



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“DEPRESIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES
DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA EN SAN JUAN DE
LURIGANCHO, 2024”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autoras:

Adriana Isabel Aliaga Cuadros
Alexandra Del Valle Puchades Veracierta

Asesor:

Dr. Joan Carlos Espinoza Sotelo
<http://orcid.org/0000-0002-8324-6668>

Lima – Perú
2025

Jurado Evaluador

Jurado 1 Presidente(a)	WILLIAM MOISES CRUZADO PEREZ	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	JANETH IMELDA SUAREZ PASCO	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	JOAN CARLOS ESPINOZA SOTELO	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Informe de Similitud

The screenshot shows a Turnitin similarity report for a document. The document title is "FACULTAD DE CIENCIA DE LA SALUD" and the subject is "Carrera de Psicología". The thesis title is "DEPRESIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA EN SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2024". The author is Adriana Isabel Aliaga Cuadros and the advisor is Dr. Joan Carlos Espinoza Sotelo. The similarity score is 10%.

UPN
UNIVERSIDAD
PRIVADA
DEL NORTE

FACULTAD DE CIENCIA DE LA SALUD
Carrera de Psicología

"DEPRESIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA EN SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2024"

Tesis para optar el título profesional de:
Licenciada en Psicología

Autoras:
Adriana Isabel Aliaga Cuadros
Alexandra Del Valle Puchades Veracierto

Asesor:
Dr. Joan Carlos Espinoza Sotelo
Código ORCID: 0000-0002-8324-6668

Página 1 de 60 10166 palabras 109%

Lima – Perú
2025

Informe estándar
Informe en inglés no disponible Más información

10% Similitud estándar Filtros

Fuentes
Mostrar las fuentes solapadas

Trabajos del estudiante	Similitud
Universidad Privada del Norte	9%
Universidad Tecnologica del Peru	<1%

Dedicatoria

A nuestros padres, por ser un pilar incondicional de apoyo y amor durante estos 5 años que llevamos cursando la carrera universitaria, por la paciencia, las palabras de aliento y cada abrazo que nos dieron en los momentos en los que sentimos que no podríamos continuar. Es un privilegio y un orgullo ser sus hijas.

Por último, a nuestros hermanos que nos acompañan y apoyan en este periodo tan importante de nuestras vidas.

Agradecimiento

Primeramente, agradecer a nuestros padres: Wilber Aliaga y Roxana Cuadros; Alexander Puchades y Silenia Veracierto, por los principios que nos han inculcado, por los consejos y valores brindados a lo largo de nuestras vidas. Les agradecemos por la preocupación y dedicación constante que nos muestran día a día, por creer en nosotras y apoyar nuestros sueños.

Agradecemos a nuestros docentes, por orientarnos durante nuestro desarrollo profesional. Por resolver nuestras inquietudes y asesorarnos con amabilidad, paciencia y dedicación que los caracterizan.

Por último, agradecer a todos nuestros familiares y amigos que han estado acompañándonos en este proceso y han sido testigos de nuestro esfuerzo y dedicación.

Índice de Contenido

Jurado Evaluador	2
Informe de Similitud	3
Dedicatoria	4
Agradecimiento	5
Índice de Contenido	6
Índice de Tablas	7
Resumen.....	8
Capítulo 1. Introducción	9
Capítulo 2. Método	21
Capítulo 3. Resultados	26
Capítulo 4. Discusión.....	29
Referencias.....	35
Anexos	35

Índice de Tablas

Tabla 1: Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.....	26
Tabla 2: Correlación entre variables depresión y estrés académico	26
Tabla 3: Correlación entre dimensión estresores con depresión.....	27
Tabla 4: Correlación entre dimensión síntomas (reacciones) con depresión.....	¡ERROR!
MARCADOR NO DEFINIDO.7	
Tabla 5: Correlación entre dimensión estrategias de afrontamiento con depresión	28

Resumen

La intención de realizar el presente estudio fue determinar la relación existente entre depresión y estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024. Así como también determinar la relación entre depresión y las dimensiones estresores, síntomas del estrés y estrategias de afrontamiento al estrés. Para esto se empleó la investigación básica con enfoque cuantitativo, en cuanto al diseño fue de tipo no experimental, con un corte transversal y un nivel de estudio relacional. Se tomó como muestra a 189 estudiantes de los primeros cuatro ciclos de la carrera de psicología. Por un lado, se aplicó la escala de depresión de Beck (BDI-II) adaptada al Perú por Farfán y Sánchez (2019) para evaluar la variable de depresión, mientras que para la variable de estrés académico se empleó el Inventario SISCO de Barraza adaptado al Perú por Manrique et al. (2019). Los resultados arrojaron que existe una correlación positiva moderada entre las variables de depresión y estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024. Para confirmar esta relación se obtuvo una significancia (bilateral) de 0.001 y un coeficiente de correlación Rho de Spearman de 0.508, evidenciando la correlación entre variables.

Palabras clave: depresión, estrés académico, universitarios

Capítulo 1. Introducción

Desde hace algunos años, la depresión se ha establecido como uno de los principales problemas que generan dolor y sufrimiento en las personas sin tomar en cuenta el género, edad o nivel socioeconómico. Ante esto, se estima que unos 280 millones de individuos o el 3,8% de la población mundial experimentan este trastorno, considerándolo un problema de salud pública puesto que, afecta significativamente los ámbitos sociales, educativos, laborales y familiares de quienes la padecen (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2023). Esto significa que aquellas personas con este trastorno psicológico sufren de alteraciones a nivel cognitivo que se reflejan a nivel conductual dificultando la integración y relación con su entorno.

Por otro lado, el estrés es considerado como una perturbación psicológica que altera el normal funcionamiento del individuo, este puede originarse por distintos factores o situaciones y trae como consecuencia la presencia de ciertos signos y síntomas que alteran la estabilidad del individuo y cómo este se relaciona con su entorno (Nieto et al., 2023). Si bien es cierto son distintas las situaciones que pueden originarlo, el ámbito académico y todo lo que este conlleva suele ser uno de los factores desencadenantes más notorios en los estudiantes universitarios.

Tanto la depresión como el estrés académico (EA) son padecimientos muy frecuentes en la población universitaria, es así como, un estudio realizado en Venezuela por López y Chipia (2024), determinó que el 43% de los estudiantes evaluados experimentaban el trastorno depresivo entre los grados moderado y severo. En México el trabajo investigativo desarrollado por García et al. (2024), a 204 universitarios arrojó que, el 43% de la población estudiantil presenta un nivel moderado de depresión y el 11% un nivel severo, concluyendo así que el 54% de la muestra presenta depresión, siendo esta una cifra alarmante.

A nivel nacional, el trabajo efectuado en Arequipa por Muñoz et al. (2024), expone que el 39% de universitarios presentan niveles de depresión entre moderado y severo. Por su parte, Portella et al. (2024), en su investigación aplicada a estudiantes de pregrado pertenecientes a una universidad nacional de Lima, hallaron que la depresión se presenta en un 46% de los estudiantes, abarcando los niveles moderado y severo.

En cuanto al estrés académico, en Cuba, un estudio realizado por Vizcaino et al. (2024) dejó en evidencia que el 51% de los estudiantes universitarios evaluados presentan depresión moderada, mientras que el 45.8% depresión profunda. Así mismo, el trabajo realizado en México por Arcos et al. (2025), demostró que el 66% de la población estudiantil cuenta con un nivel de depresión moderado y un 28% está en la categoría alta.

A nivel nacional, el estudio realizado por Berrocal y Hurtado (2025), en la ciudad de Huamanga- Ayacucho a estudiantes universitarios, arrojó que el 65% de la muestra posee un nivel de estrés académico moderado, mientras que el 24% lo presenta en un nivel grave. Por último, confirmando esta idea, la investigación nacional llevada a cabo por Estrada et al. (2024), mostró que, de 252 estudiantes de una universidad pública, el 94% tienen niveles de estrés académico entre moderado y alto, concluyendo que el EA es un problema actual en los universitarios.

Durante los últimos meses, se observó que aproximadamente un 30% de los estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho han manifestado ciertas reacciones fisiológicas como: desmotivación, desgano, irritabilidad, tristeza, angustia y dificultades para concentrarse, las cuales sugieren que una cantidad considerable se encuentra atravesando por un aparente episodio depresivo evidenciado en sus bajas calificaciones, cansancio excesivo, desinterés por realizar las tareas e indiferencia por asistir a clases. Según la información recopilada por la plana docente, coordinadores y los mismos estudiantes, esta

sintomatología viene afectando su rendimiento académico. Adicional a ello, los niveles de estrés académico suelen incrementarse en gran magnitud durante las semanas de evaluaciones, ocasionando que aproximadamente el 50% de los universitarios presenten sentimientos de inquietud, nerviosismo, agotamiento, temblores, fatigas, bloqueos mentales, sudoración excesiva, malestares estomacales, entre otros. Por ello se estima que alrededor del 40% de los estudiantes de pregrado se han visto afectados, por lo que ambas variables, depresión y estrés académico, serían las que mayor predominancia tienen, perjudicando gravemente su salud mental, desempeño y relaciones interpersonales.

Por tal motivo, la presente investigación fundamenta su propósito en la necesidad de identificar cómo se vinculan las variables de depresión y EA, ya que ambas se presentan de manera muy marcada en los estudiantes universitarios, afectando tanto su desenvolvimiento académico, como sus relaciones con los demás y su estabilidad mental, lo cual no solo será perjudicial para la etapa de formación, sino que además se verá reflejado en su vida profesional.

Según lo desarrollado con anterioridad, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿qué relación existe entre depresión y estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024? Por su parte, las preguntas específicas son: (a) ¿qué relación existe entre depresión y la dimensión estresores en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024?; (b) ¿qué relación existe entre depresión y la dimensión síntomas en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024?; y (c) ¿qué relación existe entre depresión y la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024?

En primer lugar, la depresión se entiende como aquel estado mental en el que se presentan sentimientos de desesperanza y tristeza, incapacidad para afrontar situaciones de la

vida y pérdida de energía. Para Canova y Machuca (2022), la depresión podría afectar gravemente el estilo de vida y desencadenar el desarrollo de enfermedades comórbidas en universitarios y en la población general, pues lleva consigo una serie de problemas emocionales y físicos que dificultan el rendimiento y desarrollo de diversas actividades. Según Prati (2023), la depresión se entiende como un trastorno psicológico frecuente porque se ha vuelto compleja y generalizada en las últimas décadas. A pesar de los años, esta variable sigue poniendo a prueba todo conocimiento clínico que busca comprenderla y suprimirla, esto se debe a que está fuertemente vinculada a los sentimientos, emociones y estados de ánimo. Por su parte, Cavieres y López (2021), sugieren que, para definir a la depresión, se debe considerar que esta es un conjunto de síntomas capaces de generar estados de deterioro, malestar y dolor. En otras palabras, la sintomatología producida por este trastorno interfiere en el desenvolvimiento de quienes la padecen. Para finalizar, Cabezas et al. (2021), indican que la depresión debe ser intervenida según su naturaleza clínica y psicológica debido a que la manifestación de los síntomas puede convertirse en serios problemas de salud con el pasar del tiempo, conduciendo en el peor de los casos a las autolesiones y eventualmente al suicidio.

Con relación a las teorías de la depresión, en el modelo cognitivo de Beck et al. (1979), se formula la presencia de patrones o esquemas cognitivos estables. En este supuesto se detallan principalmente dos, los cuales son: sociotropía, la cual hace referencia a las personas que conceden una valoración a los vínculos y conexiones interpersonales, destacando el amor, apoyo, orientación y aceptación de las otras personas. Y, en segundo lugar, la autonomía hace alusión a toda persona que es capaz de ser independiente, sobrevalorar la libertad y logro. Ante esto, Beck sostiene que ciertos eventos negativos son capaces de activar los esquemas descritos y, una vez activados, conducen toda actividad cognitiva. Por otro lado, Young et al. (2003), amplían el modelo cognitivo planteado por

Beck y enfatizan su trabajo desde un enfoque cognitivo conductual basado en que los esquemas disfuncionales son patrones persistentes, fijos y sobre todo disfuncionales conformados por cogniciones, sensaciones y sentimientos, todo parece indicar que éstos suelen aparecer e incrementarse en la niñez y persistir en la adolescencia. Por lo mencionado anteriormente, en esta teoría se establecen 18 esquemas disfuncionales tempranos capaces de predecir los síntomas depresivos, todos ellos están organizados en cinco dominios, los cuales son: límites deteriorados, límites y autonomía deteriorada, orientación a los demás, sobrevigilancia e inhibición y, por último, desconexión y rechazo. Por otra parte, la teoría de la desesperanza formulada por Abramson et al. (1989), expone a los pensamientos negativos como factor de vulnerabilidad cognitiva, sugiriendo la presencia de tres tipos de razonamiento que las personas pueden manifestar ante eventos estresantes: primero, los pensamientos son integrales y estables en relación con el problema; segundo, el razonamiento negativo sobre las consecuencias; y tercero, juicios negativos sobre las propias circunstancias, donde las personas pueden sacar conclusiones negativas sobre eventos sociales y/o de desempeño estresantes. Para finalizar, desde un enfoque psicoanalítico, Freud (1917), sostiene que la sensación melancólica es consecuencia de perder algún objeto amado. Esto propone que toda crítica realizada por los pacientes deprimidos hacia ellos mismos, no son más que críticas de sus seres queridos hacia ellos. Por tal motivo, este enfoque hace énfasis en la pérdida del autoestima y empobrecimiento del yo que presentan estas personas estableciéndose una relación con el origen de la depresión. A su vez, Freud explora a detalle el papel del superyó en la melancolía, destacando que en el desarrollo de la neurosis es el ego quien se rebela contra el superyó, pero en la depresión, el ego no resiste tal revelación, por el contrario, acepta las críticas y recibe los castigos impuestos, vinculando así, su teoría de la depresión con el sentimiento de culpa excesiva.

Por otro lado, referente al estrés académico, Llorente et al. (2020), lo describen como

uno de los padecimientos más resaltantes en los estudiantes universitarios, en cuanto a salud mental se refiere, por lo que es clave entender qué es el estrés académico. Por su parte, Sindas et al. (2024), refieren que el estrés académico es la manera en la cual un individuo responde para adaptarse a las exigencias de este medio, las cuales pueden ser la competitividad, la exigencia personal y la sobrecarga. Este puede ocasionar o bien que el individuo eleve su rendimiento para cubrir las exigencias o en caso contrario que se produzca en él una alteración que afecte negativamente su bienestar debido a la falta de estrategias para enfrentarlo. Por otro lado, Silva et al. (2020), definen el EA como la reacción de un individuo ante la necesidad de tener que mediar entre las exigencias y las habilidades para afrontarlas, lo cual altera la estabilidad de este. Así mismo, Méndez (2022), refiere que el estrés académico es un fenómeno que impacta negativamente al estudiante a través de padecimientos psicológicos y físicos que pueden ser subjetivos, esto debido a la sobre exigencia académica a la que se somete el estudiante. Dentro de los padecimientos, a nivel psicológico se puede presentar la angustia, dificultad para concentrarse, dificultad para recordar, irritabilidad y tristeza. Por otro lado, de acuerdo con Restrepo et al. (2020), cuando el estudiante percibe que las exigencias del medio pueden ser angustiantes y considera que no posee la capacidad suficiente para afrontarlo surgen los síntomas como: cansancio, insomnio, bajo rendimiento, ansiedad y desinterés.

Existen diversas teorías que buscan explicar este fenómeno, por su parte Barraza (2007), desde el enfoque sistémico cognoscitivista, refiere que el EA es un proceso psicológico y adaptativo que debería ser entendido como un modelo sistémico con tres componentes, en primer lugar los estresores, que hacen referencia a las diversas situaciones que pueden afectar al estudiante, en segundo lugar, el desequilibrio sistémico que se produce, el cual se evidencia a través de una sintomatología específica y por último, las estrategias de afrontamiento, las cuales permiten al estudiante sobrellevar la situación estresante. Por su

parte Lazarus y Folkman (1986), siguiendo la teoría de la interacción, pero enfocada en la evaluación cognitiva, plantearon que lo que realmente se define como estrés dependerá de dicha evaluación por parte de cada individuo en base a sus interacciones, es decir, éste determinará en qué nivel y por qué una relación o distintas relaciones entre el ambiente y el individuo son estresantes o no. Por otro lado, Martínez y Díaz (2007), desde un enfoque psicosocial, describen que el EA se produce cuando lo emocional y físico proveniente tanto de manera interna en el individuo, como de las relaciones con otros y del ambiente que lo rodea, comienzan a generar presión dificultando su capacidad para afrontar el contexto académico.

Dentro de los antecedentes internacionales se encontró el estudio realizado por Reyes et al. (2025) en México, el cual tuvo como objetivo explorar y analizar la presencia del estrés académico, ansiedad, depresión y su relación con diversos factores protectores durante el periodo post confinamiento en estudiantes universitarios, para ello se emplearon los inventarios SISCO SV-21, la escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21), la escala multidimensional de apoyo social percibido, la escala de autoeficacia percibida específica de situaciones académicas y la escala de resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC-10). La muestra estuvo conformada por 468 estudiantes, obteniendo como resultado un nivel correlacional muy significativo y moderado con un $r= 0,66$ entre depresión y síntomas del estrés académico. Además, se buscó establecer los niveles correlacionales entre la variable depresión con las dimensiones estresores y estrategias de afrontamiento del EA, obteniendo un $r= 0,29$ y la ausencia de correlación respectivamente.

En el trabajo investigativo realizado también en México por Martínez et al. (2024), el cual tuvo como objetivo de estudio medir la relación entre las variables estrés académico, depresión, ansiedad, actitudes y creencias en jóvenes universitarios, encuestaron a 380

estudiantes, empleando el Cuestionario de Actitudes y Creencias, Inventario SISCO, BAI, BDI y el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés, teniendo como resultado un $r= 0.540$ entre las variables depresión y estrés académico, es decir, el nivel correlacional entre ambas variables es significativa y moderada. Del mismo modo, se determinó la relación entre las dimensiones del EA con la depresión, señalando un $r=0.493$ con la dimensión estresores; $r=0.661$, $r=0.749$ y 0.696 con las subdimensiones reacciones físicas, psicológicas y comportamentales respectivamente y, por último, $r= -0.242$ con la dimensión estrategias de afrontamiento al EA.

En la investigación realizada por Berino et al. (2023), cuyo objetivo fue examinar la relación entre estrés académico y depresión en estudiantes, se evaluó a 75.500 universitarios de instituciones públicas y privadas ubicadas en las ciudades de Asunción y Gran Asunción pertenecientes a Paraguay. Dentro de los instrumentos utilizados se encuentra el Inventario de Estrés Académico SISCO SV y el Inventario de Depresión Estado (IDER). El resultado del estudio arrojó un P_{valor} superior a $.05$, por lo que se concluyó que no existe asociación entre las variables.

La investigación llevada a cabo por Zhang et al. (2022), se enfocó en analizar la asociación entre estrés académico y depresión mediados por la ansiedad en 1,309 estudiantes universitarios pertenecientes a una universidad local de China. Para ello se emplearon la Escala de estrés académico (ASS) y el Inventario Rápido de Sintomatología Depresiva: Autoinforme (QIDS-SR). Como resultado se encontró una correlación de $r= 0.302$ ($P_{valor}= .01$) entre las variables estudiadas, dejando en evidencia que existe una relación muy significativa y baja.

En Ecuador, un estudio realizado por Romero (2022), tuvo como propósito establecer si existe relación entre el EA y la depresión en estudiantes universitarios de la PUCE-

Ambato, por lo que fue necesario evaluar a 211 estudiantes aplicándoles el inventario SISCO para EA y el inventario de Beck para medir el nivel de depresión. Como resultado se obtuvo un nivel de correlación de $r=0.397$ entre depresión y la dimensión estresores, por lo que se concluyó que la relación es significativa, positiva y de baja intensidad. A su vez, se hallaron los niveles correlacionales entre depresión con las subdimensiones reacciones físicas del EA ($r=0.573$), reacciones psicológicas ($r=0.646$), reacciones comportamentales ($r=0.625$) y la dimensión estrategias de afrontamiento al EA ($r=0.154$).

Por su parte, la investigación realizada por Cheung et al. (2020), se centró en identificar si existen diferencias entre los subgrupos de estudiantes universitarios en cuanto a la prevalencia de ansiedad, depresión y EA, así como su asociación con el sexo, la edad, rendimiento académico y el estado de salud mental. Para esto se evaluó a 9,479 universitarios del primer año de una institución universitaria de Hong Kong, donde se empleó la escala de (DASS-21). Luego del análisis se obtuvo un puntaje de correlación $r_s=0,576$ entre las variables de estrés académico y depresión, por lo que concluyeron que existe una asociación significativamente moderada entre ambas.

Por último, el estudio realizado en Colombia por Cuervo (2020), buscó determinar la contribución de las variables de rumiación, estrés académico, preocupación y dimensiones del perfeccionismo, ante la presencia de los síntomas depresivos y ansiosos, aplicando en 403 jóvenes universitarios los instrumentos EZ-D, EZ-A, Inventario SISCO del estrés académico, Ruminative Responses Scale-Short Form (RRS-SF), Penn State Worry Questionary (PSWQ-SF) y la Escala Multidimensional de Perfeccionismo (MPS-F). Los resultados indican una correlación directa y moderada ($r=0.62$) entre las variables estrés académico y síntomas depresivos.

Con relación a los antecedentes nacionales, se presenta en primer lugar la

investigación de Ayala (2023), cuyo objetivo fue determinar el nivel correlacional entre estrés académico y depresión en jóvenes pertenecientes a una universidad privada de Lima Sur. Se aplicó el inventario SISCO y el inventario BDI-II a 150 estudiantes, obteniendo como resultado la existencia de una asociación directa, de grado moderado y significativo con un $r = .542$. Igualmente se estableció el grado de relación entre la variable depresión y las dimensiones estresores del EA ($r = .255$), síntomas ($r = .565$) y estrategias de afrontamiento ($r = -.148$).

Del mismo modo, en el trabajo investigativo de Ibáñez (2022), el cual buscaba determinar la asociación entre el estrés académico y la depresión en estudiantes universitarios de la ciudad de Lima, la muestra estuvo conformada por 217 estudiantes, los cuales respondieron a dos cuestionarios, el primero fue el Inventario SISCO de Estrés Académico SV-21 y el segundo el Inventario de Depresión de Beck II (BDI-II). Los resultados arrojaron un puntaje de $r = .456$ entre estrés académico y depresión, concluyendo que se presenta una correlación positiva, moderada y de alta significancia entre variables. Además, similar a la investigación anterior, el autor estableció puntajes de correlación entre depresión y las dimensiones del estrés académico: estresores ($r = .382$), síntomas ($r = .609$) y estrategias de afrontamiento ($r = -.259$).

El estudio realizado por Obregón et al. (2020), tuvo como objetivo determinar la asociación entre el estrés académico, depresión, factores sociodemográficos, funcionalidad y calidad de sueño en 179 estudiantes de una universidad pública en Huánuco. Los instrumentos empleados fueron el Inventario de depresión de Beck, el Inventario SISCO del estrés académico, el test de Funcionamiento Familiar (FF-SIL), el Índice de calidad de sueño de Pittsburg y una ficha de recolección para recopilar datos sociodemográficos (sexo, edad, año de estudio, trabajo, procedencia y grupo familiar). Los resultados arrojaron un P_{valor}

mayor a .05 ($P_{valor} = 0,428$) entre estrés académico y depresión, concluyendo que no existe una relación entre ambas variables.

En virtud de lo establecido, el objetivo principal del presente trabajo es: Determinar la relación entre depresión y estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024. Del mismo modo, los objetivos específicos que se plantean son: (a) Determinar la relación entre depresión y la dimensión estresores en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024; (b) Determinar la relación entre depresión y la dimensión síntomas en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024 y; (c) Determinar la relación entre depresión y la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024.

Por su parte, la hipótesis general del trabajo investigativo es: Existe relación entre depresión y estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024. Por último, las hipótesis específicas son: (a) Existe relación entre depresión y la dimensión estresores en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024; (b) Existe relación entre depresión y la dimensión síntomas en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024 y; (c) Existe relación entre depresión y la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024.

Finalmente, esta investigación tiene como justificación teórica brindar más información sobre la relación que existe entre depresión y EA y, a su vez, determinar el grado de intensidad entre ambas variables, pues a pesar de haber múltiples estudios, muy poco se hace énfasis en el nivel en que estas se relacionan, por lo que el conocimiento es escaso y limitado. Además de esto, las teorías seleccionadas proporcionan información fundamental sobre las variables y como estas afectan a un gran número de estudiantes. Con relación a la

justificación práctica, la investigación permitirá establecer múltiples planes de acción en búsqueda de disminuir la presencia de ambas variables en los estudiantes de pregrado, en los cuales se ha visto afectado tanto su rendimiento académico como sus habilidades interpersonales. Para culminar, la justificación metodológica del estudio radica en la naturaleza de la problemática descrita anteriormente y se encuentra alineada a los objetivos planteados en la investigación, pues al buscar determinar el nivel correlacional entre depresión y estrés académico, se optó por emplear el enfoque cuantitativo con el diseño correlacional para poder analizar la relación entre ambas variables de manera precisa y objetiva. Asimismo, la elección de los instrumentos seleccionados se basó en su validez y confiabilidad, de este modo se obtienen resultados fiables y precisos. Además, el uso de análisis estadísticos permite establecer el grado de intensidad entre las variables ya mencionadas. En síntesis, la metodología empleada incrementa los niveles de exactitud de los resultados, permitiendo tomar mejores decisiones respecto a la implementación de estrategias de intervención o planes de acción efectivos en los estudiantes universitarios.

Capítulo 2. Método

Diseño

Esta investigación corresponde a la denominada pura o también llamada investigación básica, debido a que esta tiene como propósito indagar a profundidad, expandir y aportar más información en el campo científico sobre una realidad determinada, a través de la comprobación de hipótesis y teorías (Ballestín y Fábregues, 2018). El diseño empleado es el no experimental, es decir, los individuos son evaluados en su entorno cotidiano, sin propiciar ningún tipo de estímulo que pueda alterarlos o a las variables a evaluar (Arias, 2021). Así mismo, el enfoque investigativo es cuantitativo, debido a que este se interesa en recoger la información de manera sistemática, para luego ser cuantificada, medida objetivamente y analizada a través de técnicas estadísticas (Vizcaíno et al., 2023). En cuanto al nivel del estudio, responde al tipo relacional, pues busca establecer la relación entre dos variables, utilizando la estadística en su estudio (Espinoza y Ochoa, 2021). Por último, el corte es transversal, ya que se evalúa a los individuos en un tiempo y momento determinado (Cvetkovic et al., 2021).

Población

La población del estudio se conformó por los 1475 estudiantes pertenecientes a la carrera de psicología. Por su parte, la muestra fue constituida por 189 jóvenes universitarios que estén cursando los cuatro primeros ciclos, por lo tanto, el muestreo empleado fue de tipo no probabilístico por conveniencia, debido a que el investigador puede escoger la cantidad de participantes de manera arbitraria, según sea conveniente para el estudio (Hernández 2021).

Dentro de los criterios de inclusión se estableció que los estudiantes universitarios estén cursando del 1er al 4to ciclo de psicología y pertenezcan al programa de pregrado

regular. Además, se excluyeron a aquellos que no deseen participar voluntariamente del estudio y que no hayan completado adecuadamente los instrumentos.

Control de Mediciones

Para recolectar toda la información necesaria se empleó la técnica de la encuesta, la cual es un conjunto de preguntas previamente realizadas, su propósito radica en ayudar con la obtención y recolección de datos en el proceso investigativo. Esta herramienta de investigación también facilita la clasificación de los resultados (Pardinas, 1991).

Con respecto a los instrumentos empleados para realizar el presente estudio, se hizo en primer lugar, disposición de la Escala de Depresión de Beck adaptada al Perú por Farfán y Sánchez (2019) con un coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach de 0.83, la validez se realizó mediante el análisis factorial exploratorio y correlacionado con otros instrumentos, evidenciando una validez convergente, divergente y predictiva, concluyendo que el instrumento tiene un buen ajuste con una estructura unidimensional. Consta de 21 ítems, con respuestas de tipo Likert, la aplicación dura aproximadamente 10 minutos y puede ser de manera individual o en grupos, a personas cuyo rango etario se encuentra por encima de los 13 años. Las respuestas van desde 0 a 3 con relación a la presencia de síntomas de depresión, donde el 0 es la no presencia de síntomas, 1 es leve, 2 es moderado y 3 es intenso. Así mismo, los resultados se categorizan en depresión mínima, leve, moderada y grave.

A su vez, se empleó el Inventario SISCO de 29 ítems de Barraza que fue adaptado al Perú por Manrique et al. (2019) como instrumento para evaluar el EA en los estudiantes universitarios, evidenciando una confiabilidad con Alfa de Cronbach de .90, la validez fue realizada mediante el análisis factorial confirmatorio, demostrando que el modelo estructural de tres dimensiones reporta un buen ajuste en los datos (RMSEA= .050, CI 90% = .046–.054 CFI = .95 y SRMR = .062). Dicho instrumento cuenta con respuestas de tipo escala Likert de

5 puntos, donde 1 es nunca, 2 es casi nunca, 3 es algunas veces, 4 es casi siempre y 5 es siempre. Los resultados se agrupan en nivel de estrés bajo, moderado y alto, puede administrarse de forma colectiva o individual, la aplicación dura alrededor de 10 minutos y la población está enfocada principalmente en estudiantes que pertenecen a la educación media superior. Dicho cuestionario evalúa las dimensiones estresores, que pueden ser comprendidas como toda situación o estímulo capaz de generar estrés y por lo tanto, romper el equilibrio homeostático; síntomas del estrés, también conocido como las reacciones fisiológicas que experimentan las personas que lo padecen como: dolores de cabeza, hipertensión, falta de energía, entre otros y; estrategias de afrontamiento al estrés, las cuales son herramientas o recursos que buscan y desarrollan las personas para contrarrestar la sintomatología del estrés, por ejemplo: realizar técnicas de relajación, buscar apoyo emocional, incrementar el estilo de vida saludable, etc.

Procedimiento

Una vez determinados los instrumentos para evaluar las variables de depresión y estrés académico en los participantes, se escogió un punto estratégico donde se pudieran captar a los estudiantes. Las investigadoras se ubicaron fuera de las instalaciones de la universidad, invitando a los jóvenes a acercarse para brindarles más información.

Luego de esto, se les entregó un código QR donde se encontraba el consentimiento informado para aquellos que desearan formar parte de la investigación. Al aceptar, se les daba acceso para responder los instrumentos de manera virtual, además, durante la aplicación se contó con la presencia de las investigadoras para resolver las dudas que pudieran surgir.

Finalmente, culminada la aplicación de los cuestionarios, se procedió a almacenar y estructurar en orden los datos obtenidos en una hoja de Excel, para proceder a verificar que todas las pruebas aplicadas fueron resueltas correctamente.

Análisis de Datos

Una vez organizada la información se empleó el software estadístico informático conocido como Statistical Package for the Social Sciences o por sus siglas SPSS, el cual permitió realizar una prueba de normalidad y al verificar que los datos no se distribuían de manera normal se utilizó la prueba no paramétrica Rho de Spearman, la cual mide el grado en que las variables pueden asociarse.

Aspectos Éticos

De acuerdo con la norma 3.10 del código de ética de la American Psychology Association (2010), a través de un lenguaje comprensible para los individuos se debe obtener el permiso de estos para formar parte de la investigación, por lo que se dio a conocer a los estudiantes mediante un consentimiento informado que está en su poder la decisión de participar o no de la investigación, salvaguardando así su salud mental. Sumado a esto, el artículo 57 del código de ética y deontología del Colegio de Psicólogos del Perú (2017), refiere que la información que se exponga con fines clínicos o científicos deberá hacerse de manera tal que no se pueda identificar al individuo, por lo que se mantuvo en anonimato la identidad de los participantes evitando solicitar los nombres y apellidos, dirección de correo electrónico o número telefónico para dicha investigación.

Con relación a la autonomía, el código de ética para la investigación científica en la Universidad Privada del Norte (2024), refiere que los investigadores deben respetar los derechos y autonomía de los participantes, esto se puede evidenciar al permitirles retirarse en cualquier etapa de la investigación.

Finalmente, en cuanto a los derechos de autor, el artículo 65 del código de ética y deontología del Colegio de Psicólogos del Perú (2017), manifiesta que en caso de utilizar

trabajos de otros autores estos deben ser reconocidos y mencionados. Por lo que las investigaciones y autores citados han sido registrados en las referencias de la presente investigación, con el fin de respetar su autoría y brindar el crédito necesario por ser fuentes de referencia tanto para conceptos como teorías que ayudan a profundizar y dar una visión más amplia del tema estudiado.

Capítulo 3. Resultados

Tabla 1

Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov

	Estadístico	gl	Sig.
Depresión	.192	189	<.001
Estrés académico	.099	189	<.001
Estresores	.102	189	<.001
Síntomas	.104	189	<.001
Estrategias de afrontamiento	.081	189	.005

De acuerdo con los resultados obtenidos en la tabla 1, el valor de significancia tanto para la variable de depresión y EA, como para las dimensiones estresores y síntomas es de 0.001, así mismo, la dimensión de estrategias de afrontamiento con 0.005, por lo que siguiendo los criterios establecidos se determina que los datos no siguen una distribución normal, como resultado de esto, se debe emplear la prueba no paramétrica de Rho de Spearman.

Tabla 2

Correlación entre variables depresión y estrés académico

		Estrés académico	
		Coefficiente de correlación	.508**
Rho de Spearman	Depresión	Sig. (bilateral)	<.001
		N	189

De acuerdo con la tabla 2, se obtuvo un nivel de correlación $Rho = 0.508$ entre las variables de estudio y una significancia de $<.001$, por lo que se acepta la hipótesis alterna, es decir, existe una relación muy significativa y moderada entre depresión y estrés académico en la muestra de estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho.

Tabla 3

Correlación entre dimensión estresores con depresión

			Estresores
		Coeficiente de correlación	.355**
Rho de Spearman	Depresión	Sig. (bilateral)	<.001
		N	189

De acuerdo con la tabla 3, se evidencia un coeficiente de correlación $Rho = 0.355$ entre la dimensión estresores del EA y la variable de depresión, así como una significancia de $<.001$. Por lo tanto, siguiendo los criterios establecidos se confirma la hipótesis alterna, en otras palabras, se establece que existe una relación positiva baja y muy significativa entre depresión y la dimensión estresores del estrés académico en la muestra de estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho.

Tabla 4

Correlación entre dimensión síntomas (reacciones) con depresión

			Síntomas
		Coeficiente de correlación	.668**
Rho de Spearman	Depresión	Sig. (bilateral)	<.001
		N	189

Los resultados de la tabla 4 arrojan un coeficiente de correlación $Rho = 0.668$ entre la dimensión síntomas del EA y la variable depresión, además se obtiene una significancia de $<.001$. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna haciendo referencia a la presencia de una asociación positiva moderada y muy significativa entre depresión y la dimensión síntomas del estrés académico en la muestra de estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho.

Tabla 5

Correlación entre dimensión estrategias de afrontamiento con depresión

		Estrategias de afrontamiento	
		Coefficiente de correlación	-.113
Rho de Spearman	Depresión	Sig. (bilateral)	.122
		N	189

De acuerdo con la tabla 5, se evidencia un $P_{valor} > 0.05$ ($P_{valor} = .122$) entre la dimensión estrategias de afrontamiento del EA y la variable de depresión. Por lo tanto, siguiendo las normas establecidas al obtener un nivel de significancia mayor se debe aceptar la hipótesis nula: No existe relación entre depresión y la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés académico en la muestra de estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho.

Capítulo 4. Discusión

El presente estudio surge ante la necesidad de identificar el nivel de correlación que existe entre depresión y estrés académico en los estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, en ese sentido, con relación al objetivo general los resultados indican que existe una asociación positiva moderada ($Rho = 0.508$) entre las dos variables, en otras palabras, si un estudiante presenta algún nivel de depresión esta se asocia con la presencia de EA. Esta información coincide casi en su totalidad con la investigación realizada por Martínez et al. (2024), Cheung et al. (2020), Cuervo (2020), Ibáñez (2022) y Ayala (2023), los cuales establecieron valores correlacionales de $Rho = .540$, $Rho = .576$, $Rho = .62$, $Rho = .456$ y $Rho = .542$ respectivamente, esto significa que la asociación entre ambas variables de estudio es positiva y de intensidad moderada. Por su parte el estudio de Zhang et al. (2022), concluye la presencia de una relación positiva y baja entre ambas, obteniendo como resultado correlacional $Rho = .302$, a pesar de la similitud en los resultados, se evidencia una diferencia en la intensidad correlacional, el cual puede ser explicado por los distintos contextos culturales, pues mientras uno fue realizado en Perú, el otro se realizó en China, además contó con una mayor muestra de estudio, estando conformada por 1,309 estudiantes. En la teoría de la depresión de Beck (1989), se explica que atravesar por ciertos eventos negativos puede influenciar en toda actividad cognitiva afectando la conducta del individuo; es decir, los sentimientos, emociones, pensamientos y comportamiento están fuertemente vinculados. Finalmente, los resultados de esta investigación presentan discrepancia con el estudio de Berino et al. (2023), donde no se encontró una relación entre depresión y EA ($P_{valor} > 0.05$), la disimilitud está influenciada por el tamaño de la muestra, el contexto cultural y los instrumentos seleccionados, pues para dicho trabajo emplearon el inventario SISCO y el inventario de Depresión Estado (IDER) a 75.500 estudiantes de universidades tanto públicas como privadas de las ciudades Asunción y Gran Asunción en

Paraguay. En esa misma línea, existe una desigualdad con el estudio de Obregón et al. (2020), donde tampoco se halló correlación entre las variables de estudio, los resultados arrojaron un $P_{valor} > 0.05$ ($P_{valor} = .428$), pues a pesar de haber manejado los mismos instrumentos, esta investigación se realizó en una universidad pública en el departamento de Huánuco, zona perteneciente a la sierra peruana, existiendo diferencias en el contexto cultural y desigualdad educativa debido a la centralización del país.

Referente al primer objetivo específico, se buscó determinar la relación existente entre depresión y la dimensión estresores del estrés académico, se obtuvo como resultado un nivel correlacional $Rho = .355$, es decir, la relación encontrada es directa y de baja intensidad. Al respecto, diversos estudios coinciden con los resultados, en primer lugar, las investigaciones realizadas en México por Reyes et al. (2025) y Martínez et al. (2024), concluyen que existe una asociación de baja intensidad con un valor correlacional $Rho = .29$ y $Rho = .493$ respectivamente. Del mismo modo, Romero (2022) obtuvo un coeficiente de correlación $Rho = .397$, identificando la presencia de una relación directa y baja intensidad entre depresión y estresores. Finalmente, a nivel nacional Ayala (2023) e Ibáñez (2022), infieren una correspondencia de baja intensidad con un $Rho = .255$ y $Rho = .382$ respectivamente. En síntesis, a pesar de las diferencias culturales, instrumentos empleados y tamaño de muestra, los resultados evidenciaron similitud en el nivel de asociación entre depresión y estresores.

Con respecto al segundo objetivo específico, se buscó determinar la relación existente entre depresión y la dimensión síntomas del estrés académico, en la cual se evidencia una correlación positiva moderada ($Rho = .668$) entre las variables. Por su parte, Reyes et al. (2025), mencionan en su investigación que existe un vínculo estadísticamente significativo y moderado con un $Rho = .66$. A su vez, en Colombia Cuervo (2020), establece una asociación directa y moderada obteniendo como valor correlacional $Rho = .62$, y agregando a lo

anterior, en Perú los estudios de Ayala (2023) e Ibáñez (2022), determinaron una correspondencia moderada y directa con valores $Rho = .565$ y $Rho = .609$, respectivamente. Esta similitud en los resultados indica que independientemente del país de origen o de la calidad educativa, las variables originan síntomas muy parecidos ya sea a nivel físico, psicológico y emocional en los estudiantes.

Por último, referente al tercer objetivo específico, se buscó determinar la relación existente entre depresión y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico, concluyendo que no existe asociación entre ambas variables ($P_{valor} > 0.05$). Al respecto, Reyes et al. (2025), evidenciaron en su investigación un P_{valor} mayor a 0.05 ($P_{valor} = .565$), concluyendo que no existe relación. La semejanza entre estos estudios hace alusión a que la presencia o ausencia de recursos personales empleados por los estudiantes para hacer frente al estrés académico no evitan ni aumenta las probabilidades de presentar depresión, es decir, no necesariamente se encuentran relacionadas. Sin embargo, los resultados difieren con las investigaciones de Martínez et al. (2024), Ibáñez (2022) y Ayala (2023), quienes lograron establecer una relación negativa y de baja intensidad con valores correlacionales $Rho = -.242$, $Rho = -.259$ y $Rho = -.148$ respectivamente, dando a entender que mientras las estrategias de afrontamiento se incrementan de manera adecuada y favorable, los niveles de depresión disminuyen logrando un equilibrio emocional.

Finalmente, Romero (2022) determina una correlación $Rho = .154$, en otras palabras, la asociación encontrada es positiva, aunque de baja intensidad, lo que significa que cuando un individuo está atravesando episodios de depresión, algunas estrategias de afrontamiento le ayudan a superar este estado, sin embargo, se evidencia que es necesario la presencia de otros factores para que dichas herramientas sean más eficientes. Además, es importante resaltar que las diferencias en los resultados de este estudio se ven afectados por los diversos contextos

culturales, entornos sociales, tamaño de muestra empleado en cada investigación, año en que se realizaron los trabajos e instrumentos aplicados.

Limitaciones

Dentro del desarrollo de la investigación se manifestaron complicaciones para encontrar los antecedentes nacionales, por tal motivo los trabajos investigativos enfocados en la población peruana empleados para este estudio son limitados. Adicional a ello, al tratarse de un cuestionario virtual fue complicado asegurarse que los participantes respondieran todas las preguntas, por lo que se tuvo que invalidar aproximadamente 180 formularios y aumentar el número de aplicaciones, además al tratarse de un muestreo no probabilístico no hay homogeneidad en los resultados, es decir, no se tiene la certeza que de los 189 encuestados, el 50% son varones y el otro 50% mujeres.

Implicaciones y Estudios Futuros

Las implicancias del presente trabajo investigativo se subdividen en teóricas, prácticas y metodológicas. Por un lado, desde un enfoque teórico se confirma la existencia de una relación entre depresión y estrés académico en estudiantes universitarios, así como el grado de intensidad en que se presenta, además, aporta más información sobre la relación que existe no solo a nivel general entre variables sino también a nivel de las dimensiones del estrés académico, puesto que son pocas las investigaciones que hacen énfasis en determinar el grado de correlación entre ellas. Por otro lado, la implicancia práctica radica en que la información aportada por esta investigación ayuda y favorece el conocimiento de estas variables dentro de la población estudiada y puede utilizarse para distintos objetivos, como fomentar la salud mental en los universitarios, así como plantear estrategias para disminuir o afrontar el estrés académico y brindar acompañamiento a estudiantes que estén atravesando casos de depresión. Sumado a esto, las implicancias metodológicas dejaron en evidencia la gran

confiabilidad y validez de los instrumentos empleados al arrojar resultados precisos y fiables, adicionalmente desde un enfoque cuantitativo se logró responder a los objetivos planteados en un inicio y gracias al análisis estadístico se establecieron los niveles de intensidad en que se relacionan. Asimismo, la falta de homogeneidad en la muestra de estudio debido al tipo de muestreo seleccionado trae como consecuencia que los resultados obtenidos no se puedan generalizar por su tendencia hacia un sexo en particular. Por último, por estar directamente asociadas las variables depresión y estrés académico al trabajar con una de ellas, la siguiente puede abordarse de forma paralela y para confirmar dichas afirmaciones se sugiere que en futuras investigaciones se haga énfasis en determinar la causalidad entre las variables, pues el contexto social se encuentra en constante cambio.

Conclusiones

Para finalizar, en cuanto al objetivo general del estudio se concluyó que existe una relación positiva, moderada y muy significativa $Rho = 0.508$, entre las variables depresión y estrés académico en los estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024. Lo que deja en evidencia que a medida que se incrementa o disminuye una variable la otra lo hará de la misma manera como resultado de la relación entre ellas.

Con relación a los objetivos específicos, se determinó que la variable de depresión y la dimensión estresores del estrés académico se encuentran relacionadas en un nivel bajo, pero igualmente significativo $Rho = 0.355$, esto se debe a que ciertos factores externos no solo generan el EA en los estudiantes si no que a su vez pueden generar síntomas de depresión.

Por su parte, la dimensión síntomas del estrés académico y depresión guardan una relación positiva, moderada y significativa $Rho = 0.668$, puesto que ambas variables cuentan con una sintomatología similar, que se puede evidenciar en fatiga, dolor de cabeza, insomnio, irritabilidad, dificultad para concentrarse, entre otros síntomas.

Por último, se concluyó que entre la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico y la variable depresión no existe correlación ($P_{valor} = .122$). Esto quiere decir que cualquier cambio de una de las variables no afectada a la otra.

Referencias

Abramson, L., Metalsky, G., & Alloy, L. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, 96(2), 358–372.

<https://doi.org/10.1037/0033-295X.96.2.358>

American Psychological Association. (2010). Principios éticos de los Psicólogos y código de conducta.

https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/Codigo_APA.pdf

Arcos, M., Pérez, E., Andrade, R., Garduño, H. y Sauza, R. (2025). Estrés Académico en Estudiantes Universitarios de Morelia, Michoacán. *Revista Científica De Salud Y Desarrollo Humano*, 6(1), 458–470. <https://doi.org/10.61368/r.s.d.h.v6i1.490>

Arias, J. y Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques Consulting EIRL.

https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf

Ayala, N. (2023). *Estrés académico y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur*. [Tesis de licenciatura. Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional: <https://hdl.handle.net/20.500.13067/2445>

Ballestin, B. y Fabregues, S. (2018). *La práctica de la investigación cualitativa en ciencias sociales y de la educación*. Editorial UOC.

[https://www.researchgate.net/profile/Sergi-](https://www.researchgate.net/profile/Sergi-Fabregues/publication/332212935_La_practica_de_la_investigacion_cualitativa_en_ciencias_sociales_y_de_la_educacion/links/5ea00df192851c2f52ba6d8e/La-practica-de-la-investigacion-cualitativa-en-ciencias-sociales-y-de-la-educacion.pdf)

[Fabregues/publication/332212935_La_practica_de_la_investigacion_cualitativa_en_ciencias_sociales_y_de_la_educacion/links/5ea00df192851c2f52ba6d8e/La-practica-de-la-investigacion-cualitativa-en-ciencias-sociales-y-de-la-educacion.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Sergi-Fabregues/publication/332212935_La_practica_de_la_investigacion_cualitativa_en_ciencias_sociales_y_de_la_educacion/links/5ea00df192851c2f52ba6d8e/La-practica-de-la-investigacion-cualitativa-en-ciencias-sociales-y-de-la-educacion.pdf)

- Barraza, A. (2021). Estrés académico en alumnos de tres niveles educativos. un estudio comparativo. *Praxies investigativa ride*, 11(21), 149-163.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7145135>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Psicología Científica.com*, 8(19). <https://psicologiainvestigativa.com/estres-academico-modelo-conceptual>
- Barrera, J., Silva, J. y Quispe, A. (2021). Nivel de depresión en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Lima Norte. *Revista Cuidado y Salud Pública*, 1(2), 40-45. <https://doi.org/10.53684/csp.v1i2.24>
- Beck, A., Rush, J., Shaw, B. & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. Guilford Press.
https://books.google.com.pe/books?id=L09cRS0xWj0C&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0
- Berino, G., Liuzzi, C. y Bazán, E. (2023). Relación entre Estrés Académico y Depresión en estudiantes universitarios de la ciudad de Asunción y Gran Asunción. *Revista Científica De La Facultad De Filosofía*, 18(2), 161–176.
<https://doi.org/10.57201/rcff.v18i2.4001>
- Berrocal, F. y Hurtado, O. (2025). Influencia de la inteligencia emocional en el estrés académico en estudiantes practicantes de psicología de Ayacucho. *Revista InveCom*, 5(1), e501038. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11176891>
- Cabezas, E., Herrera, R., Ricaurte, P. y Novillo, C. (2021). Depresión, ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. *Revista Venezolana de Gerencia: RVG*, 26(94), 603-622. <https://doi.org/10.52080/rvgluzv26n94.9>

Canova, C., & Machuca, F. (2022). Interoperability standards in Health Information Systems: systematic review. *Seminars in Medical Writing and Education*, 1(7).

<https://doi.org/10.56294/mw20227>

Cavieres, Á. y López, P. (2021). La depresión como enfermedad: en defensa del modelo biomédico en psiquiatría. *Revista médica de Chile*, 149(2), 274-280.

<https://dx.doi.org/10.4067/s0034-98872021000200274>

Cheung, K., Tam, K., Tsang, H., Weiwei, L., & Lit, S. (2020). Depression, anxiety and stress in different subgroups of first-year university students from 4-year cohort data. *Journal of Affective Disorders*, 274, 305-314.

<https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.041>

Colegio de Psicólogos Peruanos. (2017). Código de ética y deontología.

https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf

Cuervo, T. (2020). Estrés académico, rumiación, perfeccionismo y preocupación: variables predictoras de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios.

<http://hdl.handle.net/10818/40916>

Cuesta, M. y Herrero, F. (2010). *Introducción al muestreo*. Universidad de Oviedo.

https://www.academia.edu/95676059/Tema_Introducci%C3%B3n_Al_Muestreo?source=swp_share

Cvetkovic, A., Maguiña, J., Soto, A., Lama, J. y López, L. (2021). Estudios transversales. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 21(1), 179-185.

<https://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v21i1.3069>

Espinoza, L. y Ochoa, J. (2021). El nivel de investigación relacional en las ciencias sociales. *ACTA JURÍDICA PERUANA*, 3(2), 93-111.

<http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/AJP/article/view/257>

Estrada, G., Farfán, M., Lavilla, G., Quispe, J., Lavilla, L. y Mamani, M. (2024). Estrés académico y cansancio emocional en estudiantes universitarios: Un estudio transversal. *Gaceta Médica De Caracas*, 132(1), 57-67.

http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_gmc/article/view/27976

Farfán, E. & Sánchez, A. (2019). Exploratory Factor Analysis of Beck Depression Inventory (BDI-II) in College Students from Cajamarca. *Interacciones*, 5(3), e177.

<https://doi.org/10.24016/2019.v5n3.177>

Freud, S. (1917). Trauer und Melancholie. *Internationale Zeitschrift für Ärztliche Psychoanalyse*, 4(6), 288-301. [http://freud-](http://freud-online.de/Texte/PDF/freud_werke_bd10.pdf)

[online.de/Texte/PDF/freud_werke_bd10.pdf](http://freud-online.de/Texte/PDF/freud_werke_bd10.pdf)

García, A., Rivera, M. y Guajardo, J. (2024). Ansiógenos educativos y depresión en estudiantes universitarios de México. *Políticas Sociales Sectoriales*, 2(3), 265–286.

<https://politicassociales.uanl.mx/index.php/pss/article/view/117>

Goicochea, L. y Linares, L. (2023). Depresión en estudiantes de pregrado de medicina de una universidad de la sierra norte peruana. *Norte Médico*, 2(8), 14-19.

<http://190.116.36.87/index.php/nortemedico/article/view/182>

Gutiérrez, J., Montoya, L., Toro, B., Briñón, M., Rosas, E. y Salazar, L. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Revista Ces de Medicina*, 24(1), 7-17. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=261119491001>

Hernández, E., Becerra, B., Chauca, C., Solano, C., Curro, O. y Huamán, A. (2023). Depresión, Ansiedad y Estrés según características socio-académicas y sanitarias-espirituales en estudiantes de una Universidad Pública Peruana. *Revista Médica*

Panacea, 12(3), 113-119. <https://doi.org/10.35563/rmp.v12i3.552>

Ibáñez, J. (2022). *Estrés académico y depresión en estudiantes de la facultad de salud de la Universidad Privada del Norte- 2021*. [Tesis de licenciatura. Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional: <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1793>

Lazarus, R. y Folkman, S. (1986): *Estrés y procesos cognitivos*. Ediciones Martínez Roca.

Llorente, Y., Herrera, J., Hernández, D., Padilla, M., y Padilla, C.(2020). Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019. *Revista Cuidarte*, 11(3). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.1108>

López, L. y Chipia, J. (2024). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de la carrera de enfermería, Universidad de Los Andes, 2023. *Revista GICOS*, 9(2), 129-141. <https://www.researchgate.net/publication/380977714>

Manrique, D., Millones, R., & Manrique, O. (2019). The SISCO Inventory of Academic Stress: Examination of its psychometric properties in a Peruvian sample. *Revista de Ansiedad y Estrés*, 25(1), 28-34. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.03.001>

Martínez de la Rosa, Y., Hernández, A., Bedoya, E. Y., & González, J. (2024). Relación entre estrés académico, afrontamiento, ansiedad, depresión y creencias en estudiantes universitarios. *Diversitas*, 20(2), 134-148. <https://doi.org/10.15332/22563067.10716>

Martínez, E., y Díaz, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y educadores*, 10(2), 11-22. <http://hdl.handle.net/10818/14833>

Méndez, S. (2022). Autoeficacia académica y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología de la Universidad Rafael Urdaneta*, 2(1), 34-46. <https://ojs2.uru.edu/index.php/sh/article/view/mendez202234-46>

Muñoz del Carpio, A., Alvarez, L., Sánchez, C., Guillén, M., Sánchez, J., Candia, M., De La Fuente, M., Apaza, R., De La Fuente, M., Cari, M., Zapana, R., Calle, C., Begazo, L., Diaz del Olmo, F., Caycho, T., Torales, J. y Ramos, L. (2024). Salud Mental en estudiantes universitarios en aislamiento social durante la pandemia COVID-19. *Medicina clínicay social*, 8(1), 11-19. <https://doi.org/10.52379/mcs.v8i1.315>

Nieto, I., Martínez, D., Rueda, C., Castañeda, A., Cárdenas, L., Ortiz, M., Cárdenas, L. C., Castro, C. y Rada, C. (2023). Prevalencia del estrés académico en universitarios barranquilleros en tiempos de pandemia. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*, 15(1), 1–20. <https://doi.org/10.17533/udea.rp.e348522>

Obregón, B., Montalván, J., Segama, E., Dámaso, B., Panduro, V. y Arteaga, K. (2020). Factores asociados a la depresión en estudiantes de medicina de una universidad peruana. *Educación Médica Superior*, 34(2). <https://ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/1881>

Organización Mundial de la Salud. (31 de marzo de 2023). *Depresión*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Pardinas, F. (1991). *Metodología y Técnicas de Investigación en Ciencias Sociales*. SigloXXI editores. <https://books.google.com.pe/books?id=PDqKweTKbhUC&printsec=copyright>

Pinto, E., Villa, A. y Pinto, A. (2022). Estrés académico en estudiantes de la Universidad de La Guajira, Colombia. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, 28(5), 87-99. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8471675>

Portella, S., Román, V. y Robles, H. (2024). Dependencia Emocional y Depresión en estudiantes de una Universidad Nacional de Lima. *Revista de Investigación*

Psicológica, (32), 63-72. <https://doi.org/10.53287/hucn8656tf23j>

Prati, R. (2023). El peso del pensamiento: Debates fenomenológicos en torno al dualismo y la depresión. *Ideas*, 17(6), 16-45. <http://hdl.handle.net/11336/219457>

Restrepo, J., Sánchez, O. y Castañeda Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17-37.
<https://doi.org/10.25057/21452776.1331>

Reyes, G., Guzmán, R., Rojas, J., y Fragoso, R. (2025). Factores protectores ante el estrés académico, ansiedad y depresión en universitarios: Un estudio post confinamiento. *Revista AJAYU*, 23(1), 19-40. <https://doi.org/10.35319/ajayu.231266>

Romero, L. (2022). Relación entre el estrés académico y la depresión en estudiantes universitarios de la PUCE- Ambato.
<https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/bdd97187-c470-4532-920f-c5582117e02f/content>

Sandoval, K., Morote, P., Moreno, M. y Taype, A. (2021). Depresión, estrés y ansiedad en estudiantes de Medicina humana de Ayacucho (Perú) en el contexto de la pandemia por COVID-19. *Revista Colombiana de psiquiatría*, 52(1), 77-84.
<https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.10.005>

Silva, M., López, J. y Columba, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>

Sindas, M., Araque, M., Ferrer, K. y Malaver, M. (2024). Mindfulness y estrés académico en estudiantes universitarios. *Metanoia: revista deciencia, tecnología e innovación*,

10(1), 156–179. <https://doi.org/10.61154/metanoia.v10i1.3286>

Solano, O., Salas, B., Manrique, S. y Núñez, Luis. (2022). Relación entre hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes universitarios del área de Ciencias Básicas de Lima (Perú). *Revista Ciencias de la Salud*, 20(1),1-15.

<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.10716>

Soto, I. y Zúñiga, A. (2021). Depresión, ansiedad y estrés de universitarios en tiempos de COVID-19: Uso de escala DASS-21. *Espíritu Emprendedor TES*, 5(3),45-61.

<https://doi.org/10.33970/eetes.v5.n3.2021.263>

Universidad Privada Del Norte. (2024). Código de ética para la investigación científica en la UPN. <https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/documentos/codigo-de-etica-para-la-investigacion-cientifica-en-upn.pdf>

Vizcaíno, P., Cedeño, R. y Maldonado, I. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 9723-9762.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658

Vizcaino, A., Céspedes, H., Matos, A., Sáez, F., Olena, K. y José Alberto. (2024).

Aprendizaje autorregulado, rendimiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Médica Electrónica*, 46.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242024000100116&lng=es&tlng=en

Young, J., Klosko, J. & Weishaar, M. (2003). *Schema therapy: a practitioner's guide*.

Guilford Press. <https://smartlib.umri.ac.id/assets/uploads/files/772b0-schema-therapy.pdf>

Zhang, C., Shi, L., Tian, T., Zhou, Z., Peng, X., Shen, Y., Li, Y. & Ou, J. (2022).

Associations Between Academic Stress and Depressive Symptoms Mediated by
Anxiety Symptoms and Hopelessness Among Chinese College Students. *Psychology
research and behavior management*, 15, 547–556.

<https://doi.org/10.2147/PRBM.S353778>

Anexo 1. Matriz de Consistencia Interna

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Método
<p>Propósito:</p> <p>La presente investigación fundamenta su propósito en la necesidad de identificar cómo se vinculan las variables de depresión y estrés académico, ya que ambas se presentan de manera muy marcada en los estudiantes universitarios, afectando tanto su desenvolvimiento académico, como sus relaciones con los demás y su estabilidad mental, lo cual no solo será perjudicial para la etapa de formación, sino que además se verá reflejado en su vida profesional.</p>	<p>Objetivo Principal</p> <p>Determinar la relación existente entre depresión y estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024.</p> <p>Objetivos Secundarios</p> <p>(a) Determinar la relación existente entre depresión y la dimensión estresores del estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024;</p> <p>(b) Determinar la relación existente entre depresión y la dimensión síntomas del estrés</p>	<p>Hipótesis Principal</p> <p>Existe relación entre depresión y estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan Lurigancho, 2024.</p> <p>Hipótesis Secundarias</p> <p>H1 Existe relación entre depresión y la dimensión estresores del estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024.</p> <p>H2 Existe relación entre depresión y la dimensión síntomas del estrés académico en estudiantes de una</p>	<p>Variable 1: Depresión</p> <p>Variable 2: Estrés académico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estresores • Síntomas del estrés • Estrategias de afrontamiento 	<p>Diseño</p> <p>Corresponde a una investigación pura o también llamada investigación básica, con un diseño no experimental y de enfoque cuantitativo. El nivel del estudio fue relacional y, por último, el corte de la investigación fue transversal.</p> <p>Población</p> <p>La población del estudio fue conformada por los 1475 estudiantes pertenecientes a la carrera de psicología. Por su parte, la muestra fue constituida por 189 jóvenes universitarios que estén cursando los cuatro primeros ciclos de la carrera, por lo tanto, el muestreo empleado fue de tipo no probabilístico.</p> <p>Mediciones</p> <p>Como técnica de recolección de datos se ocupó a la encuesta y los instrumentos empleados fueron la Escala de Depresión de Beck (BDI-II) y el inventario SISCO del estrés académico de Barraza.</p> <p>Procedimiento</p> <p>Se escogió un punto estratégico donde se pudieran captar a los estudiantes. Las investigadoras se</p>

<p>Enunciado Interrogativo:</p> <p>¿Qué relación existe entre depresión y estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024?</p>	<p>académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024 y; (c) Determinar la relación existente entre depresión y la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024.</p>	<p>universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024.</p> <p>H3</p> <p>Existe relación entre depresión y la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024.</p>		<p>ubicaron fuera de las instalaciones de la universidad, invitando a los jóvenes a acercarse para brindarles más información. Luego de esto, se les entregó un código QR donde se encontraba el consentimiento informado para aquellos que desearan formar parte de la investigación. Una vez aceptado, tenían acceso para responder los cuestionarios de manera virtual, además, durante la aplicación se contó con la presencia de las investigadoras para resolver las dudas que pudieran surgir. Finalmente, culminada la aplicación de los instrumentos de evaluación, se procedió a almacenar y estructurar en orden los datos obtenidos en una hoja de Excel, para proceder a verificar que todas las pruebas aplicadas cumplieran con haber sido resueltas correctamente.</p> <p>Análisis de Datos</p> <p>Una vez organizada la información se empleó el software estadístico informático conocido como Statistical Package for the Social Sciences o por sus siglas SPSS, el cual permitió realizar una prueba de normalidad y al verificar que los datos no se distribuían de manera normal se utilizó la prueba no paramétrica Rho de Spearman, la cual mide el grado en que las variables pueden asociarse.</p>
--	---	--	--	---

Anexo 2. Matriz de Operacionalización de las Variables

Variables	Definición Conceptual	Definición Operacional	Indicador	Valor final	Tipo de Variable
Depresión	Es entendida como una consecuencia de los eventos negativos capaces de alterar los esquemas cognitivos, produciendo un estado de desregulación emocional caracterizado por la profunda tristeza, desmotivación y pérdida de interés que afectan significativamente los distintos ámbitos de vida de quienes la padecen (Beck, 1979).	Puntaje obtenido en el inventario de Depresión de Beck (BDI-II) de 21 preguntas.	Suma total de las respuestas de los ítems 1 al 21.	Mínimo, leve, moderado y grave	Ordinal
Estrés académico	Según Barraza (2007), el estrés académico se presenta ante situaciones estresoras o estímulos que son de gran demanda para los jóvenes estudiantes y producen una serie de	Puntaje obtenido en el inventario SISCO del estrés académico de 29 preguntas.	Suma total de las respuestas de los ítems 1 al 29.	Bajo, moderado y alto	Ordinal

	reacciones fisiológicas, perjudicando en algunos casos su rendimiento académico.				
Estresores	Son todas las situaciones o estímulos capaces de generar estrés y, por lo tanto, romper el equilibrio homeostático de las personas (Barraza, 2007).	Puntaje obtenido en el inventario SISCO del estrés académico de las preguntas 1 al 8.	Suma total de las respuestas de los ítems 1 al 8.	Bajo, moderado y alto	Ordinal
Síntomas del estrés	Barraza (2007), identifica a los síntomas del estrés como toda reacción fisiológica que presentan las personas, pueden ser desde dolores de cabeza hasta hipertensión.	Puntaje obtenido en el inventario SISCO del estrés académico de las preguntas 9 al 23.	Suma total de las respuestas de los ítems 9 al 23.	Bajo, moderado y alto	Ordinal
Estrategias de afrontamiento al estrés	Son herramientas o recursos que desarrollan las personas con la finalidad de contrarrestar la sintomatología del estrés, ya sea	Puntaje obtenido en el inventario SISCO del estrés académico de las preguntas 24 al 29.	Suma total de las respuestas de los ítems 24 al 29.	Bajo, moderado y alto	Ordinal

	realizando cambios para mantener un estilo de vida saludable, buscar apoyo emocional, entre otros (Barraza, 2007).				
--	--	--	--	--	--

Anexo 3. Consentimiento Informado

Depresión y estrés académico en estudiantes de una Universidad privada en San Juan de Lurigancho, 2024

Estimado(a) estudiante:

De antemano agradecemos tu colaboración por participar del presente proyecto investigativo.

Te saluda **Adriana Aliaga** y **Alexandra Puchades**, actualmente nos encontramos realizando nuestro **proyecto de investigación** cuyo objetivo de estudio es determinar la relación que existe entre la depresión y el estrés académico en estudiantes de una universidad privada en San Juan de Lurigancho, con la finalidad de optar por el título profesional de **Licenciadas en Psicología**.

Requisitos:

- Cursar del 1er al 4to ciclo de la carrera.
- Pertenecer al programa pregrado regular.
- No contar con algún seguimiento psicológico relacionado con las variables de depresión y estrés académico.

Finalmente, la prueba tiene una **duración aproximada de 15 minutos**, la participación es **voluntaria** y la información recolectada **será utilizada con fines académicos**; por ende, **se garantiza la confidencialidad y protección de los datos**.

Ante cualquier duda puede contactarnos a los correos adrianaaliaga30@gmail.com o alexandraveracierto@gmail.com

Según lo mencionado anteriormente, ¿Deseas participar voluntariamente del estudio de caso? *

Sí

No

Siguiente

Página 1 de 6

Borrar formulario

Anexo 4. Ficha sociodemográfica

Sección 2 de 6

Datos Sociodemográficos ✕ ⋮

Descripción (opcional)

Edad *

Texto de respuesta corta
.....

Sexo *

Masculino

Femenino

Prefiero no decirlo

Ciclo académico *

1er ciclo

2do ciclo

3er ciclo

4to ciclo

Anexo 5. Ficha técnica de Inventario de depresión de Beck BDI-II

1. FICHA TÉCNICA

- **Nombre:** Inventario de Depresión de Beck (BDI-II)
- **Nombre Original:** *Beck Depression Inventory-Second Edition (BDI-II)*
- **Autores:** Aaron T. Beck, Robert A. Steer y Gregory K. Brown.
- **Área de Aplicación:** Psicología clínica, forense y Neuropsicología
- **Administración:** Individual y colectiva.
- **Duración:** Entre 5 a 10 minutos
- **Aplicación:** 13 años en adelante.
- **Formato de Aplicación:** Tipo Likert
- **Número de Ítems:** 21
- **Finalidad:** Medir la severidad de depresión en adultos y adolescentes, a través de la evaluación de los síntomas correspondientes a los criterios diagnósticos de los trastornos depresivos en el Manual Diagnóstico y Estadísticos de trastornos Mentales – Cuarta Edición.

Anexo 6. Documento de Protocolo de Inventario de depresión de Beck BDI-II

Inventario de Depresión de Beck (BDI-2)

Nombre:..... Estado Civil..... Edad:..... Sexo.....
Ocupación Educación:..... Fecha:.....

Instrucciones: Este cuestionario consta de 21 grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada uno de ellos cuidadosamente. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido **las últimas dos semanas, incluyendo el día de hoy**. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado elegido Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido más de uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (cambios en los hábitos de Sueño) y el ítem 18 (cambios en el apetito)

1. Tristeza

- 0 No me siento triste.
- 1 Me siento triste gran parte del tiempo
- 2 Me siento triste todo el tiempo.
- 3 Me siento tan triste o soy tan infeliz que no puedo soportarlo.

2. Pesimismo

- 0 No estoy desalentado respecto del mi futuro.
- 1 Me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo.
- 2 No espero que las cosas funcionen para mi.
- 3 Siento que no hay esperanza para mi futuro y que sólo puede empeorar.

3. Fracaso

- 0 No me siento como un fracasado.
- 1 He fracasado más de lo que hubiera debido.
- 2 Cuando miro hacia atrás, veo muchos fracasos.
- 3 Siento que como persona soy un fracaso total.

4. Pérdida de Placer

- 0 Obtengo tanto placer como siempre por las cosas de las que disfruto.
- 1 No disfruto tanto de las cosas como solía hacerlo.
- 2 Obtengo muy poco placer de las cosas que solía disfrutar.
- 3 No puedo obtener ningún placer de las cosas de las que solía disfrutar.

5. Sentimientos de Culpa

- 0 No me siento particularmente culpable.
- 1 Me siento culpable respecto de varias cosas que he hecho o que debería haber hecho.
- 2 Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo.
- 3 Me siento culpable todo el tiempo.

6. Sentimientos de Castigo

- 0 No siento que este siendo castigado
- 1 Siento que tal vez pueda ser castigado.
- 2 Espero ser castigado.
- 3 Siento que estoy siendo castigado.

7. Disconformidad con uno mismo.

- 0 Siento acerca de mi lo mismo que siempre.
- 1 He perdido la confianza en mí mismo.
- 2 Estoy decepcionado conmigo mismo.
- 3 No me gusto a mí mismo.

8. Autocrítica

- 0 No me critico ni me culpo más de lo habitual
- 1 Estoy más crítico conmigo mismo de lo que solía estarlo
- 2 Me critico a mí mismo por todos mis errores
- 3 Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede.

9. Pensamientos o Deseos Suicidas

- 0 No tengo ningún pensamiento de matarme.
- 1 He tenido pensamientos de matarme, pero no lo haría
- 2 Querría matarme
- 3 Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo.

10. Llanto

- 0 No lloro más de lo que solía hacerlo.
- 1 Lloro más de lo que solía hacerlo
- 2 Lloro por cualquier pequeñez.
- 3 Siento ganas de llorar pero no puedo.

11 Agitación

- 0 No estoy más inquieto o tenso que lo habitual.
- 1 Me siento más inquieto o tenso que lo habitual.
- 2 Estoy tan inquieto o agitado que me es difícil quedarme quieto
- 3 Estoy tan inquieto o agitado que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo.

12 Pérdida de Interés

- 0 No he perdido el interés en otras actividades o personas.
- 1 Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas.
- 2 He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas.
- 3. Me es difícil interesarme por algo.

13. Indecisión

- 0 Tomo mis propias decisiones tan bien como siempre.
- 1 Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones
- 2 Encuentro mucha más dificultad que antes para tomar decisiones.
- 3 Tengo problemas para tomar cualquier decisión.

14. Desvalorización

- 0 No siento que yo no sea valioso
- 1 No me considero a mi mismo tan valioso y útil como solía considerarme
- 2 Me siento menos valioso cuando me comparo con otros.
- 3 Siento que no valgo nada.

15. Pérdida de Energía

- 0 Tengo tanta energía como siempre.
- 1. Tengo menos energía que la que solía tener.
- 2. No tengo suficiente energía para hacer demasiado
- 3. No tengo energía suficiente para hacer nada.

16. Cambios en los Hábitos de Sueño

- 0 No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño.
- 1ª. Duermo un poco más que lo habitual.
- 1b. Duermo un poco menos que lo habitual.
- 2a Duermo mucho más que lo habitual.
- 2b. Duermo mucho menos que lo habitual
- 3ª. Duermo la mayor parte del día
- 3b. Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme

17. Irritabilidad

- 0 No estoy tan irritable que lo habitual.
- 1 Estoy más irritable que lo habitual.
- 2 Estoy mucho más irritable que lo habitual.
- 3 Estoy irritable todo el tiempo.

18. Cambios en el Apetito

- 0 No he experimentado ningún cambio en mi apetito.
- 1^a. Mi apetito es un poco menor que lo habitual.
- 1b. Mi apetito es un poco mayor que lo habitual.
- 2a. Mi apetito es mucho menor que antes.
- 2b. Mi apetito es mucho mayor que lo habitual
- 3^a . No tengo apetito en absoluto.
- 3b. Quiero comer todo el día.

19. Dificultad de Concentración

- 0 Puedo concentrarme tan bien como siempre.
- 1 No puedo concentrarme tan bien como habitualmente
- 2 Me es difícil mantener la mente en algo por mucho tiempo.
- 3 Encuentro que no puedo concentrarme en nada.

20. Cansancio o Fatiga


- 0 No estoy más cansado o fatigado que lo habitual.
- 1 Me fatigo o me canso más fácilmente que lo habitual.
- 2 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que solía hacer.
- 3 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que solía hacer.

21. Pérdida de Interés en el Sexo

- 0 No he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo.
- 1 Estoy menos interesado en el sexo de lo que solía estarlo.
- 2 Estoy mucho menos interesado en el sexo.
- 3 He perdido completamente el interés en el sexo.

Puntaje Total: _____

Anexo 7. Inventario de depresión de Beck BDI-II validado en Perú y la población

<p>PALABRAS CLAVE</p> <p>Depresión; Universitarios; Análisis factorial; Validez; Confiabilidad.</p>	<p>RESUMEN</p> <p>Introducción: El objetivo principal de la presente investigación fue analizar las propiedades psicométricas del Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) en población universitaria de la ciudad de Cajamarca mediante análisis factorial exploratorio (AFE). Método: La muestra estuvo conformada por 326 estudiantes (73.3% mujeres y 26.7% varones) cuya edad promedio fue de 19.7 años (DE= 2.28). Se aplicó el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II). Resultados: Los resultados iniciales mostraron un solo factor que explicó el 48.16% de varianza con una confiabilidad de $\alpha=.945$; no obstante, debido a los antecedentes internacionales, nacionales y a la teoría, se forzó un segundo análisis factorial exploratorio extrayendo dos factores que explicaron el 54.48% de varianza y una confiabilidad de $\alpha=.843$ para el primer factor y $\alpha=.935$ para el segundo factor. La validez en relación con otras variables mostró correlación entre el BDI-II y la Escala de Felicidad de Alarcón ($r=-.585$, $p<.001$), la Escala de Soledad de Jong Gierveld ($r=.392$, $p<.001$) y la Escala de Depresión de Reynolds ($r=.708$, $p<.001$). Conclusión: El modelo con dos factores ajusta mejor que el modelo de un solo factor; no obstante, el BDI-II podría tener una estructura unidimensional.</p>
<p>Publicación editada por el Instituto Peruano de Orientación Psicológica - IPOPS  Obra bajo licencia de Creative Commons Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0)</p>	
<p>http://dx.doi.org/10.24016/2019.v5n3.177</p>	

Anexo 8. Ficha técnica de Inventario SISCO del estrés académico

a. Ficha técnica	
Nombre	: Inventario SISCO de Estrés Académico
Autor	: Arturo Barraza Macías
Administración	: Individual y Colectiva
Duración	: Sin tiempo límite, entre 10 a 15 minutos aprox.
Objetivos	: Se trata de una escala independiente que evalúa las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales
Tipo de respuesta	: Los ítems son respondidos a través de escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre)
Descripción	: La escala consta de 15 ítems. Está conformada por 3 sub escalas las cuales miden tres grandes dimensiones: Reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.

Anexo 9. Documento de Protocolo de Inventario SISCO del estrés académico

Inventario

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

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

- Si
 No

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

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

1	2	3	4	5

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

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

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

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					

Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras (especifique)					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

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

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

Anexo 10. Inventario SISCO del estrés académico validado en Perú y la población

Análisis psicométrico del inventario SISCO del estrés académico en universitarios de la ciudad de Piura, 2020



 Cabellos_CAE-SD.pdf (2.108Mb)

 Embargado (2.107Mb)

Resumen

El estrés es algo con lo que vivimos todos, sin embargo, puede incrementarse por algunos factores, como el ámbito académico. Esta investigación fue de tipo tecnológico, no experimental, temporal y aplicado a universitarios, contó con una muestra de 327 estudiantes. Se determinaron las propiedades psicométricas por medio de la validez de contenido por criterio de expertos aplicando el método Aiken obteniendo un I.A de 1 con un nivel de significancia de 0, la validez de constructo por el análisis factorial confirmatorio arrojando 0.906 en la prueba de KMO y Bartlett; y entre 0.329 y 0.925 en la prueba de matriz de componente rotado usando varimax y el método de dominio total o convergente dando valores de 0.818, 0.921 y 0.356 de acuerdo al orden en que se presentan las dimensiones, asimismo, se estableció la confiabilidad por medio de McDonald's con un resultado de 0.899 y por último se presentó la escala de normalización percentilar categorizando de la siguiente manera: Bajo nivel (1-20), Promedio bajo (25 - 45), Promedio alto (50 - 70) y Alto nivel (75 - 99). Se llegó a la conclusión general de que este instrumento cuenta con las propiedades psicométricas adecuadas para ser aplicado en la región Piura.

Fecha
2020

URI
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/56963>

Autor(es)
Cabellos Chirito, Andrea Elizabeth

Colecciones
Piura [984]