

**UNIVERSIDAD NACIONAL  
TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS**

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



**RENDIMIENTO ACADÉMICO Y ESTRÉS EN  
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA, UNIVERSIDAD  
NACIONAL TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA,  
CHACHAPOYAS - 2017**

**Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería**

**Autora : Bach. Edith Magali Castro Toro**

**Asesor : Dr. Policarpio Chauca Valqui**

**CHACHAPOYAS – PERÚ**

**2018**

## **DEDICATORIA**

Este logro dedico a mis padres: Anibal y Selmira que durante mi formación académica me apoyaron incondicionalmente.

A mis hermanas, esposo e hijo por ser el motor y motivo para seguir superando cada día, amigos y docentes que fueron testigos de mi formación académica y estar siempre acompañándome con su amor y comprensión en este difícil camino.

## **AGRADECIMIENTO**

A los estudiantes de la carrera profesional de enfermería por ser partícipes, por su aporte y colaboración para poder aplicar dicho instrumento ya que sin ello no hubiera sido posible la investigación y a los docentes de los cursos de línea del IV Al VIII ciclo por permitirme el ingreso a las aulas.

Al Dr. Policarpio Chauca Valqui, por su asesoría permanente, horas de tu tiempo brindado, recomendaciones, puntos de vista y orientación durante el proceso de la presente investigación.

A las autoridades de la Facultad de Ciencias de la Salud y de la Escuela Profesional de Enfermería, por permitirme el ingreso a las aulas para poder aplicar mi instrumento de evolución.

.

## **AUTORIDADES UNIVERSITARIAS**

Dr. Policarpio Chauca Valqui

**Rector**

Dr. Miguel Ángel Barrena Gurbillón

**Vicerrector Académico**

Dra. Flor Teresa García Huamán

**Vicerrectora de Investigación**

Dr. Edwin Gonzales Paco

**Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud**

Mg. Wilfredo Amaro Cáceres

**Director de la Escuela Profesional de Enfermería**

**VISTO BUENO DEL ASESOR**

Yo **Policarpio Chauca Valqui**, identificado con DNI N° 25852185, con domicilio legal en Jr. Higo Urco s/n, docente Auxiliar a tiempo completo de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, asesor de la tesis titulado “**RENDIMIENTO ACADÉMICO Y ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA, UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO RODRÍGUEZ DEMENDOZA, CHACHAPOYAS - 2017**”, presentado por la tesista en enfermería Edith Magali Castro Toro.

Por lo indicado doy testimonio y visto bueno, ya que ha ejecutado la tesis mencionada, por lo que en fe a la verdad firmo al pie para mayor veracidad.

Chachapoyas 12 de marzo del 2018.

.....  
**Policarpio Chauca Valqui**

DNI: 25852185

**JURADO EVALUADOR DE TESIS**

(Resolución de Decanato N° 140-2018-UNTRM - VRAC/F.C.S)

---

**PRESIDENTE**

Dr. Edwin Gonzales Paco

---

**SECRETARIO**

Mg. Wilfredo Amaro Cáceres

---

**VOCAL**

Mg. Carla María Ordinola Ramírez

## ÍNDICE DE CONTENIDO

Dedicatoria	i
Agradecimiento	ii
Autoridades	iii
Visto Bueno del Asesor	iv
Hoja de jurado	v
Índice	vi
Resumen	x
Abstract	xi
I. INTRODUCCIÓN	01
II. OBJETIVOS	04
III. MARCO TEÓRICO	05
IV. MATERIAL Y MÉTODO	28
4.1. Tipo y diseño de la investigación	28
4.2. Población y muestra	28
4.3. Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de datos	29
4.4. Análisis de datos	31
V. RESULTADOS	32
VI. DISCUSIÓN	37
VII. CONCLUSIONES	46
VIII. RECOMENDACIONES	47
IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	49
X. ANEXOS	52

## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>Tabla 01</b> Rendimiento académico en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017	60
<b>Tabla 02</b> Estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.	61
<b>Tabla 03</b> Relación que existe entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.	62



## ÍNDICE DE FIGURAS

	<b>Pág.</b>
<b>Figura 01</b> Rendimiento académico en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017	60
.	
<b>Figura 02</b> Estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.	61
<b>Figura 03</b> Relación que existe entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.	62

## ÍNDICE DE ANEXOS

		<b>Pág.</b>
<b>Anexo 01</b>	Operacionalización de variable	77
<b>Anexo 02</b>	Matriz de consistencia	78
<b>Anexo 03</b>	Formulario del cuestionario	79
<b>Anexo 04</b>	Tabla N° 04	62
<b>Anexo 05</b>	Tabla N° 05	63
<b>Anexo 06</b>	Tabla N° 06	64
<b>Anexo 07</b>	Tabla N° 07	65

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación fue de enfoque cuantitativo; de nivel relacional; de tipo: observacional, prospectivo; transversal y analítico, se realizó con el objetivo de determinar la relación que existe entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza 2017. La muestra estuvo constituida por 84 estudiantes seleccionados mediante el muestreo probabilístico de tipo estratificado; para la recolección de datos se utilizó como instrumento el cuestionario de SISCO del estrés académico (con una confiabilidad por mitades de .87 y una confiabilidad de alfa de cronbach de 0.90). Los resultados evidencian que del 100% (84) de los estudiantes de enfermería; el 69% (84) presenta un rendimiento académico regular, el 23.8 % (20) bajo, el 3.6% (3) % excelente; 2.4 % (2) muy bajo; el 1.2 % (1) muy excelente; por otro lado del 100% (84) de los estudiantes de enfermería el 52.4 % (44) presenta estrés leve, el 47.6 % (40) moderado y ninguno severo. Para constatar las hipótesis se utilizó la prueba Estadística del ji-cuadrada cuyo valor fue de  $X^2=5.892$  GL=4  $p=0.207>0.05$ , contrastando de esta manera la hipótesis nula. En conclusión no existe relación entre las dos variables de estudio, lo cual quiere decir que ambas variables son independientes entre sí.

. **Palabras claves:** Rendimiento académico, estrés, estudiantes, enfermería.

## ABSTRACT

The present research work was of a quantitative approach; of relational level; of type: observational, prospective; transversal and analytical, was conducted with the aim of determining the relationship between academic performance and stress in nursing students of the National University Toribio Rodríguez de Mendoza 2017. The sample consisted of 84 students selected by stratified probability sampling; for data collection, the SISCO questionnaire on academic stress (with a reliability by halves of .87 and a reliability of Cronbach's alpha of 0.90) was used as an instrument. The results show that 100% (84) of the nursing students; 69% (84) presents a regular academic performance, 23.8% (20) low, 3.6% (3)% excellent; 2.4% (2) very low; 1.2% (1) very excellent; On the other hand, of the 100% (84) of the nursing students, 52.4% (44) presented mild stress, 47.6% (40) moderate and none severe. To verify the hypothesis, the Chi-square test was used, whose value was  $X^2 = 5.892$   $GL = 4$   $p = 0.207 > 0.05$ , thus contrasting the null hypothesis. In conclusion there is no relationship between the two study variables, which means that both variables are independent of each other.

**Keywords:** Academic performance, stress, students, nursing.

## I. INTRODUCCIÓN

El estrés es una de las enfermedades del presente siglo, que por las dimensiones que ha adquirido debe tratarse como un problema de salud pública. Es prioritario desarrollar entornos laborales saludables, no sólo para lograr la salud de los trabajadores, sino también para hacer un aporte positivo a la productividad, a la motivación laboral, al espíritu y satisfacción en el trabajo, así como a la calidad de vida en general. El sondeo mundial también reveló que las labores académicas, la crisis de la vivienda está afectando a muchas más personas, pues la mitad de la población mundial (51%) consideró que los aspectos académicos en los estudiantes son fuentes de estrés. (Corral, 2009, p. 31)

En las universidades del mundo los estudiantes sufren estrés en relación a la obtención de sus notas, por lo que se enfrentan cada vez más a exigencias, desafíos y retos que les demandan una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos de diferente índole. Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, y autocrítica. (Aranceli & Ormeño, 2013, p. 38)

El Perú no es ajeno a esta realidad, al ingresar a la Universidad existen cambios que representa un conjunto de situaciones altamente estresantes que el individuo experimenta, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador con otros factores del fracaso académico universitario. El conjunto de actividades académicas propias de la universidad constituye una importante fuente de estrés y ansiedad para los estudiantes y pueden influir sobre su bienestar físico y psicológico. (Araújo & Moreno, 2012, p. 29)

El rendimiento académico es un problema que se refleja en el nivel de conocimientos, habilidades y destrezas que el alumno adquiere durante el proceso enseñanza aprendizaje, que repercuten en las épocas de exámenes, y se evidencia en los resultados finales de fin de semestre a través de los registros de evaluación. Mientras que el estrés se presenta más de forma conductual y por medio de los signos y síntomas físicos, ambos problemas pueden presentarse simultáneamente o por separado. Por lo general el estrés es un problema que puede presentarse a lo largo de la vida, desde la niñez hasta la vejez. (Roig, Giner, Martínez, Navarro & Oliva, 2011)

Actualmente el estrés académico y su estudio están alcanzando gran popularidad. Para hacer frente al estrés académico los estudiantes hacen uso de las estrategias de afrontamiento que son aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas externas e internas que son evaluadas como desbordantes por el estudiante. El rendimiento académico y estrés están relacionados con factores fisiológicos, ambientales en la vida de los universitarios que se refleja del aprendizaje y de los conocimientos adquiridos, este es también un tema social, el cual va a permitir conocer, analizar, comprender, sobre lo que pasa en el entorno universitario.

Considerando esta realidad problemática se planteó el siguiente problema de investigación: ¿Cuál es la relación que existe entre el rendimiento académico y estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017?

Para ello se tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de Enfermería, y de manera específica valorar el rendimiento académico e identificar el estrés de estudiantes de Enfermería.

Por tanto el presente estudio permitió realizar un diagnóstico sobre la relación que existe el rendimiento académico y estrés en estudiantes de Enfermería, y los resultados de la investigación podrán servir como antecedente de futuras investigaciones de la Facultad de Ciencias de la Salud, así mismo serán una fuente de información referencial con el fin de brindar apoyo profesional al estudiante de Enfermería en las estrategias implementadas, resolución de sus problemas y respuestas afectivas, emocionales, familiares o sociales que obstaculizan su aprendizaje; a fin de lograr una adecuada socialización y su efectiva participación e integración de los futuros profesionales competitivos de calidad y calidez.

Además se podrán elaborar estrategias, talleres, guías o planes de acción para el mejoramiento del rendimiento académico y manejo del estrés, para desarrollar posibilidades del manejo propio del rendimiento académico y estrés a fin que los futuros profesionales de nuestra sociedad sean competentes creativos y con alta sensibilidad humana.

De la misma ampliar la visión metodológica del proceso enseñanza y aprendizaje de docentes y estudiantes permitiendo incrementar el acervo teórico sobre el tema del estrés académico, lo que esperamos, que en un futuro inmediato conduzca a la ampliación de los conocimientos sobre este tipo de estrés y de esta manera optimizar el proceso enseñanza-aprendizaje y también servirá como referencia y diagnóstico para posteriores investigaciones que guarden relación con las variables en estudio.

En los siguientes capítulos de la tesis se presentan los objetivos, el marco teórico utilizado para la investigación, los materiales y métodos, los resultados y discusión así como las conclusiones y recomendaciones.

## **II. OBJETIVOS**

### **2.1. Objetivo general**

- Determinar la relación que existe entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.

### **2.2. Objetivo específicos**

- Valorar el rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.
- Identificar el estrés de estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.



### III. MARCO TEÓRICO

#### 3.1. Antecedentes de la investigación

**Caballero & Palacios. (2013). Colombia.** En su estudio, el objetivo fue determinar la relación del estrés y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. Los resultados fueron: que el 52% presentó estrés leve, el 38% moderado y el 10% severo. Mientras que el 65% tuvo rendimiento académico Regular y el 20% alto y 15% bajo. Finalmente se indica que se demostró la hipótesis nula, indicando que ambas variables no se relacionan uno al otro, pero si manifiestan tendencias interesantes que obligan a profundizar sobre el tema.

**Tolentino, S. (2012). Argentina.** Realizó un estudio con el objetivo de: obtener un perfil de estrés en los estudiantes de licenciatura en Psicología de los semestres de 3° y 4° del campus de Actopan. Sus resultados evidencian que: el nivel de estrés académico general de los estudiantes de 3° y 4° semestre de la licenciatura en psicología fue de un nivel medio, en los alumnos de tercer semestre el nivel de estrés académico se presenta en un 30% de intensidad que abarca un nivel medio, en comparación con un 26% de los alumnos de cuarto semestre. Esto concluye que no hay diferencias significativas entre ambos grupos y que los niveles de estrés académico encontrados en los alumnos no es un nivel de estrés académico alto, es decir que la hipótesis de trabajo no se acepta debido a nivel medio encontrado.

**Martín, G. (2012). España.** En su estudio cuyo objetivo fue: Estudiar la relación entre el nivel de estrés y los exámenes en los estudiantes universitarios, además de analizar la influencia de determinados indicadores de salud y del autoconcepto académico. Los resultados muestran un aumento en el nivel de estrés de los universitarios durante el período de exámenes. Es así que el 75% presentó estrés moderado el 25% leve. Además se observaron diferencias significativas en el nivel de estrés alcanzado por los estudiantes de Psicología respecto al de Filología Hispánica durante los dos períodos analizados. Existen efectos sobre la salud (ansiedad, consumo de tabaco, cafeína o fármacos, alteraciones en el

sueño y en la ingesta de alimentos...) y sobre el autoconcepto académico de los estudiantes (peor nivel de autoconcepto académico) durante el período de presencia del estresor.

**Roca, S. (2011). México.** Realizó un estudio con el objetivo de: establecer el nivel de influencia que tiene el nivel de estrés sobre el rendimiento académico de los alumnos del Colegio de Bachilleres. Sus resultados evidencian que: el rendimiento académico en el primer semestre es relativamente aceptable de acuerdo con el Reglamento General del Colegio de Bachilleres 2010, el cual señala que “la escala que se usará para asignar calificaciones finales sólo se utilizarán números enteros de 5 a 10, siendo 6 la mínima aprobatoria”. El colegio de Bachilleres de la comunidad de Angahuan se obtuvo una media de 64, en cuanto a la mediana, es de 61, con una moda de 67 y una desviación estándar de 26.2.

**Berrío, J. (2010). Colombia.** En su estudio cuyo objetivo fue revisar algunos modelos cognitivos del estrés, incluyendo el Modelo Cognoscitivo Sistémico del estrés académico, para establecer una discusión entre ellos. Sus resultados fueron: El estrés suele clasificarse, según su fuente, en las categorías de estrés académico y estrés laboral. El 65% de los estudiantes presentan un nivel de estrés leve, 30% moderado y 5% severo.

**Olivetí, S. (2010). México.** Realizó un estudio con el objetivo de: explorar la presencia de los estresores académicos, síntomas y estrategias de afrontamiento de los estudiantes de ambos sexos que transitan primer año dentro del ámbito educativo en la Universidad Abierta Interamericana. Sus resultados evidencian que: los 115 estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad de Palo Alto, México no existe una relación significativa entre el nivel de estrés y el rendimiento académico de los estudiantes, si existe una tendencia a encontrar un rendimiento académico medio y alto (22.61% y 20% respectivamente) en los alumnos con bajos niveles de estrés, lo cual indicaría que para tener un mejor rendimiento habría que poseer niveles medios del mismo.

**Goncalves, p. (2008). Venezuela.** En su estudio de investigación Cuyo objetivo fue: Evaluar el estrés académico en estudiantes universitarios, de las carreras técnicas en Bolívar, Caracas, Venezuela. Los resultados indican que el 58% presentaron un estrés leve, el 35% moderado y un 7% severo. Las condiciones favorables de salud mental están asociadas con un mayor apoyo social y un menor estrés académico. En las mujeres, la mayor intensidad al estrés se asocia al menor apoyo social de los amigos mientras que en los hombres se relacionó con un menor apoyo social por parte de personas cercanas y un menor apoyo en general. Ambos presentaron un mejor rendimiento cuando el estrés académico percibido fue mayor y el apoyo social de las personas cercanas fue moderado. Los resultados se discuten en función de las implicaciones en salud mental y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.

**Nincho, C. (2013). Perú.** En su investigación titulada “relación entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la E.B.C. Tecnológica de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión”. En los resultados que se obtuvieron más del 90% de los estudiantes obtienen rendimientos muy por debajo de los niveles de Bachillerato, solo el 17% comienza a recuperar esos niveles a partir del 3er año. La mayoría de los estudiantes alcanzan menos del 60% de los objetivos de los programas de las asignaturas de ciencias básicas. Llegando a la conclusión que los individuos que para el momento de su ingreso a la facultad tienen mayores puntajes de creencias en la influencia de los otros procesos (externalidad defensiva) obtienen los mejores resultados académicos. La internalidad a lo largo de los tres años está asociada al incremento simultáneo de la internalidad y de la externalidad defensiva.

**Reyes, Y. (2013). Perú.** En su estudio Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el auto concepto y la asertividad en estudiantes del primer año de psicología de la UNMSM. Sus resultados evidencia que el 75% de los estudiantes tienen un rendimiento académico de nivel medio, el 15% alto y solo el 10 % bajo.

Mientras que el 35% presenta un ansiedad leve, y el 65% ansiedad moderado.

**Jara, C. (2010). Perú.** En su trabajo de investigación cuyo objetivo fue: Identificar los factores que afectarían el rendimiento académico en los estudiantes de medicina del primer año de estudios. Resultados: Se evaluó 40 estudiantes de ambos sexos (14 mujeres y 26 varones), con edades comprendidas entre 18 y 30 años. El 55% tuvo un rendimiento académico medio, el 30% bajo y el 15% alto, además procedían de colegio estatal 31 (78%) y de colegio privado 9 (22%); El número de horas de estudio al día consistió en 1 a 2 horas al día en 10 (25%), 3 a 4 horas de estudio en 18 (45%), 5 a 6 horas de estudio en 10 (25%) y 2 de ellos (5%) refirieron estudiar solo en fechas de exámenes; 25 alumnos (62%) tuvieron como estrategia de estudio solo el uso de la memoria, 7 (18%) utilizaron la memoria más los apuntes de clase, 4 de ellos (10%), apuntes más esquemas, y 4 (10%), apuntes más esquemas y textos. Conclusiones: La mayoría de los estudiantes procedía de colegios estatales, carecía de hábitos y estrategias de estudio, tenía autoestima moderada a baja, su nivel socioeconómico fue bajo, residía en zonas urbano marginales, sin vivienda propia, y algunos tenían afecciones físicas que mermaban su salud; todo lo anterior podría influir en el rendimiento académico bajo que presentaron.

## **3.2. Base teórica**

### **3.2.1 Rendimiento académico**

#### **A. Definición**

El rendimiento académico es el logro obtenido por el individuo en determinada actividad académica. Como una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación. Es el sentido lógico de las puntuaciones y calificaciones que se da entre los educandos en el desarrollo de nuevos contenidos y así

poder verificar un nivel de conocimiento aceptable por las instituciones educativas. (Pizarro, 2015, p. 49).

El rendimiento académico se constituye en un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el estudiante, representa el nivel de eficacia en la consecución de los objetivos curriculares para las diversas asignaturas, y en nuestro país se expresa mediante un calificativo o promedio ponderado basado en el sistema vigesimal; es decir, las notas varían de 0 a 20 puntos, donde el puntaje de 10 o menos es reprobatorio. (Romo, 2015, p. 69).

El rendimiento académico es una relación entre lo obtenido y el esfuerzo empleado para obtenerlo. Al hablar de rendimiento universitario. El problema del rendimiento escolar se resolverá de forma científica cuando se encuentre la relación existente entre el trabajo realizado por el maestro y los alumnos, al estudiar científicamente el rendimiento, es básica la consideración de los factores que intervienen en él. Por lo menos en lo que a la instrucción se refiere, existe una teoría que considera que el rendimiento escolar se debe predominantemente a la inteligencia; sin embargo, lo cierto es que ni siquiera en el aspecto intelectual del rendimiento, la inteligencia es el único factor al analizar el rendimiento escolar, deben valorarse los factores ambientales como la familia, la sociedad y el ambiente escolar" (Romo, 2015, p. 72).

El rendimiento académico es entendido como una medida de la capacidad correspondiente o indicativa que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación. El mismo autor, ahora desde una perspectiva propia del alumno, define el rendimiento como una capacidad respondiente de éste frente a estímulos educativos, susceptible de ser interpretado según objetivos o propósitos educativos pre-establecidos. (Pizarro, 2015, p. 67).

El rendimiento académico “proviene del latín reddere (restituir, pegar) el rendimiento es una relación entre lo obtenido y el esfuerzo empleado para obtenerlo” (Pérez & Del Río, 2013, p. 42).

Se asume que el rendimiento académico es “un proceso multidisciplinario donde interviene la cuantificación y la cualificación del aprendizaje en el desarrollo cognitivo, afectivo y actitudinal que demuestra el estudiante en la resolución de los problemas asociados al logro de los objetivos programáticos” (Jara, 2010, p. 11).

El rendimiento académico traducido en aprendizaje complejo es un proceso lento que demanda de los estudiantes universitarios, niveles progresivos de desarrollo de pericia, estados motivacionales positivos y autorregulación que deben tomar en cuenta en la evaluación. (Castañeda, 2012, p. 21).

El rendimiento académico es aquel proceso en el que el alumno logra una calificación aprobatoria o no aprobatoria mediante la evaluación de sus conocimientos adquiridos en la institución. (Bedoya, 2012, p. 43).

Las calificaciones fueron consideradas para representar el rendimiento académico de los universitarios, ya que un fenómeno de la conducta, solo puede ser medido, si posee alguna dimensión a través de la cual se pueda inferir su extensión. Las mediciones que se obtengan de ciertas formas de conducta pueden no tener una confiabilidad perfecta, pero eso no significa, que tales valores registrados, carezcan de significación y sobre ellos se puedan realizar predicciones bastante posibles dentro de ciertos márgenes. (Bandura, 2010, p. 54).

El rendimiento académico es fruto del esfuerzo y capacidad de trabajo del estudiante, de horas de estudio, competencias y

entrenamiento para la concentración, todo esto es verdad , sin embargo también hay otras muchas variables como el entorno relacional, medio interno que inciden en el rendimiento académico” (Cerezo & Casanova, 2004, p. 38).

La idea que se sostiene de rendimiento escolar desde siempre y aún en la actualidad, corresponde únicamente, a la suma de calificaciones y resultado de los exámenes y pruebas de nivel de conocimientos a los que son sometidos los alumnos. Desde este punto de vista, el rendimiento académico ha sido considerado unilateralmente, es decir, sólo en relación al aspecto intelectual; luego de una investigación en la UNAM; aunque en realidad, el rendimiento académico refleja el resultado de las diferentes y complejas etapas del proceso educativo y al mismo tiempo, una de las metas hacia las que convergen todos los esfuerzos y todas las iniciativas de las autoridades educacionales, maestros, padres y alumnos/as. Posiblemente, las calificaciones se han sobreestimado ya que en realidad se ignora lo que influyó en la asignación de un número final, aunque esta engloba por lo general, el producto de todo lo realizado por el alumno: participación en clase, tareas, trabajos, exámenes, investigaciones, exposiciones, entre otros; por lo tanto, las investigaciones se basan en las calificaciones para elaborar estadísticas y así saber que tanto funcionan los programas escolares, las estrategias de aprendizaje, la intervención de psicólogos educativos, etc. (Colmenares, 2012, p. 86).

El rendimiento académico es una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación (Pizarro, 2015, p. 38)

## **A.1. Epidemiología.**

Según INCE (Instituto Nacional de Calidad y Evaluación), se considera que de entre todas las relaciones establecidas entre el rendimiento académico de los alumnos y las distintas variables que ese han analizado en la evaluación de la educación tanto primaria, secundaria y universidades. (Román, 2005, p. 45).

El rendimiento académico en universidades latinoamericanas en general y peruanas en particular es bastante deficiente. El rendimiento académico, es una variable multicausada, integrada por variables provenientes del propio alumno, docente y contexto. La psicología educativa acepta que el proceso de enseñanza - aprendizaje genera sentimientos de ansiedad, estrés, depresión ya que empieza con un momento de excitación, cuando el sujeto se siente impresionado ante una experiencia desconocida, hay una actitud interrogativa, despierta su voluntad de saber y conocer, se origina e intensifica la tensión. (Suarez, 2011, p. 39)

El rendimiento académico en 1845 Estados Unidos aplicó los primeros test de rendimiento a estudiantes. Para contribuir al aprendizaje de los “alumnos” (llamados entonces los “sin luz”), en la Edad Media ya existían sistemas de evaluación educativa, pero es hasta 1845, cuando se aplicaron los primeros test de rendimiento a estudiantes en Estados Unidos.

El rendimiento académico manifiesta entre otras cosas, el tipo de recursos con los que cuentan los estudiantes para su desempeño académico; recursos a los que comúnmente se les conoce como formas de estudio o hábitos de estudio; y que influyen de manera importante sobre el aprovechamiento académico de los alumnos pertenecientes a un sistema no escolarizado. En el mismo año, los autores encontraron mediante la aplicación de un curso de hábitos de estudio y de



lectura, que los alumnos que no tomaron el 47 curso aprobaron solamente el 39.26% de las unidades cursadas, mientras que los que asistieron a este, aprobaron un 72.07% de las unidades. (Tolentino, 2012, p. 49).

Otro factor frecuente entre desertores escolares y entre aquellos que no estudiaron el años anterior, o que no fueron estudiantes de tiempo completo, es el consumo de drogas, advirtieron. Demostró, que el usuario de drogas se encuentra inmerso en una subcultura que tiene a funcionar como una estructura, en donde pertenecer al grupo de pares, tener inconformidad social y tener a cometer actos delictivos, sustituyen en la familia y deseo de realizarse por medio del estudio y trabajo. (Vicente, 2010, p. 18).

## **A.2. Importancia del rendimiento académico**

El rendimiento académico es importante porque permite establecer en qué medida los estudiantes han logrado cumplir con los objetivos educacionales, no sólo sobre los aspectos de tipo cognoscitivos sino en muchos otros aspectos; puede permitir obtener información para establecer estándares. También los registros de rendimiento académico son especialmente útiles para el diagnóstico de habilidades y hábitos de estudio, no sólo puede ser analizado como resultado final sino mejor aún como proceso y determinante del nivel. El rendimiento académico es fruto del esfuerzo y la capacidad de trabajo del estudiante, el conocer y precisar estas variables conducirá a un análisis más minucioso del éxito académico o fracaso del mismo. (Vicente, 2010, p. 18).

## **A.3. Características del rendimiento académico**

En el sistema educativo peruano, en especial en las universidades la mayor parte de las calificaciones se basan en

el sistema vigesimal, es decir de 0 a 20 el puntaje obtenido se traduce a la categorización del logro de aprendizaje, el cual puede variar desde aprendizaje bien logrado hasta aprendizaje deficiente (Valdés, 2012, p. 58)

Después de realizar un análisis comparativo de diversas definiciones del rendimiento escolar, concluyen que hay un doble punto de vista, estático y dinámico, que atañen al sujeto de la educación como ser social. En general, el rendimiento escolar es caracterizado del siguiente modo: (Valdés, 2012, p. 59)

- En su aspecto dinámico responde al proceso de aprendizaje, como tal está ligado a la capacidad y esfuerzo del alumno.
- En su aspecto estático comprende al producto del aprendizaje generado por el alumno y expresa una conducta de desaprovechamiento.
- Está ligado a medidas de calidad y a juicios de valoración.
- El rendimiento es un medio y no un fin en sí mismo.
- El rendimiento está relacionado a propósitos de carácter ético que incluye expectativas económicas, lo cual hace necesario un tipo de rendimiento en función del modelo social vigente.

#### **A.4. Clasificación.**

**Según** (Romo, 2015, p. 67). El rendimiento académico/escolar es un juicio de valor producto de la interpretación, ya que la SEP formula una escala (numérica) global que es entendida por las autoridades competentes; sin embargo la escala

cualitativa que va de “deficiente”, “regular”, “bien”, “muy bien” a excelente” que también puede ser representada por letras (A, B, etc.) no responde a los propósitos que plantean las competencias que aparecen descritas en los programas de estudios; en los que se requiere de un proceso sistemático y general para la evaluación educativa, pues ello permite emitir un juicio fundamentado que contribuya a la mejoría del sistema de enseñanza-aprendizaje con “parámetros fiables” para emitirlos.

Para los fines de esta investigación, las calificaciones que representan el rendimiento académico se clasificaran de la siguiente manera:

- a. Rendimiento académico bajo.** (suficiente o no acreditado), cuando el estudiante tiene calificaciones igual o menor a 7.

Mantener un rendimiento académico bajo, demuestra que el estudiante no ha adquirido los conocimientos de manera adecuada y/o completa y que no posee las herramientas y habilidades necesarias para la solución de problemas referentes al material de estudio. (Romo, 2015, p. 67).

Los siguientes factores.

- **Causas personales:** ausencia de aptitudes y capacidades, poco dominio de técnicas de estudio, escasa o nula dedicación al estudio durante el periodo escolar inasistencia a clases, desorganización del tiempo y planificación del estudio, falta de autoexigencia o de sentido de responsabilidad, insatisfacción con la carrera elegida, desproporción entre esfuerzos resultados y problemas personales o sentimentales. (Vallejo, 2011)

- **Causas ambientales:** se consideró el tipo de residencia (si viven en casa para estudiantes o en casa familiar) y distractores que limitan la concentración en el estudio. (Vallejo, 2011)
- **Causas académicas:** dificultad de las materias o carrera; desajuste y ausencia de criterios objetivos en la programación, exigencia y evaluación de exámenes, deficiencia con las clases prácticas y carencia de coordinación entre materias, programas y cursos, grupo numerosos en el aula, falta de capacidad y motivación del personal docente, altos criterios de evaluación y ausencia de relación personal entre profesor y estudiante. (Vallejo, 2011)

Causas que provocan un bajo rendimiento académico, estas son:

- No tener hábitos de estudio (falta de análisis)
- Falta de constancia en el estudio del material enseñado
- Falta de comprensión de lectura
- Desorganización y no planificación de los estudios y actividades académicas
- Falta de atención y esfuerzo en las actividades académicas.
- No aprender de los errores
- Falta de concentración
- Falta de motivación
- Falta de compromiso y responsabilidad.

Los estudiantes con un bajo rendimiento escolar comúnmente tienen baja motivación y suelen ser rechazados por los maestros e incluso por sus compañeros. Además señalaron, que detectar con claridad las causas que provocan el problema, podría ayudar a idear mecanismos que ayuden a prevenir que se presente en futuras generaciones. (Romo, 2015, p. 67).

**b. Rendimiento académico medio.** El rendimiento académico medio, es el promedio mínimo adecuado que se acepta en lo educativo y social. En lo escolar, es el promedio requerido para obtener beneficios de algunas becas. En cuanto a lo social, indica la aprobación para llevar a cabo una actividad laboral (Romo, 2015, p. 67).

El rendimiento escolar medio puede ser funcional; sin embargo, requiere de mayor esfuerzo para aumentar su preparación. El autor explicó, que al dedicar más tiempo en la realización de trabajos escolares, hay una mejoría en el rendimiento académico, cualquiera que sea la capacidad del alumno, las características del contexto familiar y demás factores considerados anteriormente, de tal modo que algunos de los factores pueden presentarse con determinadas deficiencias, pero no afectan significativamente el rendimiento. (Romo, 2015, p. 67).

Afirmó que el rendimiento académico medio está relacionado con las siguientes estrategias de afrontamiento: esforzarse en tener éxito con ambición dedicación, asistiendo a clase y comprometiéndose con las tareas académicas como es debido, sin ellas, los alumnos se verán suspendidos (Martínez, 2010, p. 67-78).

**c. Rendimiento académico alto.** (muy bien o excelente), correspondiente a calificaciones 9 y 10. Indica que se han comprendido los conocimientos de manera íntegra y se tiene la habilidad en el manejo de la información. Lograr esta clasificación en el rendimiento escolar requiere de cualidades de atención y perseverancia. (Romo, 2015, p. 67).

A los alumnos más avanzados se les considera “capaces de una atención concentrada, de un esfuerzo continuo y un ritmo de trabajo rápido o medio”, argumentó. “Es necesario destacar que el rendimiento académico no está determinado solamente por las experiencias de aprendizaje y al calidad de enseñanza brindada, intervienen factores relacionados con las características del estudiante biológicas psicológicas, familiares)”. (Romo, 2015, p. 67)

#### **A.5. Categorización del Nivel de Rendimiento Académico**

Según: (Reyes, 2013, pp. 48 - 64). La evaluación constante del proceso de enseñanza – aprendizaje en función de objetivos educacionales permite su reajuste y optimización porque el éxito de la educación debe mostrarse en función de lo que se logre. De este modo la evaluación debe estar presente durante la relación docente y estudiante en el proceso de enseñanza aprendizaje en función de lo que se logre.

Las técnicas de evaluación son una serie de actividades o pasos secuenciales que el docente debe seguir con el fin de obtener información sobre el aprendizaje del estudiante; miden principalmente aspectos psicomotores y afectivos, proporcionan información más cualitativa y cuantitativa. El rendimiento académico se mide a través de varias pruebas o exámenes que el alumno debe superar para demostrar el logro

de los objetivos, la información que nos proporciona es fácilmente cuantificable. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)

Las calificaciones obtenidas de acuerdo a los objetivos logrados por los estudiantes, en los diferentes niveles educativos de educación superior:

- **Muy bajo.-** Aprendizaje muy deficiente y cuya nota fluctúa entre 00 a 05 puntos.
- **Bajo.-** Aprendizaje deficiente y cuya nota fluctúa entre 06 a 10 puntos.
- **Regular.-** Aprendizaje regularmente logrado y cuya nota fluctúa entre 11 a 13 puntos.
- **Bueno.-** Aprendizaje casi satisfactoriamente logrado y cuya nota varía entre 14 a 15 puntos.
- **Muy Bueno.-** Aprendizaje satisfactoriamente logrado y cuya nota varía entre 16 y 18 puntos.
- **Excelente.-** Aprendizaje brillantemente bien logrado y cuya nota es de 19 a 20 puntos.

Aquí se observa un mayor nivel de exigencia para la valoración del aprendizaje logrado, al catalogar un aprendizaje bien logrado en un intervalo más breve dentro de las calificaciones obtenidas, lo cual permite una mayor seguridad de que el objetivo central de la educación, el aprendizaje del alumno, se haya alcanzado. (Reyes, 2013, pp. 48 – 64)

Todo proceso educativo busca permanentemente mejorar el aprovechamiento del alumno. En este sentido, la variable dependiente clásica en la educación universitaria es el rendimiento o aprovechamiento académico. Hablar de rendimiento en la universidad, nos referimos al aspecto

dinámico de la institución universitaria. El problema del rendimiento académico se resolverá de forma científica cuando se encuentre la relación existente entre el trabajo realizado por el profesor y los alumnos, de un lado, y la educación (es decir, la perfección intelectual y moral lograda por éstos). (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)

El concepto de rendimiento está ligado al de aptitud, y sería el resultado de ésta, de factores volitivos, afectivos y emocionales, además de la ejercitación. En tal sentido, el rendimiento académico se convierte en una “tabla imaginaria de medida” para el aprendizaje logrado en el aula, que constituye el objetivo central de la educación. Sin embargo, en el rendimiento académico intervienen muchas otras variables externas al sujeto, como la calidad del maestro, el ambiente de clase, la familia, el programa educativo, etc., y variables psicológicas o internas, como la actitud hacia la asignatura, la inteligencia, la personalidad, el auto concepto del alumno, la motivación, etc. Es pertinente dejar establecido que aprovechamiento escolar no es quantum sinónimo de rendimiento académico. El rendimiento académico parte del presupuesto de que el alumno es responsable de su rendimiento. En tanto que el aprovechamiento universitario está referido, más bien, al resultado del proceso enseñanza-aprendizaje, de cuyos niveles de eficiencia son responsables tanto el que enseña como el que aprende. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)

La mayoría de investigaciones destinadas a determinar el éxito o el fracaso en los estudios miden el rendimiento académico a través de las calificaciones o la certificación académica de un estudiante. De este modo, parte importante de los estudios evalúan los resultados en un curso o en el conjunto de asignaturas de una determinada entidad educativa. Aunque también existen trabajos que analizan el rendimiento académico



comparado entre diferentes instituciones, inclusive, el rendimiento de los estudiantes de uno o más países. En este caso, último caso se trata de medir los resultados de un sistema educativo. (Reyes, 2013, pp. 48 – 64)

#### **A.6. Factores que intervienen en el rendimiento académico:**

Los factores que intervienen en el rendimiento académico se dividen en: factores externos o exógenos y factores internos o endógenos. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)

**Entre los factores externos se incluyen:** ambiente familiar, ambiente escolar, y ambiente social, ambiente geográfico, son condiciones de estímulo que actúan sobre el organismo y determinan su comportamiento de la persona. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)

**Entre los factores internos se consideran:** aspectos fisiológicos y psicológicos, estos procesos internos o mediadores, condicionan al organismo para determinado comportamiento, ejemplo: motivaciones, expectativas, nivel de pensamiento, estado desnutrición, edad, sexo, características socioculturales. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)

#### **Factores asociados al rendimiento académico**

- Al revisar cuáles son los factores relacionados con el rendimiento académico, se encontró una similitud con las variables asociadas a la vulnerabilidad al estrés, por ello, sólo se hace alusión a las que no fueron nombradas al precisar dicho tema. Como se podrá observar, los siguientes autores sólo han nombrado de manera diferente su clasificación utilizando los mismos factores, o bien, se han centrado sólo en uno o en algunos de ellos o simplemente, los han utilizado para determinar cierto

nivel de rendimiento académico. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)

- El rendimiento académico está influido por una serie de factores relacionados y no relacionados con la escuela. El rendimiento académico es multicausal, ya que es influido por diversos factores socioculturales, económicos y políticos, así como familiares, académicos y personales. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)
- Un factor asociado al rendimiento académico es el estrés. Así, estar en un nivel muy alto o incontrolable de estrés o totalmente despreocupado, perjudicaría el rendimiento hasta el punto de “quedarse en blanco”; aunque el autor reconoce la necesidad de cierto grado de estrés para realizar un buen examen. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)
- Afirmó, que mientras las variables escolares resultan débiles y de poca consistencia, las no relacionadas con la escuela, así como las características de los alumnos, son mecanismos importantes para predecir el aprovechamiento. Dichos factores relacionados pueden clasificarse en tres categorías generales: fisiológicos, psicológicos y pedagógicos. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)
- Los factores pedagógicos son aquellos que tienen que ver directamente con la calidad de la enseñanza, en donde se incluyen a los maestros, al material didáctico (libros, computadoras, laboratorios, etc.) y a las instituciones, además del acceso a la enseñanza, el número de alumnos por profesor, la utilización de técnicas de enseñanza y de estudios y la motivación y didáctica del profesor. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)

- Otros factores pedagógicos, son la disponibilidad de libros de texto, el hacer tareas y el tiempo dedicado a leer en casa, ya que inciden positivamente en el aprovechamiento del estudiante. Además, afirmaron que la actitud del maestro tiene una consecuencia importante en el logro académico de los alumnos. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)
- Dentro de los factores fisiológicos, reconoció las modificaciones endocrinológicas que afectan al estudiante, además de cualquier deficiencia física en uno o más de los órganos de los sentidos, principalmente el de la vista o la audición. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)
- Las habilidades del alumno como factores psicológicos, tienen una gran incidencia y representan una condición necesaria en los resultados escolares, de la misma forma que los recursos cognitivos son indispensables para un nuevo aprendizaje que se relacione directamente con las demandas de las distintas metas educativas. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)
- Otro de los problemas más comunes relacionados con el rendimiento académico, son los de índole emocional pertenecen a los factores psicológicos y que siempre han sido asociados a los problemas de aprendizaje. Este hecho debido a que, entre las habilidades básicas que se necesitan en la escuela está la concentración en las actividades; si un estudiante presenta problemas emocionales va a ser muy difícil mantener dicha concentración, y por consecuencia, su rendimiento en todas las áreas entre ellas la académica, puede verse afectado. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)

- Los problemas emocionales pueden verse incrementados cuando el estudiante se da cuenta de que trabaja en forma poco satisfactoria en comparación con sus compañeros, lo que le produce tensión emocional reduciendo la confianza en sí mismo. (Reyes, 2013, pp. 48 - 64)

## **A.7 Teorías de enfermería del rendimiento académico**

### **A.7.1 Teoría del aprendizaje de piaget**

Según Piaget, existe una estrecha vinculación entre la dimensión estructural y afectiva de la conducta. La inteligencia y la afectividad son indisociables. No existe cognición sin una motivación, y por ende, no hay motivación que no esté conectada con un nivel estructural, es decir, cognitivo. (Hill, 1976, pp. 9)

### **A.7.2 Teoría sociocultural del aprendizaje de Vigotsky**

Considera el aprendizaje como uno de los mecanismos fundamentales del desarrollo. En su opinión, la mejor enseñanza es la que se adelanta al desarrollo. En el modelo de aprendizaje que aporta, el contexto ocupa un lugar central. La interacción social se convierte en el motor del desarrollo. Vigotsky introduce el concepto de “zona de desarrollo próximo” que es la distancia entre el nivel real de desarrollo y el nivel de desarrollo potencial. Para determinar este concepto hay que tener presentes dos aspectos: la importancia del contexto social y la capacidad de imitación. Aprendizaje y desarrollo son dos procesos que interactúan. El aprendizaje escolar ha de ser congruente con el nivel de desarrollo del niño. El aprendizaje se produce más fácilmente en situaciones colectivas. (Reyes, 2013, p. 48 - 64)

## **B. Estrés**

### **B.1. Definición**

El estrés es una respuesta natural y necesaria para la supervivencia, a pesar de lo cual hoy en día se confunde con una patología. Esta confusión se debe a que este mecanismo de defensa puede acabar, bajo determinadas circunstancias frecuentes en ciertos modos de vida, desencadenando problemas graves de salud. (Bagés, 2010, p. 56).

El estrés es un proceso natural del cuerpo humano, que genera una respuesta automática ante condiciones externas que resultan amenazadoras o desafiantes, que requieren una movilización de recursos físicos, mentales y conductuales para hacerles frente, y que a veces perturban el equilibrio emocional de la persona. (Román, 2005, p. 86)

“El estrés es una tensión interior que se origina cuando debemos adaptarnos a las presiones que actúan sobre nosotros”. (Roca, 2011, p.34).

“Estrés es el comportamiento heredado, defensivo y/o adaptativo, con activación específica neuro-endocrina ante el estresor amenazante”. (Richman & Flaherty, 2010, p. 29).

“El estrés es pues un agente externo percibido por un individuo en un espacio-tiempo determinado, el sujeto pone en juego sus defensas mentales para enfrentarlo con los mecanismos biológicos acompañados simultáneamente del juego de las defensas mentales”. (Berrío, 2010, p.6)

Se trata de una respuesta fisiológica y psicológica de una persona que intenta adaptarse a las presiones a las que se ve sometida, originada por el instinto de supervivencia del ser humano, en las que se ve involucrado muchos órganos y funciones del cuerpo, como el cerebro, el corazón, los músculos, el flujo sanguíneo, la digestión, entre otros. (Caballero, 2012, p. 21)

El estrés es una respuesta importante, es un estado de alerta sostenido; el estrés es el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción; lo cual es necesario para hacer frente de manera efectiva y eficiente a situaciones que salen de lo cotidiano y que demandan respuestas inmediatas. De esta manera, desde el punto de vista biomédico, puede pensarse al estrés como una respuesta adaptativa a estímulos externos e internos. (Corral, 2009, p. 34).

Refiere que la palabra estrés proviene del inglés stress, y lo define como "estado general de tensión en que se halla un organismo amenazado de ser alterado o perturbado en su equilibrio psicobiológico por la acción de agentes o condiciones ambientales (psicológicas, sociales, físicas, etc.)". Y es en este sentido amplio, en que se dice que una persona está estresada. (Días, 2012, p. 56).

El estrés académico se lo suele interpretar en referencia a una amplia gama de experiencias, entre las que figuran el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud y otras sensaciones similares, como la desmesurada presión universitaria, laboral o de otra índole. Igualmente, se lo atribuye a situaciones de miedo, temor, angustia, pánico, afán por cumplir, vacío existencial, celeridad por cumplir metas y propósitos,

incapacidad de afrontamiento o incompetencia interrelacional en la socialización. (Feldman & Gallardo, 2011, p. 72).

## **B.2 Epidemiología del estrés académico**

A nivel mundial sólo entre el 5 y 10% de los estudiantes universitarios en los países en desarrollo y entre el 20 y 50% de los universitarios (con pocas excepciones) tienen acceso a servicios de salud. Los problemas relacionados con los aspectos psicosociales en el estudio son atendidos en raras ocasiones aun cuando los servicios están disponibles. (García, 2014, p. 45).

Según datos de la OMS, la prevalencia del estrés alcanza el 8 % en las personas jóvenes y cerca de 100 000 personas por año padecen estrés en algún momento de su vida; adicionalmente el 80 % de los pacientes con enfermedades crónicas sufren estrés en algún momento de su vida. Sin embargo, solo un pequeño porcentaje es diagnosticado, debido a la falta de capacitación en el personal de salud o al desconocimiento de los síntomas por parte de los pacientes. El estrés podría llegar a ser considerada en el año 2020 la segunda causa de discapacidad en los países industrializados. Múltiples estudios han encontrado que la prevalencia de estrés leve oscila entre 9 % y 24 %, el estrés moderado entre el 5% y el 15 % y la severa entre el 2 % y el 6,3 %. En todos los estudios es evidente el predominio del género femenino. (Goncalves, 2008, p. 45).

La Comisión Económica para América Latina, refiere que los estudios epidemiológicos, tanto los realizados en el contexto del trabajo como de la salud pública, han demostrado el influjo de las condiciones psico-sociales propias de la vida del trabajo en el incremento de procesos mórbidos. La pérdida en la

calidad de vida, 241 millones de pobres en Latinoamérica y la proporción de población dedicada a la economía informal, que entre los años 1990 al 2000 oscila entre el 43 y el 56%, según datos del informe del BID y la CEPAL de los años 1998 y 2000, respectivamente. (Goncalves, 2008, p. 45).

En la población universitaria los principales motivos de consulta en la atención psicológica que ofrece las oficinas de bienestar universitario en el país, lo constituyen el estrés y la depresión. La prevalencia de estrés reportada por múltiples estudios realizados en población universitaria oscila entre el 25 % y el 50 %, y ello está determinado en parte por los diferentes instrumentos utilizados para su medición.

La falta de integración social y la generación de comportamientos que no se ajustan a las normas de convivencia generan fenómenos de patología social, representados también en las tasas de violencia, que para el caso de América Latina y el Caribe mostraba a inicios de los años 90 una tasa de 20 homicidios por cada 100.000 habitantes, tasas que para 1994 aumentaron, aunque con gran heterogeneidad según la región, siendo más altas en el área andina (51,9), seguida por América Central y Caribe latino (21,1) y, en último lugar, el Cono Sur. (Goncalves, 2008, p. 45)

### **B.3 Factores estresantes**

Factores estresantes, agentes estresantes, estresores o estrógenos son todas las circunstancias de la vida que nos afectan de alguna manera (nos emocionan, nos agreden, nos desgastan, etc.) Estas cosas tienen una fuerte y particular influencia, como los acontecimientos que ejercen presión o son frustrantes, las grandes emociones, las situaciones afectivas, las demandas económicas y las de la lucha diaria por



A veces, el factor estresante aparece de forma aguda y de corta duración (como el timbre de un despertador). Otras veces, su intensidad no es tanta, pero la persistencia de su acción es sostenida (como el contraer una deuda o tener una mala relación laboral), y estas diferencias se acentúan porque la capacidad de reaccionar es distinta en cada individuo, aún frente a un mismo tipo de demanda. (Martinez, 2015, p. 34).

Dentro de los factores estresantes universitarios más comunes tenemos: (Martinez, 2015, p. 34).

- Exámenes
- Cambios de horarios
- Trabajos académicos
- Acumulación de materias
- Exigencias académicas
- Relaciones interpersonales, etc.

## **B.4 Tipos de estrés**

### **B.4.1 Estrés leve**

Puede llegar a motivarte cuando está bajo control, pero a veces resulta muy agotador. En algunas ocasiones una sola situación puede ser estimulante o agotadora; depende de la hora y día en que se realice; no es lo mismo recorrer una bajada en bici por la mañana que por la tarde o noche. (Sánchez, 2015, p. 85)

Recuerdos como choques automovilísticos, pérdida de trabajo, problemas en la escuela o trabajo, plazos para entregar algo, deportes extremos, etc., son ejemplos de estrés agudos que la mayoría de las personas hemos experimentado. (Sánchez, 2015, p. 85)

El estrés agudo es la forma de estrés más común. Surge de las exigencias y presiones del pasado reciente y las exigencias y presiones anticipadas del futuro cercano. El

estrés agudo es emocionante y fascinante en pequeñas dosis, pero cuando es demasiado resulta agotador. Una bajada rápida por una pendiente de esquí difícil, por ejemplo, es estimulante temprano por la mañana. La misma bajada al final del día resulta agotadora y desgastante. Esquiar más allá de sus límites puede derivar en caídas y fracturas de huesos. Del mismo modo, exagerar con el estrés a corto plazo puede derivar en agonía psicológica, dolores de cabeza tensionales, malestar estomacal y otros síntomas. (Sánchez, 2015, p. 85)

#### **B.4.2 Estrés moderado**

Suele provocar irritabilidad, mal humor, ansiedad, tensión, etc. Las personas siempre están apuradas por llegar a un lugar, pero siempre llegan tarde. Asumen, por iniciativa propia, muchas responsabilidades y no pueden completar ninguna de ellas. Las relaciones interpersonales se deterioran con rapidez. Se presenta hostilidad sin motivo aparente. (Sánchez, 2015, p. 86)

Por otra parte, están aquellas personas que tienen estrés agudo con frecuencia, cuyas vidas son tan desordenadas que son estudios de caos y crisis. Siempre están apuradas, pero siempre llegan tarde. Si algo puede salir mal, les sale mal. Asumen muchas responsabilidades, tienen demasiadas cosas entre manos y no pueden organizar la cantidad de exigencias autoimpuestas ni las presiones que reclaman su atención. Parecen estar perpetuamente en las garras del estrés agudo. Es común que las personas con reacciones de estrés agudo estén demasiado agitadas, tengan mal carácter, sean irritables, ansiosas y estén tensas. Suelen describirse como

personas con "muchísima energía nerviosa". Siempre apuradas, tienden a ser cortantes y a veces su irritabilidad se transmite como hostilidad. (Sánchez, 2015, p. 85)

#### **B.4.3 Estrés severo:**

Es el estrés que agota y desgasta a las personas día tras día; destruye al cuerpo, mente y vida. Surge cuando una persona no encuentra salida a una situación deprimente. Sus periodos parecen ser interminables e inevitables. Algunas situaciones de estrés crónico se derivan de traumas en la niñez y pueden no superarse nunca, incluso, derivarse en el suicidio, violencia, ataques al corazón y en ocasiones, cáncer. (Sánchez, 2015, p. 86)

El estrés crónico surge cuando una persona nunca ve una salida a una situación deprimente. Es el estrés de las exigencias y presiones implacables durante períodos aparentemente interminables. Sin esperanzas, la persona abandona la búsqueda de soluciones. Algunos tipos de estrés crónico provienen de experiencias traumáticas de la niñez que se interiorizaron y se mantienen dolorosas y presentes constantemente. Algunas experiencias afectan profundamente la personalidad. Se genera una visión del mundo, o un sistema de creencias, que provoca un estrés interminable para la persona (por ejemplo, el mundo es un lugar amenazante, las personas descubrirán que finge lo que no es, debe ser perfecto todo el tiempo). Cuando la personalidad o las convicciones y creencias profundamente arraigadas deben reformularse, la recuperación exige el autoexamen activo, a menudo con ayuda de un profesional. (Sánchez, 2015, p. 85)

**B.4.4. Existen otros tipos de estrés como:** (Martinez, 2015, p. 15).

#### **Eustrés**

El eustrés es un tipo de estrés a corto plazo que proporciona una resistencia inmediata. El eustrés surge en puntos de mayor actividad física, entusiasmo y creatividad. El eustrés es un estrés positivo que surge cuando la motivación y la inspiración son necesarias. Un gimnasta experimenta eustrés antes de una competición. (Martinez, 2015, p. 15).

#### **Distrés**

El distrés es un estrés negativo provocado por los reajustes constantes o alteraciones en una rutina. La angustia crea sentimientos de malestar y falta de familiaridad. Hay dos tipos de distrés. El estrés agudo es un estrés intenso que llega y desaparece rápidamente. El estrés crónico es un estrés prolongado que existe desde hace semanas, meses, o incluso años. Alguien que está en constante reubicación o cambio de trabajo puede experimentar distrés. (Martinez, 2015, p. 15)

#### **Hiperestrés**

El hiperestrés ocurre cuando un individuo es empujado más allá de lo que él o ella puede manejar. El hiperestrés resulta de una sobrecarga o exceso de trabajo. Cuando alguien está hiperestresado, incluso pequeñas cosas pueden desencadenar una respuesta emocional fuerte. (Martinez, 2015, p. 15).

### **Hipoestrés**

El hipoestrés es lo contrario del hiperestrés. El Hipoestrés ocurre cuando un individuo está aburrido o desmotivado. Las personas que experimentan hipoestrés son a menudo inquietos y sin inspiración. Un trabajador de la fábrica que realiza tareas repetitivas puede experimentar hipoestrés. (Martinez, 2015, p. 15).

## **B.5 Dimensiones del estrés**

Existen unos parámetros que determinan el nivel de estrés en el que se encuentra una persona: (Martinez, 2015, p. 15).

### **B.5.1 Nivel Psicológico**

La persona presenta inseguridad y tiene problemas para concentrarse; no encuentra solución a sus problemas por pequeños que sean, y tiene la sensación de haber perdido la memoria. (Sánchez, 2015, p. 90)

### **B.5.2 Nivel fisiológico**

El estrés se puede presentar mediante síntomas físicos como dolores de cabeza, tensión muscular, alteraciones del sueño, fatiga, enfermedades de la piel. (Sánchez, 2015, p. 90)

### **B.5.3 Nivel comportamental**

La persona tiende a realizar acciones no habituales como llorar, comer compulsivamente, fumar más de lo normal, aparecen tics nerviosos, etc. En definitiva, la persona siente deseos de huir para evitar la situación de estrés. (Sánchez, 2015, p. 93)

**Síntomas:**

- a. Ataques de llanto
- b. Aumento o disminución del apetito
- c. Conflictivo
- d. Preocupación constante
- e. Desgano para realizar labores académicas
- f. Dificultad para concentrarse
- g. Pérdida del interés por los placeres de la vida
- h. Trastornos sexuales
- i. Inseguridad
- j. Frustración
- k. Ira
- l. Dolor abdominal
- m. Cefalea
- n. Dolor o tensión muscular en el cuello y la espalda.

**B.6 Diagnóstico del estrés**

El diagnóstico del estrés se realiza según el tipo que presenta:  
(Martinez, 2015, p. 15).

**B.6.1 Estrés Leve**

Su cuerpo reacciona ante el estrés al liberar hormonas. Estas hormonas hacen que su cerebro esté más alerta, causar que sus músculos se tensionen y aumentar su pulso. A corto plazo, estas reacciones son buenas porque pueden ayudarlo a manejar la situación que causa el estrés. Esta es la manera en que su cuerpo se protege a sí mismo.  
(Martinez, 2015, p. 15).

**B.6.2 Estrés Moderado**

Cuando tiene un estrés moderado, su cuerpo se mantiene alerta incluso cuando no hay peligro lo que presentaría

- o Depresión o ansiedad

- Problemas de la piel, como acné o eczema
- Problemas menstruales
- Taquicardia
- Aislamiento social, etc.

### **B.6.3 Estrés Severo**

Este tipo de estrés puede causar muchos tipos de síntomas físicos y emocionales. Algunas veces posiblemente no se dará cuenta de que estos síntomas son ocasionados por el estrés. Aquí hay algunos signos de que el estrés le puede estar afectando: (Martinez, 2015)

## **B.7 Tratamiento del estrés**

Considerando que cada organismo es el que tiene que enfrentar sus propias situaciones, digamos como premisa fundamental que siempre estará en mejores condiciones de responder aquel que esté bien descansado, como alimentado, y que tenga la actividad física como un recurso diario. Pero hagamos un listado de sugerencias para aquellos que necesitan aliviar la carga que significa enfrentar al estrés. (Sánchez, 2015, p. 97)

### **B.7.1 Elija siempre pensamientos positivos**

Esto es muy importante, ya que es muy notoria la manera en que los pensamientos optimistas contribuyen a una mejor disposición y son fundamentales para lograr una vida saludable. Llene su vida de cosas como amor, optimismo, alegría, esperanza. Para ello, la actitud mental correcta y la disposición positiva son estrictamente necesarias. (Sánchez, 2015, p. 98)

### **B.7.2 Descanse bien**

Significa que al menos entre siete y ocho horas del día deben ser destinadas a este fin, y descansar bien, aunque

no necesariamente debe ser dormir. El sueño reparador será un elemento fundamental. (Sánchez, 2015, p. 90)

### **B.7.3 Aliméntese correctamente**

Esto implica no solo incorporar la medida adecuada de calorías, sino también las vitaminas, los minerales y los antioxidantes necesarios en toda alimentación. Por supuesto, habrá que mantener una distribución conveniente de las comidas y no comer fuera de hora. Debe evitarse el azúcar, los condimentos y los productos refinados. (Sánchez, 2015, p. 90)

### **B.7.4 Haga actividad física**

A demás de que beneficia en muchas cosas, la actividad física (especialmente la aeróbica) aportará al organismo aspectos positivos para responder al estrés. Lo ayudará a relajarse, le generará endorfinas. Recuerde que bien oxigenado siempre se piensa mejor. (Sánchez, 2015, p. 91)

### **B.7.5 A la hora de comer, aparte de su mesa el trabajo**

Los almuerzos o los desayunos de trabajo son un pésimo invento. La hora dedicada a comer es precisamente para eso, y no se debe interferir la alimentación con tensiones inoportunas, ya que son generadora de estrés y además de gastritis. (Sánchez, 2015, p. 91)

## **C.TEORÍAS – MODELOS**

### **C.1 Teoría del síndrome de adaptación general (SAG) por Hans Seyle**

Esta teoría se basa en la respuesta del organismo ante una situación de estrés ambiental distribuida en tres fases o etapas: (Román, 2005, p. 27).



### **C.1.1 Fase de alarma**

Ante la percepción de una posible situación de estrés, el organismo empieza a desarrollar una serie de alteraciones de orden fisiológico y psicológico (ansiedad, inquietud, etc.), que lo predisponen para enfrentarse a la situación estresante. La aparición de estos síntomas está influida por factores como los parámetros físicos del estímulo ambiental (intensidad del ruido), factores de la persona, el grado de amenaza percibido y otros como el grado de control sobre el estímulo o la presencia de otros estímulos ambientales que influyen sobre la situación. (Martinez, 2015, p. 51)

### **C.1.2 Fase de resistencia**

Supone la fase de adaptación a la situación estresante. En ella se desarrollan un conjunto de procesos fisiológicos, cognitivos, emocionales y comportamentales destinados a "negociar" la situación de estrés de la manera menos lesiva para la persona. Si finalmente se produce una adaptación, esta no está exenta de costos, disminución de la resistencia general del organismo, disminución del rendimiento de la persona, menor tolerancia a la frustración o presencia de trastornos fisiológicos más o menos permanentes y también de carácter psicosomático. (Martinez, 2015, p. 58)

### **C.1.3 Fase de agotamiento**

Si la fase de resistencia fracasa, es decir, si los mecanismos de adaptación ambiental no resultan eficientes se entra en la fase de agotamiento donde los trastornos fisiológicos, psicológicos o psicosociales tienden a ser crónicos o irreversibles. (Barroza, 2013, p. 74).

## **C.2 Modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico**

El modelo se constituye por cuatro hipótesis:

### **C.2.1 Hipótesis de los componentes sistémicos procesuales del estrés académico**

Enfatiza la definición de sistema abierto, que implica un proceso relacional sistema-entorno. Por tanto, los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico se refieren al constante flujo de entrada (input) y salida (output) que presentan todos los sistemas para lograr su equilibrio. Dichos componentes del estrés académico son tres: estímulos estresores (input), síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico) y estrategias de afrontamiento (output). (Baroza, 2013, p. 74).

### **C.2.2 Hipótesis del estrés académico como estado psicológico:**

El estrés académico es un estado esencialmente psicológico porque presenta estresores mayores (amenazan la integridad vital del individuo y son ajenos a su valoración) y estresores menores (se constituyen en tales por la valoración que la persona hace de ellos). En general, un estresor es un “estímulo o situación amenazante que desencadena en el sujeto una reacción generalizada e inespecífica”. (Barroza, 2013, p. 74).

- Competitividad grupal
- Realización de un examen
- Sobrecargas de tareas
- Exposición de trabajos en clase
- Exceso de responsabilidad
- Intervención en el aula
- Ambiente físico desagradable
- Sobrecarga académica (excesivo número de créditos, trabajos obligatorios, etc.)
- Falta de incentivos
- Tiempo limitado para hacer el trabajo
- Las evaluaciones
- Tipo de trabajo que se te pide trabajar en grupo

### **C.2.3 Hipótesis de los indicadores del desequilibrio sistémico que implica**

El estrés académico: los indicadores o síntomas de la situación estresante (desequilibrio sistémico) se clasifican como reacciones físicas, psicológicas y comportamentales. (Barroza, 2013, p. 74).

Indicadores del estrés académico Indicadores

#### **Físicos:**

- Reacciones corporales, dolores de cabeza, insomnio, problemas digestivos, fatiga crónica, sudoración excesiva, etc. (Barroza, 2013, p. 74).

#### **Psicológicos:**

- Relacionados con las funciones cognitivas o emocionales desconcentración, bloqueo mental, problemas de memoria, ansiedad, depresión, etc. (Barroza, 2013, p. 74).

#### **Comportamentales:**

- Involucran la conducta Ausentismo de las clases, desgano para realizar las labores académicas, aislamiento, etc.  
“Este conjunto de indicadores se articulan de manera idiosincrática en las personas, de tal manera que el desequilibrio sistémico va a ser manifestado de manera diferente, en cantidad y variedad, por cada persona” (Barroza, 2013, p. 74).

### **C.2.4 Hipótesis del afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico:**

Ante el desequilibrio que produce el estrés, el individuo pone en marcha diversas estrategias de afrontamiento para restaurar el equilibrio del sistema. Aunque son muy variadas las estrategias de afrontamiento, se sugiere: habilidad asertiva; elogios a sí mismo; distracciones evasivas; ventilación o confidencias; religiosidad; búsqueda de información sobre la situación; solicitud de asistencia

profesional, tomar la situación con sentido del humor, y elaborar un plan y ejecución de sus tareas. (Román, 2005, p. 62).

### **C.3. Modelo Sistémico Cognoscitivista.**

La Teoría Clásica del Estrés ha aportado un conjunto nada despreciable de definiciones sobre el estrés, sin embargo dichas definiciones suelen presentar una característica común: su unidimensionalidad. En esa línea se encuentran definiciones como las siguientes: “El estrés es la respuesta inespecífica del organismo a cualquier demanda del exterior o del interior del individuo y pueden darse signos de respuesta en el ámbito físico o emocional”. (Román, 2005, p. 62).

Las tres primeras definiciones centran su atención en los síntomas del estrés, mientras que la última centra la atención en el agente estresor; como se podrá observar, aún en las definiciones se encuentran presentes estas dos líneas de investigación que constituyen la Teoría Clásica del Estrés. Más allá de esta perspectiva conceptual, la Teoría Cognoscitiva del Estrés ha hecho suyo el compromiso de configurar al estrés en un término que sea tratado como un concepto multidimensional que permita comprender un amplio grupo de fenómenos de gran importancia en la adaptación humana. En esa línea discursiva se encuentran las siguientes definiciones: El estrés es un proceso dinámico complejo desencadenado por la percepción de amenaza para la integridad de un individuo y para la calidad de sus relaciones significativas que tiene por objeto recuperar el equilibrio homeostático perdido, posibilitar el desarrollo de competencia individual y mejorar la calidad de la adaptación al medio (Mingote y Pérez, 2003; p.15).

El estrés es un proceso dinámico que “se describe en términos de insumos, productos y diferencias individuales”. (Mingote y Pérez, 2003; p.15)

En consonancia con este tipo de definiciones, y con base en el modelo presentado, se elabora el presente constructo teórico del estrés académico, el

cual intenta recuperar su carácter procesual y su constitución multidimensional. (Mingote y Pérez, 2003; p.15)

**El estrés académico** es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos:

- Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores.
- Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio).
- Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico.

A esta definición hay que hacerle dos acotaciones importantes para lograr una mejor conceptualización: (Román, 2005, p. 27).

### **Reacción de alarma**

Se producen alteraciones psicológicas, al mismo tiempo hay una disminución de las defensas generales del organismo, se caracteriza por una serie muy compleja de modificaciones bioquímicas que tratan de compensar este estado de excesiva actividad, inestabilidad del nivel de glucosa en la sangre, descargas masivas de adrenalina, aumento del catabolismo general de los tejidos, excitación cardiaca, aumento del tono muscular y trastornos gastrointestinales difusos. (Román, 2005, p. 62).

Al exponerse un organismo animal a un estímulo existiría una movilización general de las defensas que a su vez tiene 2 fases, la inicial de choque (taquicardia, pérdida del tono muscular, disminución de la temperatura, y presión sanguínea) en la que hay descarga de adrenalina, noradrenalina y esteroides; y la de contrachoque como rebote o defensa

(hipertensión, hiperglicemia, diuresis, hipertermia, hipercolesterolemia, etc.) en la que hay agrandamiento de la corteza suprarrenal, involución del timo y de los ganglios linfáticos y signos de úlcera gástrica. En general es una etapa de catabolismo. (Román, 2005, p. 62).

### **Etapa de resistencia**

Desaparecen los signos característicos de alarma y las defensas alcanzan un nivel superior a lo normal. La duración depende de la intensidad del estímulo del agente estresor, además de un cierto número de variables que pueden contribuir o no a que el organismo logre llegar a esta adaptación. (Román, 2005, p. 62).

### **Etapa de agotamiento.**

"El estrés se produce cuando ocurre una alteración en este funcionamiento normal por la acción de algún agente externo o interno. El organismo en estas circunstancias, reacciona de forma extraordinaria, realizando un esfuerzo para contrarrestar el desequilibrio y produce la sensación subjetiva de tensión (presión). Esto suele suponer, además, un incremento de las actividades de inhibición y, por tanto, un cambio en los estados emocionales".(Román, 2005, p. 62).

### **El estrés como estímulo.**

Definiciones basadas en estímulos, las cuales se enfocan hacia los elementos o estímulos desencadenantes de disrupción del funcionamiento. A estos estímulos se les denomina estresores y son percibidos como amenazantes o dañinos y productores de tensión. Estas definiciones han sido criticadas bajo la premisa que las personas responden diferencialmente a la misma situación potencialmente estresante. Aquí, a diferencia de la postura anterior, el estrés se constituye en variable independiente; el estrés se localiza fuera del sujeto quien sufre el efecto de tensión, análogamente los sujetos tienen algún nivel de tolerancia al estrés, sobrepasado el cual genera daño fisiológico y/o psicológico. (Román, 2005, p. 27).

### **El estrés como proceso interacciona.**

El "estrés psicológico es una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por éste como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar". Señalaron 4 conceptos en el proceso de estrés: (Román, 2005, p. 62).

#### **2.4.3. Definición de términos**

- **Enfermería:** Es una ciencia humana, social y científica enfocada hacia el cuidado de la persona, familia y comunidad tanto sana o enferma.
- **Educación universitaria:** Proceso de socialización y aprendizaje encaminado al desarrollo intelectual y ético de una persona.
- **Rendimiento académico:** Producto de la asimilación del contenido de los programas de estudio, expresado en calificaciones dentro de una escala vigesimal.
- **Rendimiento académico universitario:** Es un resultado del aprendizaje, suscitado por la actividad educativa del docente producido en el estudiante, así como por la actividad autodidacta del estudiante.
- **Estudiantes:** Es un sustantivo femenino o masculino que se refiere al educando o alumno dentro del ámbito académico y que se dedica a esta actividad como su ocupación principal.
- **Universidad:** Institución destinada a la enseñanza superior, esta proporciona conocimientos especializados de cada rama del saber, está constituido por varias facultades o escuelas además concede los grados académicos correspondientes.
- **Estrés:** Es un proceso natural del cuerpo humano, que genera una respuesta automática ante condiciones externas que resultan amenazadoras o desafiantes, que requieren una movilización de

recursos físicos, mentales y conductuales para hacerles frente, y que a veces perturban el equilibrio emocional de la persona.

- **Estrés académico:** se lo suele interpretar en referencia a una amplia gama de experiencias, entre las que figuran el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud y otras sensaciones similares, como la desmesurada presión universitaria, laboral o de otra índole. (Román, 2005, p. 62).

### **Hipótesis**

**Ha:** Existe una relación estadísticamente significativa entre el rendimiento académico y estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.

**Ho:** No existe una relación estadística entre el rendimiento académico y estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017



## IV. MATERIAL Y MÉTODOS

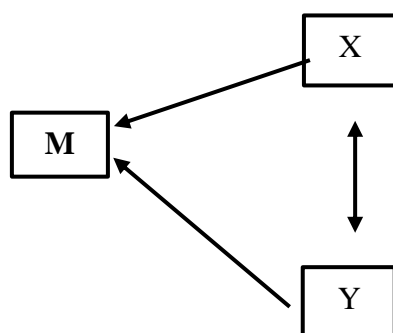
### 4.1. Diseño de investigación

La presente investigación fue de enfoque cuantitativo; de nivel relacional; de tipo: Según la intervención del investigador fue observacional; según la planificación de la toma de datos fue prospectivo; según el número de ocasiones en que se midió la variable de estudio fue transversal y según el número de variables de interés fue analítico. (Supo, 2015, pp. 2 - 19).

De enfoque cuantitativo porque permitió cuantificar los datos mediante el uso de la estadística. De nivel relacional porque determinó la asociación entre ambas variables de estudio. Tipo de investigación: Observacional porque no se manipularon las variables ya que los datos reflejaron la evolución natural de los eventos; Prospectivo porque los datos se recolectaron de fuentes primarias o sea directamente de la muestra objeto de estudio. Transversal por que las variables se midieron en una sola ocasión. Analítico porque permitió contrastar una hipótesis.

**Diseño de la Investigación:** Relacional.

El diagrama del estudio es el siguiente:



Dónde:

M = La muestra de estudio.

X = V<sub>1</sub> = Rendimiento académico

Y = V<sub>2</sub> = Estrés

## 4.2. Población, muestra y muestreo

### Universo:

Estuvo constituido por todos los estudiantes desde el I al X ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, que suman un total de 232 estudiantes. (DE GAYRA – UNTRM)

Ciclos	Estudiantes
I	30
II	25
III	35
IV	21
V	23
VI	32
VII	23
VIII	06
IX	20
X	17
<b>Total</b>	<b>232</b>

Fuente: oficina de DGAYRA de la UNTRM Amazonas.

### CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN:

#### Criterios de inclusión:

- Solo ingresaron los estudiantes del IV al VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas.
- Estudiantes que deseen participar en el proyecto de investigación.
- Solo ingresaron estudiantes que llevan cursos de línea

#### Criterios de Exclusión:

- Estudiantes del I, II, III, IX y X ciclo
- Estudiantes que no deseen participar de la investigación.

- Estudiantes que no llevan cursos de línea.

**Población:**

El estudio estuvo constituido por todos los estudiantes del IV al VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, que suma un total de 105 estudiantes.

Ciclos	Estudiantes
IV	21
V	23
VI	32
VII	23
VIII	06
<b>Total</b>	<b>106</b>

**Muestra:**

Estuvo constituido por 83 estudiantes de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, gracias a la siguiente fórmula para investigaciones sociales.

**Formula:**

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

$$n = 106 \quad Z = 95 \% = 1.96; \quad p = 0.5; \quad q = 0.5; \quad E = 0.05$$

**Reemplazando tenemos:**

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.5) (0.5) (106)}{(0.05)^2 (106 - 1) + (1.96)^2 (0.5) (0.5)}$$

$$n = \frac{(3.8416) (0.25) (105)}{(0.0025) (104) + (3.8416) (0.25)}$$

$$n = \frac{100.842}{0.26 + 0.9604} = \frac{100.842}{1.2204} \longrightarrow n = 83.6 = 84$$

**Muestreo:**

Se utilizó el muestreo probabilístico aleatorio simple que representó a cada ciclo, ya que este tipo de muestreo ofrece una alta precisión. También permitió obtener una visión representativa de la población.

<b>Ciclo</b>	<b>Población</b>	<b>Factor M/P</b>	<b>Muestra</b>
<b>IV</b>	21	0.403	19
<b>V</b>	23	0.43	24
<b>VI</b>	32	0.403	16
<b>VII</b>	23	0.43	19
<b>VIII</b>	16	0.403	6
<b>Total</b>	<b>106</b>	<b>0.43</b>	<b>84</b>

**4.3. Métodos de investigación**

Durante el proceso de investigación, se utilizó el método Inductivo – Deductivo, ya que permitió explicar desde la realidad concreta hasta la teoría, o sea de lo particular a lo general. Y, el hipotético – deductivo, porque permitió contrastar la hipótesis de estudio.

**4.4. Técnica e instrumento de recolección de datos**

Se utilizó el método de la encuesta y la técnica del cuestionario (Canales, Alvarado & Pineda, 199, P.129)

**Instrumento:**

**Validez:** se recolectó evidencia basada en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial; análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados. Los resultados confirman la constitución tridimensional del inventario SISCO del estrés Académico a través de la estructura factorial obtenida en el análisis correspondiente lo cual coincide con el modelo conceptual elaborado para el estudio del estrés académico desde una perspectiva sistémica (Barraza, 2006). Se confirmó la homogeneidad y direccionalidad única de los ítems que componen el inventario a través del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados. Estos resultados centrados en la relación de los ítems forman parte del constructo establecido en el modelo conceptual construido, en este caso, el estrés académico (Barraza, 2007, P, 90)

**Confiabilidad:** se obtuvo una confiabilidad por mitades de .87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de .90. Estos niveles de confiabilidad pueden ser valorados como muy buenos según DeVellis, (en García, 2006) o elevados según Murphy y Davishofer, (en Hogan, 2004)(Barraza, p. 90).

**Procedimiento**

- Se seleccionó y elaboró el instrumento de medición teniendo en cuenta la Operacionalización de variables.
- Se emitió una solicitud dirigida a la responsable de la oficina de coordinación y registros académicos (DEGAYRA), informándole nuestra petición en calidad de estudiantes para que se nos brinde los registros académicos de los estudiantes del 4° a 8° ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas.
- Se solicitó permiso al Director de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas para ingresar a las aulas y así aplicar el instrumento de recolección de datos.
- Los estudiantes fueron previamente informados sobre el manejo de la información, para realizar dicha encuesta.

- El instrumento se aplicó a los actores involucrados en la presente investigación, y esta se realizará en forma colectiva por exigencias y fines y propiedad de la investigación.
- Como última etapa del proceso de recolección de datos se elaboró la tabulación de las mediciones obtenidas para su respectivo análisis estadístico.

#### **4.5. Análisis de datos**

La información fue procesada en el software SPSS versión 21, Microsoft Word y Excel. Para contrastar las hipótesis se sometió a la prueba estadística no paramétrica del Ji- cuadrado con un nivel de significancia de  $\alpha = 0.05$  (95% de nivel de confianza 5% de margen de error. Los resultados se presentaron en tablas simples y en figuras de barra.

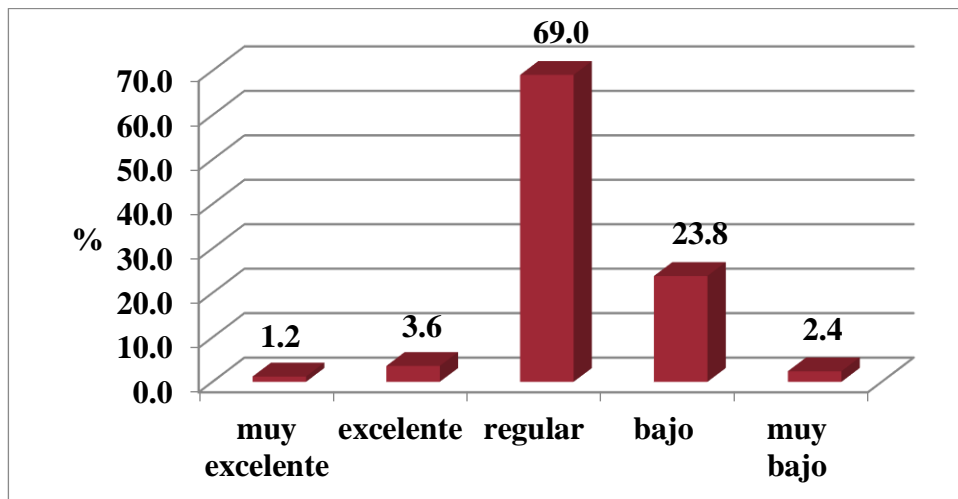
## V. RESULTADOS

**Tabla 01:** Rendimiento académico en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017

<b>Rendimiento</b>	<b>fi</b>	<b>%</b>
Muy excelente	1	1.2
Excelente	3	3.6
Regular	58	69.0
Bajo	20	23.8
Muy bajo	2	2.4
Total	84	100.0

Fuente: Registro de notas de la oficina de DGAYRA de la UNTRM Amazonas

**Figura 01:** Rendimiento académico en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017



Fuente: 01

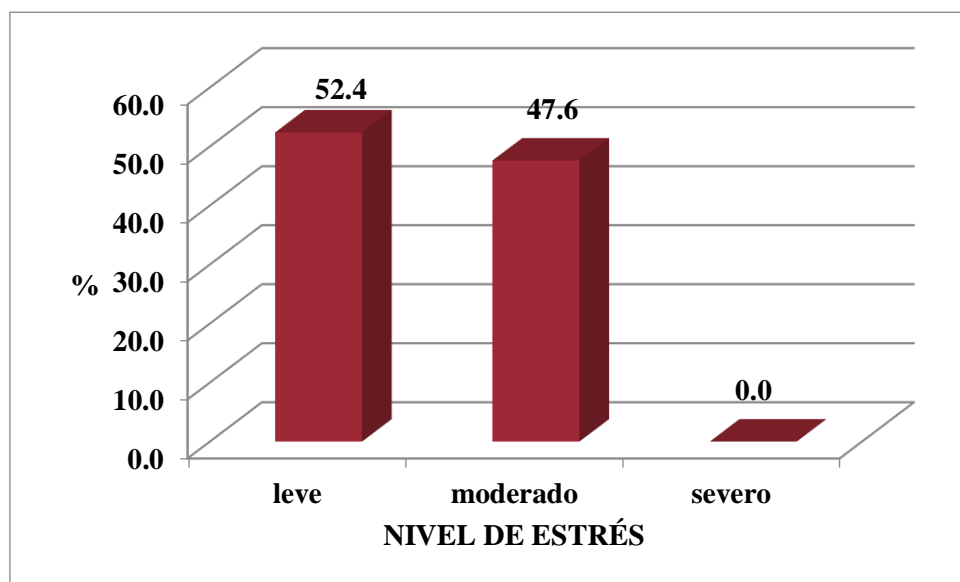
En la tabla y figura 01, se observa que del 100% de estudiantes de enfermería el 69 % (58) presenta un rendimiento académico regular, el 23.8 % (20) bajo, el 3.6% (3) % excelente; 2.4 % (2) muy bajo; el 1.2 % (1) muy excelente.

**Tabla 02:** Estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.

<b>Estrés de los estudiantes</b>	<b>fi</b>	<b>%</b>
Leve	44	52.4
Moderado	40	47.6
Severo	0	0.0
<b>Total</b>	<b>84</b>	<b>100</b>

Fuente: Cuestionario SISCO para el estrés

**Figura 02:** Estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.



Fuente: tabla 02

En la tabla y figura 02, se observa que del 100% de estudiantes de enfermería el 52.4 % (44) presenta estrés leve, el 47.6 % (40) moderado y ninguno severo.



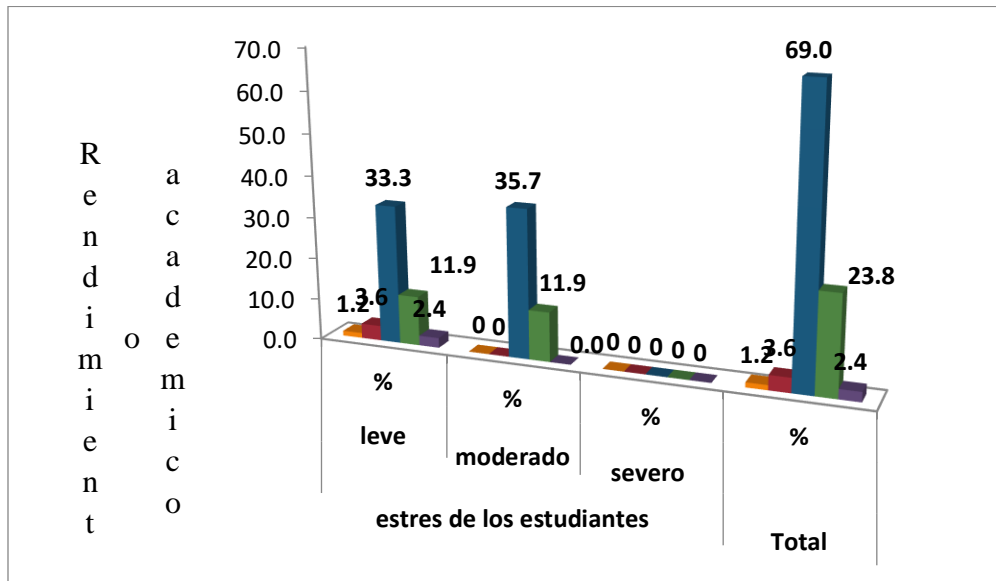
**Tabla 03:** Rendimiento académico y estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.

Rendimiento Académico	Estrés de los estudiantes						Total	
	Leve		moderado		severo		fi	%
	fi	%	Fi	%	fi	%		
muy excelente	1	1	0	0	0	0	1	1.2
Excelente	3	4	0	0	0	0	3	3.6
Regular	28	33	30	36	0	0	58	69.0
Bajo	10	12	10	12	0	0	20	23.8
muy bajo	2	2	0	0	0	0	2	2.4
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>52</b>	<b>40</b>	<b>48</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>84</b>	<b>100</b>

Fuente: registro de notas de la oficina de DGAYRA UNTRM Amazonas y cuestionario SISCO el estrés.

$X^2=5.892$  GL=4  $p=0.207>0.05$  (no hay relación)

**Figura 03:** Relación que existe entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.



**Fuente: 03**

En la tabla y figura 03, se observa que del 100% de estudiantes de enfermería el 69 % (58) presentan un rendimiento académico regular con nivel de estrés moderado 36% (30), leve 33% (28) y ninguno severo; el 23.8% (20) presentan un rendimiento académico bajo con estrés leve a moderado 12% (10) y ninguno severo; el 3.6 % (3) presentan un rendimiento académico excelente con un nivel de estrés leve 4% (3) y ninguno severo, el 2.4% (2) presenta un rendimiento académico muy bajo con un nivel de estrés leve 2% (2) no presentan estrés moderado, severo; 1.2 % (1) rendimiento académico con un nivel de estrés leve 1% (1) no presentan nivel de estrés moderado, severo.

La siguiente tabla de contingencia fue sometida a la prueba estadística o paramétrica de la ji-cuadrada cuyo valor fue de  $X^2=5.892$   $GL=4$   $p=0.207>0.05$ , el cual indica que no existe relación entre las dos variables de estudio, lo cual quiere decir que ambas variables son independientes entre sí.

## VI. DISCUSIÓN

En la tabla y figura 01; corresponde al nivel de rendimiento académico en los estudiantes de enfermería, Universidad Toribio Rodríguez se puede evidenciar que del 100% de 84estudiantes evaluados; el 69 % (58) presenta un rendimiento académico regular, en este nivel está relacionado con el esfuerzo en tener éxito con ambición dedicación asistiendo a clase y comportándose con las tareas académicas, el 23.8 % (20) bajo resulta preocupante al no adquirir los conocimientos de manera adecuada, el 3.6% (3) % excelente; 2.4 % (2) muy bajo; el 1.2 % (1) muy excelente.

Con respecto al nivel de rendimiento académico según edad, se observa en los estudiantes de 20 a 22 años, que el 52.4 % (44) presenta estrés leve, el 47.6 % (40) moderado y ninguno severo.

En el primer objetivo específico que es valorar el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la Universidad, la tabla y figura 01, se observa que del 100% de estudiantes de enfermería el 69 % presenta un rendimiento académico regular, el 23.8 % bajo, el 3.6% excelente; 2.4 % muy bajo; el 1.2 % muy excelente. El resultado se refuerza con la investigación realizada por Roca (2011) el cual evidencia en sus resultados que el rendimiento académico en el primer semestre es relativamente aceptable de acuerdo con el Reglamento General del Colegio de Bachilleres 2010, el cual señala que “la escala que se usará para asignar calificaciones finales sólo se utilizarán números enteros de 5 a 10, siendo 6 la mínima aprobatoria”. Además Pizarro (2015) menciona que el rendimiento académico viene a ser el logro que se llega a obtener por el individuo, en una determinada actividad académica, o también como una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación. Actualmente, según los resultados de esta investigación no todos los estudiantes encuestados de la UNTRM presentan un buen rendimiento académico.

En el segundo objetivo específico que es identificar el estrés de estudiantes de enfermería en la Universidad, la tabla y figura 02, muestra que del 100% de estudiantes de enfermería el 52.4 % presenta estrés leve, el 47.6 % moderado y ninguno severo. Este objetivo se refuerza con la investigación de Goncalves (2008)

Venezuela, el autor menciona que su objetivo fue: Evaluar el estrés académico en estudiantes universitarios, de las carreras técnicas en Bolívar, Caracas, Venezuela. Los resultados indican que el 58% presentaron un estrés leve, el 35% moderado y un 7% severo. En las mujeres, la mayor intensidad al estrés se asocia al menor apoyo social de los amigos mientras que en los hombres se relacionó con un menor apoyo social por parte de personas cercanas y un menor apoyo en general. Ambos presentaron un mejor rendimiento cuando el estrés académico percibido fue mayor y el apoyo social de las personas cercanas fue moderado. Los resultados se discuten en función de las implicaciones en salud mental y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Además Corral (2009), menciona que el estrés es una respuesta importante, es un estado de alerta sostenido; el estrés es el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción; lo cual es necesario para hacer frente de manera efectiva y eficiente a situaciones que salen de lo cotidiano y que demandan respuestas inmediatas. De esta manera, desde el punto de vista biomédico, puede pensarse al estrés como una respuesta adaptativa a estímulos externos e internos. Actualmente más de la mitad de los estudiantes encuestados presentaron un cuadro de estrés leve, ocasionado por diferentes factores.

En el tercer objetivo específico que es determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería, en la tabla y figura 03, se observa que el 36 % presenta un estrés moderado, ninguno severo y un rendimiento académico regular; el 33 % presenta un estrés leve, ninguno severo y un rendimiento académico bajo, el 12% presenta un estrés moderado , ninguno severo y un rendimiento académico bajo; el 4% presenta un estrés leve , ninguno severo y un rendimiento académico excelente; el 2% presenta un estrés leve , ninguno severo y un rendimiento académico muy bajo; el 1 % presenta un estrés leve, ninguno severo y un rendimiento académico muy excelente. El resultado se compara con la investigación de Caballero & Palacios. (2013), Colombia, donde el objetivo fue determinar la relación del estrés y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. Los resultados fueron: que el 52% presentó estrés leve, el 38% moderado y el 10% severo. Mientras que el 65% tuvo rendimiento académico Regular y el 20% alto y 15% bajo. Finalmente se indica que se demostró la hipótesis nula, indicando que ambas variables no se relacionan uno al otro, pero si manifiestan

tendencias interesantes que obligan a profundizar sobre el tema. Los resultados de esta investigación revelan que el nivel de estrés moderado de los estudiantes de enfermería en mayor porcentaje 23% está comprendido entre 20 a 22 años de edad.

## VII. CONCLUSIONES

1. No existe relación entre las dos variables de estudio; lo cual quiere decir que ambas variables son independientes entre sí. De acuerdo a la prueba estadística de ji cuadrado, cuyo valor fue  $X^2=5.892$  GL=4  $p=0.207>0.05$ .
2. El rendimiento académico que más predomina en los estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas 2017, el rendimiento académico regular 69 % (58), seguido el 23.8 % (20) bajo, el 3.6% (3) % excelente; 2.4 % (2) muy bajo; el 1.2 % (1) muy excelente.
3. En el nivel de estrés académico que más predomina en los estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas 2017, el 52.4 % (44) presenta estrés leve, el 47.6 % (40) moderado y ninguno severo.
4. El rendimiento académico regular de los estudiantes de enfermería en mayor porcentaje 30% (25) está comprendida entre 20 a 22 años de edad.
5. El nivel de estrés moderado de los estudiantes de enfermería en mayor porcentaje 23% (19) está comprendida entre 20 a 22 años de edad.

## **VIII. RECOMENDACIONES**

- **A la Dirección Regional de Salud**

Crear programas y talleres dirigidos a los adolescentes y jóvenes hacer énfasis en la creación de los programas de salud mental así estaremos disminuyendo el índice de estrés académicos, y así prevenir las consecuencias.

- **A la Facultad de Ciencias de la Salud**

Que los docentes deben ser didácticos en su metodología de enseñanza aprendizaje durante el desarrollo de cada clase.

Planificar y realizar cursos talleres, terapias de relajación sobre programas de salud mental, caminatas, para que así los adolescentes y jóvenes estudiantes universitarios puedan sentirse mejor y aliviar todos sus problemas por lo que están atravesando. Para evitar las consecuencias y poder mejorar la calidad de vida y su entorno de cada estudiante.

- **A la Escuela Profesional de Enfermería**

Implementar una oficina en la escuela con un personal capacitado para la enseñanza aprendizaje fortalecimiento de la salud mental de los estudiantes universitarios.

## IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aranceli, S., & Ormeño, R. (2013). *Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología* [Versión electrónica], Revista Estomatológica Herediana, 16 (1), 15-20.
- Araújo, E., & Moreno, D. (2012). *Influencia de las emociones positivas y negativas, apoyo social, sexo y edad sobre la salud*. Tesis de grado no publicada, Universidad Católica Andrés Bello, Caracas, Venezuela.
- Bagés, N. (2010). *Estrés y salud. El papel de los factores protectores*. Comportamiento, 1 (1), 16-27.
- Bandura, A. (2010). *“Rendimiento académico universitario”* Perú, Disponible en: <http://www.google.com/rendimientoacademico/comprension/emp.htm>. Acceso el 20 setiembre 2016.
- Barroza, A. (2014). *El estrés académico en alumnos de Educación Media Superior: un estudio comparativo* [Versión electrónica], INED, 7, 48-65.
- Bedoya, S (2012). *Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de la facultad de estomatología* (Tesis para optar el título de cirujano dentista). Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima.
- Berrío, J. (2010). *Modelos cognitivos del estrés, incluyendo el Modelo Cognoscitivo Sistémico del estrés académico*. Tesis para optar el grado de Maestro en Psicología Educativa.
- Caballero, A. (2012). *El estrés universitario en un mundo globalizado: una mirada hacia el futuro de los últimos milenios*. 2da Edic. Editorial Interamericana. Colombia.
- Caballero, C., & Palacios, J. (2013). *Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios* [Versión electrónica], Avances en Psicología Latinoamericana, 25 (2), 98-111.



- Castañeda, G. (2012). *Dirección general de innovación académica*. Recuperado el día 10 de Octubre de 2016, desde <http://www.virtual.unal.edu.co/cursos/sedes/manizales4010014/Contenidos/Capitulo/3.7/37Funciones-comunicacion.htm>
- Castillo, H., & Guarino, L. (2008). *Rendimiento académico al régimen militar en cadetes venezolanos: Variables asociadas*. *Revista Interamericana de Psicología*, 32, 51-70.
- Cerezo, M., & Casanova, P. (2004). *Diferencias de género en la motivación académica de los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria* [Versión electrónica], *Revista Electrónica de Investigación Psico educativa*, 2 (1), 97-112.
- Colmenares, M. (2012). “*Correlación entre rendimiento académico y motivación de logro*”. Tesis para optar el grado de licenciatura. Universidad de los Andes ULA – Trujillo. Venezuela.
- Corral, F. (2009). *Método de relajación. Estrés en los adolescentes*. Publicaciones Copyright. Madrid.
- Días, A. (2012). “*Relación entre estrés, estilos de aprendizaje y el rendimiento académico de las estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la facultad de ciencias de la salud de la universidad nacional del callao*”. Tesis para optar el grado maestría. Universidad Nacional del Callao. Bellavista. Callao
- Feldman, L., & Gallardo, J. (2011). El estrés y los factores protectores en el medio organizacional. Trabajo presentado en el II Congreso de Asociaciones de Terapia del Comportamiento de Países de Lenguas Latinas "Latini Dies", Sitges, Barcelona.
- García, O. (2014). “*estudiantes universitarios con bajo rendimiento académico*”. *Santa Clara. Cuba. vol.6*, Carlos, M. (2014). “*Rendimiento académico universitario*”. *El Clarín. Chachapoyas. vol.1*.

- Goncalves, P. (2008). *Estrés académico en estudiantes universitarios, de las carreras técnicas en Bolívar, Caracas*. Tesis para optar el título de Psicólogo. Universidad del Caribayllo. Venezuela.
- Hernández, M., et al. (2010). *Metodología de la investigación* (3a. ed.). México: McGraw-Hill.
- Iciarte, E. (2012). *Estrés académico en estudiantes de la Facultad de Farmacia y Bioanálisis*. (Tesis de Doctorado en Medicina Humana). Universidad de Alcalá. Mérida – Venezuela.
- Jara, C. (2010). *Factores que afectarían el rendimiento académico en los estudiantes de medicina del primer año de estudios*. Tesis de maestría, Psicología pedagógica. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima – Perú.
- Martín, G. (2012). *Nivel de estrés académico y los exámenes en estudiantes universitarios*. Apuntes de Psicología. Disponible en: [http:// el bosque. Edu. Co/sites/default/files/publicaciones/revistas/ hispanoamericanos](http://elbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/hispanoamericanos).
- Martínez, E. (2015). *Una aproximación psicosocial al estrés universitario*. Casa editora sudamericana. Madrid.
- Mead, G. (2010). *“Espíritu, sociedad y peruana: desde el punto de vista del conductismo social”*, universidad de chicago, buenos aires. Disponible en: [http:// el bosque. Edu. Co/sites/default/files/publicaciones/revistas/cuadernos-hispanoamericanos-psicología/ volumen ii- número 1/ articulo 2. Pdf](http://elbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/cuadernos-hispanoamericanos-psicología/volumen%20ii-%20número%201/articulo%202.pdf). Acceso el 02/10/16.
- Nincho, C. (2013). En su estudio *“Relación entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la E.B.C. tecnológica de la facultad de educación de la universidad nacional José Faustino Sánchez Carrión”*. Tesis para optar el grado de licenciatura. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Perú.
- Olivet, S. (2010). *Estrés académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario*. (Tesis Licenciatura en Psicología). Universidad Abierta Interamericana. Jalisco – México.

- Pérez, M., & Del Río, C. (2013). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios* [Versión electrónica], Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace, 67/68, 26-33.
- Pizarro, A. (2015). “*Rendimiento académico en estudiantes universitarios*” Perú. Disponible en: <http://www.researchgate.net/publication>. Accesado el 10/11/16.
- Reyes, Y. (2013). *Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el auto concepto y la asertividad en estudiantes del primer año de psicología de la UNMSM*. Trabajo de grado no publicado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, San Marcos, Perú.
- Richman, J., & Flaherty, J. (2010). *Gender Differences in Medical - Student Distress - Contributions of Prior Socialization and Current Role-related Stress*. Social Science & Medicine, 30, 777-787.
- Roca, S. (2011). *Influencia del estrés sobre el rendimiento académico en los alumnos del colegio de Bachilleres de la comunidad de Angahuan*. (Tesis de Maestría en Pedagogía). Universidad Nacional Autónoma de México. Uruapan – México.
- Roig, Giner, Martínez, Navarro & Oliva (2011). *Desarrollo de competencias de aprendizaje en el alumnado de Magisterio y Psicopedagogía; a partir del diseño de webquests*. Universidad de Alicante.
- Román, C. (2005). *Variables psicosociales y su relación con el desempeño académico de estudiantes de primer año de la Escuela Latinoamericana de Medicina* [Versión electrónica], Revista Iberoamericana de Educación, 37 (2), 1-8.
- Romo, A. (2015). *El enfoque sociocultural del aprendizaje de Vygotsky*: disponible en: [http://www.monografia.com/trabajos io/en so/enso. Shtml](http://www.monografia.com/trabajos/io/enso/enso.html). Acceso el 10/10/16.
- Sánchez, B. (2015). *Clasificación del estrés académico en estudiantes universitarios*. disponible en: <http://clubestrésensayos.com//acceso> el 02/11/16.

- Suarez, P. (2011), *Rendimiento académico y la inteligencia emocional*//disponible en:  
<http://clubensayos.com/Psicologia/>acceso el 02/11/16.
- Supo, J. (2015). Metodología de la investigación científica: Bases conceptuales. 3ra Edic. Edit. Calixto. Yahuara. Arequipa. Perú.
- Tolentino, S. (2012). *Perfil de estrés académico en alumnos de licenciatura en psicología*. (Tesis de Licenciatura en Psicología). Universidad Autónoma de Hidalgo. Actopan.
- Vicentatone, S. (2010). Colombia. En su estudio titulado “*predictores psicopedagógicos del rendimiento académico en estudiantes de primero y segundo de Bachillerato Unificado Polivalente (BUP) del instituto de Bachillerato*”. Tesis para optar el grado de licenciatura. Universidad privada de Barranquilla. Colombia
- Valdés, M. (2012). *Construcción de una escala de estrés académico para estudiantes universitarios*. Educación Médica, 5 (1):40-46.
- Vallejos (2011). *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la carrera química farmacéutica – biológica de la Unam*
- Hill, W. (1976). *Teorías Contemporáneas del Aprendizaje*; Paidós, Buenos Aires

# **ANEXOS**

## Anexo 01

### Operacionalización de variable

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Indicadores	Categoría	Escala
<b>V<sub>2</sub> = Rendimiento Académico</b>	Constituye un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el estudiante.	Es el logro obtenido por el individuo en determinada actividad académica.  Se medirá mediante una ficha de registro de notas para rendimiento académico.	19 a 20	Excelente = 19 a 20	<b>Escala para medir la variable:</b> se utilizará la escala ordinal  <b>Escala para los Ítems:</b> solamente una ficha de registro. Si = 1 No = 0
			16 a 18	Muy Bueno = 16 a 18	
			14 a 15	Bueno = 14 a 15	
			11 a 13	Regular = 11 a 13	
			6 a 10	Bajo = 6 a 10	
			Muy bajo = 0 a 5	Muy bajo = 0 a 5	

## Anexo 02

### Operacionalización de variable

VARIABLES	DEFINICION OPERACIONAL	INDICADORES	Items	CATEGORIA	ESCALA
				Variable	
V <sub>1</sub> = Estrés	<p>Es un proceso natural del cuerpo humano, que genera una respuesta automática ante condiciones externas que resultan amenazadoras y que a veces perturban el equilibrio emocional de la persona.</p> <p>Se medirá mediante la escala del estrés</p>	<p>Dormido Cansado Palpitaciones Agotado Sensación de no haber descansado Energía Sobresalto Hiperactividad Hostilidad Irritable Agitado Enfadado Fracaso Acelerado Duerme menos tiempo</p>	22	<p>Leve = 22 a 51  Moderado = 52 a 81  Severo = 82 a 110</p>	<p>Para medir la variable se utilizará la <b>escala Ordinal</b></p> <p>Para evaluar los Ítems se utilizará la <b>escala de Likert</b></p> <p>Nunca = 1 Alguna vez = 2 Bastantes veces = 3 Muchas veces = 4 Siempre = 5</p>

**Anexo 03**

**Matriz de consistencia**

<b>FORMULACIÓN DEL PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>HIPOTESIS</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>MARCO METODOLOGICO</b>
<p>¿Cuál es la relación que existe entre rendimiento académico y estrés, en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. Chachapoyas- 2017?</p>	<p><b>General:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Determinar la relación que existe entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas – 2017.</li> </ul> <p><b>Objetivos específicos.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar el rendimiento académico en estudiantes de enfermería,</li> <li>Identificar el estrés en estudiantes de enfermería.</li> </ul>	<p><b>Ha:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas - 2017”.</p> <p><b>Ho:</b> No existe una relación estadística entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas - 2017”</p>	<p><math>V_1 =</math> Rendimiento académico.</p> <p><math>V_2 =</math> Estrés</p>	<p><b>Tipo y diseño:</b> el estudio fue de enfoque cuantitativo, nivel relacional, de tipo observacional, Prospectivo, Transversal y Analítico</p> <p><b>Universo, población y muestra.</b> <math>U = 232</math> <math>P = 105</math> <math>M = 84</math></p> <p><b>Muestra.</b> Probabilístico: sistémico estratificado, a través del método de la rifa.</p> <p><b>Método:</b> Hipotético-deductivo</p> <p><b>Instrumento de recolección d datos</b> <math>V_1 =</math> Registro de notas de la registro de notas de la oficina de DGAYRA</p>



				<p>UNTRM Amazonas</p> <p>v<sub>2</sub> = El cuestionario de SISCO del estrés de 31 ítems.</p> <p><b>Análisis e interpretación de datos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Información final SPSS versión 21</li> <li>• Contrastar Hipótesis: Prueba estadística no paramétrica del Ji Cuadrado, con un nivel de significancia = 0.05</li> </ul>
--	--	--	--	---

### ANEXO 03

#### CUESTIONARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

**Indicaciones:** El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, y de post grado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿ha tenido momento de preocupación o nerviosismo?

Si  No

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

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

1	2	3	4	5

3. En una escala del (0) al (4) donde (0) es nunca (1) es rara vez (2) es algunas veces, (3) es casi siempre y (4) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.

Nº	EN LAS ÚLTIMAS SEMANAS	1	2	3	4	5
1	Me cuesta quedarme dormido/a					
2	Duermo inquieto/a					

3	Me canso con facilidad					
4	He tenido palpitaciones					
5	Al finalizar la jornada escolar me siento físicamente agotado/a					
6	Me siento fatigado/a cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme a otra jornada de trabajo					
7	Me levanto con la sensación de no haber descansado suficientemente					
8	Noto que tengo menos energía					
9	Me despierto sobresaltado/a una o más veces en la noche					
10	Tengo sueños que me producen inquietud					
11	Me muevo demasiado sin necesidad aparente					
12	Reacciono con hostilidad ante cualquier ataque					
13	Estoy irritable					
14	Estoy agitado/a					
15	Me irrita cualquier contrariedad					
16	Me enfado con facilidad					
17	Tiendo a resaltar mis fracasos y a desvalorizar mis éxitos					
18	Tengo pensamientos que no puedo quitarme de la cabeza					
19	Me he sentido menos útil y capaz					
20	Me siento un/a fracasado/a; pienso que					

	no valgo para nada					
21	Me noto muy acelerado/a					
22	Me despierto más temprano de lo habitual y no puedo volver a dormirme					

**UNIVERSIDAD NACIONAL  
TORIBIO RODRIGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**FICHA DE REGISTRO DE NOTAS**

Edad: ..... Sexo: ..... Ciclo: .....

NÚMERO	CÓDIGO DE ESTUDIANTE	6	5	4	3	2	1
		Excelente (19 a 20 )	Muy bueno (16 a 18)	Bueno (14 a 15)	Regular (11 a 13)	Bajo (6 a 10)	Muy bajo (0 a 5)
1.	4842996042				12		
2.	7735652141			15			
3.	4587702032				12		
4.	7460009541				12		
5.	4868006941				12		
6.	7589169132				12		
7.	7331879841				12		
8.	4218009841				12		
9.	7694145642				13		
10.	4638836442	18					
11.	7011427441				12		
12.	7271981251				12		
13.	7143528742				13		
14.	4568962452				13		
15.	7546168951				12		
16.	7485590551				12		
17.	7119328341				12		
18.	7439284951				13		
19.	7058341851				12		

20	7408970241						04
21	7337027013				12		
22	7271982613				11		
23	7437258813					06	
24	021013A111					09	
25	7667171741					10	
26	7688127913					11	
27	021028A111					8	
28	4398339442					11	
29	4532703542				12		
30	021023A112					08	
31	021023A121				12		
32	7461665413				11		
33	4748687641					07	
34	7469715532					10	
35	7349459213					9	
36	7108391341				12		
37	7003624441					10	
38	021038A081					8	
39	4855005741				12		
40	7024514951					10	
41	7267829213				12		
42	7431846432				12	07	
43	7449884113						
44	4369195242			15			
45	7054897541			14			
46	021024A122				12		
47	021007A101				12		
48	7301109232			14			
49	4391413032				12		
50	021023A122				12		
51	7365622932			14			

52	021001A122				12		
53	021002U121				12		
54	021012A111				13		
55	021009A081				11		
56	021034A091				12		
57	021035A091				12		
58	021012A112				11		
59	021006A102				13		
60	021016A121				13		
61	021009A122			14			
62	021013A122			12			
63	021025A111					9	
64	021029A111				12		
65	021005A121				12		
66	4841389113				12		
67	7164463841			14			
68	7738895313				13		
69	021002A112				12		
70	021009A081				13		
71	021039A091				12		
72	021034A091			14			
73	021016A092			14			
74	021015A122				13		
75	021029A101				11		
76	0'21002A122				13		
77	021026A102				12		
78	021005A112				11		
79	021001A121				12		
80	021026A121				13		
81	021008A112				11		
82	4523352232				13		
83	021018A111				12		

<b>84</b>	<b>021009A111</b>				<b>12</b>		
-----------	-------------------	--	--	--	-----------	--	--



## ANEXO 04

### Validez y Confiabilidad del Instrumento.

#### **Cuestionario SISCO del estrés Académico:**

**Validez:** se recolecto evidencia basada en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial; análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados. Los resultados confirman la constitución tridimensional del inventario SISCO del estrés Académico a través de la estructura factorial obtenida en le análisis correspondiente lo cual coincide con el modelo conceptual elaborado para el estudio del estrés académico desde una perspectiva sistémico (Barraza, 2006). Se confirmó la homogeneidad y direccionalidad única de los ítems que componen el inventario a través del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados. Estos resultados centrados en la relación de los ítems forman parte del constructo establecido en el modelo conceptual construido, en este caso, el estrés académico (Barraza, 2007, P, 90).

**Confiabilidad:** Se obtuvo una confiabilidad por mitades de .87 y una confiabilidad en alfa de cronbach de .90. Estos niveles de confiabilidad puede ser valorada como muy buenos según DeVellis, (en Garcia, 2006) o elevados según Murphy y Davishofer, (en Hogan, 2004)(Barraza, p. 90).

## ANEXO 05

### Clasificación y puntaje del instrumento de medición

#### RENDIMIENTO ACADÉMICO

<b>Nivel de rendimiento académico</b>	<b>Puntaje</b>
<b>Muy bajo</b>	<b>0 a 5</b>
<b>Bajo</b>	<b>6 a 10</b>
<b>Regular</b>	<b>11 a 13</b>
<b>Bueno</b>	<b>14 a 15</b>
<b>Muy bueno</b>	<b>16 a 18</b>
<b>Excelente</b>	<b>19 a 20</b>

#### ESTRÉS

<b>Nivel de estrés</b>	<b>Puntaje</b>
<b>Estrés leve</b>	<b>22 a 51</b>
<b>Estrés moderado</b>	<b>52 a 81</b>
<b>Estrés severo</b>	<b>82 a 110</b>

## ANEXO 06

### Correlación de los datos generales de los estudiantes de enfermería y los niveles de rendimiento académico y estrés.

**Tabla 04:** Relación que existe entre edad y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.

Edad de los estudiantes	Rendimiento Académico											
	muy excelente 18 a 20		excelente 15 a 17		regular 12 a 14		bajo 7a 11		muy bajo 0 a 6			
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
menores de 18 años	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1.2
de 18 a 19 años	0	0	1	1	8	10	0	0	0	0	9	10.7
de 20 a 22 años	0	0	1	1	25	30	10	12	2	2	38	45.2
de 23 a 25 años	1	1	1	1	20	24	10	12	0	0	32	38.1
de 26 a 30 años	0	0	0	0	4	5	0	0	0	0	4	4.8
<b>Total</b>	1	1	3	4	58	69	20	24	2	2	84	100.0

**Fuente:** nivel de rendimiento académico según registro de notas de la oficina de DGAYRA de la UNTRM Amazonas

$X^2=11.411$  GL=16 p=0.783>0.05 (no hay relación)

**Tabla 05:** Relación que existe entre sexo y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.

Rendimiento Académico	sexo de los estudiantes					
	Masculino		femenino		Total	
	Fi	%	fi	%	fi	%
muy excelente	0	0	1	1	1	1.2
Excelente	2	2	1	1	3	3.6
Regular	7	8	51	61	58	69.0
Bajo	3	4	17	20	20	23.8
muy bajo	1	1	1	1	2	2.4
<b>Total</b>	13	15	71	85	84	100.0

Fuente: nivel de rendimiento académico según registro de notas de la oficina de DGAYRA de la UNTRM Amazonas

$$X^2=8.533 \quad GL=4 \quad p=0.074>0.05 \text{ (no hay relación)}$$

**Tabla 06:** Relación que ciclo y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.

Ciclo de los estudiantes	Rendimiento Académico										Total	
	muy excelente		excelente		regular		bajo		muy bajo			
	18 a 20	15 a 17	12 a 14	7a 11	0 a 6	0 a 6	0 a 6	0 a 6	0 a 6			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
IV ciclo	1	1	1	1	17	20	0	0	0	0	19	22.6
V ciclo	0	0	0	0	7	8	16	19	2	2	25	29.8
VI ciclo	0	0	2	2	13	15	0	0	0	0	15	17.9
VII ciclo	0	0	0	0	15	18	3	4	0	0	18	21.4
VIII ciclo	0	0	0	0	6	7	1	1	0	0	7	8.3
<b>total</b>	1	1	3	4	58	69	20	24	2	2	84	100.0

Fuente: nivel de rendimiento académico según registro de notas de la oficina de DGAYRA de la UNTRM Amazonas.

$$X^2=48.526 \quad GL=16 \quad p=0.000<0.05 \text{ (si hay relación)}$$

**Tabla 07:** Relación que existe entre la edad y estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.

Edad de los Estudiantes	Estrés de los estudiantes						Total	
	Leve		Moderado		Severo			
	fi	%	Fi	%	fi	%	fi	%
menores de 18 años	1	1	0	0	0	0	1	1
de 18 a 19 años	7	8	2	2	0	0	9	11
de 20 a 22 años	19	23	19	23	0	0	38	45
de 23 a 25 años	15	18	17	20	0	0	32	38
de 26 a 30 años	2	2	2	2	0	0	4	5
<b>Total</b>	44	52	40	48	0	0	84	100

Fuente: cuestionario para el estrés

$$X^2=3.721 \quad GL=4 \quad p=0.445>0.05 \text{ (no hay relación)}$$

**Tabla 08:** Relación que existe entre sexo y estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.

Sexo de los estudiantes	Estrés de los estudiantes						Total	
	Leve		Moderado		severo			
	Fi	%	Fi	%	fi	%	Fi	%
Masculino	10	12	3	4	0	0	13	15
Femenino	34	40	37	44	0	0	71	85
<b>total</b>	44	52	40	48	0	0	84	100

Fuente: cuestionario para el estrés

$$X^2=3.714 \quad GL=1 \quad p=0.054>0.05 \text{ (no hay relación)}$$

**Tabla 09:** Relación que existe entre ciclo y estrés en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017.

ciclo de los estudiantes	Estrés de los estudiantes						Total	
	leve		Moderado		severo			
	Fi	%	Fi	%	fi	%	fi	%
IV ciclo	15	18	4	5	0	0	19	22.6
V ciclo	11	13	14	17	0	0	25	29.8
VI ciclo	9	11	6	7	0	0	15	17.9
VII ciclo	7	8	11	13	0	0	18	21.4
VIII ciclo	2	2	5	6	0	0	7	8.3
<b>Total</b>	44	52	40	48	0	0	84	100.0

Fuente: cuestionario para el estrés

$X^2=9.334$  GL=4  $p=0.53>0.05$  (no hay relación)

