermería de la UPSJB reducir la carga, restablecer el equilibrio y suprimir la perturbación académica.
- **Estudiante de enfermería:** Sujeto (a) universitario que cursa ciclos académicos en una universidad cuyo objetivo es ser egresado como profesional de enfermería o de la ciencia del cuidado.



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

### **III.a. TIPO DE ESTUDIO**

El presente trabajo de investigación es de enfoque cuantitativo; porque se utilizó métodos estadísticos para la recopilación y exploración de los datos obtenidos para dar respuesta a las interrogantes del estudio<sup>72</sup>. Diseño de no experimental, nivel descriptivo al contar con una sola variable de estudio, por consiguiente, detalla y explica cómo se manifestó el fenómeno y sus componentes; a la vez no se manipuló deliberadamente la variable y se mantuvo la versatilidad; corte transversal debido a que se recopiló el comportamiento de la variable en un tiempo y espacio determinado<sup>67, 68</sup>.

### **III.b. ÁREA DE ESTUDIO**

Se ejecutó y desarrolló dentro de las instalaciones Universidad Privada San Juan Bautista situada en las inmediaciones de la antigua Hacienda Villa - José Antonio Lavalle 257 – Chorrillos; cuenta con 4 facultades y 16 escuelas profesionales, actualmente licenciada por la “Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria” y su “Escuela Profesional de Enfermería” se encuentra acreditada por el “Sistema Nacional de Evaluación, Acreditación y Certificación de la Calidad Educativa”.

### **III.c. POBLACIÓN Y MUESTRA**

El presente estudio contó con la participación de 60 alumnos, donde 33 perteneció al séptimo ciclo y 27 al octavo ciclo de pregrado de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista, la muestra fue determinada por muestreo no probabilístico de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión, por ende, no fue necesario el determinado cálculo por ser una población censal pequeña; por lo tanto, la muestra estuvo constituida por toda la población en general.

**Criterio de inclusión:**

- Alumnos del séptimo y octavo ciclo de enfermería.
- Quienes acepten en firmar el consentimiento informado.

**Criterio de exclusión:**

- Alumnos de otras escuelas profesionales: Medicina Humana, tecnología médica, psicología, derecho, contabilidad, administración de negocios, turismo y hotelería, gastronomía e ingeniería.

**III.d. TÉCNICA E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

Se utilizó como instrumento el “Cuestionario de Afrontamiento del Estrés CAE” de Sandín B. y Chorot P. (2003); confiable por Vinaccia, Tobón, Martínez, Sánchez y Sandín (2013). Confirió validación preliminar en el año 2003 en España, a su vez confirió una validación preliminar en la UANL de Monterrey – México (2007) mediante la consistencia interna y el análisis factorial por Landero y Gonzáles quienes obtuvieron resultados consistentes. Para la validación oficial se sometió al CAE a un análisis factorial en la UNEA de Madrid (2013) dando resultados consistentes, así como una fiabilidad de Cronbach que osciló entre 0.79 a 0.92 según Sandín y Chorot.

Fue revalidado en Trujillo - Perú, en la UCV por Quijano y Calderón (2014) a través de la validez de constructo y de contenido donde cuyas correlaciones oscilaron entre 0.31 a 0.70 y la fiabilidad para prueba total fue de 0.67 según alfa de Cronbach; en relación a las dimensiones la validez osciló entre 0.52 a 0.78. Por consiguiente, adquirió validez en Lima - Perú (2016) en la UCV por Quijano con un grado de concordancia de 100% y 0.5 en la distribución binomial con una confiabilidad de 0.74 según alfa de Cronbach, fue creado con la finalidad de determinar aquellas estrategias de afrontamiento en eventos de agotamiento, tensión, fatiga, ansiedad y

angustia que atraviesa el estudiante dentro de su etapa de vida universitaria.

La técnica empleada en este estudio fue la encuesta, el instrumento que se aplicó para la recolección de datos consta de 3 dimensiones, 7 indicadores y 42 ítem. La dimensión enfocada en el problema comprende los ítems e indicadores: a) FSP: 1, 8, 15, 22, 29, 36 - b) REP: 3, 10, 17, 24, 31, 38 - c) BAS: 6, 13, 20, 27, 34, 41. Respecto a la dimensión enfocada en la emoción comprende los ítems e indicadores: a) AFN: 2, 9, 16, 23, 30, 37 - b) EEA: 4, 11, 18, 25, 32, 39. Por consiguiente la dimensión enfocada en la evitación integra los siguientes ítems e indicadores: a) EVT: 5, 12, 19, 26, 33, 40 - b) RLG: 7, 14, 21, 28, 35, 42 dando un total de 42 ítems.

En relación con el puntaje por cada dimensión se consideró los siguientes niveles: Dimensión enfocada en el problema (adecuado = 49 – 72 puntos, regular = 25 – 48 puntos, inadecuado = 0 – 24 puntos); dimensión enfocada en la emoción y evitación: (adecuado = 33 – 48 puntos, regular: 17 – 32 puntos, inadecuado: 0 – 16 puntos). Dando un puntaje total de la prueba: 168 – 112 puntos = adecuado, 111 – 57 puntos = regular, 56 – 0 = inadecuado. El puntaje por ítem fue en base a la escala de Likert y se tuvo en cuenta los siguientes criterios: 0 = nunca, 1 = pocas veces, 2 = a veces, 3 = frecuentemente, 4 = casi siempre).

### **III.e. DISEÑO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

La técnica y el proceso de recopilación de datos se generó después de completar los trámites respectivos previa solicitud de autorización para el empleo y ejecución del instrumento tras coordinación con las autoridades de UPSJB. Luego de haber trazado los objetivos y beneficios de la investigación se aplicó el instrumento.

### **III.f. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS**

Tras la recopilación de datos bajo control de calidad, se dio por inicio a la tabulación de base de datos mediante la codificación de la variable insertando a la hoja de cálculo de Microsoft Excel 2019 y SPSS-IBM 25. Para la elaboración de gráficos y tablas se utilizó estratigráficos lo cual permitieron discutir, formular recomendaciones y por último las conclusiones.

Los hallazgos permitieron el análisis descriptivo de las finalidades específicas trazadas en el presente estudio que se obtuvo de los estudiantes de enfermería. La interpretación fue en base a los objetivos, marco teórico e indicadores a los indicadores según la prueba Student. Para realizar la siguiente investigación se aplicó los principios bioéticos.

## CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

### IV.a. RESULTADOS

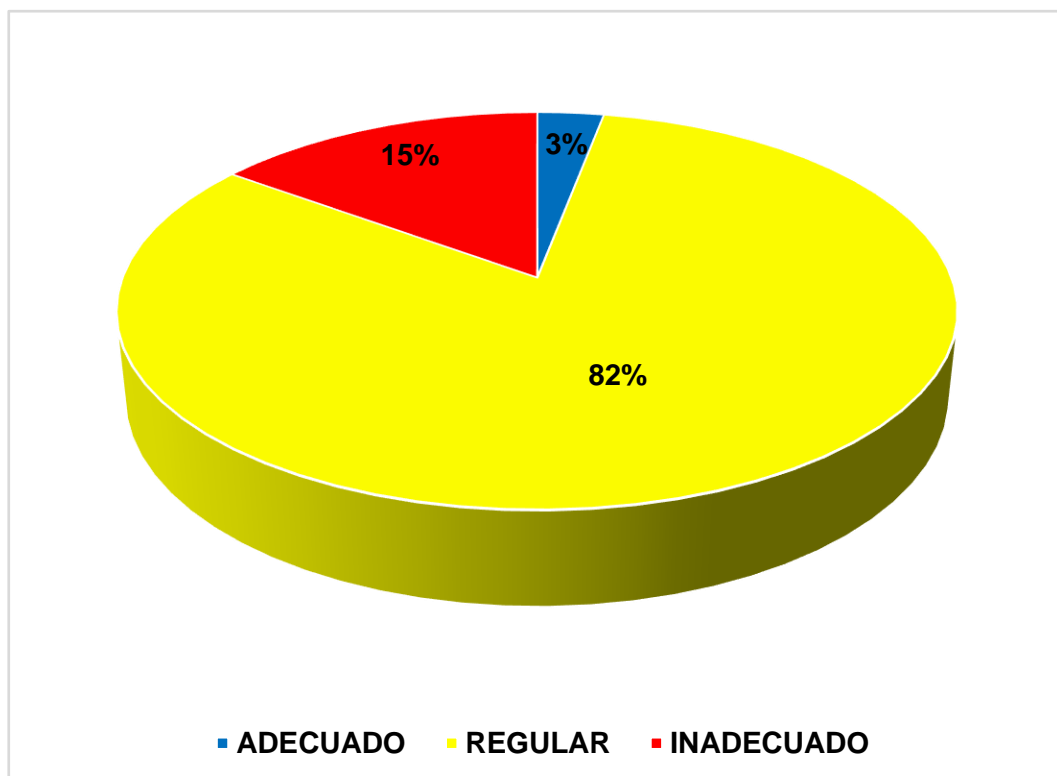
TABLA 1

**DATOS GENERALES DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA  
SÉPTIMO – OCTAVO CICLO UNIVERSIDAD PRIVADA  
SAN JUAN BAUTISTA CHORRILLOS  
JUNIO 2018**

DATOS	CATEGORÍA	N = 60	100 %
Edad	18 – 28 años	47	78
	29 – 59 años	13	22
Género	Masculino	11	18
	Femenino	49	82
Ciclo	Séptimo	33	55
Académico	Octavo	27	45

De acuerdo a los datos generales se observa que la mayoría de los estudiantes de enfermería oscilan entre las edades de 18 a 28 años 78% (47), el 82% (49) con mayor predominio son mujeres y el 55% (33) pertenecen al séptimo ciclo.

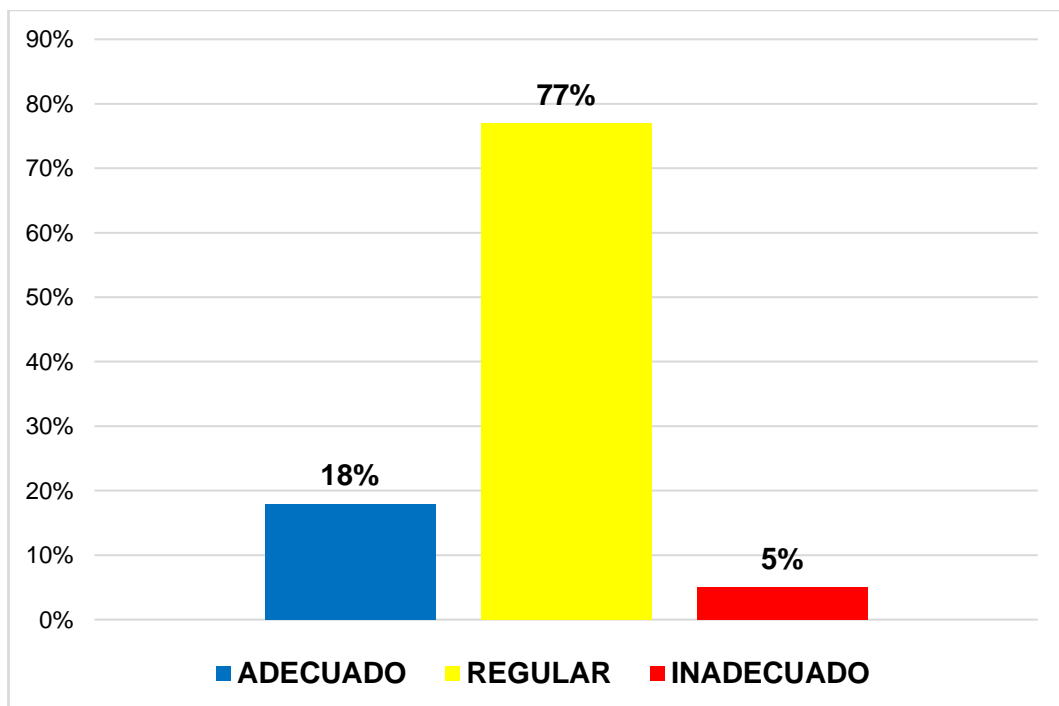
**GRÁFICO 1**  
**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS**  
**ACADÉMICO ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA SÉPTIMO**  
**– OCTAVO CICLO UNIVERSIDAD PRIVADA SAN**  
**JUAN BAUTISTA CHORRILLOS**  
**JUNIO 2018**



El 82% (49) de los estudiantes presentan un afrontamiento regular, seguido por 15% (9) con un afrontamiento inadecuado y por último solo el 3% (2) revelan un afrontamiento adecuado.

## GRÁFICO 2

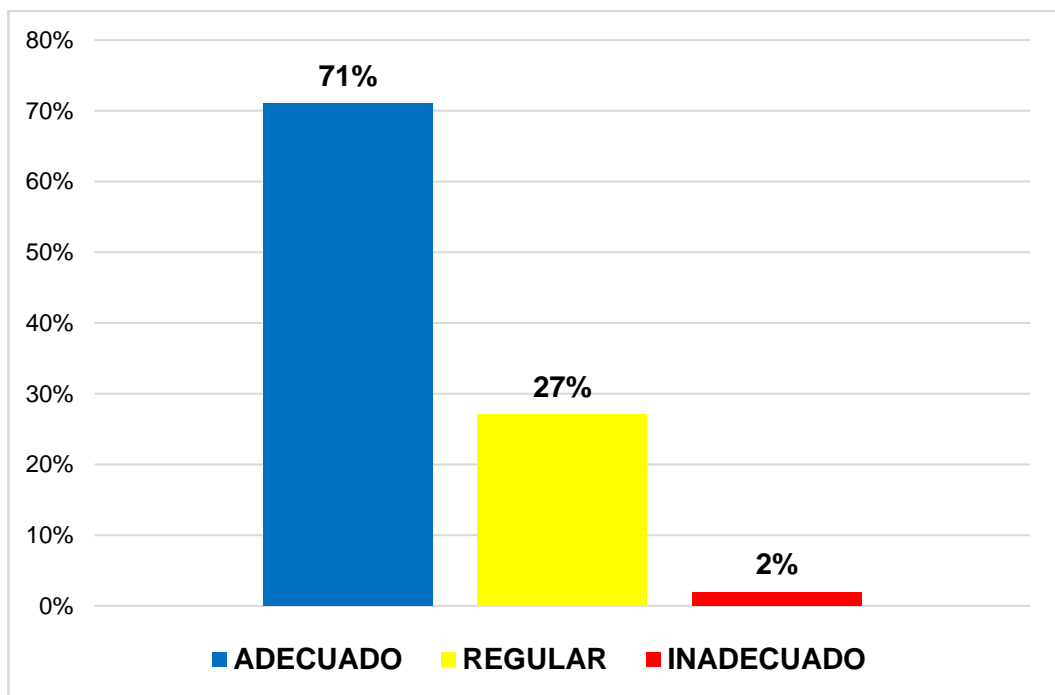
### ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA SÉPTIMO – OCTAVO CICLO SEGÚN DIMENSIÓN ENFOCADO EN EL PROBLEMA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA CHORRILLOS JUNIO 2018



El 77% (46) de los estudiantes evidencian un afrontamiento regular, seguido por 18% (11) quienes presentan un afrontamiento adecuado y el 5% (3) muestra un afrontamiento inadecuado.

### GRÁFICO 3

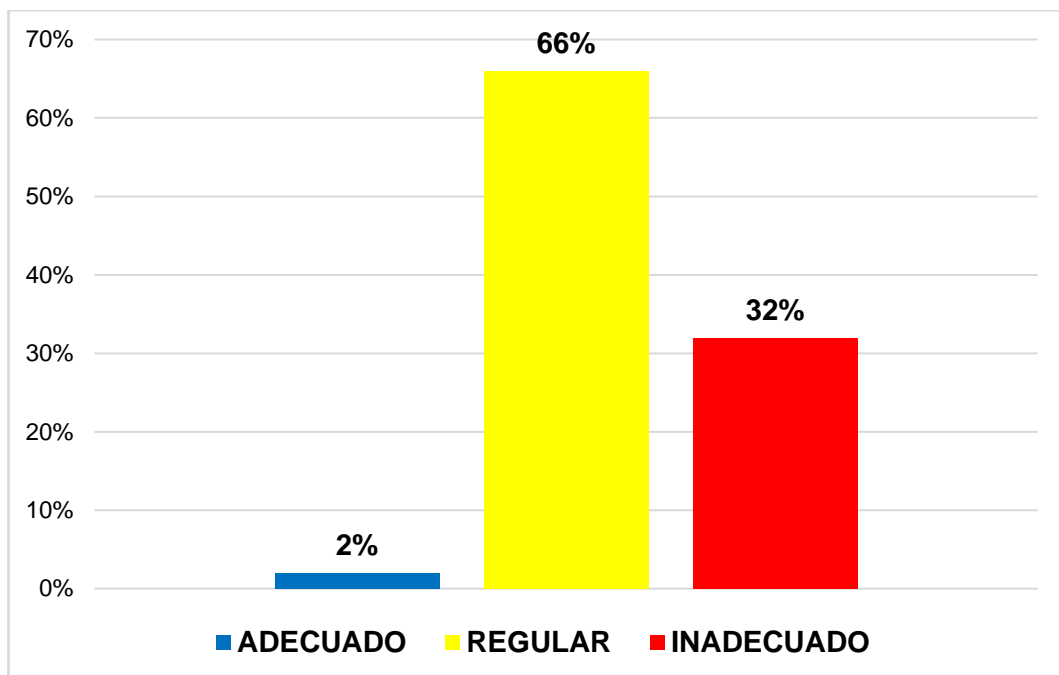
**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS  
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA  
SÉPTIMO – OCTAVO CICLO SEGÚN DIMENSIÓN  
ENFOCADO EN LA EMOCIÓN UNIVERSIDAD  
PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA  
CHORRILLOS JUNIO 2018**



El 71% (43) de los estudiantes de enfermería evidencian un afrontamiento regular, seguido por 27% (16) quienes presentan un afrontamiento adecuado y solo el 2% (1) manifiestan un afrontamiento inadecuado.



**GRÁFICO 4**  
**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS**  
**ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA**  
**SÉPTIMO – OCTAVO CICLO SEGÚN DIMENSIÓN**  
**ENFOCADO EN LA EVITACIÓN UNIVERSIDAD**  
**PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA**  
**CHORRILLOS JUNIO 2018**



El 66% (40) de los estudiantes presenta un afrontamiento regular, seguido por 32% (19) quienes revelan un afrontamiento inadecuado y 2% (1) muestran un afrontamiento adecuado.

#### **IV.b. DISCUSIÓN**

El estrés debido a su complejidad en el ámbito académico produce consecuencias no deseadas en el individuo, esto hace que el afrontamiento al estrés sea considerado como un proceso cambiante, dinámico y dependiente del contexto.

En relación a los datos generales de los estudiantes de enfermería de séptimo y octavo ciclo, se demuestra que la mayoría oscilan entre las edades de 18 a 28 años 78%; siendo el género femenino el más predominante con un 82%. Estos hallazgos se aproximan a lo encontrado por Amado y Chávez, quienes determinaron en su estudio que los estudiantes que oscilaron entre 18 a 19 años optaron por utilizar a mayor proporción las estrategias enfocadas en la emoción 54%<sup>15</sup>. También estos resultados se asemejan a lo evidenciado por Piergiovanni y Depaula, quienes observaron que aquellos estudiantes universitarios que bordearon entre los 18 a 22 años de edad afrontaron al estrés en su totalidad mediante las estrategias enfocadas en la emoción<sup>11</sup>. Ello es acorde con lo que en este estudio se halló.

Para Boullosa, la juventud es una etapa en la vida en la cual el individuo enfrenta profundos cambios, se encuentran vulnerables a grandes riesgos por la inestabilidad emocional, la aparición de conflictos a nivel emocional es frecuente; por ello, surge la necesidad de utilizar recursos centrados en la emoción. Debido al grado de intensidad del estrés suelen utilizar el afrontamiento conductual y hacen poco uso de las estrategias de tipo cognitivas, lo cual es necesario plantear acciones y esfuerzos preventivos en los más jóvenes<sup>43</sup>. Se afirma, que los estudiantes que cuentan con menos edad optan por utilizar en mayor proporción estrategias encaminadas en la emoción mostrando un afrontamiento regular frente al estado de tensión.

Sin embargo, estos hallazgos difieren a lo encontrado por Noreña, en su estudio sobre estrategias de afrontamiento en estudiantes de ingeniería quién demostró que el 59% de los estudiantes dentro de los grupos de edades de 18 a más de 30 años evidenció un afrontamiento adecuado en su totalidad<sup>10</sup>. Desde el punto de vista de Gaeta y Hernández, una persona adulta posee habilidades de autorregulación y motivación para hacer frente al estrés debido a la madurez que les caracteriza como personas; tienen mayor control de sus acciones y optan por las estrategias cognitivas lo cual les permite obtener seguridad a sí mismo para llevar a cabo un afrontamiento adecuado y adaptativo<sup>45</sup>. Esto afirma que los estudiantes que cuentan con más edad o quienes bordean dentro de los 18 a 30 años afrontan la situación de manera adecuada al momento de utilizar en mayor proporción las estrategias enfocadas al problema.

Es necesario que el enfermero brinde consejería en relación a la resolución de problemas mediante el impulso y fomento de la búsqueda de recursos apropiados para disminuir aquellas actitudes negativas, miedos exagerados e inquietudes. Así como también entablar diálogos con el estudiante en cuanto al reconocimiento de las respuestas corporales y emotivas.

Por consiguiente, se determinó que las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en, este estudio, los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo tuvieron un afrontamiento regular 82%, inadecuado 15% y adecuado 3%. Estos hallazgos muestran similitud a lo reportado por Espinoza y Estrella, en estudiantes de enfermería de Cerro de Pasco donde el 46% afrontó de forma regular y 42% inadecuado<sup>14</sup>. Asimismo, estos resultados guardan relación con lo reportado por Sotomayor, donde el 30% de los estudiantes desarrollaron un afrontamiento regular<sup>12</sup>. Para Sandín, cuando el estudiante posee un afrontamiento regular utiliza algunos recursos externos e internos de manera ecuánime, considera algunas experiencias remotas ante los sucesos presentes acompañados de estímulos inestables, procura en ajustar sus acciones y actitudes frente al

estado de agobio que deja de lado a ciertos aspectos de autoinculpación y de autocrítica al mínimo<sup>35</sup>. Esto afirma que la salud de los sujetos del estudio se ven comprometidas al no desarrollar un afrontamiento adecuado, no suelen emplear respuestas cognitivas esperadas frente al entorno debido a la complejidad del problema.

Para el profesional de enfermería esta investigación tiene como fortaleza la relevancia de los resultados, los cuales muestran la necesidad de promover e incentivar el desarrollo de intervenciones educativas y realizar actividades promoción de la salud mental, a través del fomento de información relevante sobre las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en estudiantes de enfermería. Así como promover o incentivar la realización de estudios a futuro de tipo experimental que permitan percibir o comprender que estrategias son óptimas o recomendables. Es por ello que una de las funciones más importantes en el primer nivel de atención que tiene el enfermero es de conservar y reducir los riesgos para mejorar la salud del individuo mediante la motivación, la disposición y la divulgación de información de forma apropiada.

Referente a la dimensión enfocado en el problema se identificó que en los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo prevaleció el afrontamiento regular 77%, adecuado 18% e inadecuado 5%. El estudiante adopta a nivel medio estrategias dirigidas a la resolución del problema, intenta promover un afrontamiento adecuado y beneficioso; busca arrasar, eliminar o disminuir los estresores en base a asesoramientos, así como plantear alternativas de solución con ciertos límites. Sotomayor, quien observó en su estudio que el 50% de los estudiantes de enfermería revelaron un afrontamiento inadecuado, 20% regular y 30% adecuado<sup>12</sup>. Ello no es acorde con lo que en esta investigación se halló. No obstante, estos hallazgos difieren a los encontrados por Chávez, quien evidenció que las estrategias enfocadas en el problema fueron de mayor utilidad por los estudiantes preuniversitarios con un 76%<sup>13</sup>. Asimismo, estos hallazgos discrepan con los resultados obtenidos por Matamoros y Paquiyauri,

quienes observaron que el 12% de los estudiantes de enfermería optaron por utilizar con mayor frecuencia las estrategias enfocados en el problema<sup>18</sup>.

Como expresa Zupiria y Martínez, existe una búsqueda constante de alternativas de solución para confrontar la situación con la finalidad de lograr recomponer el equilibrio multisistémico. El estudiante identifica el evento como algo dañino y amenazante; y para evitar las consecuencias no deseadas ponen acción todos los recursos que posee dirigidas a modificar el estresor con la posibilidad de obtener el manejo adecuado de la situación<sup>29,30</sup>. Se puede afirmar según resultados obtenidos por los autores que el nivel de afrontamiento en los estudiantes fue adecuado, significa que para confrontar estrés optan por acciones de tipo cognitivas con el objetivo de minimizar el impacto; proceso por la cual el estudiante analiza el problema y decide organizar sus ideas o alternativas de solución que plantea durante el suceso dejando atrás proyectos no relacionados al tema.

Frente a los resultados obtenidos en margen a la dimensión enfocado en el problema el profesional de enfermería tiene como rol ayudar al estudiante a identificar todos los sistemas de apoyo que el posee dentro de su entorno; así como identificar aquellos métodos anteriores en el manejo del problema. Asu vez, es necesario que el enfermero ayude a conseguir la resolución del problema de forma constructiva; tal como evaluar los recursos disponibles para lograr los objetivos trazados y por último a reconocer recursos a largo y corto plazo.

Además, es importante que el enfermero comprenda y fortalezca los siguientes aspectos como brindar asesoría y requerir de información sobre las estrategias de afrontamiento con el objetivo de guiarlos a través de nuevas habilidades, planes o metas.

Respecto a la dimensión enfocada en la emoción prevaleció el afrontamiento adecuado 71% en los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo. Este hallazgo concuerda a lo encontrado por Amado y Chávez, quienes demostraron en su estudio que el 54% de los estudiantes universitarios manifestaron un afrontamiento adecuado tras utilizar en grandes proporciones las estrategias enfocadas en las emociones<sup>15</sup>. El estudiante centra sus emociones en absoluto para regular las consecuencias generadas por el estado de tensión, suelen creer que tienen el control total de la situación y es por ello que no recurren a la necesidad de dirigir sus esfuerzos conductuales en dirección a la solución del problema; mediante la regulación del problema incorporan aquellos esfuerzos que modifican el destemple y logran el manejo de ciertos estados emocionales evocados por el acaecimiento tensional, reevalúan de manera conductual el suceso perturbador. Sin embargo, estos resultados discrepan con el estudio de Sotomayor, donde encontró que el 20% de los estudiantes de enfermería mostraron un afrontamiento regular según dimensión enfocada en la emoción<sup>12</sup>.

Para Álvarez, cuando los estudiantes utilizan las estrategias enfocadas en la emoción activan la regulación innata que poseen en cuanto a las consecuencias durante el estado de agobio; perciben el problema como algo difícil de controlar e intentan centrarse en sus emociones para sentirse liberados a través del relajamiento<sup>37</sup>. Se puede afirmar según resultados obtenidos que los estudiantes hacen el intento de notar el suceso negativo como algo positivo mediante la búsqueda de simpatía por parte de quienes lo rodean y logran ser comprendidos. Suelen observar de manera selectiva a aquellos aspectos positivos de su entorno o de sí mismo.

El enfermero ante el manejo de las estrategias encaminadas en las emociones tiende a promover las salidas constructivas en relación a la ira y la hostilidad, a su vez promover el entrenamiento en relación al manejo de las habilidades sociales; así como ayudar al estudiante a evaluar su propio comportamiento y a clasificar los conceptos equivocados, por

consiguiente, instruir técnicas de relajación si resulta necesario. También es indispensable el apoyo en relación a la planificación de actividades a través de la organización de ideas y poder establecer la selección de conductas que hagan el afrontamiento adecuado. Además de evitar que el estudiante se centre en las consecuencias ya que podría existir la probabilidad de afectar a personas que forman parte de su entorno social o familiar y lleguen a ser víctimas del maltrato o la crítica.

De acuerdo a la a la dimensión enfocado en la evitación se obtuvo como resultado un afrontamiento regular 66%, lo cual significaría que los estudiantes ante las presiones causadas por el estrés tienden a huir de los problemas paulatinamente y suelen evitarlos en reiteradas veces mediante la resignación, la aceptación o la búsqueda de alternativas que compensan su gratitud frente aquel comportamiento que va en dirección a la retirada social, busca la descarga de emociones a través de pensamientos ambiciosos y de autocrítica. Estos hallazgos discrepan a lo encontrado por Sotomayor, quien evidenció en su estudio que el 46% de los estudiantes de enfermería presentaron un afrontamiento inadecuado en relación a la dimensión evitación<sup>12</sup>. Asu vez estos hallazgos difieren a la investigación desarrollada por Matamoros y Paquiyauri, quienes encontraron que el 8% de los estudiantes de enfermería optaron por utilizar la evitación quienes manifestaron un afrontamiento inadecuado<sup>18</sup>. Desde la posición de Zupiria, cuando el estudiante utiliza de forma regular la evitación como estrategia para confrontar la situación busca desconectarse de ella de manera espontánea y presta atención de forma parcial a actividades que no están encaminadas a las soluciones; como la distracción o el olvido que posteriormente ocasiona estados de ansiedad y perdida absoluta en cuanto al interés por remediar la crisis<sup>31</sup>.

Se puede afirmar que según resultados encontrados por los autores el estudiante recurre a la evitación como medida de reducción a aquellos esfuerzos de tipos conductuales para confrontar los sucesos conflictivos presentes durante el estado de agobio, emplean un conjunto de actividades

que inducen a la distracción como medio de salida tras no conseguir herramientas necesarias dentro del contexto estudiantil ante las demandas exigidas. En relación a la dimensión enfocada en la evitación es indispensable que el enfermero observe las fortalezas y las habilidades que posee el estudiante relacionados al hecho para identificar cuáles son las causas que desencadenan el estrés, así mismo es necesario fomentar el desarrollo de conductas o actividades de relajación para ayudar a mejorar la calidad del afrontamiento. También el enfermero deberá de brindar apoyo en cuanto al potenciamiento de los recursos internos que suelen utilizar; así evitar, el distanciamiento en relación al problema y por último dar apoyo en cuanto al establecimiento de objetivos realistas.

El modelo de afrontamiento al estrés planteado por Sandín y Chorot, es uno de los más predominantes ante el uso de estas, donde emplean las dimensiones enfocadas en el problema, la evitación y emoción; además, el Dr. Sandín B., es considerado en la actualidad pionero en cuanto a la psicopatología del estrés y del afrontamiento. Para la elaboración del "Cuestionario de Afrontamiento al Estrés - CAE", ambos deciden tomar como base de referencia a los modelos planteados por Folkman y Lazarus, así como la de Parker y Endler.

Por consiguiente, se toma como sustento el modelo de adaptación planteado por la Dra. Sor Callista Roy, quien define a la adaptación como un conjunto de patrones innatos que son adquiridos por el individuo para afrontar aquella situación donde existe el cansancio mental o el agotamiento. Debido a las exigencias académicas acompañadas por una serie de alteraciones o estímulos, busca responder y manejar el periodo de crisis a través de ciertas actitudes que tienen por objetivo alcanzar el dominio, el crecimiento, la trascendencia y la supervivencia. Para Roy, también el afrontamiento es un proceso que se desarrolla a través de las experiencias adquiridas durante el periodo de vida que de cierta forma contribuye a que el individuo tenga la habilidad de responder habitualmente a los estímulos presentes dentro o fuera del contexto.



Del mismo modo Roy, según su modelo resalta que los patrones adquiridos por la persona están constituidos por subsistemas de origen cognitivo y estas guardan relación con la conciencia lo cual les permite procesar información relevante para establecer acciones e ideas de solución. Se puede afirmar que el estudiante al momento de interactuar con los estímulos externos e internos presentes le otorga un valor significativo para así generar las estrategias de afrontamiento.

Cabe resaltar que de acuerdo al modelo de Roy el enfermero debe de distinguir las diferencias que existen entre los estilos y las estrategias; los estilos son aquellas predisposiciones que el estudiante suele hacer frente a las distintas situaciones de la vida cotidiana, mientras las estrategias son acciones específicas que le permiten al estudiante afrontar los múltiples problemas por la cual suele atravesar día a día. Estas se dividen en dos grandes grupos, por un lado, las adaptativas que promueven el bienestar físico y mental a largo plazo, tienen por objetivo regular aquellas emociones negativas, en cambio las desadaptativas tienen por función reducir o minimizar el estrés a corto plazo; sin embargo, conllevan al empeoramiento y a la aparición de efectos perjudiciales a la salud a largo plazo tras prolongar las emociones negativas.

Por consiguiente, se toma el modelo de sistemas de Betty Neuman, es llevada a la praxis con el fin de interpretar el conjunto de manifestaciones clínicas a nivel físico o mental, así como reconocer las causas por la cual el individuo se adapta ante los estímulos presentes. Para Neuman este proceso se encuentra constituida por tres funciones básicas que consisten en: alarma, resistencia y agotamiento. La primera surge al inicio del estado de tensión que tiene como función principal preparar al sistema para adquirir la protección, pero si el agobio permanece se activa el siguiente proceso que consiste en la resistencia y el sistema de inmediato activa los mecanismo de defensa ante los estímulos; no obstante si aquel escenario perdura y ha sido acompañada con episodios de ansiedad inmediatamente

los recursos se agotan, el organismo intenta disminuir y tras permanecer, existe la probabilidad de ocasionar la muerte en el individuo.

De acuerdo al modelo de sistemas se puede afirmar que la conducta del estudiante se da por la constante y dinámica interacción que tiene con los estresores a los que pretende conservar el equilibrio y lograr adecuarse a ella. Con esto Neuman expone que el proceso de cuidado del enfermero tiene que partir desde el primer nivel de atención hasta la terciaria, que corresponde en la identificación de las manifestaciones que presenta el alumno y prestar atención a los factores estresores que pone en riesgo su vida.

## **CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **V.a. CONCLUSIONES**

- Las estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista – Chorrillos, junio 2018, es regular frente al estrés académico; por lo que se rechaza la hipótesis planteada.
- Las estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería del séptimo ciclo y octavo ciclo según dimensión enfocado en el problema y la evitación son regulares frente al estrés académico; por lo que se rechaza la hipótesis planteada.
- Las estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo en cuanto a la dimensión enfocado en la emoción son adecuados frente a estrés académico; por lo que se rechaza la hipótesis planteada.

## **V.b. RECOMENDACIONES**

- Sugerir a las autoridades académicas incorporar en las mallas curriculares cursos o seminarios; así como programas de intervención para la enseñanza de nuevas y mejores estrategias de afrontamiento para fortalecer los conocimientos en los estudiantes a fin de prevenir consecuencias en la salud.
- Sugerir a las autoridades de la Escuela Profesional de Enfermería en coordinación con el personal de salud, establecer sesiones educativas enfocadas al uso adecuado de las estrategias de afrontamiento.
- Proponer la capacitación a los docentes y tutores para un mejor abordaje de los diferentes problemas o manifestaciones que el estudiante refiere durante el transcurso de su etapa universitaria; a la vez motivarlos a crear espacios de interacción que faciliten la consejería y expresión ante las demandas académicas.
- Promover actividades de esparcimiento y talleres donde el estudiante pueda aprender distintas maneras de como afrontar el estrés; de esta manera transmitir estrategias más eficaces con el objetivo de concientizar al alumno a una mejor distribución del tiempo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Piergiovanni L, Depaula P. Estudio descriptivo de la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios argentinos. Rev RMIE. [Internet]. 2018 [acceso 14 de mayo del 2020]; 23 (77): 413 - 432. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S140566662018000200413&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S140566662018000200413&lng=es&nrm=iso)
2. Rivas A, et al. Frecuencia e intensidad del estrés en estudiantes de licenciatura en enfermería de la DACS. Rev Horizonte sanitario. [Internet]. 2014 [acceso 22 de mayo del 2020]; 13 (1): 1 – 7. Disponible en: <http://revistas.ujat.mx/index.php/horizonte/article/view/59/827>
3. Organización Mundial para la Salud. [homepage en internet]. Ginebra: Servicio de publicaciones de la OMS; 2015 [actualizada 22 marzo 2018; consultado 24 de mayo del 2020]. Disponible en: <http://www.who.int/occupationalhealth/publications/pwh3sp.pdf>.
4. Román C, Ortiz F, Hernández Y. El Estrés Académico en Estudiantes Latinoamericanos de la Carrera de Medicina. Revista Iberoamericana de Educación. [Internet]. 2008 [acceso 22 de mayo del 2020]; 1 (7): 2-8. Disponible en: <http://www.rieoei.org/deloslectores/2371Collazo.pdf>.
5. Flores M, Jara H. Nivel de estrés académico en estudiantes de la carrera de enfermería de la universidad del Bío-Bío Chillán, durante el primer semestre del año académico 2012. [Tesis de licenciatura]. Chile: Universidad del BíoBío. Facultad de ciencias da la salud y alimentos; 2012. Disponible en: <http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/788/1/Flores%20Mena%2C%20Alejandra.pdf>

6. Ticona S, Paucar S, Llerena G. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería - UNSA Arequipa. Enfermería global. [Internet]. 2010 [acceso 27 de marzo del 2020]; 19 (1): 1 - 8. Disponible en:  
<http://scielo.isciii.es/pdf/eg/n19/docencia1.pdf>.
7. Caldera J, Pulido B, Martínez G. Niveles de Estrés y Rendimiento Académico en Estudiantes de la Carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. Revista de Educación y Desarrollo. [Internet]. 2007 [acceso 27 marzo del 2020]; 7 (1): 77 - 82. Disponible en:  
<http://www.cucs.udg.mx/revistas/edudesarrollo/anteriores/7/007Caldera.pdf>.
8. Peña E, Pérez R, et al. Estrés y estrategias de afrontamiento en Estudiantes de Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. Rev Nure. [Internet]. 2018 [acceso 14 de mayo del 2020]; 15 (92): 1 - 8. Disponible en:  
<https://www.nureinvestigacion.es//OJS/index.php/nure/article/view/1299>
9. Castillo I, Barrios A, Alvis L. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena. Rev. Investigación en Enfermería. [Internet]. 2018 [acceso 14 de mayo del 2020]; 20 (2): 2 - 11. Disponible en:  
<http://ciberindex.com/index.php/id/article/view/20205id>
10. Noreña H. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de primer, segundo y tercer semestre de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Antioquía. [Tesis de licenciatura]. Antioquía: Universidad de Antioquía. Facultad de Ciencias Sociales y Humanas; 2017. Disponible en:  
[http://bibliotecadigital.udea.edu.co/dspace/bitstream/10495/13502/1/Nore%C3%B1aHenry\\_2018\\_EstresAcademicoEstrategias.pdf](http://bibliotecadigital.udea.edu.co/dspace/bitstream/10495/13502/1/Nore%C3%B1aHenry_2018_EstresAcademicoEstrategias.pdf)

11. Piergiovanni L, Depaula P. Estudio descriptivo de la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios argentinos. Rev RMIE. [Internet]. 2018 [acceso 14 de mayo del 2020]; 23 (77): 413 - 432. Disponible en:  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S140566662018000200413&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S140566662018000200413&lng=es&nrm=iso)
12. Sotomayor G. Estrategias de afrontamiento del estudiante de enfermería ante el estrés en las practicas clínicas en una universidad de privada, Lima 2018. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Cesar Vallejo. Facultad de Ciencias Médicas; 2018. Disponible en:  
<http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/18070?show=full>
13. Chávez M, et al. Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de una academia preuniversitaria de lima metropolitana, enero 2016. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Peruana Cayetano Heredia. Facultad de Enfermería; 2016. Disponible en: <http://repositorio.upch.edu.pe/handle/upch/100>
14. Espinoza P, Estrella K. Estresores académicos y su relación con las estrategias de afrontamiento en alumnos de la carrera de Enfermería – UNDAC Filial Tarma 2018. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. Facultad de Ciencias de la Salud; 2019. Disponible en:  
<http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/884/1/TESIS.pdf>
15. Amado R, Chávez G. Estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios trabajadores y no trabajadores de la Universidad Católica de Santa María. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Católica de Santa María. Facultad de Ciencias, Tecnologías Sociales y Humanidades; 2017. Disponible en:

<https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSM7fe3b148904b4f0f3d77b571a0f14970/Description#tabnav>

16. Coavoy L. Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de enfermería, Juliaca. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Peruana Unión. Facultad de Ciencias de la Salud; 2019. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/2627>
17. Chuquija Y. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Juliaca 2015. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Alas Peruanas. Facultad de Medicina Humana y Ciencias de la Salud; 2015. Disponible en: <http://repositorio.uap.edu.pe/handle/uap/2414>
18. Matamoros E, Paquiyauri R. Estrategias de afrontamiento frente al estrés en estudiantes de la facultad de enfermería, Universidad Nacional de Huancavelica 2016. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Nacional de Huancavelica. Facultad de Enfermería; 2016. Disponible en: <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/1085>
19. Acosta T, Jara L. Nivel de estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de enfermería. [Tesis de licenciatura]. Trujillo: Universidad Nacional de Trujillo. Facultad de Enfermería; 2015. Disponible en: <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/8825/1667.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
20. Scafarelli L, García R. Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de jóvenes universitarios uruguayos. Revista oficial de la Facultad de Psicología de la Universidad Católica de Uruguay. [Internet]. 2013 [acceso 22 de marzo del 2020]; 4 (2): 165 -175. Disponible en:



<http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sciarttext&pid=S168842212010000200004>

21. López J. Influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Ciencias de la Salud. [Tesis de licenciatura]. Arequipa: Universidad de Ciencias de la Salud. Facultad de Enfermería; 2016. Disponible en:  
<http://repositorio.ucs.edu.pe/handle/UCS/10>
22. Martínez A, Piqueras J, Cándido J. Inglés. Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés. Revista del Departamento de Psicología de la Salud de la Universidad Miguel Hernández. [Internet]. 2010 [acceso 22 marzo del 2020]; 11 (1): 1 - 10. Disponible en:  
<http://reme.uji.es/articulos/numero37/article6/article6.pdf>.
23. Galán A, Perona S. Algunas aportaciones críticas en torno a la búsqueda de un marco teórico del afrontamiento en la psicosis. Revista Psicothema. [Internet]. 2001 [acceso 22 mayo del 2020]; 13 (4): 563 - 570. Disponible en:  
<http://www.psicothema.com/pdf/480.pdf>.
24. Cabanach R, Fariña F, Freire C, González P, del Mar M. Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. European Journal of Education and Psychology. [Internet]. 2013 [acceso 22 de mayo del 2020]; 6 (1): 19 - 32. Disponible:  
<http://www.ejep.es>
25. Venancio R. Estrés académico en estudiantes de una universidad nacional de Lima metropolitana. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Nacional Federico Villareal. Facultad de Psicología; 2018. Disponible en:

<http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2383/VENANCIO%20REYES%20GUIOVANE%20ANTONIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

26. Herrera P, et al. Nivel de estrés en los estudiantes de las licenciaturas en Enfermería y Nutrición de la Universidad de la Sierra Sur. Rev Salud y Administración. [Internet]. 2016 [acceso 22 de mayo del 2020]; 4 (9): 1-7. Disponible en:  
<http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num9/A2NivelEstres.pdf>
27. Apaza K, López D. Adaptación y estrés en la práctica clínica en internas(os) de enfermería procedentes de diferentes ciudades, hospitales del MINSA, Arequipa. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Nacional de San Agustín: Facultad de Enfermería. 2018. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/8126>
28. Silva M, et al. Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. RECIEN. [Internet]. 2016 [acceso 22 de mayo del 2020]; 18 (2): 25-39. Disponible en: <https://doi.org/10.14198/recien.2019.18.03>
29. Martínez A., Piqueras J., Cándido J. Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés. Rev. Enfermería. [Internet]. 2008 [Acceso 24 de mayo del 2020]; 2 (2): 7 – 25. Disponible en:  
<file:///C:/Users/Hogar/Downloads/RelacionesentreInteligenciaEmocionalyEstrateg.pdf>
30. Zupiria X, et al. Cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. Rev. Enfermería. [Internet]. 2002 [Acceso 24 de mayo del 2020]; 17 (1): 37 - 51. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/gsv17n1/orig5.pdf>

31. Ceballos P, et al. Psychosocial risk factors at work: gender and nursing. Rev. Enfermería. [Internet]. 2014 [Acceso 24 de mayo del 2020]; 32 (2): 271 – 9. Disponible en:  
<http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v32n2/v32n2a11.pdf>
32. Pérez M, Rodríguez N. Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja. Revista Costarricense de Psicología. [Internet]. 2011 [Acceso 21 de mayo del 2020]; 30 (46): 17-33. Disponible:  
<http://www.consejeria.net/uploads/3/4/1/6/34163570/cuestionarioafrontamientoestr.pdf>
33. Condori M. Estrés académico y su relación con las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de enfermería. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann Tacna. Facultad de Ciencias de la Salud; 2013. Disponible en:  
<http://tesis.unjbg.edu.pe:8080/bitstream/handle/unjbg/170/552013CondoriCondoriMPFACSEnfermeria2013.pdf?sequence=1>
34. Gonzales M, Landero R. Síntomas psicósomáticos y teoría transaccional del estrés. Rev. Salud mental. [Internet]. 2006 [Acceso 23 de mayo del 2020]; 12 (1): 45 - 61. Disponible en:  
<http://www.monicagonzales.com/2006%20teoria%20transaccional%20sx.pdf>
35. Sandín B, Chorot P. Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE): desarrollo y validación preliminar. Revista psicopatología y psicología clínica. [Internet]. 2003 [acceso 21 de mayo del 2020]; 8 (1): 39-54. Disponible:  
<http://www.consejeria.net/uploads/3/4/1/6/34163570/cuestionarioafrontamientoestr.pdf>

36. Borda F. Estrés y estrategias de afrontamiento en prácticas clínicas en estudiantes de la facultad de enfermería. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Nacional del Altiplano de Puno. Facultad de Ciencias de la Salud; 2014. Disponible en:  
[http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/unappuno/522/1/Borda\\_Pandia\\_Fuany\\_Rocio.pdf](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/unappuno/522/1/Borda_Pandia_Fuany_Rocio.pdf)
37. Álvarez L. Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en el profesional de enfermería del servicio de UCI del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Facultad de Medicina San Fernando; 2014. Disponible en:  
[http://ateneo.unmsm.edu.pe/ateneo/bitstream/123456789/4444/1/Alvarez\\_Gamarral\\_Lizbeth\\_Karina\\_2014.pdf](http://ateneo.unmsm.edu.pe/ateneo/bitstream/123456789/4444/1/Alvarez_Gamarral_Lizbeth_Karina_2014.pdf)
38. Cortázar L, Francisco D. Estrés laboral en enfermeros de un Hospital de Veracruz. México. Originales [Internet]. 2004 [Acceso 24 de mayo del 2020]; 4 (1): 6 – 20. Disponible en:  
<http://www.enfermeria21.com/revistas/aladefe/articulo/103/>
39. Jiménez M. Estrategias de afrontamiento ante el estrés en internos de enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista setiembre. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Privada San Juan Bautista. Facultad de Ciencias de la Salud; 2018. Disponible en:  
<http://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/upsjb/2276>
40. Chipana M. Nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras de un Hospital del MINSA de Chanchamayo. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Mayor de San Marcos. Facultad de Medicina San Fernando; 2016. Disponible en:  
<http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/7085>

41. Cerna R. Estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada de Lima. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Peruana Cayetano Heredia. Facultad de enfermería; 2018. Disponible en: <http://repositorio.upch.edu.pe/handle/upch/4383>
42. Becerra S. Rol de estrés percibido y su afrontamiento en las conductas de salud de estudiantes universitarios de Lima. [Tesis de maestría]. Lima: Universidad Católica del Perú. Escuela de posgrado de maestría en psicología clínica de la salud; 2013. Disponible en: <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/5013>
43. Boullosa G. Estrés académico y afrontamiento en un grupo de estudiantes de una universidad privada de Lima. [Tesis de licenciatura]. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú. Facultad de letras y ciencias humanas; 2013. Disponible en: <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/4880>
44. Gonzales M. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1° y 5° grado de secundaria de una institución educativa estatal de Lima Este. [Tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Peruana Unión. Facultad de ciencias de la salud; 2015. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/527>
45. Gaeta M, Hernández P. Estrés y adolescencia: Estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. Revista de humanidades. [Internet]. 2009 [acceso 20 de marzo del 2020]; 15 (1): 327-344. Disponible en: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/DialnetEstresYAdolescencia3074506.pdf>.

46. Hurtado A, Traverso D. Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes de psicología de una universidad privada de Arequipa. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Católica San Pablo. Facultad de Ciencias Económicas y empresariales; 2017. Disponible en: <http://repositorio.ucsp.edu.pe/handle/UCSP/15533>
47. Vaca Lucía. Estrés y tipos de afrontamiento al estrés en los estudiantes asignados por el sistema nacional de nivelación y admisión. [Tesis de licenciatura]. Ecuador: Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias de la Salud; 2016. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/18011>
48. Endler N, Parker J. Evaluación multidimensional de afrontamiento: una evaluación crítica. Rev. Personalidad y Psicología Social. [Internet]. 2008 [acceso 31 de mayo del 2020]; 58 (5): 844 - 854. Disponible en: <http://paei.wikidot.com/endler-parker-ciss-coping-inventory-for-stressful-situations>
49. Landero R, Gonzales M. Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE): validación en una muestra mexicana. Rev. Psicopatología y Psicología Clínica. [Internet]. 2007 [acceso 31 de mayo del 2020]; 12 (3): 189 – 198. Disponible en: <http://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/4044/3898>
50. Sandín B, Chorot P. Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE): desarrollo y validación preliminar. Rev. Psicopatología y Psicología Clínica. [Internet]. 2013 [acceso 31 de mayo del 2020]; 8 (1): 39 – 54. Disponible: [https://www.aepcp.net/arc/03.2003\(1\).Sandin-Chorot.pdf](https://www.aepcp.net/arc/03.2003(1).Sandin-Chorot.pdf)
51. Gaeta M, Hernández P. Estrés y adolescencia: Estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. Revista de humanidades. [Internet]. 2009 [acceso 31 de mayo del 2020]; 15 (1): 327-344. Disponible en: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3074506>

52. Colleredo C, Aparicio D. Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. Revista de Psicología. [Internet]. 2007 [acceso 22 marzo del 2020]; 1 (2): 125-156. Disponible en:  
<http://www.redalyc.org/html/2972/297224996002/>
53. Ortiz S, et al. Rendimiento académico, estrés y estrategias de afrontamiento en alumnos del programa de alta exigencia académica de la carrera de medicina. Revista Med. [Internet]. 2013 [acceso 22 de marzo del 2020]; 21 (1): 29 - 37. Disponible:  
<http://www.redalyc.org/pdf/910/91029158003.pdf>.
54. Carver C., You want to measure coping but your protocols too long. Consider the Brief Copy. International Journal of Behavioral Medicine. [Internet]. 1997 [acceso 23 de mayo del 2020]; 4 (1): 92 - 100. Disponible en:  
[http://www.psy.miami.edu/faculty/ccarver/documents/p97Brief\\_COPE.pdf](http://www.psy.miami.edu/faculty/ccarver/documents/p97Brief_COPE.pdf)
55. Morán C, et al. Cope-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief Cope. Universitas Psychologica. [Internet]. 2010 [acceso 24 de mayo del 2020]; 9 (2): 543 - 52. Disponible en:  
<http://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/285>
56. Bedoya S. Niveles, situaciones y manifestaciones de estrés académico en alumnos del 3er y 4to año de la facultad de estomatología. Rev Estomatológica Herediana. [Internet]. 2006 [acceso 24 de mayo del 2020]; 16 (1): 15 – 20. Disponible en:  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962010000300010](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000300010)

57. Ávila A, Montaña G, Jiménez D, Burgos J. Estilos y estrategias de afrontamiento y rendimiento académico: una revisión empírica. Revista ISSN. [Internet]. 2014 [acceso 20 de mayo del 2020]; 1 (2): 15 – 44. Disponible en:  
<http://bibliotecadigital.issn.rev.ar/repositorio/revistas/estrategiasafrontamientoestudiantesrendimientoacad.pdf>.
58. Romero G, et al. Análisis de las bases teóricas del modelo de sistemas de Betty Neuman. ISSN. [Internet]. 2007 [acceso 22 de mayo del 2020]; 4 (1): 44 - 48. Disponible en:  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358741821005>
59. Barraza A. Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. Rev. Electrónica Psicología Científica. [Internet]. 2005 [acceso 13 de abril del 2020]; 2 (21): 15 - 20. Disponible en:  
<http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia1671cientifica.html>
60. Barraza A. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Rev. de Psicología Iztacala. [Internet]. 2006 [acceso 5 de marzo del 2020]; 9 (6): 110 - 129. Disponible en:  
<http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/19028/18052>
61. Cruz C, et al. Aplicación de escalas de estrés en centros hospitalarios del Gran Santiago. Revista de Psiquiatría y Salud Mental. [Internet]. 2007 [acceso 5 de mayo del 2020]; 3 (4): 198 - 205. Disponible en:  
<https://docplayer.es/57540217Aplicaciondeescalasdeestresencentros hospitalariosdelgransantiago.html>



62. Peña E, et al. Estrés y estrategias de afrontamiento en Estudiantes de Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. Rev. Científica de Enfermería. [Internet]. 2018 [acceso 20 de mayo del 2020]; 15 (92): 1 - 8. Disponible en:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6279759>
63. Berrio N. Caracterización Psicométrica del Inventario de Estrés Académico en estudiantes de Pregrado de la Universidad De Antioquia. [Tesis de licenciatura]. Medellín: Universidad de Antioquia. Facultad de Ciencias sociales y Humanas; 2011. Disponible en:  
<https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/download/2796/2441>
64. Gutiérrez J, et al. Depresión en Estudiantes Universitarios y su Asociación con el Estrés Académico. Rev. CES Med. [Internet]. 2013 [acceso 11 de abril del 2020]; 24 (1): 7-17. Disponible en:  
<http://www.scielo.org.co/pdf/cesm/v24n1/v24n1a02.pdf>
65. Rojas C. et al. Nivel de estrés y su relación con las estrategias de afrontamiento de las internas de enfermería. Hospital Belén de Trujillo. [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Nacional de Trujillo. Facultad de enfermería; 2013. Disponible en:  
<http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/CIENTIFI-K/article/view/285>
66. Figueroa M. Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico: Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán. Rev. Psicología. [Internet]. 2005 [acceso 11 de abril del 2020]; 21 (2): 66 - 72. Disponible en:  
<http://revistas.um.es/analesps/article/viewFile/27171/26351>

67. Sicre E, Casaro L. Estrategias de afrontamiento en estudiantes de Psicología. Rev. Psicología. [Internet]. 2014 [acceso 24 de mayo del 2020]; 10 (20): 61-72. Disponible en: <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/revistas/estrategiasafrontamiento-estudiantes.pdf>.
68. González Medina y González Martínez S. estrés académico en el nivel medio superior. Rev Electron Cienc Sociales y Humanidades. Disponible en: [www.citeach.org/web/wpcontent/uploads/2012/09/ART3estresacademico.pdf](http://www.citeach.org/web/wpcontent/uploads/2012/09/ART3estresacademico.pdf)
69. Alfonso B, et al. Estrés académico. Rev. Edumcentro. [Internet]. 2015 [acceso 20 de abril del 2020]; 7 (2): 163-178. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sciarttext&pid=S207728742015000200013>
70. Barraza A, Martínez J, Silva J, Camargo E, Antuna R. Estresores académicos y género. Un estudio exploratorio de su relación en alumnos de licenciatura. Revista IUNAES. [Internet]. 2012 [acceso 20 de abril del 2018]; 5 (12): 50-57. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4034740>
71. Sarduy Y. El análisis de información y las investigaciones cuantitativa y cualitativa. Rev. Cubana Salud Pública. [Internet]. 2007 [acceso 1 de mayo del 2020]; 33 (2): 1 - 5. Disponible: <http://bvs.sld.cu/revistas/spu/vol33307/spu20207.htm>
72. Fernández P, Pértegas S. Investigación cuantitativa y cualitativa. Rev. Epidemiología Clínica y de Bioestadística. [Internet]. 2002 [acceso 1 de mayo del 2020]; 9: 76 - 78. Disponible en: <https://31343ca0-a-62cb3a1a-ssites.googlegroups.com>

73. Sousa V, Driessnack M, Costa I. Revisión de diseños de investigación resaltantes para enfermería. Revista Latino-am Enfermagem. [Internet]. 2007 [acceso 1 de mayo del 2020]; 15 (3): 1 - 6. Disponible: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v15n3/esv15n3a22.pdf>.

## BIBLIOGRAFÍA

- Ackley B, Ladwing G. Manual de diagnósticos de enfermería. 7th. ed. El Sevier Mosby: España; 2006.
- Hernández R. Metodología de la investigación. 5th. ed. Mc Graw Hill Education: México DF; 2010.
- Martínez C. Estadística básica aplicada. 4th. ed. ECOE Ediciones: Colombia; 2011.
- Rigol A, Ugalde M. Enfermería de salud mental y psiquiátrica. 2th. ed. El Sevier Masson: España; 2005.

# **ANEXOS**

### ANEXO 1: OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

VARIABLE DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL DE LA VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	VALOR FINAL
Estrategias de afrontamiento.	Comprenden a las capacidades, conductas instrumentales, técnicas y conocimientos que la persona ha adquirido para la	Son acciones o esfuerzos cognitivos y conductuales que realiza el estudiante para manejar los eventos estresores con el fin de llegar a la regulación del estado de tensión y a remediar las emociones asociadas al estímulo presente; lo cual permite al estudiante en enfermería de la UPSJB reducir la carga, restablecer el equilibrio	1. Enfocado en el problema	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Focalizado en la Solución de Problemas</li> <li>• Reevaluación Positiva</li> <li>• Búsqueda de Apoyo Social</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 112 – 168: Adecuado</li> <li>• 57 - 111: Regular</li> <li>• 0 – 56: Inadecuado</li> </ul>
			2. Enfocado en la emoción	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expresión Emocional Abierta</li> <li>• Auto focalización Negativa</li> </ul>	

	resolución de problemas.	y suprimir la perturbación académica.	3. Enfocado en la evitación	<ul style="list-style-type: none"><li>• Evitación</li><li>• Religión</li></ul>	
--	--------------------------	---------------------------------------	-----------------------------	--	--

## ANEXO 2: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	MUESTRA	DISEÑO	INSTRUMENTO
<p><b>PG:</b> ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista – Chorrillos, junio 2018?</p>	<p><b>General:</b>  <b>OG:</b> Determinar las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en los estudiantes de Enfermería del séptimo y octavo ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista – Chorrillos, junio 2018.</p> <p><b>Específicos:</b></p>	<p><b>General:</b>  <b>HG:</b> Las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista frente al estrés académico – Chorrillos, junio 2018; son inadecuadas.</p> <p><b>Específicas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>H1:</b> Las estrategias de afrontamiento en los</li> </ul>	<p><b>Población:</b>  N = 60 estudiantes de enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista.</p> <p><b>Criterio de inclusión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alumnos del séptimo y octavo ciclo de enfermería.</li> <li>• Quienes acepten en firmar el</li> </ul>	<p><b>Método:</b>  Enfoque cuantitativo</p> <p><b>Nivel:</b>  Descriptivo</p> <p><b>Diseño:</b>  No experimental de corte transversal</p>	<p><b>Técnica:</b>  Encuesta</p> <p><b>Instrumento:</b>  Cuestionario de Afrontamiento al Estrés CAE</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>OE:</b> Identificar las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo, según dimensiones:</li> <li>• Enfocados en la solución de problemas</li> <li>• Enfocados en la emoción</li> <li>• Enfocados en la evitación</li> </ul>	<p>estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo según dimensión enfocados en el problema frente al estrés académico son inadecuadas.</p> <p><b>H2.</b> Las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo según dimensión enfocados en la emoción frente al estrés académico; es regular.</p>	<p>consentimiento informado.</p> <p><b>Criterio de exclusión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alumnos de otras escuelas profesionales: Medicina Humana, tecnología médica, psicología, derecho, contabilidad, administración de negocios, turismo y hotelería,</li> </ul>		
--	---	---	--	--	--

		<p><b>H3.</b> Las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo según dimensión enfocados en la evitación frente al estrés académico son inadecuadas.</p>	<p>gastronomía e ingeniería.</p> <p><b>Muestra:</b> 60</p>		
--	--	--	--	--	--

### ANEXO 3: INSTRUMENTO

#### “ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA SÉPTIMO - OCTAVO CICLO UPSJB CHORRILLOS; JUNIO 2018”

**Nombre:**

.....

**Ciclo:** ..... **Edad:** ..... **Sexo:** (F) / (M) **Fecha:** .....

CAE

#### CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (SANDÍN B. – CHOROT P. 2003)

**Introducción:** Se describen maneras de pensar y tipos de comportamientos que el estudiante suele emplearlas para confrontar las situaciones de estrés o tensión que perturban durante su etapa universitaria. Los tipos de afrontamiento presentes en el siguiente cuestionario no son malas ni buenas, tampoco unas son peores o mejores que las anteriores. Sencillamente algunos estudiantes suelen utilizarlas unas más que otras.

**Instrucciones:** Rodee con un círculo o marque (x) el número que mejor represente el grado en que empleó cada una de las formas de afrontamiento al estrés que se indican. Piense en un acontecimiento excepcional o en alguna situación de estrés vivida recientemente.

Nunca	Pocas veces	A veces	Frecuentem ente	Casi siempre
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>

CUESTIONARIO CAE (SANDÍN - CHOROT 2003)	Puntaje por Ítem				
	0	1	2	3	4
<b>¿Cómo se ha comportado habitualmente ante situaciones de estrés?</b>					
<b>FSP</b>					
1. "Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente".					
8. "Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados".					
15. "Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo".					
22. "Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema".					
29. "Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas".					
36. "Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema".					
<b>AFN</b>					
2. "Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal".					
9. "No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas".					
16. "Comprendí que yo fui el principal causante del problema".					
23. "Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación".					
30. "Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema".					
37. "Me resigné a aceptar las cosas como eran".					
<b>REP</b>					
3. "Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema".					
10. "Intenté sacar algo positivo del problema".					
17. "Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás".					

24. <i>“Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mí más importantes”.</i>					
31. <i>“Experimenté personalmente eso de que «no hay mal que por bien no venga»”.</i>					
38. <i>“Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor”.</i>					
<b>EEA</b>					
4. <i>“Descargué mi mal humor con los demás”.</i>					
11. <i>“Insulté a ciertas personas”.</i>					
18. <i>“Me comporté de forma hostil con los demás”.</i>					
25. <i>“Agredí a algunas personas”.</i>					
32. <i>“Me irrité con alguna gente”.</i>					
39. <i>“Luché y me desahugué expresando mis sentimientos”.</i>					
<b>EVT</b>					
5. <i>“Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas”.</i>					
12. <i>“Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema”.</i>					
19. <i>“Salí al cine, a cenar, a «dar una vuelta», etc., para olvidarme del problema”.</i>					
26. <i>“Procuré no pensar en el problema”.</i>					
33. <i>“Practiqué algún deporte para olvidarme del problema”.</i>					
40. <i>“Intenté olvidarme de todo”.</i>					
<b>BAS</b>					
6. <i>“Le conté a familiares o amigos cómo me sentía”.</i>					
13. <i>“Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema”.</i>					
20. <i>“Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema”.</i>					

27. <i>“Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal”.</i>					
34. <i>“Pedí a algún amigo o familiar que me indicara cuál sería el mejor camino a seguir”.</i>					
41. <i>“Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos”.</i>					
<b>RLG</b>					
7. <i>“Asistí a la Iglesia”.</i>					
14. <i>“Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.)”.</i>					
21. <i>“Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema”.</i>					
28. <i>“Tuve fe en que Dios remediaría la situación”.</i>					
35. <i>“Recé”.</i>					
42. <i>“Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar”.</i>					

**ANEXO 4: CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTO –  
ESTUDIO PILOTO**

Resumen de procesamiento de datos		
CASOS	N° de sujetos	%
Valido	20	100
Excluido	0	0
Total	20	100

Estadístico de fiabilidad			
VARIABLE	Alfa de Cronbach	Alfa basada en elementos estandarizados	N° de elementos
Estrategia de afrontamiento	0, 879	0, 879	42

$$\alpha = \frac{k}{k - 1} \left( 1 - \frac{\sum V_i}{V_t} \right)$$

<b>K</b>	El número de ítems.	<b>V<sub>t</sub></b>	Varianza de la suma total de los ítems.
<b>V<sub>i</sub></b>	Sumatoria de Varianza de los ítems.	<b>α</b>	Coefficiente de Alfa de Cronbach.

Una confiabilidad es buena cuando su coeficiente se acerca a 1 y es mayor que 0,7 por lo cual la confiabilidad del instrumento es **ACEPTABLE** tomando en cuenta todos los ítems de cada dimensión.

Muy baja	Baja	Moderada	Buena	Alta
0 – 0,2	0,3 – 0,4	0,5 – 0,6	0,7 – 0,8	0,9 – 1,0

ESTADÍSTICO DESCRIPTIVOS SPSS				
ITEM	N° de sujetos	$\alpha$ por elemento	Varianza por elemento	
Item1	20	0.879	1.671	
Item8		0.878	1.313	
Item15		0.877	1.674	
Item22		0.877	1.713	
Item29		0.877	1.187	
Item36		0.883	1.568	
Item2		0.874	1.411	
Item9		0.880	1.187	
Item16		0.873	1.200	
Item23		0.877	0.871	
Item30		0.875	2.053	
Item37		0.878	1.524	
Item3		0.877	1.568	
Item10		0.878	1.253	
Item17		0.878	1.411	
Item24		0.878	1.313	
Item31		0.876	1.621	
Item38		0.876	1.326	
Item4		0.879	1.671	
Item11		0.875	1.987	
Item18		0.873	1.368	
Item25		0.876	1.905	
Item32			0.877	0.947

Item39	20	0.882	1.629
Item5		0.877	2.116
Item12		0.874	1.263
Item19		0.875	1.800
Item26		0.873	1.463
Item33		0.873	1.463
Item40		0.872	1.734
Item6		0.876	1.474
Item13		0.872	1.945
Item20		0.879	1.042
Item27		0.872	1.674
Item34		0.872	1.629
Item41		0.877	2.411
Item7		0.875	2.092
Item14		0.875	1.411
Item21		0.878	1.937
Item28		0.878	1.168
Item35		0.878	1.800
Item42		0.881	1.924
<b>K = 42</b>		<b>N = 20</b>	<b>P <math>\alpha</math> = 0.876</b>
			<b>VT = 463.116</b>



## **ANEXO 5: INFORME DE PRUEBA PILOTO**

Esta prueba piloto se realizó con el apoyo de los participantes de manera voluntaria el viernes 27 de agosto del año 2018, a horas 09:00 a.m. a 10:00 a.m. en la “Universidad Privada San Juan Bautista - Escuela Profesional de Enfermería”. Fueron 20 los encuestados del VI ciclo elegidos al azar. El tiempo en responder el cuestionario constituida por 42 preguntas fue de 10 minutos.

Al inicio los encuestados manifestaron tener ciertas dudas, pero después de la explicación e indicaciones resolvieron la encuesta sin dificultad alguna. El interés de cada participante era demostrativo, después de responder correctamente, refirieron algunos que era la primera vez que participaban en este tipo de encuestas y les esclarecía en cuanto a sus inquietudes.

Los hallazgos logrados tras aplicar las encuestas fueron los siguientes: Se evidenció que el 69% de los estudiantes presentó un afrontamiento regular ante el uso de las estrategias. Respecto a las estrategias según dimensiones, se obtuvo los siguientes resultados: Se observó un afrontamiento adecuado ante el uso de las estrategias enfocados en el problema 60%, a su vez un afrontamiento regular en base a las estrategias enfocadas en las emociones 49% y sin embargo inadecuadas respecto a las enfocadas en la evitación 30%.

En cuanto a los indicadores las más utilizadas fueron la focalización en la solución del problema 45%, reevaluación positiva 61%, evitación 54% y la búsqueda de apoyo social 41%; referente a la expresión emocional abierta es poco utilizada 67% y el 47% refiere no utilizar la auto focalización negativa a igual que la religión 56% dando como resultado un afrontamiento positivo.

## ANEXO 6: CONSENTIMIENTO INFORMADO



**TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: “ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS ACADÉMICO ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA SÉPTIMO – OCTAVO CICLO UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTSTA, JUNIO 2018”**

A Ud. estudiante de enfermería se le solicita participar en el presente estudio, debido a que forma parte del alumnado de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista.

### **Propósito del estudio:**

Los hallazgos del presente estudio serán alcanzados a las autoridades de dicha casa de estudio a fin de proporcionar información acerca de cómo esta población afronta tanto las demandas académicas propias de la vida universitaria, como las múltiples dificultades a las que están expuestos fuera del contexto académico.

### **Riesgos:**

Mediante el presente formulario de consentimiento informado, tiene Ud. la potestad de elegir ser parte de la presente investigación, para lo cual se le solicitará su rúbrica en el presente documento. No presentará ningún riesgo al ser de diseño descriptivo no experimental. Si presenta alguna duda consultar a: **Jesús Eduardo Chamorro Herrera.**

Adjunto número telefónico y correo: 933914023  
[jesus.chamorro@upsjb.edu.pe](mailto:jesus.chamorro@upsjb.edu.pe)

**Beneficios:**

El proceso de la investigación consiste e incluye en dar respuesta al siguiente: “**CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE) DE SANDÍN Y CHOROT 2003**”. Su participación brindará un beneficio individualizado y colectivo; uno de los beneficios es el de llenar vacíos de conocimiento.

**Confidencialidad:**

La duración del desarrollo de la encuesta será cerca de diez minutos. Los datos obtenidos serán conservados bajo el anonimato y se respetarán los criterios éticos.

**Declaración de consentimiento:**

Yo, hago constar mediante mi firma que he sido informado(a) de manera estricta sobre las condiciones, así mismo estoy de acuerdo con autorizar mi participación en la presente investigación.

.....  
**FIRMA DEL PARTICIPANTE**

.....  
**FIRMA DEL INVESTIGADOR**

**ANEXO 7**  
**ESCALA DE VALORACIÓN DEL INSTRUMENTO**

ITEM E INDICADORES					
<b>D 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>FSP:</b> 1, 8, 15, 22, 29, 36.</li> <li>• <b>REP:</b> 3, 10, 17, 24, 31, 38.</li> <li>• <b>BAS:</b> 6, 13, 20, 27, 34, 41.</li> </ul>	<b>D 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>AFN:</b> 2, 9, 16, 23, 30, 37.</li> <li>• <b>EEA:</b> 4, 11, 18, 25, 32, 39.</li> </ul>	<b>D 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>EVT:</b> 5, 12, 19, 26, 33, 40.</li> <li>• <b>RLG:</b> 7, 14, 21, 28, 35, 42.</li> </ul>

PUNTAJE POR PREGUNTA				
0	1	2	3	5

PUNTAJE POR INDICADORES			
Lo utilizan siempre	Lo utilizan mucho	Lo utilizan en algunas ocasiones	No lo utilizan
24 - 19	18 - 13	12 - 7	6 - 0

	FSP		REP		BAS		AFN		EEA		EVT		RLG	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Lo utilizan siempre	4	7	0	0	11	18	0	0	1	2	6	10	1	2
Lo utilizan mucho	33	55	40	67	21	35	7	12	6	10	31	52	12	20
Lo utilizan en algunas ocasiones	21	35	20	33	17	28	23	38	31	52	22	37	11	18
No lo utilizan	2	3	0	0	11	18	30	50	22	37	1	2	36	60

PUNTAJE POR DIMENSIONES			
	D1	D2	D3
	49 a 72 = Adecuado	33 a 48 = Adecuado	33 a 48 = Adecuado
	25 a 48 = Regular	17 a 32 = Regular	17 a 32 = Regular
	0 a 24 = Inadecuado	0 a 16 = Inadecuado	0 a 16 = Inadecuado

	D1		D2		D3	
	N	%	N	%	N	%
Adecuado	11	18	1	2	1	2
Regular	46	77	16	27	40	66
Inadecuado	3	5	43	71	19	32

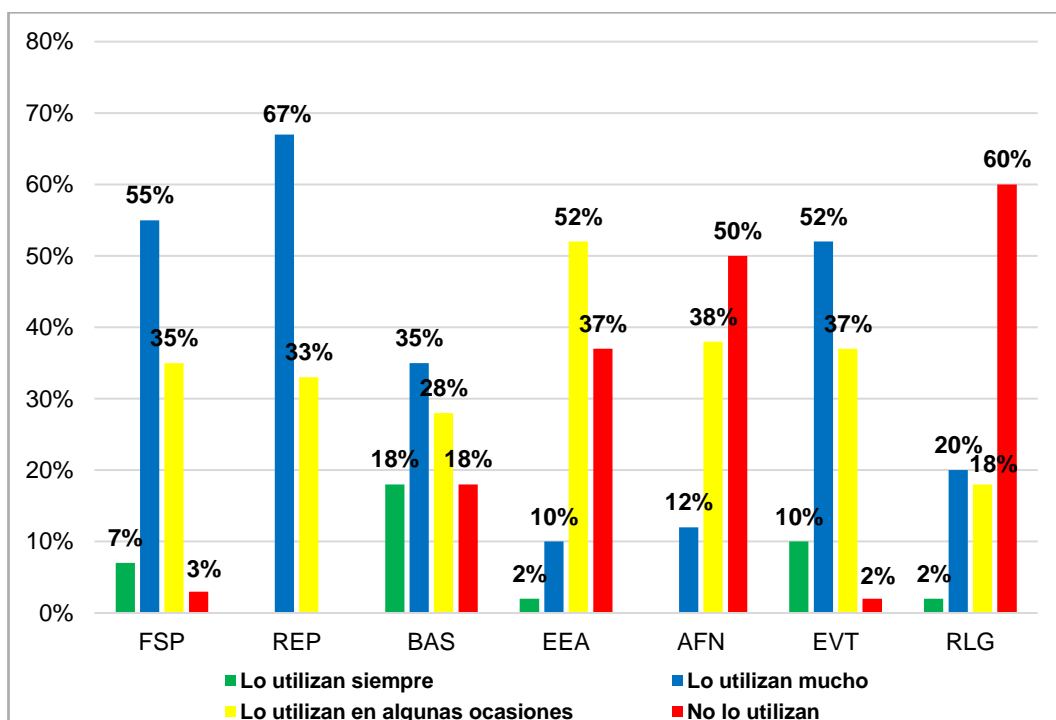
VALOR FINAL		
Adecuado	Regular	Inadecuado
112 – 168	57 – 111	0 – 56

	N	%
Adecuado	2	3
Regular	49	82
Inadecuado	9	15

**ANEXO 8: GRÁFICO FINAL DE MEDICIÓN DE LOS INDICADORES DE LA VARIABLE**

**GRÁFICO 5**

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS ACADEMICO ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA SÉPTIMO – OCTAVO CICLO SEGÚN INDICADORES UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA CHORRILLOS JUNIO 2018**



En torno a los indicadores de las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo; el 67% (40) de los encuestados reportó que utilizan mucho la reevaluación postiva, el 52% (31) utiliza la expresión emocional abierta en algunas ocasiones y el 60% (36) no utiliza la religión, seguido por la autofocalización negativa 50% (30).

## ANEXO 9: TABLA MATRIZ

Sujeto	DIMENSIÓN N°1 PROBLEMA														DIMENSIÓN 2 EMOCIÓN										DIMENSIÓN 3 EVITACIÓN								T																				
	(FSP)						IND. 1	(REP)						IND. 2	(BAS)						IND. 3	D 1	(AFN)					IND. 4	(EEA)					IND. 5	D 2	(EVT)				IND. 6	(RLG)				IND. 7	D 3							
	1	8	15	22	29	36	t	3	10	17	24	31	38	T	6	13	20	27	34	41	t	ST	2	9	16	23	30	37	t	4	11	18		25	32	39	t	ST	5	12	19	26	33	40	t	7	14	21	28	35	42	t	ST
1	4	3	3	2	3	3	18	4	3	2	1	1	1	12	2	2	3	2	3	3	15	45	1	0	1	1	1	1	5	2	0	1	0	0	2	5	10	3	3	3	2	3	2	16	0	0	0	0	0	0	0	16	71
2	3	4	2	2	3	3	17	3	3	3	2	0	1	12	3	3	4	2	3	3	18	47	2	0	1	1	0	1	5	1	0	2	1	0	3	7	12	2	2	4	2	4	2	16	0	1	1	1	1	0	4	20	79
3	1	1	1	2	1	2	8	2	1	1	1	1	2	8	2	2	2	1	1	1	9	25	1	1	1	1	1	2	7	2	2	1	1	1	2	9	16	1	2	3	1	1	2	10	0	1	2	0	1	0	4	14	55
4	4	2	1	2	3	3	15	3	3	3	2	1	2	14	4	4	3	3	4	3	21	50	0	0	1	2	2	1	6	1	1	3	1	1	3	10	16	1	3	3	2	3	2	14	2	1	1	1	1	0	6	20	86
5	2	2	2	2	2	1	11	3	3	4	2	2	2	16	2	2	2	2	1	2	11	38	0	1	2	2	0	1	6	0	0	1	0	1	3	5	11	1	3	2	3	3	3	15	1	0	0	1	2	3	7	22	71
6	4	3	3	3	2	3	18	3	3	3	2	1	2	14	3	3	4	4	4	4	22	54	1	1	1	1	1	1	6	1	1	3	0	0	3	8	14	3	3	4	3	4	3	20	1	1	1	1	2	0	6	26	94
7	4	3	1	2	2	3	15	3	2	3	2	1	1	12	3	3	2	3	3	2	16	43	0	1	2	1	1	1	6	0	0	3	0	0	2	5	11	3	1	4	2	3	1	14	0	1	1	1	1	1	5	19	73
8	3	3	0	2	2	2	12	3	3	4	2	1	1	14	3	4	3	3	3	3	19	45	1	0	0	2	1	1	5	1	1	2	2	1	3	10	15	3	2	4	3	3	2	17	1	1	0	1	1	1	5	22	82
9	3	2	1	2	3	2	13	4	2	3	2	2	1	14	3	3	3	3	3	3	18	45	2	0	1	1	2	1	7	1	0	2	0	0	2	5	12	3	2	3	1	4	1	14	1	0	3	1	1	2	8	22	79
10	3	2	2	2	2	2	13	2	2	2	2	3	2	13	1	2	2	2	2	2	11	37	2	1	2	2	2	1	10	1	0	1	0	1	3	6	16	1	3	3	2	2	3	14	0	0	0	1	0	0	1	15	68
11	1	3	0	1	3	3	11	4	3	3	3	2	2	17	2	3	2	1	1	2	11	39	2	2	2	1	1	2	10	2	2	2	1	1	3	11	21	4	3	1	4	3	4	19	1	0	0	0	1	0	2	21	81
12	4	2	1	1	1	2	11	4	2	2	0	0	2	10	2	3	1	2	1	2	11	32	0	0	0	0	0	0	0	2	2	3	1	2	0	10	10	1	2	2	0	3	0	8	0	0	0	0	0	0	0	8	50
13	4	3	3	3	4	1	18	3	4	4	0	0	3	14	3	4	4	4	4	4	23	55	0	0	0	0	1	0	1	0	0	4	0	0	3	7	8	1	0	4	1	0	1	7	1	3	4	4	4	0	16	23	86
14	4	4	4	3	4	4	23	4	4	4	0	0	3	15	4	4	4	3	4	4	23	61	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	4	4	1	4	4	2	4	1	16	0	0	1	2	4	0	7	23	88
15	4	3	4	2	2	2	17	4	4	3	1	0	0	12	3	4	4	2	3	4	20	49	0	0	1	0	0	0	1	1	0	3	0	1	1	6	7	3	3	4	1	4	1	16	2	0	1	1	1	0	5	21	77
16	3	1	1	3	2	2	12	4	4	3	1	0	3	15	3	2	2	3	3	3	16	43	1	0	1	1	1	0	4	2	0	4	1	1	1	9	13	3	1	1	2	2	1	10	1	0	4	3	1	0	9	19	75
17	4	3	2	1	1	3	14	3	3	2	0	0	2	10	3	3	3	3	3	4	19	43	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	1	1	3	9	9	3	2	4	3	4	3	19	0	0	0	0	1	0	1	20	72
18	4	2	2	0	1	2	11	4	2	1	1	0	3	11	2	2	2	2	2	2	12	34	1	0	0	0	0	1	2	2	2	3	2	2	0	11	13	4	3	1	0	2	2	12	0	0	0	0	0	0	0	12	59
19	4	4	3	3	4	4	22	4	4	4	0	0	3	15	4	4	4	4	4	4	24	61	0	0	2	1	0	0	3	0	0	4	0	0	2	6	9	4	2	4	0	4	2	16	0	0	0	0	1	0	1	17	87
20	4	2	3	4	1	2	16	3	3	3	0	0	3	12	3	4	4	4	3	0	18	46	0	0	1	0	0	0	1	2	0	4	0	0	2	8	9	2	4	4	0	2	0	12	0	0	0	0	0	0	0	12	67



21	4	2	2	1	3	2	14	3	3	2	1	0	4	13	2	4	3	3	2	4	18	45	0	0	1	0	0	1	2	1	1	2	1	1	2	8	10	2	2	3	2	3	3	15	0	0	0	0	2	0	2	17	72
22	4	3	3	2	1	3	16	4	4	4	1	0	4	17	4	4	3	4	1	4	20	53	0	0	2	1	0	1	4	0	0	3	0	0	2	5	9	2	3	2	2	2	2	13	1	0	0	1	1	0	3	16	78
23	3	2	2	1	1	3	12	3	4	3	1	0	1	12	3	3	3	2	3	3	17	41	3	0	2	0	2	0	7	2	1	1	0	1	2	7	14	3	3	4	0	4	3	17	0	0	0	0	1	0	1	18	73
24	4	3	3	1	2	2	15	4	3	3	1	0	2	13	3	3	3	3	3	3	18	46	2	0	1	2	0	1	6	0	0	4	0	0	3	7	13	3	3	4	2	4	3	19	0	0	1	1	1	0	3	22	81
25	3	3	3	3	2	4	18	3	2	2	1	0	1	9	3	4	2	3	2	3	17	44	0	1	1	0	0	1	3	1	1	2	0	1	2	7	10	3	4	4	1	4	2	18	1	0	0	0	1	0	2	20	74
26	4	3	3	3	1	1	15	4	4	3	1	0	3	15	2	3	3	3	2	3	16	46	1	0	1	3	1	1	7	1	1	3	1	1	1	8	15	3	4	4	0	4	3	18	0	1	0	1	0	0	2	20	81
27	3	0	2	1	2	1	9	2	3	1	2	1	3	12	2	3	3	3	2	3	16	37	2	0	1	1	1	0	5	4	0	2	0	1	3	10	15	2	2	1	2	3	2	12	0	0	1	0	0	0	1	13	65
28	2	3	2	3	3	4	17	3	2	4	3	2	0	14	4	4	4	4	4	4	24	55	0	0	2	1	1	2	6	1	0	1	1	1	3	7	13	2	3	4	3	0	3	15	0	3	0	4	4	2	13	28	96
29	3	1	1	1	1	1	8	1	2	2	1	2	1	9	1	1	1	1	1	1	6	23	2	2	1	1	2	0	8	2	1	0	0	1	3	7	15	1	2	2	2	0	2	9	0	0	0	0	0	0	0	9	47
30	2	3	2	2	2	3	14	3	3	3	1	2	2	14	1	2	0	0	1	1	5	33	0	1	2	1	1	1	6	1	0	1	0	0	1	3	9	1	1	0	1	0	1	4	1	0	0	1	0	0	2	6	48
31	3	3	2	3	3	3	17	2	3	2	2	2	2	13	2	2	2	2	3	2	13	43	1	1	0	1	1	2	6	1	0	1	0	1	2	5	11	2	2	2	2	1	2	11	1	1	1	2	1	1	7	18	72
32	3	3	2	3	3	3	17	4	3	4	1	2	1	15	2	4	3	3	2	3	17	49	2	1	3	3	1	1	11	1	0	3	0	0	1	5	16	2	3	1	2	1	1	10	1	0	0	2	1	1	5	15	80
33	3	3	2	2	4	3	17	3	3	3	2	3	3	17	2	2	1	1	2	2	10	44	0	1	0	1	0	1	3	3	3	2	2	3	2	15	18	4	2	1	3	4	2	16	2	1	1	4	3	2	13	29	91
34	3	3	3	3	3	3	18	2	3	3	3	2	3	16	2	3	3	2	3	3	16	50	3	4	2	3	3	2	17	3	3	2	2	3	2	15	32	2	2	3	3	2	3	15	3	2	3	3	2	3	16	31	113
35	3	3	2	3	3	3	17	3	3	3	3	2	3	17	3	1	3	4	4	3	18	52	3	3	3	3	1	1	14	3	3	4	3	3	4	20	34	4	3	3	3	3	4	20	3	1	3	3	1	2	13	33	119
36	2	1	0	0	1	2	6	2	2	2	1	1	1	9	0	0	0	0	2	2	4	19	1	2	0	1	1	2	7	2	0	0	0	2	2	6	13	2	3	0	1	2	2	10	0	0	0	1	0	0	1	11	43
37	2	2	2	1	2	2	11	2	3	3	2	2	2	14	1	1	0	0	1	1	4	29	1	1	2	1	1	1	7	1	0	1	0	1	1	4	11	3	2	2	2	1	2	12	0	0	0	1	0	0	1	13	53
38	3	1	1	1	3	2	11	2	1	3	3	2	2	13	1	1	0	1	1	1	5	29	2	0	1	2	1	2	8	1	1	1	0	2	3	8	16	3	3	4	3	1	1	15	3	1	1	3	2	1	11	26	71
39	3	3	2	3	3	2	16	4	3	3	2	3	2	17	3	2	3	3	2	2	15	48	2	3	3	2	3	2	15	3	3	3	2	3	2	16	31	2	3	3	3	2	2	15	4	2	3	3	2	2	16	31	110
40	2	2	2	1	3	3	13	3	3	2	3	2	3	16	3	3	3	3	3	4	19	48	1	2	2	2	1	2	10	2	2	2	1	2	4	13	23	3	3	4	3	4	4	21	0	1	0	4	2	0	7	28	99
41	2	2	0	2	0	0	6	4	3	3	2	1	2	15	2	2	2	2	2	2	12	33	4	0	2	0	0	0	6	2	0	2	0	2	2	8	14	4	3	4	2	1	1	15	0	0	0	3	1	0	4	19	66
42	1	3	3	3	3	3	16	3	3	3	3	3	2	17	2	2	2	2	2	2	12	45	3	1	2	1	1	0	8	0	0	0	0	0	1	1	9	2	1	3	2	2	1	11	1	0	0	0	0	0	1	12	66
43	2	1	1	1	2	2	9	2	3	2	3	1	3	14	1	1	1	1	2	1	7	30	1	1	2	2	1	3	10	4	1	3	0	3	1	12	22	2	2	4	0	1	3	12	1	1	0	2	1	0	5	17	69
44	2	2	1	2	3	3	13	2	4	1	2	3	3	15	0	0	1	1	2	2	6	34	1	2	2	1	1	2	9	0	0	1	0	1	2	4	13	3	3	3	3	1	3	16	3	0	3	3	4	3	16	32	79
45	3	2	1	2	3	3	14	3	3	1	3	2	2	14	2	2	1	1	4	2	12	40	1	1	0	2	2	4	10	1	1	4	0	2	2	10	20	2	1	0	2	1	2	8	4	2	2	3	3	3	17	25	85
46	2	3	2	1	3	3	14	3	1	1	1	0	2	8	1	1	0	0	0	0	2	24	3	2	1	3	1	1	11	4	3	3	1	3	3	17	28	3	3	2	3	1	3	15	2	0	3	3	3	3	14	29	81

47	3	3	3	3	3	4	19	2	3	0	2	0	0	7	3	3	3	3	3	3	18	44	1	2	3	0	0	0	6	2	0	1	0	1	1	5	11	3	3	0	2	0	0	8	0	0	0	0	1	0	1	9	64	
48	2	2	2	1	3	2	12	4	2	2	2	3	3	16	2	2	0	2	1	0	7	35	1	1	1	1	2	4	10	1	0	2	1	3	1	8	18	2	3	0	1	1	3	10	2	1	1	4	4	3	15	25	78	
49	4	3	3	2	3	3	18	3	2	3	3	3	1	15	3	3	3	1	2	2	14	47	2	0	4	2	0	1	9	2	1	2	0	2	2	9	18	2	2	3	2	2	2	13	1	0	0	2	2	0	5	18	83	
50	2	2	2	2	2	1	11	2	2	2	2	2	4	14	2	2	2	2	1	2	11	36	2	2	2	2	2	3	13	2	2	2	2	2	4	14	27	2	2	2	2	2	4	14	2	2	2	2	3	3	14	28	91	
51	2	2	2	2	2	2	12	2	2	4	3	2	2	15	3	3	2	2	3	1	14	41	2	2	2	3	2	2	13	3	1	2	2	2	2	12	25	3	1	3	2	2	2	13	2	1	2	2	2	3	12	25	91	
52	2	2	0	0	2	3	9	3	3	3	3	2	0	14	0	0	0	1	0	1	2	25	2	1	0	0	1	0	4	0	0	2	0	2	0	4	8	3	1	1	2	3	3	13	0	0	0	0	0	0	0	0	13	46
53	3	4	0	0	4	1	12	4	2	4	0	0	2	12	1	0	0	1	1	1	4	28	1	1	0	0	0	2	4	1	0	0	0	0	1	2	6	4	1	4	4	1	0	14	2	0	0	0	1	0	3	17	51	
54	4	3	3	3	3	3	19	3	3	2	2	3	2	15	1	1	0	0	1	1	4	38	2	1	2	1	1	1	8	1	0	0	0	0	0	1	9	2	1	2	2	0	1	8	0	0	0	2	1	0	3	11	58	
55	4	3	2	0	1	0	10	3	2	3	1	0	1	10	2	1	1	1	1	2	8	28	0	1	0	0	1	0	2	1	0	0	0	0	1	2	4	2	3	2	0	2	1	10	2	1	0	1	0	0	4	14	46	
56	2	3	3	2	4	2	16	3	3	4	3	4	1	18	1	3	2	0	1	2	9	43	0	3	3	3	3	2	14	1	2	4	1	2	1	11	25	2	2	3	1	1	1	10	0	3	2	1	0	1	7	17	85	
57	2	2	2	0	2	2	10	4	3	2	1	1	1	12	2	3	1	0	3	1	10	32	2	1	2	1	0	1	7	2	0	1	0	0	2	5	12	1	0	1	1	1	4	8	4	1	0	3	0	0	8	16	60	
58	2	3	2	2	3	4	16	3	1	2	2	3	3	14	2	1	3	2	3	1	12	42	1	3	3	2	3	2	14	1	3	1	2	2	3	12	26	2	2	3	2	3	3	15	2	3	2	3	3	3	16	31	99	
59	2	2	1	2	2	2	11	2	2	3	3	2	2	14	1	1	0	1	1	1	5	30	1	1	1	3	2	1	9	1	1	3	1	1	2	9	18	3	0	2	1	2	1	9	4	0	4	4	4	4	20	29	77	
60	2	1	3	3	3	2	14	1	1	3	3	2	1	11	3	4	3	3	2	3	18	43	2	2	1	3	2	1	11	3	0	2	0	2	3	10	21	2	3	3	1	3	3	15	1	2	1	3	2	1	10	25	89	

Sujeto	DIMENSIÓN 1			DIMENSIÓN 2			DIMENSIÓN 3			VALOR	
	IND. 1	IND. 2	IND. 3	D 1	IND. 4	IND. 5	D 2	IND. 6	IND. 7	D 3	FINAL
	Total	Total	Total	SUB TOTAL	Total	Total	SUB TOTAL	Total	Total	SUB TOTAL	TOTAL
1	18	12	15	45	5	5	10	16	0	16	71
2	17	12	18	47	5	7	12	16	4	20	79
3	8	8	9	25	7	9	16	10	4	14	55
4	15	14	21	50	6	10	16	14	6	20	86
5	11	16	11	38	6	5	11	15	7	22	71
6	18	14	22	54	6	8	14	20	6	26	94
7	15	12	16	43	6	5	11	14	5	19	73
8	12	14	19	45	5	10	15	17	5	22	82
9	13	14	18	45	7	5	12	14	8	22	79
10	13	13	11	37	10	6	16	14	1	15	68
11	11	17	11	39	10	11	21	19	2	21	81
12	11	10	11	32	0	10	10	8	0	8	50
13	18	14	23	55	1	7	8	7	16	23	86
14	23	15	23	61	0	4	4	16	7	23	88
15	17	12	20	49	1	6	7	16	5	21	77
16	12	15	16	43	4	9	13	10	9	19	75
17	14	10	19	43	0	9	9	19	1	20	72
18	11	11	12	34	2	11	13	12	0	12	59
19	22	15	24	61	3	6	9	16	1	17	87
20	16	12	18	46	1	8	9	12	0	12	67
21	14	13	18	45	2	8	10	15	2	17	72
22	16	17	20	53	4	5	9	13	3	16	78

23	12	12	17	41	7	7	14	17	1	18	73
24	15	13	18	46	6	7	13	19	3	22	81
25	18	9	17	44	3	7	10	18	2	20	74
26	15	15	16	46	7	8	15	18	2	20	81
27	9	12	16	37	5	10	15	12	1	13	65
28	17	14	24	55	6	7	13	15	13	28	96
29	8	9	6	23	8	7	15	9	0	9	47
30	14	14	5	33	6	3	9	4	2	6	48
31	17	13	13	43	6	5	11	11	7	18	72
32	17	15	17	49	11	5	16	10	5	15	80
33	17	17	10	44	3	15	18	16	13	29	91
34	18	16	16	50	17	15	32	15	16	31	113
35	17	17	18	52	14	20	34	20	13	33	119
36	6	9	4	19	7	6	13	10	1	11	43
37	11	14	4	29	7	4	11	12	1	13	53
38	11	13	5	29	8	8	16	15	11	26	71
39	16	17	15	48	15	16	31	15	16	31	110
40	13	16	19	48	10	13	23	21	7	28	99
41	6	15	12	33	6	8	14	15	4	19	66
42	16	17	12	45	8	1	9	11	1	12	66
43	9	14	7	30	10	12	22	12	5	17	69
44	13	15	6	34	9	4	13	16	16	32	79
45	14	14	12	40	10	10	20	8	17	25	85
46	14	8	2	24	11	17	28	15	14	29	81
47	19	7	18	44	6	5	11	8	1	9	64
48	12	16	7	35	10	8	18	10	15	25	78

49	18	15	14	47	9	9	18	13	5	18	83
50	11	14	11	36	13	14	27	14	14	28	91
51	12	15	14	41	13	12	25	13	12	25	91
52	9	14	2	25	4	4	8	13	0	13	46
53	12	12	4	28	4	2	6	14	3	17	51
54	19	15	4	38	8	1	9	8	3	11	58
55	10	10	8	28	2	2	4	10	4	14	46
56	16	18	9	43	14	11	25	10	7	17	85
57	10	12	10	32	7	5	12	8	8	16	60
58	16	14	12	42	14	12	26	15	16	31	99
59	11	14	5	30	9	9	18	9	20	29	77
60	14	11	18	43	11	10	21	15	10	25	89