

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“ESTRÉS ACADÉMICO SEGÚN GÉNERO EN
ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA
UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autores:

Magna Lourdes Chavez Aliaga
Yaneth Ysabel Chuquimango Briones

Asesor:

Mg. Edwar Isidro Sánchez Álvarez
<https://orcid.org/0000-0001-7901-885X>

Trujillo - Perú

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Mg. David Manuel Aranaga Zavaleta	18186656
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	Mg. Kathia Gisela Olórtegui Prado	45336401
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	Dra. Romy Angélica Díaz Fernández	18180326
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD

ESTRÉS ACADÉMICO SEGÚN GÉNERO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.upn.edu.pe Fuente de Internet	6%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	5%
3	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	3%
4	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to unap Trabajo del estudiante	1%
7	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	1%
9	redi.unjbg.edu.pe Fuente de Internet	

DEDICATORIA

A Dios, el hacedor de nuestras vidas. Por ser un padre incondicional, merecedor de todo honor y toda gloria.

A nuestros padres, quienes siempre nos han brindado su apoyo incondicional en todo momento, así como han sido parte de nuestra formación y merecedores de cada logro obtenido.

A nuestras hermanas por habernos dado el aliento de seguir en cada momento difícil y haber hecho suyo nuestros sueños.

A mi hermano que en vida fue mi gran ejemplo y el cual es mi mayor inspiración a seguir luchando por mis metas

AGRADECIMIENTO

A nuestros familiares y amigos que siempre nos han motivado a conseguir cada meta propuesta con esmero y dedicación.

Asimismo, al Mg, Edwar Isidro Sánchez Álvarez por cada conocimiento impartido para poder lograr una adecuada investigación.

Tabla de contenido

Jurado calificador	2
Informe de similitud	3
Dedicatoria	4
Agradecimiento... ..	5
Tabla de contenido	6
Índice de tablas.....	7
Resumen	8
Capítulo I: Introducción	9
Capítulo II: Metodología.....	25
Capítulo III: Resultados.....	32
Capítulo IV: Discusión y Conclusiones	38
Referencias... ..	45
Anexos	55

Índice de tablas

Tabla 1: <i>Distribución de la población según género</i>	26
Tabla 2: <i>Distribución de la muestra según género</i>	27
Tabla 3: <i>Diferencias en estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo</i>	32
Tabla 4: <i>Nivel de estrés académico en estudiantes del género masculino de una universidad privada de Trujillo</i>	33
Tabla 5: <i>Nivel de estrés académico en estudiantes del género femenino de una universidad privada de Trujillo</i>	34
Tabla 6: <i>Diferencias en la dimensión estresores del estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo</i>	35
Tabla 7: <i>Diferencias en la dimensión síntomas del estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo</i>	36
Tabla 8: <i>Diferencias en la dimensión estrategias de afrontamientos del estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo</i>	37

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar las diferencias del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo. El tipo de investigación, según su finalidad, fue aplicada, cuantitativa, no experimental, con carácter descriptivo-comparativo. Por otro lado, contó con una población de 188 estudiantes universitarios del curso de internado de I, II Y III de la carrera de Psicología, la muestra escogida constó de 140 estudiantes universitarios. Asimismo, se utilizó el instrumento: Inventario de Estrés Académico SISCO SV para estudiantes Universitarios adaptado al contexto de la crisis por COVID-19, validado en la ciudad de Trujillo, el cual constó de 47 ítems, tomando en cuenta las tres dimensiones del estrés académico: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Los resultados de la presente investigación reflejaron que existe diferencia en estrés según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de la ciudad de Trujillo

PALABRAS CLAVES: Estrés académico, estudiantes universitarios, género.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Durante la pandemia de COVID-19 se pudo observar un incremento en los niveles de estrés en los alumnos universitarios generando gran alarma y poniendo en evidencia las limitaciones tanto el sector educativo, como en el sector de salud mental, originando efectos psicológicos negativos en los estudiantes, como los cambios en las rutinas de estudio, incluyendo las evaluaciones en línea, las clases virtuales y la tecnología necesaria para un aprendizaje remoto, esto puede llevarlos a sufrir estrés académico, el cual es definido como una respuesta de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos (Berrío y Mazo, 2011).

Barraza y Sileros (2007), refieren en uno de sus postulados que el estrés se origina por una relación inversamente proporcional entre las demandas del entorno y las posibilidades de tomar decisiones para enfrentar esa demanda. Es por ello, que el estrés ocurre cuando el entorno exige más y el individuo tiene pocas posibilidades de tomar decisiones para satisfacer esas demandas. Durante la pandemia, los estudiantes a nivel mundial fueron confinados en sus hogares mientras todas sus actividades universitarias seguían su curso (De la Fuente et al., 2021, citado por Anaya y Marquina, 2022). Esto tuvo una serie de consecuencias negativas para aquellos en los que las actividades presenciales tuvieron que ser reemplazadas por el aprendizaje remoto, se enfrentaron a una desigualdad educativa, puesto que, no todas las universidades contaban con las herramientas necesarias para abordar esta nueva coyuntura, lo cual a su vez generaba mayor riesgo de comportamientos y emociones negativas en los estudiantes. Asimismo, se dio a conocer una serie de problemas que generan en el estudiante malestares a la hora de

presentar los trabajos, la autoexigencia de uno mismo(a), la relación con su entorno, principalmente con los compañeros y sus docentes; finalmente, el rendimiento académico y la búsqueda de reconocimiento (Martínez y Díaz 2007, citados en Flores, 2019)

El estrés académico es un tema frecuente en estos últimos años, es considerado como una problemática, puesto que afecta de manera física, psicológica y comportamental. Aproximadamente el 3,6% de la población ha experimentado episodios de estrés, informó la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017). Además, encontramos estadísticas de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) la cual arrojó que alrededor del 60% de los alumnos universitarios en México sufren estrés relacionado con sus estudios, reflejándose en su rendimiento y en su comportamiento agresivo. (Peralta, 2023).

Para Román et al. (2008) lograron evidenciar algunos estudios realizados en Latinoamérica, los cuales mencionan que los estudiantes universitarios obtuvieron valores mayores de un 67% dentro de la categoría estrés moderado, denotando una repercusión del estrés dentro de dicha población.

En el Perú, el ministerio de educación refiere que la comunidad educativa del 85% de las universidades peruanas presenta problemas de salud mental, entre lo más recurrente está el estrés con un 79%, generando bajo rendimiento académico, intolerancia ante la frustración y temor a exponer en público (MINEDU, 2019). El director de salud mental del Ministerio de Salud (MINSa), cita a la comunidad universitaria como una de las más golpeadas por los diferentes problemas que existen en la salud mental, esto se evidencia en los estudiantes, ya que sufren alteraciones con su horario de sueño debido a la cantidad de horas requeridas para cada curso, a su vez presentan una mala alimentación, no tienen tiempo para actividades extracurriculares y su

vida social solo se llega a asomarse en los espacios entre curso y curso. Asimismo, en una entrevista realizada al rector de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, declaró que más del 30% de sus estudiantes presentan algún tipo de afección mental, llevando a los alumnos a refugiarse en el alcohol como placebo (RPP, 2018).

Respecto a la población específica de estudiantes universitarios de Trujillo, existen tendencias que casi siempre indican el grado de estrés académico manifestado en la pandemia, de lo cual se puede concluir que más del 50% de los estudiantes presentan factores de estrés académico y síntomas (Ancajima, 2017). Evidenciando la ausencia de una gestión emocional oportuna, siendo así los síntomas más frecuentes la sudoración en las manos, irritabilidad, problemas de concentración, dificultad en las relaciones interpersonales, desganado y agresividad. Además, se destacan porcentajes, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) refiere que el 13% de la población joven de 25 a 29 años tiene estudios superiores incompletos, esto se puede evidenciar en la deserción universitaria dada por falta de adaptación a su entorno o al ritmo de clases aceleradas, lejanía de los centros de estudio, dificultades económicas, falta de tiempo y dificultad de algunas asignaturas (SUNEDU, 2020).

En la población estudiada durante el semestre 2022-1 se ha observado que la mayoría presenta estrés académico elevado, siendo los síntomas más frecuentes: la migraña, morderse las uñas, el sentimiento de angustia cuando tienen que exponer en público, dificultad para concentrarse y el aumento de la irritabilidad, pese a lo expuesto no hubo deserción académica, puesto que manejaron moderadamente las estrategias de afrontamiento.

Para abordar de una mejor forma el tema de estudio se presentan los siguientes antecedentes internacionales, nacionales y locales.

Antecedentes internacionales

Moreno et al. (2021) “Estrés académico de estudiantes universitarios de Economía” llevada a cabo en México. El propósito de los autores fue brindar una comparación sobre los niveles de estrés entre hombre y mujeres. La investigación es de índole descriptiva y se aplicó el Inventario SISCO. En cuanto a los resultados, mostraron que este grupo tenía en promedio niveles "moderados" de estrés académico. Los factores más frecuentes en relación con las dimensiones; estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento suelen ser: “Realizar un examen”, “problemas para concentrarse” y “escuchar música o ver televisión”, respectivamente. La diferencia de los estudiantes, hombres y mujeres, es que ellas presentan una mayor probabilidad de tener niveles de estrés entre “altos y muy altos”

Molano et al. (2022) en su investigación titulada “Nivel de estrés durante la COVID-19 en universitarios de Colombia” mediante un estudio descriptivo correlacional lograron identificar los niveles de estrés en universitarios, conformados por 384 hombres y 404 mujeres, demostraron que es una población que a menudo se encuentran estresada, en cuanto a las mujeres presentaron mayor expresión de estrés, mientras que los hombres desarrollaron autocontrol, también se apreciaron correlaciones entre los niveles de estrés y el sexo de los individuos evaluados.

Izurietta et al. (2022) en su investigación titulada “Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios durante la pandemia covid-19” efectuada en Ecuador, la investigación utilizó un enfoque descriptivo-correlacional, en cuanto a su resultado, las mujeres reportaron un estrés promedio más alto que los hombres, y ambos grupos tuvieron niveles más altos de estrés académico. Un 51.5% de mujeres y un 34,5% de hombres presentan además síntomas de ansiedad severa.

Antecedentes nacionales

Guerrera (2022) “Estrés académico en estudiantes de una universidad de la costa central del Perú en tiempos de pandemia” realizada en Chiclayo, buscó determinar las diferencias de estrés académico según sexo y edad. La investigación fue no experimental, de tipo descriptivo-comparativo. Los resultados mostraron que predominó el nivel promedio de estrés académico, mientras que no se encontraron diferencias significativas entre la variable de género y edades para las tres las dimensiones.

Magallanes y Mendizabal (2022) “Niveles de estrés percibido en estudiantes universitarios” Lima Metropolitana, buscó identificar los niveles de estrés percibido por los estudiantes, según género, rango de edad y universidad de procedencia. La investigación usó el método descriptivo comparativo, con un diseño no experimental y de corte transversal. El instrumento utilizado fue Perceived Stress Scale (PSS). Se evidenció como resultado un nivel medio y alto de estrés en estudiantes, puesto que, las estudiantes mujeres experimentar más estrés que los hombres.

Ormeño (2021) en su investigación denominada “Modos de afrontamiento al estrés en pandemia según ciclo de estudiantes de Psicología” Realizado en Ica-Perú. Esta investigación pretendía determinar la diferencia de los modos de afrontamiento al estrés en pandemia en la carrera de psicología, utilizaron un enfoque de tipo cuantitativo, descriptivo-comparativo. Basándose en los resultados que obtuvieron, se puede establecer que el 39,9% de modos de afrontamientos más utilizados en la muestra se centra en los problemas, el 48,5% se centran en las emociones y el 11,7% en los estilos adicionales de afrontamiento.

Antecedentes locales

Salazar (2020) en su investigación titulada “Estrés académico en estudiantes de una universidad pública y privada en época de pandemia”- Trujillo. Se llevó a cabo un diseño no experimental, descriptivo y comparativo. Se evidenció que los estudiantes de universidades públicas experimentaron mayores niveles de estrés que los estudiantes de universidades privadas; hubo una diferencia estadísticamente significativa entre los dos grupos ($p < 0,5$).

León (2021) en su investigación sobre “Nivel de estrés en estudiantes de estomatología de la universidad privada en tiempos de pandemia”-Trujillo. Realizaron una investigación observacional y con diseño descriptivo, El cual determinó, que los estudiantes presentaron niveles de estrés moderado con el 55.12% y estrés leve del 35.92%. Con relación al género se presentó un estrés moderado en mujeres con el 56.13 %, y en hombres 52.87%; con relación a la edad, se presentó un estrés moderado de un 63.22% en los estudiantes de 25 a 28 años.

Laureano (2021) en su investigación sobre “Relación entre las competencias digitales y el estrés académico en estudiantes de una universidad privada”- Trujillo. Esta investigación utilizó diseño no experimental, transversal y correlacional, Los resultados no encontraron correlación entre la variable estrés académico y las competencias digitales. Respecto al estrés académico, se encontró que el 53,4% tenía estrés moderado y el 38,6% estrés alto, mientras que para las habilidades digitales el 34,1% del manejo de las mismas y un 65,9% tenían nivel alto.

Para explorar a profundidad el estrés académico, se introducen a continuación diversas conceptualizaciones del marco teórico.

Para la Organización Mundial de Salud (OMS) el estrés es como el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción.

Lazaruas y Folkman (1984) nombrado por Torrents et al. (2013) mencionan que el estrés se genera a partir de la interacción que tiene el individuo con el ambiente, en la cual el sujeto percibe a qué nivel estos factores ambientales pueden producir un peligro para su bienestar, esto dependerá si se exceden o igualan sus recursos para hacerles frente. Un claro ejemplo de ello es, cuando las personas se imaginan un suceso estresante, tienden a relacionarlo con algo negativo, sin embargo, una situación positiva puede causar de igual forma estrés, por ejemplo, ser líder de un trabajo en equipo dentro de la universidad.

Miller (1997) citado por Sierra et al. (2003) define el estrés como cualquier estímulo intenso, extremo o inusual que provoca cambios significativos en el comportamiento del individuo cuando se siente amenazado.

Asimismo, Appley y Trumbull (1977) citado por Sierra et al. (2003) mencionan que el estrés suele desarrollarse cuando el sujeto se ve expuesto a situaciones que son novedosas, intensas, inesperadas o repentinas, debido a que el proceso de adaptación y el miedo a lo desconocido puede desencadenarlo.

Por otro lado, Selye (1973) referido por Barrio et al. (2006) define el estrés como “La respuesta no específica del cuerpo a cualquier demanda que sobre él se ejerce”. (p.38). Además, los agentes que desencadenan el estrés, en pocas palabras los estresores, pueden ser tanto estímulo físico, psicológico, cognitivo o emocional. El estrés es una respuesta adaptativa, mientras no exceda sus niveles, y afecte de modo negativo al organismo.

Ante un agente estresor pueden generarse dos reacciones, una se da cuando el sujeto responde con conductas de evitación, o dos cuando responde con conductas de afrontamiento, esto dependerá bien de las características del estresor o de los recursos que presente el sujeto para poder abordarlo.

Hans Selye nombró al estrés como el síndrome general de adaptación (SGA) y lo describió en tres fases:

- 1. Fase de alarma:** En esta fase el individuo detecta el agente estresor, presentando así un repunte de activación y energía, donde se puede notar taquicardia, sudoración y otros síntomas. Todo ello predispone al sujeto para enfrentarse a esa situación.
- 2. Fase de resistencia:** Esta fase inicia cuando el cuerpo toma medidas de afrontamiento hacia el estresor buscando un equilibrio.
- 3. Fase de agotamiento:** Empieza cuando la fase de resistencia falla, dando como resultado un agotamiento donde los trastornos físicos y psicológicos tienden a ser crónicos.

La duración de estas tres fases crea dos tipos de estrés: eustrés y distrés. En este caso, si el agente estresor es temporal, se le llama eustrés debido a que genera atención, aumenta la productividad, siendo así visto como algo positivo, puesto que, el cuerpo reacciona de forma rápida y eficiente. Todo lo contrario, si el agente estresor presenta una intensidad continúa aumentando con el tiempo, a esto se le denomina distrés el cual implica problemas a nivel psicológico y disminuye de forma notable las habilidades de afrontamiento.

Estrés académico

Orlandini (1999) concibe al estrés como una tensión excesiva, refiere que cuando una persona está en período de aprendizaje experimenta tensión, a lo cual se le denomina estrés académico.

Asimismo, Zárate et al. (2017) mencionan que el estudiante cuando percibe el estrés de forma negativa (distrés) encontrándose inmerso en situaciones angustiantes a lo largo de su vida universitaria y no presentar los recursos adecuados para enfrentarlas, puede llegar a manifestar síntomas tales como, ansiedad, cansancio, desgano, bajo rendimiento académico, ausentismo e incluso deserción. Por el contrario, si el estudiante percibe estas situaciones como positivas (eustrés) puede llegar a sentirse motivado por mejorar su rendimiento.

Maldonado et al. (2000) mencionado por Román et al. (2008) evidencian que altos niveles de estrés académico ocasionan una alteración en el sistema de respuesta del alumno a nivel cognitivo, motor y fisiológico. Los cambios en las respuestas de estos tres niveles mencionados pueden afectar negativamente el desempeño académico, y en algunos casos conducir a bajas calificaciones, fracaso estudiantil o deserción.

Barraza (2020), se refiere al estrés académico como un proceso sistémico, de naturaleza adaptativa y psicológica, la cual se da en tres momentos: primero el estudiante se ve expuesto a una serie de exigencias dentro de la universidad, a lo que se le denomina estresores (input). En seguida, estos estresores crean situaciones estresantes que se manifiestan en una variedad de síntomas, ya sean físicos, psicológicos y/o conductuales. Finalmente, se genera un tercer momento donde se produce un desequilibrio del sistema, lo que obliga a los estudiantes a implementar estrategias de afrontamiento para restaurarlo. Cabe señalar que cada persona tiende

a utilizar diferentes estilos de afrontamiento según lo que independientemente aprendió o lo descubrió en otras situaciones estresantes.

1. Los síntomas o reacciones ante el estrés académicos

Barraza refiere que, ante un suceso estresante los estudiantes suelen presentar: reacciones fisiológicas, físicas, psicológicas y comportamentales

- a) **Reacciones fisiológicas:** En condiciones estresantes, el nivel de inmunoglobulina secretora “A” disminuye, se presenta también una disminución de las defensas, los glóbulos rojos aumentan de tamaño y disminuyen en cantidad, a su vez se alteran las plaquetas, y se incrementan las frecuencias cardíacas y respiratorias, incluso se destruyen neuronas.
- b) **Reacciones físicas:** Las personas pueden presentar sudoración en las manos, dificultad para poder dormir, cansancio y dolores de cabeza. Así como también, molestias gastrointestinales y somnolencia.
- c) **Reacciones psicológicas:** Se puede presentar ansiedad, nerviosismo, angustia, problemas de salud mental, irritabilidad, problemas de concentración, bloqueo mental y decaimiento.
- d) **Reacciones comportamentales:** Se manifiestan dificultades interpersonales, agresividad y desgano.

2. Dimensiones del estrés académico según Barraza

- a) **Los Agentes Estresores:** Son cualquier estímulo externo o interno, agudo o crónico, que un individuo puede percibir como importante, peligroso o potencialmente capaz de alterar su vida, causando inestabilidad en el organismo.

- b) Los Síntomas del Estrés:** Se trata de indicadores físicos percibidos por el sujeto, expresados en forma de quejas, con mayor frecuencia se presentan la fatiga, insomnio, temblores y dolores estomacales.

- c) Las Estrategias de Afrontamiento:** Son los esfuerzos cognitivos y conductuales que se desarrollan de forma vital obligando al sujeto a fomentar procesos adaptativos ante los agentes estresantes.

Estrés académico en tiempos de pandemia

Estudios realizados durante la pandemia, encontraron que esta aumentó el estrés psicológico en estudiantes (Gritsenko et. al, 2020).

Según Estrada (2020) “Los estudiantes universitarios son un grupo de personas afectadas por este problema porque sus condiciones de desarrollo cambiaron considerablemente debido a la pandemia de COVID-19”. El gobierno peruano emitió algunas medidas para reducir la tasa de contagio, incluida la virtualización de la educación básica y superior. De esta forma, los estudiantes se enfrentaron a un nuevo escenario, pero también a muchas dificultades, como restricciones de accesibilidad y conectividad a Internet, visiones desfavorables de los docentes sobre estrategias y métodos de enseñanza, pero sobre todo por la sobrecarga de trabajo. Ya que pasan la mayor parte del tiempo frente a computadoras, laptops y teléfonos móviles. Estas situaciones causaron mayor preocupación, pudiendo afectar su desempeño e incrementando los niveles de estrés en esta población.

Además, el autor plantea que la aparición de la pandemia por COVID-19 ha originado un aumento de estrés, ocasionado por la necesidad del estudiante de tratar de acoplarse a esta situación. En consecuencia, el estrés académico en la universidad ocurre en tres etapas: primero,

el estudiante se somete a las exigencias que a su juicio son estresores. En la segunda etapa los estresores ocasionan una situación de ansiedad que se revela por medio de diversos síntomas que pueden ser físicos (fatiga, insomnio, dolor de cabeza), psicológicos (depresión, angustia, inquietud) y de comportamiento (desgano, aislamiento). Por último, la tercera etapa está enfocada en el desorden sistémico que ocasiona que el estudiante aplique tácticas de afrontamiento para conseguir el orden sistémico.

Otra autora, Contreras (2020) refiere que la implementación de nuevas estrategias de aprendizaje, las fallas en modelo de enseñanza virtual han tenido un impacto significativo tanto a nivel sincrónico como asincrónico, han repercutido notablemente en el agotamiento emocional de los estudiantes conocido como estrés académico, debido a la adaptación hacia la educación a distancia por clases virtuales, asimismo hubo presión por parte de los docentes, las tareas, el tiempo dividido con las práctica profesional y el permanecer mucho tiempo frente al ordenador.

Estudiantes universitarios

La salud mental de los estudiantes universitarios es un tema que ha cobrado gran relevancia en los últimos años, los cuales están expuestos a factores estresantes. Orlandini (1999) argumenta que, desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de postgrado, cuando una persona está en un período de aprendizaje, experimenta tensión. A esto se le denomina estrés académico y ocurre tanto en el estudio individual como en el aula.

Estos problemas de salud mental afectan significativamente en el aprendizaje y la retención de los estudiantes universitarios, pero mucho más que ello, esto puede generar un efecto duradero en la salud y el bienestar de los estudiantes, puesto que varios estudios han demostrado

que la mayor parte de lo sucedido en la juventud están asociados con un mayor riesgo de trastornos en la adultez.

Modelo teórico

El modelo Sistémico cognoscitivista de estrés académico propuesto por Barraza (2005; 2006; 2007a; 2007b; 2008; Barraza y Acosta, 2007; Barraza y Silerio, 2007) indica que el alumno universitario se ve expuesto a una secuencia de demandas y exigencias dentro de su vida académica. Dichas demandas (input) fuerzan al estudiante a actuar (output) basándose en las herramientas que presenta o que ha adquirido durante su experiencia.

En este caso, si el alumno presenta los recursos adecuados mantendrá un equilibrio sistémico en relación con el entorno, de lo contrario se presentará un desequilibrio. Este desequilibrio sistémico se ve manifestado mediante los síntomas, ya sean físicos, psicológicos o comportamentales, para lo cual el estudiante necesita hacerle frente realizando una segunda valoración ante las posibles estrategias de afrontamiento que puede ejecutar.

Este modelo Sistémico cognoscitivista se constituye en cuatro hipótesis:

a) Hipótesis de los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico:

Es el proceso que involucra el sistema-entorno. Por ello, el estrés académico viene siendo el flujo entre las demandas (input) y las estrategias de afrontamiento (output)

b) Hipótesis del estrés académico como estado psicológico: Es indispensable una condición psicológica porque crea factores estresantes mayores que amenazan la integridad de la vida de la persona y son independientes de su valoración y estresores menores que se constituyen en tales por la valoración que el individuo hace de ellos.

c) Hipótesis de los indicadores del desequilibrio sistémico que implica el estrés académico:

Los indicadores o síntomas de condiciones estresantes se clasifican en respuestas físicas, psicológicas y conductuales.

d) Hipótesis del afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico: Cuando se enfrentan a desequilibrios causados por el estrés, los individuos adoptarán diversas estrategias de afrontamiento para restablecer el equilibrio del sistema.

En ese sentido, la investigación utilizó la adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV para estudiantes Universitarios en el contexto de la crisis por COVID-19 de Contreras et al. (2020) siendo validado en la ciudad de Trujillo por Chavez, M. y Chuquimango, Y. Brindando una oportunidad para determinar el alcance del estrés académico con el propósito de tomar medidas más apropiadas con la finalidad de controlar los efectos negativos del estrés académico en los estudiantes.

1.2 Formulación del problema

¿Existe diferencias del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Determinar las diferencias del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar el nivel de estrés académico en estudiantes de psicología del género masculino de una universidad privada de Trujillo.
- Identificar el estrés académico en estudiantes de psicología del género femenino de una universidad privada de Trujillo.
- Establecer las diferencias en la dimensión estresores del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- Establecer las diferencias en la dimensión síntomas del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- Establecer la diferencia en la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo.

1.4 Hipótesis

1.4.1. Hipótesis general

Existe diferencia del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo.

1.4.2. Hipótesis específicas

- Existe diferencia en la dimensión estresores del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- Existe diferencia en la dimensión síntomas del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo.



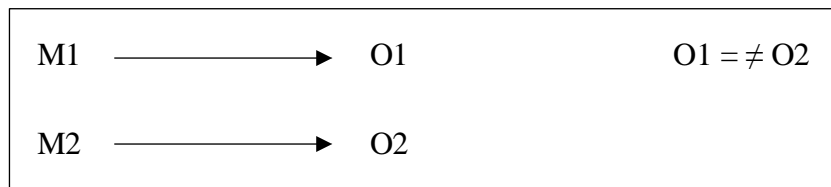
- Existe diferencia en la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1. Tipo de investigación

La investigación es tipo no experimental, puesto que se realiza sin manipular deliberadamente la variable (Hernández et al., 2012). Además, el tipo de investigación según su finalidad fue aplicada, ya que busca convertir el conocimiento puro, es decir, teorías, en un conocimiento práctico y útil para la sociedad, asimismo, según su naturaleza, es cuantitativa puesto que utilizó procedimientos estadísticos.

En ese sentido, la investigación fue de diseño descriptivo-comparativo debido a que su finalidad es caracterizar el fenómeno en estudio y además permite identificar las diferencias según el sexo y edad (Hernández et al., 2018), en este trabajo se busca comparar el estrés académico entre dos grupos según su género, masculino y femenino, teniendo en cuenta el siguiente diagrama:



Siendo:

M1: Estudiantes del género masculino

M2: Estudiantes del género femenino

O1: Estrés académico de los estudiantes del género masculino

O2: Estrés académico de los estudiantes del género femenino

2.2. Población

La población estuvo conformada por 188 estudiantes de ambos géneros, constituida por estudiantes del curso de internado I, II y III de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo, en el periodo 2022-I.

Tabla 1

Distribución de la población según género

Género	N	%
Masculino	72	38.3%
Femenino	116	61.7%
Total	188	100.0%

La muestra quedó definida por 140 estudiantes del curso de internado I, II y III de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo, de los cuales 70 son de género masculino y 70 de género femenino, tal como se muestra:

Tabla 2

Distribución de la muestra según género

Género	N	%
Masculino	70	50 %
Femenino	70	50 %
Total	140	100.0%

Criterios de Inclusión

- Estudiantes que acepten participar del estudio a través del consentimiento informado mediante un formulario virtual.
- Disponibilidad de estudiantes del curso de internado I, II y III de la carrera de psicología de una universidad privada, en el periodo 2022-I.
- Estudiantes cuyas edades oscilan entre los 19 a 25 años.

Criterios de Exclusión

- Estudiantes que no cuenten con una conexión a internet estable o algún equipo móvil.
- Estudiantes cuyas edades sean mayores o menores a 19 a 25 años.

- Estudiantes que no acepten el consentimiento informado.
- Personas que no sean estudiantes universitarios.
- Estudiantes que no cursen internado I, II y III de la carrera de psicología.

2.4. Muestreo

El tipo de muestreo es no probabilístico por conveniencia, ya que se pudo elegir a la población, la cual será partícipe de la investigación que se realizó durante este estudio. (Hernández González, 2021)

Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

Se utilizó la técnica de recolección de datos, teniendo en cuenta el cuestionario que permite estandarizar e integrar el proceso de recopilación de datos con el objetivo de explorar, analizar y describir las características obtenidas a partir de los datos proporcionados por una muestra de estudio. (Galán Amador, 2009).

Instrumento

- **Inventario de Estrés académico SISCO SV**

Ficha técnica

El instrumento es realizado en México por Arturo Barraza basándose en su teoría sistémica cognoscitivista (2018). Posteriormente fue adaptado en la ciudad de Junín por Contreras et al. (2020). El inventario consta de una administración individual o grupal de duración de aproximadamente 10 minutos, además está constituido por 47 ítems distribuidos en tres dimensiones: estresores (15 preguntas), síntomas (15 preguntas) y estrategias de

afrontamiento (17 preguntas), con seis opciones de respuestas cada una en escala tipo Likert: nunca (0), casi nunca (1), raras veces (2), algunas veces (3), casi siempre (4) y siempre (5).

Validez y confiabilidad del instrumento

Para la presente investigación se utilizó la adaptación realizada por Contreras et al. (2020). en la ciudad de Junín, para poder ser aplicado en estudiantes universitarios dentro del contexto por la crisis de Covid-19. Finalmente, fue validado en la ciudad de Trujillo por las estudiantes Chavez, M. y Chuquimango, Y. (2022). Según el coeficiente V de Aiken, el instrumento presenta validez específica de contenido, ya que los coeficientes de todos los ítems superan a 0.75 ($p < 0.01$). Con estos resultados, se afirma que el instrumento es válido con la opinión de expertos.

Con relación a la confiabilidad, según el coeficiente de consistencia interna de alfa de Cronbach para cada una de las dimensiones del estrés académico. De acuerdo con este coeficiente, las tres dimensiones del estrés académico son confiables, con confiabilidad excelente (0.85 a 1) entre 0.9937 (Estrategias de afrontamiento) y 0.9518 (Síntomas). Con estos resultados, las dimensiones del estrés académico presentan confiabilidad y, por ende, el instrumento del estrés académico es confiable.

Procedimiento

Se realizó el contacto con la directora de la carrera de psicología de la universidad, con el propósito de hacer de su conocimiento el objetivo de la investigación, asimismo, solicitar la autorización para poder ejecutar la evaluación en los estudiantes. El permiso fue otorgado por medio de un correo institucional, procediendo a elaborar un formulario de Google Forms, en el

cual se adjuntó el consentimiento informado y el instrumento con sus respectivas instrucciones. Posteriormente, se hizo envío del link del cuestionario por medio de los distintos grupos de WhatsApp, en el chat de las clases virtuales y también por medio de los docentes, quienes lo compartían con los estudiantes. Se les indicó que la participación era de forma voluntaria y haciendo énfasis en que los datos son rigurosamente reservados, anónimos y se usaría únicamente por motivos de estudio. Además, se realizó el seguimiento a los evaluados para aclarar alguna duda que se pudiese presentar durante el desarrollo del cuestionario. Luego de la evaluación, se creó una base de datos en formato Microsoft Excel para poder realizar el análisis estadístico mediante el software SPSS.

Análisis de datos

Los datos después de haber sido recolectados se trasladaron al Software SPSS, partiendo de estadísticas para determinar los niveles de estrés académico en dos grupos de estudiantes. Primero se usó el estadístico Kolmogorov-Smirnov para contrastar si el conjunto de datos se ajusta o no a la distribución normal, dicha prueba reveló que las diferencias se distribuyeron normalmente. En segundo lugar, se utilizó el estadístico U de Mann Whitney para comparar el estrés académico en función del género y sus tres dimensiones.

Aspectos éticos

Los aspectos éticos abordados en la presente investigación son:

La entrega del consentimiento informado, tal como lo estipula el capítulo III, Artículo 24° del colegio de Psicólogos del Perú, a través del cual el participante toma conocimiento acerca de los beneficios y riesgos que puede haber en la evaluación, otorgando la libertad para aceptar o rechazar su participación dentro de la investigación. Por otro lado, se informó a los encuestados que toda la información brindada en la evaluación será utilizada

exclusivamente con fines académicos, manteniéndose la confidencialidad, como se encuentra detallado en el Artículo 59°, además de mantener la privacidad en los nombres de las personas que aceptaron participar de la investigación como lo determina el Artículo 36° del manuscrito ético, Asimismo, tal como indica el Artículo 45°, el instrumento fue validado en Trujillo es científicamente riguroso, lo que demuestra su confiabilidad y utiliza los parámetros correspondientes.

La tercera versión actualizada del Código de Ética para Investigadores Científicos de la UPN (2016) menciona en su documento lo siguiente:

Artículo 1- Respeto a la autonomía: La que hace mención la necesidad de proteger a las personas vulnerables, así como la plena facultad de libertad para la participación del estudio, asimismo, si fueran menores de edad necesitarían de su consentimiento informado respectivo, además de mantener en confidencialidad sus datos y respuestas obtenidas.

Artículo 2 - Beneficencia: Siendo que el investigador debe asegurar el bienestar total de sus participantes, preservando así sus derechos, sin poner en riesgo su integridad física.

Artículo 3 - Responsabilidad: Existe el respeto de la propiedad intelectual de los autores de quienes se revisó la información respectiva por lo que deberá ser citado y referenciado dándoles los créditos respectivos.

Artículo 11 - Igualdad: El investigador otorgará a los participantes el mismo trato igualitario, sin distinción alguna.

CAPÍTULO III: RESULTADO.

Tabla 3

Diferencias en estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo.

ESTRÉS ACADÉMICO SEGÚN GÉNERO	Estadístico U de Mann Whitney ^a		
	U de Mann Whitney	Sig. Asint. Bilateral (masculino-femenino)	Decisión
Total	1281.000	0.000	Se acepta la hipótesis

De acuerdo con la lectura de la tabla 3, al haber sometido los datos generales a diferencias de medias en la prueba de U de Mann-Whitney según el género de los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Trujillo. Se halla un P valor de 0.000 ($P \leq 0,05$) que, con un nivel de significancia del 0,05%, resulta significativo, por lo tanto, existen diferencias de género.

Tabla 4

Nivel de estrés académico en estudiantes de psicología del género masculino de una universidad privada de Trujillo.

Niveles	Fi	Porcentaje
Leve	10	14,3%
Moderado	52	74,3%
Fuerte	8	11,4%
Total	70	100%

Los resultados de la tabla 4 indican que 74,3% de los estudiantes del género masculino presentan un nivel de estrés académico moderado, asimismo, se evidencia que un 14,3% de los estudiantes presentan un nivel leve de estrés y un 11,4% presentan un nivel fuerte.

Tabla 5

Nivel de estrés académico en estudiantes de psicología del género femenino de una universidad privada de Trujillo.

Niveles	Fi	Porcentaje
Leve	2	2,9%
Moderado	39	55,7%
Fuerte	29	41,4%
Total	70	100%

Los resultados de la tabla 5 muestran que 55,7% de las estudiantes del género femenino presentan un nivel de estrés académico moderado, asimismo, se evidencia que un 41,4% de las estudiantes presentan un nivel fuerte de estrés y un 2,9% presentan un nivel leve.

Tabla 6

Diferencias entre la dimensión estresores del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo.

ESTRÉS ACADÉMICO SEGÚN GÉNERO	Estadístico U de Mann Whitney ^a		
	U de Mann Whitney	Sig. Asint. Bilateral (masculino-femenino)	Decisión
Total	1800.500	0.007	No se acepta la hipótesis

De acuerdo con la lectura de la tabla 6, tras someter los datos generales a diferencias de medias en la prueba de U de Mann-Whitney según el género de los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Trujillo. Se halla un P valor de .007 ($P > 0,05$) que, con un nivel de significancia del 0,05%, por lo tanto, no existen diferencias de género en la dimensión estresores.

Tabla 7

Diferencias entre la dimensión síntomas del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo.

ESTRÉS ACADÉMICO SEGÚN GÉNERO	Estadístico U de Mann Whitney ^a		
	U de Mann Whitney	Sig. Asint. Bilateral (masculino-femenino)	Decisión
Total	1386.000	0.000	Se acepta la hipótesis

De acuerdo con la lectura de la tabla 7, al haber sometido los datos generales a diferencias de medias en la prueba de U de Mann-Whitney según el género de los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Trujillo. Se halla un P valor de .000 ($P \leq 0,05$) que, con un nivel de significancia del 0,05%, resulta significativo, por lo tanto, existen diferencias de género en la dimensión síntomas.

Tabla 8

Diferencias entre la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo.

ESTRÉS ACADÉMICO SEGÚN GÉNERO	Estadístico U de Mann Whitney ^a		
	U de Mann Whitney	Sig. Asint. Bilateral (masculino-femenino)	Decisión
Total	1938.000	0.033	No se acepta la hipótesis

De acuerdo con la lectura de la tabla 8, tras someter los datos generales a diferencias de medias en la prueba de U de Mann-Whitney según el género de los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Trujillo. Se halla un P valor de 0.033 ($P > 0,05$) que, con un nivel de significancia del 0,05%, por lo tanto, no existen diferencias de género en la dimensión estrategias de afrontamiento.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1. Discusión

Tras analizar los resultados obtenidos, el objetivo general de la presente investigación fue determinar las diferencias del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo. Al haber sometido los datos generales a diferencias de medias en la prueba de U de Mann-Whitney, se obtuvo: un valor P de 0.000 ($P \leq 0,05$) que, con un nivel de significancia del 0,05%, resulta significativo como se muestra en la tabla 3. Es decir, que existe una diferencia según género con relación a la variable de estudio. Labrador (1992) citado por García (2013), refiere que el género femenino está más predispuesto al estrés, el cual es generado por una hormona llamada factor de liberación de corticotropina (CRF) y debido a que las mujeres tienen más receptores hormonales, presentan una respuesta más elevada al estrés, por el contrario, de los hombres. Aunque ellos también resienten las situaciones estresantes, no las viven, ni perciben de igual forma. Por otro lado, una mayor producción de estrógenos en situaciones de estrés hace que las mujeres experimenten más episodios de estrés y a esto sumado el contexto sociocultural en el cual tienen más tareas, responsabilidades y roles dentro del hogar. Estos resultados son similares a los hallados por Romero (2022), quien obtuvo como resultado un nivel de significancia de $P \leq 0,05$, lo cual quiere decir que existen diferencias significativas en el estrés académico según el género.

Barraza (2008) estudió este aspecto a fondo y desarrolló un modelo de hipótesis en el cual indica “La disposición cultural de las mujeres a informar mayormente su estrés, y en contraparte

la existencia de una alexitimia del estrés en los hombres, provoca que las mujeres afirmen presentar un mayor nivel de estrés académico”. Por otro lado, según ACHA (2019) el género femenino se preocupa más por realizar trabajos, tareas o dar una evaluación satisfactoria, tienden a percibirse más preocupadas y piensan mucho antes de realizar una labor, dado que prestan mayor atención a los detalles.

El primer objetivo específico fue identificar el nivel de estrés académico en estudiantes de psicología del género masculino de una universidad privada de Trujillo. Los resultados de la tabla 4 indican que el nivel de estrés que prevalece en los estudiantes universitarios del género masculino es el nivel moderado, con un 74,3% se debe a que los hombres tienden a percibir los acontecimientos de la vida con menos nivel de estrés y, por lo tanto, responden de forma más positiva a los factores estresantes dentro del ámbito académico (Misra et al., 2000 citado por García, 2013).

Estos resultados son similares a los de Molano et al. (2022) quienes resaltaron que el género masculino desarrolla mayor control sobre el estrés académico obteniendo niveles moderados y leves. Asimismo, Jerez y Oyarzo (2015) indican en sus resultados que los hombres presentan un nivel moderado de estrés, siendo las mujeres quienes presentan porcentajes más altos.

El segundo objetivo específico fue identificar el nivel de estrés académico en estudiantes de psicología del género femenino de una universidad privada de Trujillo. Se muestra en la tabla 5 que el 55,7% de las estudiantes presentan un nivel moderado de estrés académico, asimismo, se evidencia que un 41,4% presentan un nivel fuerte de estrés, porcentaje relevante puesto que es mucho mayor que el obtenido por los estudiantes del género masculino. Esto quiere decir, que

en los estudiantes del género femenino los niveles que predominan son el moderado y el fuerte, debido a que las mujeres aceptan que determinadas situaciones les genera estrés, por lo tanto, les resulta más difícil de afrontar (García et al, 2017). Asimismo, Barra Almagia (2009) menciona que las mujeres, en comparación con los varones, presentan niveles superiores de percepción de estrés, lo cual puede auxiliar a los resultados obtenidos.

Estos resultados son similares a los de Molano et al. (2022) quienes en su investigación manifiestan que las mujeres a menudo presentan más niveles de estrés que los hombres. A diferencia de la investigación de Bedoya et al. (2006) quien en su investigación tuvo como resultado que las mujeres presentaron niveles más bajos de estrés con relación a los varones.

En lo que se refiere al tercer objetivo específico, establecer la diferencia que existe en la dimensión estresores de la variable estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo. Tras haber sometido los datos generales a diferencias de medias en la prueba de U de Mann-Whitney, se obtuvo: Un valor P de 0.007 ($P > 0,05$) que, con un nivel de significancia del 0,05%, resulta no significativo como se observa en la tabla 6. Es decir, que no existe una diferencia según género con relación a la variable estudiada en la dimensión estresores. En base a ello, Barraza (2007) define a los estresores como una valoración cognitiva que realiza el alumno hacia las situaciones que se le presentan, estos factores estresantes pueden conducir a un desequilibrio sistémico el cual se manifiesta en el entorno y las demandas a las cuales los alumnos son sometidos a través de un proceso de valoración por parte de ellos, el input desarrollado a través de los síntomas, las tareas, las épocas de exámenes y las intervenciones en público. Ante lo mencionado, podemos comprobar que los estresores académicos no difieren del género debido a que tanto hombres como mujeres están expuestos a las mismas situaciones

académicas. Sin embargo, estos resultados no presentan similitud con lo expuesto por Restrepo et al. (2020) el cual afirma que en las mujeres los factores del ambiente educativo que generan presión o sobrecarga al estudiante son más altos que en varones, en los cuales se observa factores predominantes, como la competitividad entre compañeros en búsqueda de mejores calificaciones, por otra parte, sobresale la sobrecarga de tareas y trabajos.

El cuarto objetivo específico plantea establecer las diferencias entre la dimensión síntomas del estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo. Al haber sometido los datos generales a diferencias de medias en la prueba de U de Mann-Whitney se obtuvo: Un valor P de 0,000 ($P \leq 0,05$) que, con un nivel de significancia del 0,05%, resulta significativo como se observa en la tabla 7. Es decir, que existe una diferencia según género con relación a la variable de estudio en la dimensión síntomas. El estrés académico genera síntomas que pueden llegar a afectar el tránsito académico, estos síntomas pueden ser reflejados de tres formas, primero de forma física generando una reacción en el cuerpo, como sería morderse las uñas, temblores musculares, entre otros. Segundo, de forma psicológica, la cual tiene que ver con las funciones cognitivas, como sería el caso de la inquietud, falta de concentración, bloqueo mental, entre otros. Finalmente, se puede manifestar de forma comportamental, lo cual involucra a la conducta del estudiante, como sería el caso de discutir, aislarse de los demás, entre otras. Al respecto, Barraza (2008) menciona que este conjunto de síntomas se manifiesta de forma diferente en las personas, por lo que cada alumno tendrá distintos desequilibrios sistémicos tanto en cantidad como variedad. Por lo tanto, comprobamos que existen diferencias entre la sintomatología y el género del estudiante.

Estos resultados son similares a los de Chacón (2017-2018) el cual indica en sus resultados refieren que los síntomas o reacciones del estrés académico sí presenta asociación con el sexo del estudiante siendo la somnolencia o mayor necesidad de dormir la que está más frecuente en los alumnos. Estos resultados se complementan con lo mencionado por Camacho y Barraza (2020) el cual destaca, entre sus resultados, que los estudiantes varones son los que obtuvieron menores puntuaciones en la dimensión de estresores; por lo cual, no se encontraron diferencias significativas.

Finalmente, el quinto objetivo específico plantea establecer la diferencia que existe en la dimensión estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo. Al haber sometido los datos generales a diferencias de medias en la prueba de U de Mann-Whitney se obtuvo: Un valor P de 0.033 ($P > 0,05$) que, con un nivel de significancia del 0,05%, por lo tanto, no es significativo, esto se evidencia en la tabla 8. Esto quiere decir que no existen diferencias entre el género y la variable estudiada para dicha dimensión, lo cual es respaldado por Barraza (2018) quien indica que la dimensión estrategias de afrontamiento está motivado principalmente, por las experiencias y aprendizajes previos de los sujetos, siendo independiente del género. Dentro de las estrategias de afrontamiento se encuentran, la habilidad asertiva, elaboración de un plan, ejecución de sus tareas, resolución de problemas, búsqueda de información y búsqueda de apoyo. Es por ello, que tanto hombres como mujeres cuentan con las mismas herramientas necesarias para afrontar situaciones estresantes en el mundo académico, haciendo frente a las demandas o exigencias que genera la vida universitaria.

Sin embargo, estos resultados no resultan similares a los de Marrero (2021) y González-Velázquez (2020) los cuales indican que existe diferencia según el género en las estrategias de afrontamiento, refiriendo que las mujeres pueden ser más capaces de afrontar situaciones académicas de estrés, manteniendo el equilibrio físico y mental adecuado para adaptarse al contexto académico, progresar en sus estudios y tener un mejor rendimiento, sin embargo, los hombres muestran una percepción diferente sobre su capacidad para enfrentar exitosamente las exigencias académicas, pueden generar pensamientos y emociones negativas, afectación física como sueño, dolor de cabeza, ansiedad, desconcentración, desorganización y problemas de adaptación. Asimismo, Camacho y Macías (2020) en sus resultados revelan, que los alumnos son los que obtuvieron menores puntuaciones en la dimensión de estrategias afrontamiento.

4.2. Conclusiones

- Sí existen diferencias del estrés académico según género en los estudiantes universitarios investigados, hallando un P valor de 0.000 ($P \leq 0,05$) que, con un nivel de significancia del 0,05%, resultó significativo.
- El nivel predominante en el género masculino es el moderado (74%).
- Los niveles predominantes en el género femenino fueron el moderado (55%) y fuerte (41%).
- No existe diferencias en la dimensión estresores según género en los estudiantes universitarios investigados, hallando un P valor de 0.007 ($P > 0,05$) que, con un nivel de significancia del 0,05%, resultó no significativo.
- Sí existe diferencias en la dimensión síntomas según género en los estudiantes universitarios investigados, hallando un P valor de 0.000 ($P \leq 0,05$) que, con un nivel de significancia del 0,05%, resultó significativo.
- No existen diferencias en la dimensión estrategias de afrontamiento según género en los estudiantes universitarios investigados, hallando un P valor de 0.033 ($P > 0,05$) que, con un nivel de significancia del 0,05%, resultó no significativo.

REFERENCIAS

- Alvarez y Becerra (2021). *El estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de Estomatología General Integral*. Artículo Científico.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742021000100016
- American College Health Association (2015). National College Health Assessment II: Reference Group Executive Summary Spring 2015. Hanover, MD: ACHA. American College Health Association (2018). ACHA /NCHA II Fall 2019 Reference Group Data Report. Hanover, MD: ACHA
- Anaya, M. y Marquina, C. (2022). *La relación del estrés y el desempeño académico en estudiantes de educación superior durante el COVID-19*. [Tesis para optar título profesional de licenciado]. Repositorio de la Universidad de Lima.
https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/15853/Anaya_Marquina_TSP.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Ancajima, L. (2017). *Propiedades Psicométricas de inventario SISCO del estrés académico en universitarios de la ciudad de Trujillo*. [Tesis para optar el título profesional de licenciado]. Repositorio de la universidad Cesas Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/650/Ancajima_CLP-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y

- Arribas, J. (2013). *Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de enfermería*. Revista de Educación. [Archivo PDF]. <https://www.educacionyfp.gob.es/dctm/revista-de-educacion/doi/360126.pdf?documentId=0901e72b811d27c6>
- Barra, E. (2009). *Influencia del estrés y el ánimo depresivo sobre la salud adolescente: análisis concurrente y prospectivo*. Universidad psicológica 8(1), 175-182. [Archivo PDF]. <https://www.redalyc.org/pdf/647/64712168015.pdf>
- Barraza, A. (2007a). *Estrés académico: un estado de la cuestión*. Revista Electrónica Psicología Científica. <https://psicologiacientifica.com/estres-academico-un-estado-de-la-cuestion/>
- Barraza, A. (2007). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico*. Revista Psicología Científica.com, 9(10). <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas>
- Barraza, A., y Silerio, J. (2007). *El estrés académico en alumnos de educación media superior: Un estudio comparativo*. Universidad Pedagógica de Durango, 7(1), 1-18
- Barraza, A. (2008). *El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos*. Avances en psicología latinoamericana, 26(2), 270-289. [Archivo PDF]. <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>
- Barraza, A. (2020). *El estrés de la pandemia (COVID 19) en población mexicana*. México: CECIP. <http://upd.edu.mx/PDF/Libros/Coronavirus.pdf>
- Barrio et al. (2006). *El estrés como respuesta*. Revista científica de América Latina. [Archivo PDF]. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>

Bedoya et al. (2006). *Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología.*

RevEstomatol Herediana; 16(1): 15 – 20. [Archivo PDF].

<https://www.redalyc.org/pdf/4215/421539345004.pdf>

Berrío, N. y Mazo, R. (2011). *Estrés académico.* Revista de psicología universidad de Antioquia, 3(2), 65-82. [Archivo PDF]. [file:///C:/Users/W10/Downloads/Dialnet-EstresAcademico-4865240%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/W10/Downloads/Dialnet-EstresAcademico-4865240%20(1).pdf)

Chacón (2017-2018). *Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de primer año de escuela de medicina de universidad Pablo Guardado Chávez 2017-2018.* Universidad Autónoma de Chiapas. [Archivo PDF]. <https://static.elsevier.es/jano/estresyrendimiento.pdf>

Camacho, C. y Barraza, A. (2020). *Validación del inventario SISCO SV-21 en estudiantes universitarios españoles.* [Archivo PDF]. <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/SISCO.pdf>

Camacho y Macías (2020). *Impacto de la COVID-19 en el estrés académico en estudiantes universitarios.* Revista Científica Dominio de la Ciencia. [Archivo PDF]. [file:///C:/Users/W10/Downloads/Dialnet-ImpactoDeLaCOVID19EnElEstresAcademicoEnEstudiantes-8383988%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/W10/Downloads/Dialnet-ImpactoDeLaCOVID19EnElEstresAcademicoEnEstudiantes-8383988%20(1).pdf)

Condori y Mendorza (2022). *La virtualidad en el Perú y sus daños colaterales de la pandemia en los alumnos.* “El Comercio”. <https://elcomercio.pe/corresponsales->

[escolares/historias/la-virtualidad-en-el-peru-y-sus-danos-colaterales-de-la-pandemia-en-los-alumnos-tacna-noticia/](#)

Contreras et al. (2020). *Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19*. Revista Científica de Ciencias Sociales. [Archivo PDF].

https://www.researchgate.net/publication/342936855_Adaptacion_del_cuestionario_de_estres_academico_SISCO_SV_al_contexto_de_la_crisis_por_COVID-19

Estrada, E. (2020). *Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado*. Revista Científica de Ciencias Sociales.

[Archivo PDF]. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/557/894>

Fernández, E. (2009). *Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional*.

[Tesis Doctoral]. Repositorio de la Universidad de León.

[https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/902/2009FERN%
c3%81NDEZ%20MART%
c3%8dNEZ%2c%20MAR%
c3%8dA%20ELENA.pdf?sequence=1&isAllowed=](https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/902/2009FERN%c3%81NDEZ%20MART%c3%8dNEZ%2c%20MAR%c3%8dA%20ELENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[y](#)

García y Mazo. (2011). *Estrés Académico*. Artículos de investigación Universidad de Antioquia.

<https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369>

García y Zea (2011). *Estrés Académico*. Artículo de Investigación. Revista de Psicología Universidad de Antioquia.

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006

García, J. (2013). *El efecto del estrés en la salud y el bienestar de los estudiantes universitarios*.

Universidad de las palmas de gran canaria. [Archivo PDF].

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=89267>

García et al (2017). *Nivel de estrés y consumo de alcohol en estudiantes universitarios*. [Archivo

PDF]. <http://www.index-f.com/para/n27/pdf/118.pdf>

Galán, A. (2009). *El cuestionario aplicado a la investigación*. Metodología de la investigación:

<http://manuelgalan.blogspot.com/2009/04/el-cuestionario-en-la-investigacion.html>

Guerra, A. (2022). *Estrés académico en estudiantes de una universidad de la costa central del Perú en tiempos de pandemia, 2021*. [Tesis para optar el título profesional de licenciado].

Repositorio de la universidad católica Santo Toribio de Mogrovejo. [Archivo PDF].

https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/4884/3/TL_GuerraFuentesAngela.pdf

González, L. (2020). *Efectos de la pandemia por coronavirus en la educación superior universitaria*. Artículo Científico.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442021000500286

Hernández et al. (2012). *Diseños no experimentales*. [Tesis de Investigación].

<http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2012/12/disenos-no-experimentales-segun.html>

Hernández, J. (2020). *Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas*. Un

Artículo de Revisión. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578

Izurieta et al. (2022). *Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia covid-19*. Universidad católica del

Ecuador http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-85972022000200086#:~:text=Junto%20con%20la%20ansiedad%2C%20los,la%20pandemia%20COVID%2D19%2011.

Jerez, M. y Oyarzo, C. (2015) *Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno*. Revista chilena de neuro-psiquiatría, 53(3), 149-157. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002>

Laureano, S. (2021). *Relación entre las competencias digitales y el estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo, 2021*. [Tesis para optar el título profesional de licenciado]. Repositorio de la universidad Cesas Vallejo. [Archivo PDF]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/73769/Laureano_ESY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

León, J. (2020). *Nivel de estrés en estudiantes de estomatología de la universidad privada Antenor Orrego en tiempos de COVID 19*. [Tesis para optar el título profesional de licenciado]. Repositorio de la universidad Antenor Orrego. [Archivo PDF]. https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8428/1/REP_JAIME.LE%c3%93N_NIVEL.DE.ESTR%c3%89S.EN.ESTUDIANTES.pdf

Magallanes, C. y Mendizabal, G. (2022). *Niveles de estrés percibido en estudiantes universitarios*. Revista ecuatoriana de psicología, 5(13). <https://repsi.org/index.php/repsi/article/view/108/253>

Marrero, M. (2021). *Burnout y Estrés Académico y su Relación con el Rendimiento Académico en Estudiantes de Psicología*. [Archivo PDF]. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/24023/Burnout%20y%20estres%20acade>

[mico%20y%20su%20relacion%20con%20el%20rendimiento%20academico%20en%20estudiantes%20de%20psicologia.pdf?sequence=1](https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental)

Ministerios de educación (2019, 15 de octubre). *Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental*. [Comunicado de prensa].

<https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>

Molano et al. (2022). *Nivel de estrés durante la pandemia covid-19 en universitarios del suroccidente colombiano*. 27(1), 38-51. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772022000100038&script=sci_abstract&lng=e

Moreno et al. (2021). *Estrés académico de estudiantes universitarios de Economía: estresores, síntomas y estrategias*. Universidad Autónoma de Nuevo León. [Archivo PDF]. https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/60/60_Moreno.pdf

Organización mundial de la salud (2017) *Depresión y otros trastornos mentales comunes: Estimaciones sanitarias mundiales*. [Archivo PDF] <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34006/PAHONMH17005-spa.pdf>

Orlandi (1999). *Estrés académico*. Revisión Científica. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013

Ormeño, A. (2021). *Modos de afrontamiento al estrés en pandemia según ciclo de estudiantes de Psicología de Ica, 2021*. [Tesis para optar el título profesional de licenciado]. Repositorio de la universidad continental. [Archivo PDF].

https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/10078/1/IV_FHU_501_T

[E_Orme%c3%b1o_Tambini_2021.pdf](#)

Pardo et al. (2004). *Adolescencia y depresión*. Revista Colombiana de Psicología.

<https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1204/1755>

Peralta, C. (2023). *Alumnos advierten de casos de estrés académico y universitario*. Universo

sistema de noticias de la universidad veracruzana.

<https://www.uv.mx/prensa/general/alumnos-uv-advierten-de-casos-de-estres-academico-y-universitario/>

Ramos et al. (2019). *Estrés Académico en Estudiantes Universitarios*. Investigación y ciencia.

Universidad Autónoma de Aguascalientes.

<https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>

Restrepo et al. (2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Revista Psicoespacios.

<https://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios/article/view/1331/1482>

Román et al. (2008). *Estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de*

medicina. Revista iberoamericana de educación. [Archivo PDF]

<https://rieoei.org/historico/deloslectores/2371Collazo.pdf>

Romero, K. (2022). *Estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada de*

Trujillo. Tesis para optar el título profesional de licenciado]. Repositorio de la universidad

privada del norte.

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/33947/Romero%20Horna%20Kar%20Lizet.pdf?sequence=1>

RPP (2018, 20 de septiembre). *Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre de impactos en su salud mental por presión académica.* <https://rpp.pe/vital/vivir-bien/hasta-30-de-la-poblacion-universitaria-del-peru-sufre-de-impactos-en-su-salud-mental-por-presion-academica-noticia-1151266>

Salazar, A. (2021). *Estrés académico en estudiantes de una universidad pública y privada durante clases virtuales en época de pandemia.* [Tesis para optar el título profesional de licenciado]. Repositorio de la universidad Antenor Orrego. [Archivo PDF]. [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8589/1/REP_ADA.SALAZAR_ESTR%
c3%89S.ACADEMICO.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8589/1/REP_ADA.SALAZAR_ESTR%c3%89S.ACADEMICO.pdf)

Sierra et al. (2003). *Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar.* [Doctorado en el Programa Psicología Clínica y de la Salud de la Universidad de Granada]. Revista Mal-estar E Subjetividad. <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>

Silva et al. (2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios.* Investigación y Ciencia, 28(79), 75-83. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/html/index.html>

SUNEDU (2020). *II informe bienal sobre la realidad universitaria en el Perú.* [Archivo PDF] <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1230044/Informe%20Bienal.pdf>

Torrents et al. (2013). *Ansiedad en los cuidados. Una mirada desde el modelo de Mishel.* Index de enfermería, 22(1-2), 60-64. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962013000100013

Vela y Palma (2019). *“Niveles de estrés en los estudiantes ingresantes a la escuela profesional de enfermería de la universidad nacional de Ucayali – Pucallpa”.* [Tesis para optar por



el título profesional de licenciatura]. Repositorio de la universidad nacional de Ucayali.

http://repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU/4551/UNU_ENFERMERIA_2020_TESIS_LELLY-PEZO_RINA-SOLIER.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Zárate et al. (2017). *Estrés académico en estudiantes universitarios. Revista Investigación y Ciencia.* [Universidad Autónoma de Aguascalientes].

<https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>

Anexo N° 1: Consentimiento informado

Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19.

Por medio de la presente encuesta manifiesto que se me ha brindado información para la participación en la investigación científica que se aplicará a estudiantes de la facultad de psicología de una Universidad Privada de la ciudad de Trujillo.

Se me ha explicado que:

- El objetivo es determinar la diferencia que existe en el estrés académico según género en estudiantes de psicología de una universidad privada de la ciudad de Trujillo.
- El procedimiento consiste en responder a un cuestionario denominado Inventario SISCO SV de Estrés Adaptado al contexto de la crisis por COVID-19.
- El tiempo de duración de mi participación es de 10 a 15 minutos
- Para ser parte de esta investigación debo tener una edad de entre 19 a 25 años.
- Puedo recibir respuesta a cualquier pregunta o aclaración.
- Soy libre de rehusarme a participar en cualquier momento y dejar de participar en la investigación, sin que ello me perjudique.
- No se identificará mi identidad y se reservará la información que yo proporcioné.
- Mi participación se realizará a través de una plataforma virtual.
- Puedo contactarme con las autoras de la investigación Magna Chavez Aliaga (magnachavez30@gmail.com) y Yaneth Chuquimango Briones (ysabelbriones19@gmail.com), mediante correo electrónico para presentar mis preguntas y recibir respuestas.

Trujillo 2022 - I

magnachavez30@gmail.com [Cambiar de cuenta](#)

 No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

Brindo mi consentimiento para la presente investigación *

sí

NO

[Siguiente](#)

[Borrar formulario](#)

Anexo N° 2: Instrumento utilizado

Inventario de Estrés Académico SISCO SV

(Adaptado de Barraza, 2018)

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

Si

No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “sí”, 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 estrés, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5



3. Dimensiones estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos estudiantes. Responde, tomando en consideración la siguiente escala de valores

¿Con qué frecuencia te estresa:

ESTRESORES	N	CN	RV	AV	CS	S
1.La competitividad con o entre mis compañeros de clases.						
2. La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que						



tengo que realizar todos los días.						
3. La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases.						
4. La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc.						
5. El nivel de exigencia de mis profesores/as.						
6. El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones,						



ejercicios y problemas, búsquedas en Internet etc.)						
7. Que me enseñen profesores/as muy teóricos/as.						
8. Mi participación en clase (conectarme a la clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.)						
9. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as.						
10. La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación.						
11. Exposición de un tema ante la clase.						



<p>12. La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as.</p>						
<p>13. Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología).</p>						
<p>14. Asistir o conectarme a clases aburridas o monótonas.</p>						
<p>15. No entender los temas que se abordan en la clase.</p>						

4. Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?

ESTRESORES	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla).						
2. Fatiga crónica (cansancio permanente).						
3. Dolores de cabeza o migrañas.						
4. Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea.						

5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.						
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.						
7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).						
8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).						
9. Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación						
10. Dificultades para concentrarse						



11. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.						
12. Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear.						
13. Aislamiento de los demás.						
14. Desgano para realizar las labores académicas.						
15. Aumento o reducción del consumo de alimentos.						

5. Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a:

ESTRESORES	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).						
2. Escuchar música o distraerme viendo televisión.						
3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.						

<p>4. Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa.</p>						
<p>5. La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa).</p>						
<p>6. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa.</p>						
<p>7. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos.</p>						
<p>8. Contar lo que me pasa a otros. (verbalización de la situación que preocupa).</p>						



<p>9. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.</p>						
<p>10. Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante.</p>						
<p>11. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.</p>						
<p>12. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione.</p>						
<p>13. Hacer ejercicio físico.</p>						

14. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.						
15. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.						
16. Navegar en internet.						
17. Jugar videojuegos						

Anexo N° 3: Validación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV para estudiantes Universitarios adaptado al contexto de la crisis por COVID-19 a la ciudad de Trujillo.

Tabla 1

Fiabilidad general del Inventario SISCO adaptado al contexto de COVID-19.

Alfa de Cronbach	N de elementos
,931	48

El Inventario de Estrés Académico SISCO SV para estudiantes Universitarios adaptado al contexto de la crisis por COVID-19 fue validado en la ciudad de Trujillo, cuenta con un coeficiente de fiabilidad general y por dimensiones, el cual se logró obtener gracias al estadístico alfa de Cronbach. El puntaje general del instrumento arrojó un coeficiente de 0,931.

Tabla 2

Fiabilidad de la dimensión estresores.

Alfa de Cronbach	N de elementos
,893	15

Así también en la dimensión estresores se obtuvo un coeficiente de fiabilidad de 0.893.

Tabla 3*Fiabilidad de la dimensión síntomas.*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,938	15

En la dimensión síntomas se obtuvo un coeficiente de 0.938.

Tabla 4*Fiabilidad de la dimensión estrategias de afrontamiento.*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,889	17

Finalmente en la dimensión estrategias de afrontamiento se obtuvo un coeficiente de 0.889 (confiabilidad excelente).

Tabla 5

Prueba de KMO y Bartlett

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		,894
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	5727,944
	gl	1128
	Sig.	,000

Así como también se puede observar en la tabla 5 de la prueba de KMO y Bartlett el puntaje obtenido es 0.894 lo que nos indica que es necesaria aplicar el análisis factorial en el instrumento Inventario de estrés SISCO para estudiante universitarios adaptado al contexto de la COVID-

19

Anexo N° 4: Tablas descriptivas sobre el estrés académico según género.

Tabla 6

Nivel de estrés académico según género.

Niveles	Sexo				Total	
	Hombres		Mujeres			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Leve	10	14,3	2	2,9	12	8,6
Moderado	52	74,3	39	55,7	91	65
Fuerte	8	11,4	29	41,4	37	26,4
Total	70	100%	70	100%	140	100%

Los resultados de la tabla 6 revela que 65% de los estudiantes hombres y mujeres presentan un nivel de estrés académico en un contexto de COVID-19 moderado, asimismo, se evidencia que un 26,4% de los estudiantes presentan un nivel fuerte de estrés y un 8,6% presentan un nivel leve.

Tabla 7

Nivele de estrés académico según género en la dimensión estresores.

Niveles	Sexo				Total	
	Hombres		Mujeres		Fi	%
	Fi	%	Fi	%		
Leve	3	4,3	10	14,3	13	9,2
Moderado	38	54,3	39	55,7	77	54,6
Fuerte	29	41,4	21	30,0	50	35,5
Total	70	100%	70	100%	140	100%

Los resultados de la tabla 7 evidencian los niveles y porcentajes de los estresores académicos en un contexto de COVID-19 en los estudiantes hombres y mujeres. Se observa que el 54,6% presentan un nivel moderado, asimismo, el 35,5% presentan un nivel fuerte y el 9,2% presentan un nivel leve.

Tabla 8

Nivel de estrés académico según género en la dimensión síntomas.

Niveles	Sexo				Total	
	Hombres		Mujeres			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Leve	27	38,6	10	14,3	37	26,4
Moderado	31	44,3	25	35,7	56	40
Fuerte	12	17,1	35	50	47	33,6
Total	70	100%	70	100%	140	100%

Los resultados de la tabla 8 muestran los niveles y porcentajes de los síntomas físicos y psicológicos del estrés académico en un contexto de COVID-19 en los estudiantes hombres y mujeres. Se observa que el 40% presentan un nivel moderado, asimismo, el 33,6% presentan un nivel fuerte y el 26,4% presentan un nivel leve.

Tabla 9

Nivele de estrés académico según género en la dimensión estrategias de afrontamiento.

Niveles	Sexo				Total	
	Hombres		Mujeres			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Leve	6	8,6	1	1,4	7	5
Moderado	49	70	46	65,7	95	67,9
Fuerte	15	21,4	23	32,9	38	27,1
Total	70	100%	70	100%	140	100%

Los resultados de la tabla 9 evidencian los niveles y porcentajes de las estrategias de afrontamiento del estrés académicos en un contexto de COVID-19 en los estudiantes hombres y mujeres. Se observa que el 67,9% presentan un nivel moderado, asimismo, el 27,1% presentan un nivel fuerte y el 5% presentan un nivel leve.