



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

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

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Karen Lizet Romero Horna

Asesora:

Dra. Blanca Julissa Saravia Angulo
<https://orcid.org/0000-0001-8308-1210>

Trujillo-Perú

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Edwar Isidro Sánchez Álvarez	40844721
	Nombre y Apellidos	N° DNI

Jurado 2	Tania Guadalupe Valdivia Morales	40026059
	Nombre y Apellidos	N° DNI

Jurado 3	Romy Díaz Fernández	18180326
	Nombre y Apellidos	N° DNI

tesis

INFORME DE ORIGINALIDAD

6%

INDICE DE SIMILITUD

7%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

3%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.upn.edu.pe Fuente de Internet	2%
2	idoc.pub Fuente de Internet	1%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	1library.co Fuente de Internet	1%
5	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
6	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	tesis.usat.edu.pe Fuente de Internet	1%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía

Activo

DEDICATORIA

Dedico este logro alcanzado a Dios, a mis padres Daniel Romero Ibáñez, July Horna Príncipe y a mi querido hermano Gerson Romero Horna, que son la inspiración para mi continua superación y formar parte de mi formación profesional.

“Si no está en tus manos cambiar una situación que te produce dolor, siempre podrás elegir la actitud con la que afrontes ese sufrimiento”.

Viktor Frankl

AGRADECIMIENTO

Mi gratitud primero a Dios, por su gracia y amor. A la Universidad Privada del Norte por brindarme la oportunidad de estudiar en su prestigiosa institución.

Me gustaría expresar mi gratitud a mis padres por proporcionarme una gran ayuda durante este nuevo periodo de mi vida, dándome ánimos para seguir adelante. También agradezco a mi asesora Blanca Saravia su inestimable experiencia en el campo de la investigación, su disposición a ayudar, su valioso tiempo y su ayuda en la revisión de este proyecto de investigación. Y a una persona especial Giancarlo Casanova por el apoyo brindado.

TABLA DE CONTENIDOS

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDOS	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
RESUMEN	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
1.1. Realidad Problemática	9
1.2. Formulación del problema	16
1.3. Objetivos	16
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	18
CAPÍTULO III: RESULTADOS	23
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	27
REFERENCIAS	31
ANEXOS	35

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Diferencias de estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo</i>	23
Tabla 2 <i>Diferencias en la dimensión de estresores según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo</i>	24
Tabla 3 <i>Diferencias en la dimensión de síntomas según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo</i>	25
Tabla 4 <i>Diferencias en la dimensión de estrategias de afrontamiento según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo</i>	26

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo establecer los niveles de estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo. El enfoque de investigación adoptado fue básico y no experimental, con un diseño descriptivo-comparativo. Se eligieron como sujetos de investigación a 80 estudiantes universitarios de 17 a 25 años de edad que cursaban los últimos años de la carrera de psicología, debido a su disponibilidad. Se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO, desarrollado por el mexicano Arturo Barraza Masías y ajustado al contexto peruano por Lourdes Pilar Ancajima en 2017. Los resultados indican una notable distinción (Sig. 0.000 menor que P-value=0.005) entre los grupos en función del género en cuanto al estrés académico que experimentaron. Además, se observó que más mujeres (95% del total del grupo femenino) soportan un alto grado de estrés académico, en comparación con los hombres (17,5% del grupo masculino).

Palabras clave: Estrés Académico, estudiantes universitarios, género.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad Problemática

La Organización Mundial de la Salud afirma que la salud mental es el estado de bienestar de un individuo que le permite manejar las dificultades habituales de la vida, ser productivo y beneficioso para su comunidad. Si un estudiante tiene un problema de salud mental, puede influir negativamente en su funcionamiento social y académico (Gutiérrez et. al. 2020, citado en Calvo, 2021).

Hoy en día estamos tan ocupados que apenas tenemos tiempo para hacer las cosas que realmente queremos o necesitamos hacer. Los estudiantes universitarios están especialmente presionados por el tiempo, ya que se enfrentan a una plétora de tareas, trabajos, exámenes, entrevistas de trabajo y compromisos durante sus años universitarios. Esta sobrecarga puede causar estrés, que es la respuesta del organismo a una circunstancia difícil o a una tensión intensa. Esto puede afectar negativamente al bienestar académico, físico y personal de los estudiantes. (Surubí y Castaldo, 2016).

Ávila (2014) ha observado que el estrés es un problema prevalente en la sociedad actual, que afecta a las personas independientemente de su edad, sexo y posición social. Orlandini (1999; citado en Barraza, 2004) propuso que el estrés es una forma extrema de presión y que los estudiantes, desde preescolar hasta la universidad, deben aprender a gestionar esta tensión mientras duren sus estudios. Esta tensión puede tener efectos negativos en su crecimiento psicológico y adaptativo, provocando estresores y un desequilibrio general, por lo que se hace necesario disponer de estrategias para recuperar el equilibrio.

A nivel mundial, un estudio de 2018 realizado por la American College Health Association (ACHA) mostró que el 24% de los estudiantes en Estados Unidos están preocupados por sus perspectivas después de la universidad y por encontrar empleo. La investigación indica que uno de cada cinco estudiantes universitarios en el Reino Unido que antes no tenían problemas experimentará ansiedad clínica durante sus estudios. De 2009 a 2015, la cantidad de estudiantes estadounidenses que visitaron los centros de asesoramiento de sus universidades aumentó un 30%, a pesar de que las matrículas solo aumentaron un 5%.

Una investigación llevada a cabo por la American College Health Association (2015) reveló que el estrés es el principal impedimento académico experimentado por los estudiantes en más de cien colegios y universidades de todo Estados Unidos. En las universidades de prestigio, el estrés ya empieza a acumularse antes de la matriculación debido a su limitada tasa de aceptación. Con un tiempo limitado y una plétora de actividades, los estudiantes descubren a menudo que han asumido demasiado trabajo. El 40% de los estudiantes estadounidenses confiesa que no descansa bien cinco días a la semana. Además, uno de cada cuatro afirma que el agotamiento le ha hecho rendir mal en los estudios, lo que le ha llevado a recibir notas más bajas, incumplir el plazo de entrega de un proyecto o incluso abandonar un curso. Los estudiantes estadounidenses que duermen seis horas o menos cada noche tienen una media de notas más baja que los que duermen ocho o más. El 40% de los universitarios estadounidenses duermen la siesta, pero suelen dormir menos que los que no duermen. El 45% de los universitarios estadounidenses siente un "estrés superior a la media", el 33% un "estrés medio" y el 12,7% un "estrés tremendo", mientras que el 9% restante no tiene estrés o tiene un "estrés

inferior a la media". En el Reino Unido, 8 de cada 10 estudiantes universitarios experimentan algún grado de estrés o nerviosismo durante sus estudios. El 45% de los estudiantes británicos afirma sentirse ansioso por sus estudios, porcentaje superior al de los que se divierten con sus clases (41%).

El Ministerio de Salud de Perú informó de que una gran mayoría (85%) de los estudiantes universitarios de Perú experimentan problemas de salud mental, siendo los más comunes la ansiedad (82%), el estrés (79%) y la violencia (52%). Se supone que el agotador entorno académico de una universidad puede provocar depresión y trastornos de ansiedad. Un especialista en salud mental afirma que estos riesgos pueden aumentar si la universidad no dispone de programas y políticas para preservar el bienestar mental de sus estudiantes.

Este estudio busca conocer el estrés académico que experimentan los estudiantes de una universidad privada de Trujillo, los efectos que tiene en su bienestar y los métodos que utilizan para manejarlo. Además, se pretende determinar si existen variaciones de género en el estrés académico, con la esperanza de que estos hallazgos puedan ser utilizados para crear estrategias más específicas y exitosas para hacerle frente.

En consecuencia, la investigación siguiente se completa en teoría con el fin buscar la existencia de diferencia en la experiencia del estrés académico según género y aportar datos para un mejor conocimiento del tema. A nivel práctico, tener información de cómo el estrés es percibido y afecta diferentemente a cada género, permitirá generar soluciones más efectivas que brinden herramientas acordes a la necesidad de cada uno, además será base para otros estudios en relación al estrés académico por género. A nivel social, la información obtenida al poder ser utilizada como base para estrategias de

solución, las cuales beneficiarán directamente a los estudiantes universitarios, quienes podrán mejorar su salud mental y por ende su rendimiento académico.

Por lo expuesto, el presente estudio es conveniente, dado que es de utilidad tanto a los jóvenes que cursan alguna carrera universitaria como al docente que asignan actividades académicas y evaluaciones para certificar el aprendizaje, puesto que, el estrés incide particularmente en este grupo, influyendo desfavorablemente en el rendimiento, desempeño y la predisposición a ejecutar actividades

Considerando el contexto de la investigación, es imperativo tener en cuenta el enfoque sobre el tema de la presión académica basada en el género entre los estudiantes universitarios, como se observa en la variedad de investigaciones realizadas en todo el mundo, en nuestra nación y localmente.

A nivel internacional sea considerado los siguientes:

Trujillo y Gonzales (2019) "Nivel de estrés académico en estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia", Este estudio no experimental y correlacional, con una muestra de 216 estudiantes, reveló un nivel de estrés medio-alto del 72%. Este mismo nivel elevado de estrés también era evidente cuando se emprendía tanto el estudio como el trabajo. Además, las mujeres mostraban un mayor grado de estrés que los hombres. Es posible que esta variación se deba a que las mujeres asumen más responsabilidades, como el cuidado de los hijos, lo que podría influir en el estrés en el entorno académico.

Lorenzo (2017) "Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Psicología" de Argentina. En este estudio descriptivo correlacional y

transversal se evaluó a 401 individuos de 18-35 años mediante el Inventario SISCO. Los resultados mostraron que el 90% de la muestra padecía estrés académico moderado, y que las mujeres presentaban niveles más altos de estresores y síntomas que los hombres.

Duarte, Varela, Braschi y Sánchez (2017) “Estrés en estudiantes de enfermería de la Universidad Alfonso X el Sabio (UAX). Madrid, España” implementaron un estudio descriptivo transversal para observar la cantidad de estrés experimentado por 289 estudiantes. Se encontró que las estudiantes tenían mayores niveles de estrés académico durante sus prácticas que los varones.

Jerez y Oyarzo (2015) “Estrés académico en estudiantes de la facultad de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno”, Se llevó a cabo un estudio de investigación, que utilizó el inventario SISCO, para investigar la prevalencia del estrés académico en 250 estudiantes. Los resultados mostraron que un notable 98,4% de los participantes experimentaron estrés durante el curso, y la gran mayoría, el 85%, tenía niveles elevados de estrés; esto incluía al 96,24% de las mujeres y al 88,57% de los hombres.

A nivel nacional, sea considerado los que a continuación se describen:

Martínez (2019) “Estrés académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Lima, Arequipa y Piura” Esta investigación pretendía explorar la correlación entre la tensión académica y la adaptación a la vida universitaria en 1.213 estudiantes de universidades privadas y públicas. El Inventario SISCO reveló que el 86,9% de los participantes presentaba un nivel de ansiedad académica de medio a alto. Además, se observó que las mujeres tenían un mayor nivel de estrés que los hombres.

Venancio (2018) “Estrés académico en estudiantes de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana”; la muestra estaba formada por 432 estudiantes del programa de

Psicología de la universidad. A continuación, se empleó el inventario SISCO, que mostró que la media de estrés era bastante elevada, especialmente entre los que cursaban el último año.

Cornejo y Salazar (2018) “Estrés académico en estudiantes de una universidad privada y nacional de Chiclayo”. La investigación utilizó un enfoque descriptivo y comparativo, con una muestra de 415 estudiantes universitarios de la facultad de Medicina. Los resultados revelaron que existían disparidades sustanciales entre los dos grupos, y que los alumnos de la institución privada (principalmente de entornos más acomodados) sentían más tensión escolar que los de la institución pública (principalmente de entornos más pobres). El género no varió, aunque los alumnos de cursos superiores declararon mayores cantidades de tensión que los de cursos inferiores.

Damián (2016) “Estrés académico y conductas de salud en estudiantes universitarios de Lima”, Una encuesta realizada a 130 estudiantes reveló que más de la mitad experimentaban niveles de estrés moderadamente altos asociados a los exámenes, la falta de tiempo y el exceso de trabajo. Además, el sexo y el país de origen influían en el nivel de estrés. Las mujeres, en particular, mostraban niveles más altos de estrés y presentaban síntomas de depresión y angustia en mayor medida que los hombres.

Llanos (2016) “Competencias genéricas y estrés académico en estudiantes universitarios”; en la muestra de 125 estudiantes de ambos sexos, el 77,54% de los que estaban en el último curso de su carrera educativa declararon niveles de estrés más altos que los demás. Además, los varones mostraron niveles de estrés más bajos que las mujeres.

A nivel local, se han identificado las que se describen a continuación:

Díaz (2020) “Estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada”. Estudio correlacional en el que participaron 256 estudiantes de Psicología de primer a último curso. Se administró el Inventario SISCO para medir el nivel de estrés, con una puntuación media del 46,5% que indicaba una cantidad comparativamente baja de estrés. Además, se descubrieron disparidades en el estrés físico, psicológico y académico entre géneros, y las mujeres mostraron mayores niveles de estrés que los hombres.

De la Cruz (2021) “Satisfacción a las clases en entornos virtuales y estrés académico en estudiantes universitarios de Trujillo, 2021”. Realizo un estudio de investigación básica con un diseño no experimental y un análisis correlacional transversal. Se reclutó una muestra de 35 estudiantes universitarios según un modelo no probabilístico e intencional. Se utilizaron dos cuestionarios para la recogida de datos y la validación por expertos. Los resultados indicaron que la primera variable tenía una excelente puntuación de fiabilidad de 0,96, mientras que la segunda variable tenía una buena puntuación de fiabilidad de 0,81. Utilizando la herramienta SPSSv26, la mayoría de los participantes eran varones para la variable entorno virtual.

Salazar (2021) “Estrés académico en estudiantes de una universidad pública y privada durante clases virtuales en época de pandemia en Trujillo, 2020”. Esta investigación utilizó un diseño no experimental, descriptivo-comparativo, transversal, y un enfoque de muestreo no probabilístico, de conveniencia, con el Inventario de Estrés Académico de Edwar Sánchez. Noventa y cinco estudiantes de una universidad pública y cien de una universidad privada compusieron la muestra. Los resultados revelaron una

disparidad significativa con una $p < 0,5$ entre los dos grupos y una $p < 0,1$ para una dimensión particular del estrés, el malestar físico y psicológico.

1.2. Formulación del problema

¿Existe diferencias en los niveles de estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo?

1.3. Objetivos

1.3.1. General

Conocer las diferencias de estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

1.3.2 Específicos

Conocer las diferencias en la dimensión de estresores según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

Conocer las diferencias en la dimensión de síntomas según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

Conocer las diferencias en la dimensión de estrategias de afrontamiento según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

1.4. Hipótesis

1.4.1. General

Existe diferencia en los niveles de estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo.

1.4.2. Específicas

Existe diferencia en la dimensión de estresores según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo.

Existe diferencia en la dimensión de síntomas según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo.

Existe diferencia en la dimensión estrategias de afrontamiento según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1. Tipo de investigación

El presente trabajo de investigación fue de tipo básica, ya que, se pretendió un mejor conocimiento del estrés académico universitario; como lo señala Ñaupas et al. (2008) este tipo de investigación tiene por objetivo, el desarrollo de la ciencia y constituirse en fundamento de la investigación aplicada. Se trató de un enfoque cuantitativo no experimental, que implica el uso de técnicas cuantitativas para medir, generar muestras y proporcionar un procesamiento estadístico basado en la recolección y examen de datos (Ñaupas et al., 2018, p. 140). Fue no experimental ya que no se alteraron variables, simplemente se observaron los fenómenos en su entorno ordinario para ser estudiados de manera inmediata. (Hernández et al.,2014). En cuanto a su diseño fue descriptivo-comparativo, de forma en que sea comparado en grupos según el sexo, para determinar las diferencias en cuanto a niveles de estrés académico que experimentan. Ñaupas et al. (2008), afirma que estos diseños son útiles para observar las diferencias y semejanzas entre situaciones u otros. El esquema que plantean es el que se muestra a continuación:

M1 → O1

M2 → O2

Donde:

M1: Femenino

M2: Masculino

O: Observaciones de estrés académico

2.2. Población y Muestra

La población, de acuerdo a Ñaupas et al. (2018), no es sino el grupo o totalidad de sujetos, objetos, hechos, fenómenos o conglomerados; todos los cuales gozan de características similares entre sí. En esta investigación la población fue de 120.

Naupas et al. (2018) destacan la importancia de una muestra en la investigación, señalando que debe poseer las mismas características que la población de la que se extrae. La muestra de este estudio estuvo compuesta por 80 estudiantes de Psicología de una universidad privada, con edades comprendidas entre los 17 y los 25 años y de ambos sexos, matriculados del séptimo al décimo ciclo. La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo intencional no probabilístico, lo que significa que el investigador eligió a los participantes basándose en rasgos pertinentes para el estudio. (Sampieri et al, 2014).

2.3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

Para la recolección de la información se utilizó como técnica la encuesta la cual, de acuerdo a Ortiz (2006), consiste en un proceso de interrogación para saber lo que opina, cuáles son las actitudes, las creencias, etc. de las personas involucradas en una situación o problema que de otra manera no se podría conocer. Se suele aplicar a una muestra cuando la población es ubérrima en número.

El Inventario Cognitivo Sistémico para el Estudio del Estrés Académico (SISCO), diseñado por el mexicano Arturo Barraza Macías, fue empleado para valorar las respuestas físicas, psicológicas y conductuales ante la presión educativa; éste se basó en la teoría cognitiva sistémica del estrés académico (Barraza, 2007). Posteriormente, la

peruana Lourdes del Pilar Ancajima lo adaptó, utilizándolo en 844 estudiantes universitarios de ambos sexos de entre 18 y 25 años, procedentes de diversas disciplinas de la Universidad Nacional del Distrito de Trujillo (Ancajima, 2017).

Los estudiantes universitarios suelen completar el proceso de solicitud en 10 ó 15 minutos, tanto individual como conjuntamente. Se trata de una escala tipo Likert de cinco valores, de 1 (nunca) a 5 (siempre), dividida en categorías. El inventario consta de 31 ítems divididos en tres subescalas. Los ítems están estructurados de modo que se utiliza una pregunta de filtro sí/no para determinar si el participante es capaz de responder, así como una pregunta que evalúa la magnitud del estrés académico en una escala Likert de 5 puntos. La subescala de factores estresantes consta de ocho ítems (de 3 a 10), la subescala de síntomas tiene quince ítems (de 11 a 25), y la subescala de estrategias de afrontamiento se compone de seis ítems (de 26 a 31). (Ancajima, 2017).

Las propiedades psicométricas del inventario fueron investigadas por el creador de la prueba en México, que observó coeficientes de correlación ítem-prueba de .895, .769 y .675 en las dimensiones de síntomas, estresores y estrategias de afrontamiento, respectivamente (Barraza, 2007). Además, 10 expertos evaluaron la validez de contenido de la adaptación en el distrito de Trujillo, arrojando puntuaciones de .95 y 1 en las tres dimensiones. Además, se realizó un análisis factorial confirmatorio empleando el método de mínimos cuadrados no ponderados, que arrojó resultados fiables ($GFI = .98$, $RMR = .05$) y un ajuste de comparación satisfactorio ($NFI = .97$). En este estudio, la eficacia del cuestionario se comprobó mediante la técnica de correlación ítem-prueba, y todos los ítems obtuvieron puntuaciones de .277 a .701. (Ancajima, 2017).

El autor utilizó la técnica de las mitades de Pearson y el alfa de Cronbach para medir la fiabilidad del inventario. La técnica de mitades de Pearson reveló una puntuación general del instrumento de 0,83, de los factores estresantes de 0,82, de los síntomas de 0,88 y de los métodos de afrontamiento de 0,71. Por su parte, el alfa de Cronbach arrojó una puntuación del instrumento general de 0,90, de los estresores de 0,95, de los síntomas de 0,91 y de los métodos de afrontamiento de 0,69. Esta evaluación se realizó en dos etapas: en la primera se estableció la fiabilidad inicial utilizando todo el conjunto de 41 ítems; después, tras la eliminación de los 10 ítems que indicaban problemas en las pruebas de validez, se volvió a calcular la fiabilidad, considerándose esta vez definitiva para los 31 ítems restantes. (Barraza, 2007).

Se utilizó el coeficiente Omega para evaluar la fiabilidad del instrumento empleado en Trujillo, Perú, que produjo niveles de fiabilidad de .85 para los estresores, .94 para los síntomas y .74 para los mecanismos de afrontamiento. Para evaluar aún más la fiabilidad, se aplicó el coeficiente alfa de Cronbach en un experimento piloto, que arrojó valores de .761 para los estresores, .881 para los síntomas, .726 para las técnicas de afrontamiento y .838 para toda la escala. (Ancajima, 2017)

2.4. Procedimiento

La aplicación del cuestionario se realizó de manera virtual, para lo cual se hizo uso de los formularios de Google. Se diseñó y se configuró incluyendo el consentimiento informado y los reactivos, y en aras de mantener el anonimato de los participantes, se excluyó un apartado para llenar nombres y apellidos. Previamente, la encuesta se difundió en las redes sociales entre los estudiantes de Psicología de los últimos cursos de la Universidad Privada del Norte. La información recogida se introdujo en un archivo de

Microsoft Excel, donde se ordenó por componentes y apartados, lo que facilitó la suma de los totales. Seguidamente, se procedió al análisis estadístico descriptivo de los datos ordenados y consolidados en la hoja de Excel, por medio del software SPSS, versión 25, cuyos resultados se muestran en tablas en la sección contigua del presente trabajo. Asimismo, con la ayuda del mismo aplicativo se realizó el análisis estadístico inferencial, ejecutando primero la prueba de normalidad, específicamente la denominada Kolmogorov-Smirnov dado que la muestra es superior a los 50 sujetos (tabla1); concluyendo, a partir de los resultados, que la distribución de los datos recolectados no son normales, por ende, se debe aplicar una prueba no paramétrica para probar las hipótesis estadísticas, que, considerando además los objetivos de investigación propuestos, la prueba idónea es la U de Mann Whitney, para muestras que provienen de dos grupos independientes. Las pruebas de la hipótesis se muestran en capítulo III.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Tabla 1

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

ESTRÉS ACADÉMICO SEGÚN GENERO	Estadístico U de Mann Withney ^a		
	U de Mann Withney	Sig. Asint. Bilateral (hombres - mujeres)	Decisión n
Estrés académico total	163.500	0.000	Se acepta la hipótesis

Fuente: SPSS

La Tabla 1 reveló que el valor P de significación era de 0,000 ($P \leq 0,05$), lo que es estadísticamente significativo a un nivel de significación del 0,05%. Por consiguiente, se aceptó y verificó la hipótesis general.

Tabla 2

Diferencias en la dimensión de estresores según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

DIMENSIÓN ESTRESORES	Estadístico U de Mann Withney ^a		
	U de Mann Withney	Sig. Asint. Bilateral (hombres - mujeres)	Decisión n
Estresores	61.500	.000	se acepta la hipótesis

Fuente: SPSS

La Tabla 2 indicaba que el valor P de la dimensión estresores era de 0,000 ($P \leq 0,05$), lo que es significativo a un nivel de confianza del 0,05%. Así pues, se confirmó la hipótesis y se verificó la Hipótesis 1. Esto debido a que las mujeres en su mayoría percibieron que su entorno educativo era muy demandante psicológica, física y socialmente al punto de considerarlos una amenaza a su salud e incluso a la integridad a su vida. Concretamente, percibieron una sobrecarga académica de trabajos individuales o grupales y exposiciones u otros, y experimentaron mayor tensión ante las evaluaciones.

Tabla 3

Diferencias en la dimensión de síntomas según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

DIMENSIÓN SÍNTOMAS	Estadístico U de Mann Withney ^a		
	U de Mann Withney	Sig. Asint. Bilateral (hombres - mujeres)	Decisión n
Síntomas	196.500	.000	Se acepta la hipótesis

Fuente: SPSS

La Tabla 3 mostró que el valor P para la dimensión síntomas era de 0,000 ($P \leq 0,05$), lo que es estadísticamente significativo al nivel del 0,05%. Por consiguiente, se validó la hipótesis y se verificó la Hipótesis 2.

Tabla 4

Diferencias en la dimensión de estrategias de afrontamiento según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	Estadístico U de Mann Withney ^a		
	U de Mann Withney	Sig. Asint. Bilateral (hombres - mujeres)	Decisión n
Estrategias de afrontamiento	497.500	.002	Se acepta la hipótesis

Fuente: SPSS

La tabla 4 mostró un valor P de 0,002, lo que indica que los resultados eran estadísticamente significativos ($P \leq 0,05$) al nivel del 0,05%. Así pues, se validó la hipótesis general y se confirmó la hipótesis 3. Debido a que las mujeres desarrollaron más esfuerzos conductuales y cognitivos para hacer frente a un escenario académico que percibieron muy exigente al punto de exceder sus recursos personales.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1. Discusión

Cabe mencionar, que, para poder obtener los resultados de la investigación, hubo muchas limitaciones, tales como la dificultad para la aplicación de las encuestas, dado que están relacionados directamente con información privada de cada encuestado y las clases se realizaban de manera online por la pandemia covid19, teniendo en cuenta ello, se propuso realizar las encuestas de forma anónima donde solo tendrían acceso a esa información, el investigador principal; y además se tuvo que realizar una reunión vía online con cada encuestado para que respondiera adecuadamente.

Fue posible realizar el estudio aún con todos los obstáculos, comprobándose la hipótesis general: que existe diferencia en los niveles de estrés académico entre géneros en estudiantes de una universidad privada de Trujillo. Esto se comprobó con los resultados de las encuestas y el estadístico U de Mann Withney, que fue menor a 0,05, arrojando un valor de 0,000. Esto significa que la hipótesis general fue aceptada. Se encontró que el 95% de las mujeres encuestadas experimentaron altos niveles de estrés académico, en comparación con sólo el 17,5% de los varones. Esto es contrastable con investigaciones previas como la desarrollada Trujillo y Gonzáles (2019), donde la población femenina era quien sufría nivel estrés mal alto en comparación con la masculina; además el estrés se elevaba si las mujeres trabajaban y estudiaban a la vez; en comparación con Lorenzo (2017), el 90% de las estudiantes presentaban niveles de estrés moderado. Igualmente, concluye la investigación de Duarte, Braschi y Sánchez (2017), ya que demostraron que las estudiantes de enfermería presentaron mayores niveles de estrés que los hombres durante las prácticas. Resultados similares se encontraron en los

estudios de Venacio (2018), Martínez (2019), Damián (2016) y Llanos (2016); a excepción del trabajo de Cornejo y Salazar (2018), que no hallaron diferencias de género en el padecimiento del citado estrés, aunque identificaron que en los estudiantes de una universidad privada predomina un nivel alto frente a un nivel bajo que domina en la universidad pública. Según ACHA (2019) las diferencias entre hombres y mujeres en referencia el estrés es debido a que el género femenino se preocupa más por realizar trabajos, tareas o dar una evaluación perfecta; tienden a percibirse más preocupadas y piensan mucho antes de realizar una labor, dado que prestan mayor atención a los detalles; aunque en menor proporción hay quienes indican que su estrés se debe a que tienen otras actividades que realizar y no les da tiempo de realizar todas correctamente.

En cuanto al contraste de la hipótesis 1: puede confirmarse por los resultados de significación, ya que el examen arrojó un valor P de 0,000 ($P \leq 0,05$) para la dimensión estresores, lo que se considera significativo a un nivel de 0,05%. Esto significa que se acepta la hipótesis, comprobándose así que existe distinción entre la dimensión estresores según el género en los estudiantes de una universidad privada de Trujillo. Lorenzo (2017) ha afirmado que las mujeres manifiestan un mayor nivel de estresores que los hombres. Un estresor se define como un evento personal o ambiental que causa estrés. Los estudios han revelado que los factores estresantes que afectan el bienestar de los estudiantes de parecen estar relacionados con la formación profesional, especialmente los asuntos académicos. Las formas predominantes de estresores que se encontraron entre las estudiantes de fueron estresores sociales, de enseñanza y aprendizaje, interpersonales y relacionados con actividades grupales. (Surubí y Castaldo, 2016)

La hipótesis 2 puede confirmarse por los resultados de la prueba de significación, que revelaron un valor P de 0,000 ($P \leq 0,05$), lo que indica que la diferencia en la dimensión síntoma según el sexo en los estudiantes de una universidad privada de Trujillo es estadísticamente significativa (a un nivel de significación del 0,05%). Por tanto, se acepta la hipótesis. Dentro de los síntomas que se presentan suelen ser dolores de cabeza, tensión muscular, falta de apetito, aunque en otras estudiantes se suele presentar aumento del apetito, enfermedades gastrointestinales e incluso afectación en el periodo menstrual (ACHA, 2019)

Los resultados de la prueba de significación, que arrojaron un valor P de 0,002 ($P \leq 0,05$), confirmaron la Hipótesis 3. Este valor es estadísticamente significativo, por lo que indica que, efectivamente, existe una disparidad en la dimensión de las estrategias de afrontamiento entre los estudiantes de una universidad privada de Trujillo, en función del género. Ávila (2014) señaló cinco estilos de estrategias de afrontamiento, que coincidían con las respuestas recogidas: centrado en el problema, centrado en la emoción, apoyo social, afrontamiento religioso y construcción de significado.

4.2. Conclusiones

A partir de los resultados obtenidos, se determina que sí existe diferencia significativa según el sexo en los estudiantes universitarios investigados, siendo las mujeres quienes muestran más estrés en comparación de los hombres debido a la recarga académica.

Se concluye, asimismo, que sí existe diferencia significativa según el sexo de los estudiantes universitarios investigados en la dimensión estresores, siendo las mujeres quienes consideran que su entorno académico universitario es muy demandante (estresores) a diferencia de los hombres.

En conclusión, igualmente, se evidencia diferencias determinantes según el sexo de los estudiantes universitarios investigados en la dimensión síntomas, siendo las mujeres quienes experimentan en mayor medida síntomas de desequilibrio en comparación con los hombres.

En conclusión, igualmente, se evidencia diferencias determinantes según el sexo de los estudiantes universitarios investigados en la dimensión afrontamiento, siendo las mujeres quienes en mayor medida ejecutan acciones para restaurar su equilibrio perdido en comparación con los hombres.

REFERENCIAS

- 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.
- Ancajima, L. (2017). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en universitarios de la ciudad de Trujillo*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/650/ancajima_cl.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista Conciencia*, 2(1), 117-125.
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2310-02652014000100013&lng=es&tlng=es.
- Barraza, A. (2007). *Inventario SISCO del Estrés Académico*. [Tesis de pregrado, Universidad Pedagógica de Durango]. Dialnet
[file:///C:/Users/FELICITA/Downloads/DialnetElInventarioSISCODeEstresAcademico-2358921%20\(18\).pdf](file:///C:/Users/FELICITA/Downloads/DialnetElInventarioSISCODeEstresAcademico-2358921%20(18).pdf)
- Barraza, A. (2004). El estrés académico en los alumnos de postgrado. *Revista de Psicología Científica*, 1(4), 48–60
<http://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-postgrado/>
- Calvo, W. (2021). *Estrés académico en estudiantes universitarios – MICASAEMIS*.

<https://micasaemis.com/estresacademico/>

Cornejo, J., y Salazar, R. (2018). *Estrés académico en estudiantes de una universidad privada y nacional de Chiclayo* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo].

Repositorio de la Universidad César Vallejo.

[https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4237/Cornejo Sosa -](https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4237/Cornejo_Sosa_Salazar_Ramirez.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[Salazar Ramírez.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4237/Cornejo_Sosa_Salazar_Ramirez.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

De la Cruz Cerquin, Mayra Melissa (2021) Satisfacción a las clases en entornos virtuales

y estrés académico en estudiantes universitarios de Trujillo, 2021. [Tesis de

Posgrado, de la Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio de la Escuela de Posgrado

de la Universidad Cesar Vallejo:

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/72877/De%20La%20](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/72877/De%20La%20Cruz_CMM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[Cruz_CMM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/72877/De%20La%20Cruz_CMM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Díaz, C. (2020). *Estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes de una Universidad Privada de Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor

Orrego]. Repositorio de la Universidad Privada Antenor Orrego

[http://www.gonzalezcabeza.com/documentos/CRECIMIENTO_MICROBIANO.p](http://www.gonzalezcabeza.com/documentos/CRECIMIENTO_MICROBIANO.pdf)

[df](http://www.gonzalezcabeza.com/documentos/CRECIMIENTO_MICROBIANO.pdf)

Duarte, M., Montero, I. , Diaferia, L. y Muñoz, E. (2017). Estrés en estudiantes de

enfermería. *Revista Educación Médica Superior*, 31(3).

<http://ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/1067>

Llanos, E. (2016). Competencias genéricas y estrés académico en estudiantes

universitarios. *Revista Conciencia EPG*, 1(2), 11–19.

<https://doi.org/10.32654/concienciaepg.1-2.1>

Martinez, L. (2019). *Estrés académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Lima, Arequipa y Piura* [Tesis de pregrado, Universidad Pontificia Católica del Perú]. Repositorio de la Universidad Pontificia Católica del Perú. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14775/Martínez_Quispe_Estrés_académico_adaptación1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

MINSA. (15 de octubre de 2019). Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental. Obtenido de <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa%20trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>

Ñaupas, H.; Valdivia, M.; Palacios, J. y Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación (5a ed.)* Ediciones de la U. http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/MetodologiaInvestigacionNaupas.pdf

Salazar Vásquez, Ada Indira (2021). *Estrés académico en estudiantes de una universidad pública y privada durante clases virtuales en época de pandemia en Trujillo, 2020-* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio de la Universidad Privada Antenor Orrego: [http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8589/1/REP_ADA.SALAZAR_ESTR%
c3%89S.ACADEMICO.pdf](http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8589/1/REP_ADA.SALAZAR_ESTR%c3%89S.ACADEMICO.pdf)

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P.

(2014). *Metodología de la investigación* (6a. ed. --.). México D.F.: McGraw-Hill.

Venancio, G. (2018). *Estrés académico en estudiantes de una universidad nacional de*

Lima Metropolitana. [Tesis de pregrado, Universidad Federico Villarreal].

Repositorio de la Universidad Federico Villarreal.

<http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2383/VENANCIO%20REY>

[ES%20GUIOVANE%20ANTONIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2383/VENANCIO%20REY/ES%20GUIOVANE%20ANTONIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

ANEXOS

ANEXO N° 1. Consentimiento Informado

“Estrés académico según género en estudiantes de una Universidad Privada de Trujillo”

Estimado (a) participante:

Te saluda Karen Lizet Romero Horna egresada de la carrera de psicología de la Universidad Privada del Norte.

La presente investigación esta siendo realizada para obtener el grado de licenciada en psicología y tiene como objetivo determinar el nivel de estrés académico y las diferencias que presentan entre ambos géneros.

 romerohornakaren@gmail.com (no se comparten)
[Cambiar cuenta](#)



*Obligatorio

CONSENTIMIENTO INFORMADO

El presente cuestionario tiene como objetivo recolectar información para determinar la presencia del estrés académico en estudiantes de la carrera de psicología.

La participación a esta investigación es de carácter voluntario. En caso de acceder y estar de acuerdo con la misma, se te pedirá completar un ficha de datos generales y un cuestionario titulado "Inventario SISCO del Estrés Académico"

Te pedimos responder a las preguntas con toda sinceridad, la información que proporcionen será totalmente confidencial y no se analizara de forma individual. Solo se manejaran resultados globales.

REQUISITOS

Tener entre 18 a 25 años
Ser estudiante de la carrera de psicología
Ser estudiante de la Universidad Privada del Norte

1. En base a lo anteriormente expuesto, ¿ Deseas participar voluntariamente de esta investigación? *

Marca solo una alternativa.

- SI
 NO

ANEXO N° 2. Matriz de consistencia

VARIABLE	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	METODOLOGÍA
<p>Estrés académico El estrés denominada como una tensión excesiva, señalando que, desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de postgrado, cuando una persona está en período de aprendizaje experimenta tensión, a la cual denomina estrés académico, desarrollándose en el estudio individual como en el aula Barraza (2004).</p>	<p>¿Existe diferencia en los niveles de estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada del distrito de Trujillo?</p>	<p>General: Identificar los niveles de estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada del distrito de Trujillo.</p> <p>Específicos: Determinar la diferencia en la dimensión de estresores según género en estudiantes de una universidad privada del distrito de Trujillo.</p> <p>Determinar la diferencia en la dimensión de síntomas o reacciones según género en estudiantes de una universidad privada del distrito de Trujillo.</p> <p>Determinar la diferencia en la dimensión de estrategias de afrontamiento según género en estudiantes de</p>	<p>General: Existe diferencia en los niveles de estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada del distrito de Trujillo.</p> <p>Específicos: Existe diferencia en la dimensión de estresores según género en estudiantes de una universidad privada del distrito de Trujillo.</p> <p>Existe diferencia en la dimensión de síntomas o reacciones según género en estudiantes de una universidad privada del distrito de Trujillo.</p> <p>Existe diferencia en la dimensión estrategias de</p>	<p>Enfoque: cuantitativo no experimental</p> <p>Tipo de investigación: básica.</p> <p>Nivel: descriptivo</p> <p>Población: Estuvo conformada por 117 estudiantes del séptimo al décimo ciclo de la carrera de Psicología de la Universidad Privada del Norte, que incluye a ambos sexos y cuyas edades fluctuaban entre los 17 a 25 años.</p> <p>Muestra: La muestra estuvo conformada por ochenta estudiantes de ambos sexos</p>

una universidad privada
del distrito de Trujillo

afrentamiento según género en
estudiantes de una universidad
privada del distrito de Trujillo.

Técnica:
encuesta

Identificar los niveles de la
dimensión de estresores
según género en
estudiantes de una
universidad privada de
Trujillo.

Establecer los niveles de la
dimensión de síntomas
según género en
estudiantes de una
universidad privada de
Trujillo.

Determinar los niveles en
la dimensión de estrategias
de afrontamiento según
género en estudiantes de
una universidad privada de
Trujillo

Instrumento:

Se utilizado el Inventario
Sistémico Cognoscitivista
(SISCO) del estrés
académico, creado por el
mexicano Arturo Barraza
Macías. Adaptada a la
realidad peruana por
Lourdes del Pilar
Ancajima.

ANEXO N° 3. Matriz de operacionalización de variable estrés académico

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Escala de medición	Instrumento
Estrés académico	Un desarrollo sistémico de carácter adaptativo y psicológico que se manifiesta de manera descriptiva en tres etapas: Primero cuando los alumnos están expuestos a contextos escolares en una serie de demandas, que bajo la valoración del alumno, son denominadas estresores (Input), segundo cuando los estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se expresa mediante una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio), por último, ante el desequilibrio sistemático impulsa al alumno a tomar acciones de afrontamiento(output) para restaurar el desequilibrio sistémico.	El inventario SISCO de estrés académico tiene 31 ítems para medir las siguientes dimensiones Estresores Síntomas, Estrategias de afrontamiento, teniendo un ítem de filtro, en términos dicotómicos, y escalamiento tipo Lickert (Valores numéricos y categoriales).	<p>Estresores: Demandas a las que el individuo está sometido, y que pueden convertirse en estresores; estos pueden ser psicológicos, físicos y sociales, manifestándose como una amenaza a la integridad vital de la persona (Barraza, 2006)</p> <p>Síntomas La situación estresante se presenta en los alumnos a través de un conjunto de indicadores que se desarrolla de manera característica en las personas, de tal manera que el desequilibrio sistémico va a ser</p>	Lickert	<p>Inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO) del estrés académico, creado por el mexicano Arturo Barraza Macías.</p> <p>Adaptada a la realidad peruana por Lourdes del Pilar Ancajima.</p>

manifestado de manera diferente, en cantidad y variedad, por cada individuo. Estos indicadores son clasificados según (Rossi, 2001 citado por Barraza, 2006)

Estrategias de Afrontamiento

Definen el afrontamiento como “dichos esfuerzos conductuales y cognitivos constantemente cambiantes que frecuentemente se presentan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo. (Lazarus y Folkman, 1986 citado en Barraza, 2006)

ANEXO N° 4. Ficha técnica del Inventario SISCO del estrés académico

- 1. Nombre:** Inventario SISCO del Estrés Académico
- 2. Autor:** Arturo Barraza Macías
- 3. Origen:** Durango, México
- 4. Adaptación:** Lourdes del Pilar Ancajima – Trujillo, Perú
- 5. Objetivo:** definir las características del estrés académico que puede acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios.
- 6. Administración:** individual o colectiva
- 7. Duración:** 15 a 20 minutos
- 8. Descripción:** Está conformada por 3 subescalas las cuales miden tres grandes dimensiones: estresores, síntomas o reacciones y estrategias.
- 9. Tipo de respuesta:** Los ítems son contestados a través de escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre)
- 10. Estructura:** El Inventario SISCO de estrés académico se compone de 31 ítems presentados de la siguiente manera:
 - 1 ítem de filtro, en términos dicotómicos que permite verificar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.
 - 1 ítem que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores numéricos (de 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) permite identificar el nivel de intensidad de estrés académico.
 - 8 ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores en categorías (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresantes.
 - 15 ítems que, en un escalamiento tipo Lickert se cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia con que se manifiestan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
 - 6 ítems que, en un escalamiento tipo Lickert se cinco valores determinados en (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) posibilita identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento.
- 11. Propiedades psicométricas:** El Inventario SISCO del estrés académico presenta una confiabilidad del 0,90 lo cual indica que es válido para su aplicación, asimismo, una consistencia de contenido a través del cálculo de omega, teniendo un resultado del 0,85. Estos niveles de confiabilidad logran ser valorados como muy buenos (De Vellis, T. en García, A., 2005) o elevados (Murphy, E. y Davishofer, M. en Hogan, H., 2004). Se verifico la homogeneidad y direccionalidad de los ítems que conforman el inventario dentro del análisis de consistencia interna y de grupos

contrastados. Estos resultados se ven centrados en la relación entre los ítems y el puntaje global del inventario logrando afirmar que todos los ítems forman parte del constructo determinado en el modelo conceptual construido, en este caso, el estrés académico.

ANEXO N° 5. Reactivos del Inventario SISCO del estrés académico.

INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

El cuestionario presente tiene como objetivo definir las características del estrés académico que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios.

Responder las preguntas con toda sinceridad, de manera que servirá de gran utilidad para el estudio con un fin investigativo, de manera que la información que proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales.

Edad:.....Sexo:.....Facultad:.....

Escuela:.....Año de estudio:.....

Recibe usted tratamiento Psiquiátrico: Si No

Recibe usted tratamiento psicológico: Si No

1.- ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso de este semestre?

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 las siguientes preguntas.

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5, señala tu nivel de preocupación o nerviosismo. En la escala propuesta (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:

Ítem	(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					
Ítem	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastorno 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					
Ítem	(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.					
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad					

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

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.

Ítem	(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 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 N° 6. Prueba de normalidad.

Prueba de normalidad de la muestra

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
TOTAL	0,136	80	0,001

ANEXO 7: RESULTADOS DESCRIPTIVOS

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

		Estrés				Total
		Bajo nivel	Promedio bajo	Promedio alto	Alto nivel	
Femenino	Recuento	0	1	1	38	40
	% dentro de Sexo	0,0%	2,5%	2,5%	95,0%	100,0%
	<hr/>					
Masculino	Recuento	8	21	4	7	40
	% dentro de Sexo	20,0%	52,5%	10,0%	17,5%	100,0%
	<hr/>					

Fuente: encuesta

De la tabla, se observa que del total de las cuarenta mujeres que conformaban dicho grupo, 38 de ellas se ubicaron en el nivel alto de la variable estrés académico, lo que porcentualmente representa el 95% de dicho grupo. Mientras que del total de los cuarenta hombres que integraron este grupo, solo siete de sus miembros se ubicaron en el nivel alto de la citada dimensión, lo que porcentualmente representó 17,5% de dicho grupo. Por lo expuesto, el estrés académico que es un proceso adaptativo que siente el estudiante al estar inmerso un contexto educativo que se consideraba altamente demandante provocándole un

desequilibrio sistémico, es de acuerdo a los resultados mostrados, experimentado mayoritariamente por las estudiantes.

Resultados dimensión estresores según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo.

		Estresores			Total	
		Bajo nivel	Promedio bajo	Promedio alto	Alto nivel	
Femenino	Recuento	0	2	7	31	40
	% dentro de Sexo	0,0%	5,0%	17,5%	77,5%	100,0%
Masculino	Recuento	29	4	6	1	40
	% dentro de Sexo	72,5%	10,0%	15,0%	2,5%	100,0%

Fuente: encuesta

De la tabla, se advierte que del total de las cuarenta mujeres que conformaron dicho grupo, 31 de ellas se ubicaron en el nivel alto de la dimensión estresores de la variable estrés académico, lo que porcentualmente representó el 77.5% de dicho grupo; Mientras del total de los cuarenta hombres que integraron este grupo, solo uno de sus miembros se ubicó en el nivel alto de la citada dimensión, lo que porcentualmente representó 2.5% de dicho grupo.

Resultados dimensión síntomas según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo.

		Síntomas				Total
		Bajo nivel	Promedio bajo	Promedio alto	Alto nivel	
Femenino	Recuento	1	0	1	38	40
	% dentro de Sexo	2,5%	0,0%	2,5%	95,0%	100,0%
Masculino	Recuento	8	23	1	8	40
	% dentro de Sexo	20,0%	57,5%	2,5%	20,0%	100,0%

Fuente: encuesta

De la tabla, se advierte que del total de las cuarenta mujeres que conformaron dicho grupo, 38 de ellas se ubicaron en el nivel alto de la dimensión síntomas de la variable estrés académico, lo que porcentualmente representó el 95% de dicho grupo; Mientras del total de los cuarenta hombres que integraron este grupo, solo ocho de sus miembros se ubicaron en el nivel alto de la citada dimensión, lo que porcentualmente representó (20%) de dicho grupo

Resultados dimensión estrategias de afrontamiento por género de los estudiantes universitarios

		Estrategias de Afrontamiento				Total
		Bajo nivel	Promedio bajo	Promedio alto	Alto nivel	
Femenino	Recuento	1	4	11	24	40
	% dentro de Sexo	2,5%	10,0%	27,5%	60,0%	100,0%
Masculino	Recuento	10	2	17	11	40
	% dentro de Sexo	25,0%	5,0%	42,5%	27,5%	100,0%

Fuente: encuesta

De la tabla, se observa que del total de las cuarenta mujeres que conformaron dicho grupo, 24 de ellas se ubicaron en el nivel alto de la dimensión estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico, lo que porcentualmente representó el 60% de dicho grupo. Mientras que del total de los cuarenta hombres que integraron este grupo, solo once de sus miembros se ubicaron en el nivel alto de la citada dimensión, lo que porcentualmente representó 27,5% de dicho grupo