



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“ESTILOS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS
ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE
PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA,
2022”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autor:

Greizy Viviana Lozano Ruiz

Asesor:

Mg. Erica Rojana González Ponce de León

<https://orcid.org/0000-0002-6940-3751>

Lima - Perú

2023

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	NANCY ALFONSINA NEGREIROS	18136825
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	JORGE ALBERTO FLORES MORALES	08039505
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	JOHNNY ERICK ENCISO RIOS	06093118
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD

Tesis Lozano

ORIGINALITY REPORT

15%	16%	7%	9%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Universidad Privada del Norte Student Paper	8%
2	hdl.handle.net Internet Source	7%

Exclude quotes On
Exclude bibliography On

Exclude matches < 2%

DEDICATORIA

La presente tesis la dedico a mi madre Rogelia, quien fue la que me ayudó en todo este proceso, pues sin ti no lo hubiera podido lograr. Tus esfuerzos son impresionantes y tu amor para mi es invaluable, me has educado, me has proporcionado todo y cada cosa que he necesitado. De verdad tengo mucho que agradecerte. Gracias por siempre alentarme a luchar por mis sueños. Te Amo mamá.

También, quiero dedicar esta tesis a mi pareja y padre de mi hija José Carlos, la ayuda que me has brindado ha sido sumamente importante, estuviste en los momentos y situaciones más tormentosas, siempre ayudándome a salir adelante. No fue fácil culminar con este proyecto, pero siempre me decías que lo lograría perfectamente. Por todo ello, muchas gracias. Te Amo.

Por último, a mi hija Zuyevska Abril, eres mi motivación, eres la que libera mi mente de todas las adversidades que puedan presentarse y me impulsas cada día a querer superarme. No es fácil lo sé, pero si no te tuviera mi vida sería un desastre sin ti. Gracias Dios por enviarme a una niña que, aunque aún no habla bien me está enseñando sabias lecciones para la vida. Te Amo mi niña.

AGRADECIMIENTO

La vida se encuentra plagada de retos, y uno de esos retos es la Universidad. Me he dado cuenta de que más allá de ser un reto, es una base no solo para el entendimiento del campo en el que me he visto inmersa, sino para lo que concierne a la vida y mi futuro.

Gracias UPN y mis maestros por brindarme día a día sus conocimientos para poder llegar hoy hasta donde estoy.

Tabla de contenido

Jurado evaluador	2
Informe de similitud	3
Dedicatoria.....	4
Agradecimiento	5
Tabla de contenido	6
Índice de tablas	7
Índice de figuras	8
Resumen	9
Capítulo I: Introducción	10
Capítulo II: Metodología	31
Capítulo III: Resultados	41
Capítulo IV: Discusión y Conclusiones	47
Referencias	55
Anexos	64

Índice de tablas

Tabla 1. Frecuencia de los estilos de afrontamiento en los estudiantes de psicología.....	41
Tabla 2. Niveles del estrés académico en los estudiantes de psicología.....	42
Tabla 3. Análisis de correlación entre afrontamiento y estrés académico.....	43
Tabla 4. Análisis de correlación entre los estilos de afrontamiento y el estrés académico....	44
Tabla 5. Prueba de Normalidad	70
Tabla 6. Características sociodemográficas de la muestra.....	71
Tabla 7. Confiabilidad del Cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés	72
Tabla 8. Confiabilidad del Inventario Sistemático Cognoscitivista del estrés académico	72

Índice de figuras

Figura 1. Diseño de contrastación	32
---	----

RESUMEN

Este estudio busco establecer la correlación entre los estilos de afrontamiento y el estrés académico. Siguiendo un enfoque cuantitativo, se adoptó un diseño no experimental, transversal y de alcance correlacional. La muestra se conformó por 213 estudiantes de psicología. Se utilizaron dos instrumentos principales para la recolección de datos: el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE) y el Inventario Sistemático Cognoscitivista del Estrés Académico. Mediante el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, se obtuvo un valor de significancia de $p=.000 < 0.05$ ($p < \alpha$) de $Rho=-.527$, lo que indica una relación significativa y negativa entre los estilos de afrontamiento orientados al problema y el estrés académico. Además, se encontró una correlación significativa y negativa entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el estrés académico ($p=.013 < 0.05$; $Rho=-.332$), así como entre otros estilos adicionales de afrontamiento y el estrés académico ($p=.006 < 0.05$; $Rho=-.314$). En síntesis, este estudio concluye que altos grados de uso de estilos de afrontamiento están asociados con bajos niveles de estrés académico en los estudiantes examinados, y viceversa.

PALABRAS CLAVES: estilos de afrontamiento, estrés académico, estudiantes de psicología.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

El estrés es en la actualidad un fenómeno que afecta a toda actividad humana; sin embargo, al parecer, en el ámbito académico se hacen más susceptibles a las reacciones emocionales que genera (Lozano, 2020). Asimismo, el incremento de los niveles de estrés en los estudiantes está en relación con las situaciones que se presentan en su centro educativo tales como los problemas de conexión a internet, la exposición permanente a la fatiga física, entre otras (Estrada et al., 2020).

Las investigaciones indican que un elemento estresante vivido en el ámbito universitario podría actuar como un pronosticador de diagnósticos de salud mental (Berdida y Grande, 2023). El estrés afrontado por los estudiantes universitarios es de naturaleza multifacética y podría deberse a diversos factores contribuyentes (Tomás, 2022). De hecho, la American Psychological Association (2020) destaca que un número cada vez mayor de pruebas sugiere que el estrés académico tiene un papel relevante en la vida universitaria; hasta el 87% de los estudiantes universitarios encuestados en los Estados Unidos identificaron la educación como su principal origen de estrés.

La percepción del estrés académico varía entre los diferentes colectivos de estudiantes universitarios (Lee et al., 2021). Por ejemplo, las estudiantes universitarias reportan experimentar un nivel de estrés más elevado que sus homólogos masculinos (APA, 2020). Del mismo modo, los estudiantes de ambos sexos responden de manera diferente a los factores estresantes (Araoz, 2021). Además, en comparación con sus compañeros cisgénero, los estudiantes no binarios expresan una mayor cantidad de elementos estresantes y problemas de salud mental (Budge et al., 2020). También se ha demostrado que el año académico en el que

se hallan los estudiantes universitarios incide en los niveles de estrés académico (Defeyter et al., 2021). A pesar de que varios estudios apuntan a que los grupos de estudiantes de minorías raciales/étnicas, como estudiantes negros/afroamericanos, hispanos/latinos y asiático-americanos, tienen más posibilidades de experimentar ansiedad, depresión y tendencias suicidas que sus pares blancos (Kodish et al., 2022), estas investigaciones son limitadas y, a menudo, presentan hallazgos inconsistentes o no concluyentes (Kodish et al., 2022).

Actualmente, el estrés académico es tomado en cuenta como un fenómeno global que afecta la educación superior a nivel de América Latina. Puig et al., (2020) realizó un estudio relacionado al tema, donde halló que, de la muestra total, sólo el 70% de estudiantes mexicanos presentaron niveles moderados de estrés académico. Asimismo, Rodríguez et al., (2020) encontró que el 90% de los estudiantes puertorriqueños mostraron dificultades relacionadas a los agentes estresores académicos. En el 2018, Castillo, Barrios y Alvis llevaron a cabo una investigación con estudiantes colombianos, hallaron que el 90% de la muestra experimentó estrés académico durante el periodo de clases. En efecto, los estudios a nivel mundial coinciden al señalar que los estudiantes en varias ocasiones perciben que se ven desbordado en sus recursos para hacer frente a niveles cada vez más altos de estrés académico (Fawaz y Samaha, 2020).

Una investigación desarrollada por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2020) en el Perú encontró que cerca de 1.895.907 estudiantes universitarios, de ambos sexos han sido afectados en relación con sus actividades académicas. De ahí que, la interrupción de responsabilidades, restricción de movilización, la distancia social, el cambio de métodos de aprendizaje de los tradicionales por los virtuales, las nuevas demandas académicas, psicológicas y tecnológicas han ocasionado un

incremento significativo de estrés académico, presión y ansiedad para la población universitaria (Sanz et al., 2020).

De igual manera, Araoz (2021) encontró que los estudiantes universitarios presentan niveles altos de estrés académico, dado que perciben que en el ámbito de educación a distancia en plena pandemia por el COVID -19 existen factores estresores que les generan una serie de reacciones físicas, psicológicas y comportamentales a raíz de las limitadas estrategias de afrontamiento, de hecho, el autor recalca que las situaciones problemáticas antes de pandemia a día de hoy se han agudizado afectando al estudiantes no solo en el ámbito académico, sino también en el personal, familiar y económico.

En efecto, un estudio a nivel local llevado a cabo por Saavedra y Quispe (2021), revelo que 37.81% de una muestra de estudiantes de la carrera de psicología presentaban valores cercanos al nivel severo de estrés académico, este panorama los expone a manifestar incapacidad para relajarse, sentimientos de tristeza, tendencia a discutir, desgano para resolver las actividades académicas, etc. Estos resultados, se confirman con lo encontrado por Castilla (2021), quien indica que el 53.2% de los estudiantes de la carrera de psicología de una universidad de Lima sur presenta un nivel promedio de estrés académico. Aunado a lo anterior, Ramos (2021) examino una muestra de estudiantes de psicología de la zona norte de la ciudad de Lima, y sus resultados estadísticos reflejaron que el nivel que predomina es el nivel medio de estrés académico.

Observar tales resultados en una población de estudiantes de psicología son preocupantes, dado refleja que los universitarios se encuentran expuestos en gran medida al estrés académico y sus repercusiones, y dicha situación solo hace más que incrementarse, a medida que la pandemia por el COVID-19 sigue su curso y también, por el avance de ciclos de

estudio, dado que, se incrementan las responsabilidades por las prácticas pre profesionales y la acumulación de trabajo, sumado al bajo rendimiento y problemas económicos terminen por ser una de las razones por las cuales el estudiante de psicología abandona o pausa la carrera por un tiempo (Saavedra y Quispe, 2021).

En relación a la justificación Teórica, la presente investigación proporcionará información más actualizada sobre los estilos de afrontamiento y el estrés académico en población universitaria, lo cual propiciará el respectivo análisis del modelo conceptual sistémico cognoscitivista de Barraza y la teoría transaccional del estrés de Lazarus y Folkman con los hallazgos encontrados y los antecedentes de investigación. Además, los resultados de correlación entre las variables de estudio servirán como base para futuras investigaciones asociadas al tema, así como que se explore en otras poblaciones de estudio.

En cuanto a la justificación práctica, este estudio es relevante, dado que se demostrará mediante evidencias científicas el tipo de relación que existe entre los estilos de afrontamiento y el estrés académico, así como se busca dar a conocer los resultados encontrados a nivel local. Asimismo, se determinó como población de estudio a los estudiantes de la carrera de psicología, debido a que en los últimos años se identificó mayor incidencia de problemas relacionados a las variables de estudio, así como resultó preocupante que surja esta problemática en plena etapa de formación académica como futuros profesionales de la salud mental.

Con respecto a la relevancia social, el presente estudio beneficiará a los estudiantes de psicología, dado que se conocerá la relación que existe entre los estilos de afrontamiento y el estrés académico, así como los niveles de prevalencia por cada variable, lo cual permitirá que

esta investigación sirva como apoyo para próximos estudios aplicativos y de esta forma contribuya con la solución a largo plazo del problema.

Antecedentes de Investigación

Antecedentes Internacionales

En España, Gonzales (2022) llevó a cabo un estudio titulado "Estilos de afrontamiento y estrés académico durante el COVID-19", cuyo objetivo fue establecer si hay una conexión entre los enfoques de afrontamiento y el estrés académico en un grupo de 106 estudiantes universitarios, compuesto por 76 mujeres y 30 varones. Esta investigación fue de naturaleza cuantitativa, no experimental, transaccional y con un enfoque correlacional. Se emplearon el Cuestionario de formas de afrontamiento y el SISCO. Los hallazgos señalan que existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento enfocada en el problema y la sintomatología física, psicológica y comportamental del estrés.

Ocampo (2020) llevo a cabo una investigación titulada "Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés académico en estudiantes universitarios", dicho estudio tuvo como objetivo correlacionar el afrontamiento y los niveles de estrés académico en una muestra conformada por 98 educandos. Este estudio es de enfoque empírico analítico, con una metodología cuantitativa, diseño no experimental, corte transversal y nivel de alcance correlacional. Se aplicó la EEC-M y el INVEA. Los resultados encontrados mediante el coeficiente de Pearson demostraron que existe una correlación significativa ($p < 0.002$; 316**) entre ambas variables. Se concluyó que, que los estudiantes universitarios que presentan niveles elevados de riesgo de estrés académico a pesar de presentar capacidad de afrontamiento.

Arteaga y Dorado (2020) publicaron la tesis de licenciatura titulada “Estrategias de afrontamiento utilizadas en estados de estrés académico de los adolescentes de 16 a 18 años de edad de la Unidad Educativa Particular Isaac Newton de la zona urbana y de la Unidad Educativa del Milenio Olmedo Pesillo de la zona rural pertenecientes a la provincia de Pichincha en el año escolar 2019-2020”. El objetivo de estudio fue determinar y comparar las estrategias y el estrés académico en una muestra de 144 estudiantes con edades comprendidas entre 16 y 18 años. La investigación fue de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental y de corte transversal, mientras que para la recopilación de información se utilizó la Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) y el SISCO. Los resultados indican que ambas instituciones presentan nivel de estrés académico alto y la estrategia de afrontamiento con mayor predominancia fue buscar diversiones relajantes la cual pertenece al estilo de afrontamiento de resolución de problemas.

En Colombia, Montalvo y Simancas (2019) realizaron una investigación denominada "Estrés y estrategias de afrontamiento en educación superior", cuyo propósito fue establecer la conexión entre el estrés académico y las tácticas de afrontamiento en un grupo de 2017 estudiantes. La metodología empleada fue cuantitativa, con un diseño no experimental, transversal y de enfoque correlacional. Los instrumentos utilizados incluyeron la escala de manejo del estrés académico y la Escala de estrés académico percibido. Los hallazgos revelan que, ante situaciones estresantes, los participantes recurren a la reevaluación positiva como mecanismo de afrontamiento. Además, se encontró una relación entre las variables con un $p=0.00$.

Antecedentes Nacionales

Agustín y Camarena (2020) llevaron a cabo una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y el afrontamiento en una muestra conformada por 49 estudiantes. Este estudio se realizó bajo el enfoque cuantitativo, diseño no experimental, corte transversal y alcance correlacional. Los resultados señalan que existe una correlación significativa, negativa e indirecta entre ambas variables ($\rho = -.443$; $p = .001$).

Rojas (2021) publicó un estudio que tuvo como propósito analizar la asociación entre estrés académico y estrategias de afrontamiento. Esta investigación se realizó siguiendo un enfoque cuantitativo metodológico, utilizando un diseño no experimental y transversal, y buscando establecer un nivel de correlación en su alcance. Se utilizaron el Inventario SISCO del estrés académico y la Escala de Afrontamiento para estudiantes. Los hallazgos más relevantes afirman que existe una relación estadísticamente significativa, positiva y moderada ($r = 0,618$; $p < 0.05$) entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en la muestra de estudio.

Troyes y Abab (2021) presentaron la tesis titulada “Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Universidad Peruana Unión durante la pandemia COVID-19”, dicho estudio tuvo como objetivo determinar si existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables en una muestra conformada por 310 estudiantes de ambos sexos, cuyas edades oscilaban entre 18 y 32 años, de las carreras de ingeniería y Arquitectura. Este estudio se llevó a cabo bajo el enfoque metodológico cuantitativo, adoptando un diseño no experimental, de corte transversal y un nivel de alcance correlacional. Se utilizó el Inventario Brief Cope y el CEAU. Los hallazgos más relevantes afirman que existe una relación estadísticamente significativa ($p < 0.05$) entre estrés académico y la estrategia centrada en la

evitación ($\rho=.291$). Sin embargo, la estrategia centrada en el problema y la emoción no tienen relación con el estrés académico ($p >.05$).

Arredondo y Ocoruro (2021) esta investigación tuvo como propósito examinar la relación entre la capacidad de afrontamiento y el estrés académico en una muestra conformada por 386 estudiantes de enfermería de la ciudad de Arequipa. Con relación al tipo y diseño de investigación, es de enfoque cuantitativo, no experimental, de tipo descriptivo correlacional y de corte transversal. Como instrumentos se utilizó el Cuestionario Brief Cope y el Cuestionario de estrés académico en la Universidad (CEAU). Los resultados indican que si existe relación entre la capacidad de afrontamiento y el estrés académico ($p=0.043$; $p<0.05$). Se concluye que, los estudiantes que se centran en la evitación de los eventos estresantes presentan un nivel de estrés académico alto, por el contrario, los que se enfocan en el problema muestran menores niveles de estrés.

Almiron (2020) desarrolló la tesis de licenciatura “Estilos de afrontamiento y nivel de estrés en internos de medicina humana del Hospital III Goyeneche, Arequipa 2019”. La finalidad consistió en determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y el nivel de estrés en una muestra de 69 internos de medicina de ambos sexos. El estudio fue de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental y de corte transversal. Se administró el COPE y el SISCO. Los resultados indican que no existe relación significativa entre los estilos de afrontamiento y los niveles de estrés ($p>0.05$). Además, se halló que el estilo de afrontamiento más empleado fue el dirigido hacia las emociones (72%) y el nivel más predominante de estrés fue el moderado (49%).

Pinedo (2019) publicó un estudio titulado “Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la especialidad de ciencias sociales y turismo de la universidad

nacional José Faustino Sanchez Carrión”, dicho estudio busco terminar la relación entre los estilos de afrontamiento y el estrés académico en una muestra conformada por 120 estudiantes. El estudio fue de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental y de corte transversal y nivel de alcance correlacional. Se utilizó el COPE y el SISCO. Los resultados señalan que si existe relación entre la capacidad de afrontamiento y el estrés académico ($p=.962$; $p<0.05$).

Maldonado y Muñoz (2019) publicaron la tesis de licenciatura “Estrés académico y modos de afrontamiento del estrés en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este”. Se busca determinar si existe relación significativa entre estrés académico y modos de afrontamiento del estrés. La muestra estuvo conformada por 292 estudiantes de ambos sexos. La investigación fue de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental y de corte transversal. Los instrumentos utilizados fueron el SISCO y el COPE. Los hallazgos señalaron que el estrés académico no guarda relación significativa con los modos de afrontamiento del estrés ($p>0.05$), no obstante, se encontró que si guardo relación significativa con la dimensión de afrontamiento enfocado en la evitación ($\rho=0.189$; $p<0.001$).

Guevara y Martínez (2018) presentaron la tesis de licenciatura “Relación entre el nivel de estrés y estrategias de afrontamiento de las estudiantes de enfermería en una Universidad Nacional. Lambayeque-2017”. El objetivo de investigación fue determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y estrategias de afrontamiento. Se contó con una muestra compuesta por 190 estudiantes entre varones y mujeres, pertenecientes al primer y octavo ciclo, mientras que para la recolección de datos se empleó el SISCO y el COPE-28. Se encontró que existe relación directa entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento ($p<0.05$).

Bases Teóricas

Estrés académico

Finales del siglo XX e inicios del siglo XXI, el concepto de estrés se aparta de otras áreas como laboral, social y personal para desarrollarse en el contexto educativo, el cual era uno de los contextos más estudiados en ese tiempo. A partir de ello, surgieron varios enfoques para aproximar la definición del estrés en el campo educativo. En primer lugar, el enfoque biológico conceptualiza al estrés académico como estímulo-respuesta, siendo agentes generadores típicos que se presentan durante el proceso de enseñanza y aprendizaje del estudiante. En segundo lugar, el enfoque sistémico cognoscitivista con perspectiva es transaccional define al estrés como la explicación que el sujeto realiza del entorno, situación y de sus recursos personales como sociales, generándose así el estrés académico. Finalmente, se consideró la estructura de la variable de estudio que abarca el modelo conceptual de estresores, el afrontamiento, evaluación cognitiva y manifestaciones captadas mediante una dinámica de interacción entre los componentes y el entorno (Román y Hernández, 2011).

El estrés académico es un proceso sistémico que altera el transcurso adaptativo y en especial el psicológico, el cual se manifiesta por los estudiantes cuando los docentes o la Institución presentan demandas exigentes de actuación referidas a su aprendizaje y estas demandas se valoran por los mismos estudiantes como excesivas para su capacidad de ejecutarlas con éxito (Barraza-Macías, 2006, 2018).

Peiro (2005) afirma que el estrés académico es un modo adaptativo que presenta el alumno, con respecto a la función de su agilidad, adaptación que causa impacto en su desempeño académico.

García & Muñoz (2004) refieren que el estrés académico se fundamenta por medio de los procesos cognitivos y afectivos que hace que el estudiante se sorprenda a través de los estresores académicos que se les presentan.

Causas del estrés académico

Polo, Hernández y Pozo (1996) reconocieron un número alto de causas como el aumento académico, la ejecución de exámenes, la demasía de información, intervenciones orales, corto tiempo para elaborar las tareas, dificultades para lograr comprender lo que se explica en clases, los promedios finales, entre otras. Arribas (2013) asegura que algunas de las causas del estrés académico son el incremento de temas que se realizan, trabajos que conllevan mucho tiempo, la percepción que tienen los estudiantes con respecto a su docente pues de ellos depende la motivación que tengan los estudiantes por la materia, la técnica de enseñanza que utilizan, etc.

Respectivamente, García (2004) establece las causas de estrés académico por medio de diversos factores o incentivos que se dan en el contexto educativo y que implican una excesiva carga académica en el alumno, dependiendo cómo la persona los haga frente.

Por otro lado, Nakeeb et al., (2002) expresan que una de las tantas causas del estrés académico es la escasa relación y la insuficiente comunicación entre los integrantes de una facultad pues de ello depende la organización al realizar los trabajos.

Modelo conceptual sistemático cognoscitivista

Suposición sistémica-procesual:

La base principal de este criterio está en que la persona realiza su método cognitivo basándose en su sistema o entorno, este transcurso tiene pasos a seguir los cuales son organizados. Por tal motivo, realizan hincapié en las entradas y salidas que reconoce el individuo para lograr conservar su estado de homeostasis, este sistema de procesar la información sobre las cogniciones es igual a lo plasmado por la teoría general de sistemas relacionados a los input y output que todo sistema debe dominar para lograr estar equilibrado, la función de los primeros son los de estresores ya que son percibidos por los alumnos como riesgo por el individuo como situación estresante, y por ello las personas buscan como lidiar las situaciones de estrés, estos hechos corresponden a los output; estos son los tres elementos de la suposición sistémica-procesal.

Suposición estrés académico- estado psicológico

El estrés que soporta el alumno es un estado de desequilibrio psicológico, causada por la interpretación de agentes estresores, que son valoradas como amenazantes para el individuo y rompen el estado de homeostasis, cuando se realiza en un principio o cuando el estímulo se repite constantemente no se sabe cómo reaccionar (Polo, Hernández y Pozo, 1996; Barraza, 2003).

Suposición estrés académico en correlación a indicadores del desequilibrio

Se estima estrés académico al distraes por ser desfavorable, pues involucra un desequilibrio sistémico de la relación con el individuo y su ambiente, toda vez que el mismo individuo valora las exigencias o demandas de su ambiente de acuerdo a los recursos que posea, la situación de estrés se presenta en la persona por medio de muchos indicadores físicos,

psicológicos y de comportamiento, las cuales se enlazan de manera diferente, en intensidad y variedad según la persona (Polo, Hernández y Pozo, 1996; Barraza, 2003,2006,2008).

Dimensiones del estrés académico

Barraza (2008) propone que el estrés académico se dimensiona de la siguiente manera:

Estresores: Vienen a ser los síntomas presentados en personas que experimentan momentos que se les hace complicado poder resolver. En el ámbito académico suele ocurrir cuando los alumnos no llegan a entender un curso o tienen muchas actividades que no les alcanza el tiempo para lograr desarrollar los trabajos, lo cual les genera sensaciones fisiológicas como latidos intensos del corazón, músculos tensos y respiración agitada, entre otras.

Síntomas reacciones: Por lo general están caracterizados por ser invisibles, pero si presentan síntomas y se dan dentro de las personas, y se llegan a sentir cuando una persona no logra resolver situaciones que le causan estrés.

Estrategias de afrontamiento: Vienen a ser la manera de comportarse y es característico de las personas que están estresadas. Por lo general, el comportamiento varía y estas maneras de hacer frente a las situaciones de estrés no se dan de manera recurrente, pero si alteran la conducta de las personas.

Variable 2: Estilos de afrontamiento

Definición de afrontamiento al estrés

Lazarus y Folkman (1986) precisan sobre los estilos de afrontamiento como esfuerzos cognitivos y conductuales continuamente cambiantes que se extienden para manejar las

demandas precisas extrínsecas o intrínsecas que son evaluadas como excesivas o desbordantes de los recursos de la persona.

El afrontamiento es estimado por la conexión de respuestas que los individuos los representan por medio de las apreciaciones de amenaza, pérdida y daño. Siendo así, se puede decir que el afrontamiento como las energías para reducir las situaciones de peligros que están relacionados a eventos estresantes (Carver y Connor, 2010).

Es un grupo de habilidades que sirve para hacer frente una situación de estrés a pesar de no llegar a tener éxito, y en esto están presentes los elementos cognitivos, también comportamentales y, asimismo, la valoración de los recursos para lograr abordar esta situación de estrés (Encinas, 2019).

Modelos teóricos

Teoría de afrontamiento de Frydenberg y Lewis

Frydenberg (1997) alude que el afrontamiento es el manejo de capacidades de comportamiento y cognitivas para la transformación y seguida adaptación afectiva del adolescente frente una situación estresante. Asimismo, relatan que la adolescencia es un periodo en el cual el cuerpo va transformándose físicamente, psicológicamente y socialmente, además del éxito al resolver obstáculos de manera independiente para lograr desarrollar su autonomía y pueda desarrollar a pertenecer a un grupo de pares, todo esto con un fin, el cual es el de desarrollarse, así pues, el adolescente ejecutará ciertos roles en su ámbito social con respecto a su grupo de pares y también con el sexo apuesto, también se esforzará para que llegue a tener un adecuado desempeño académico y llegar a tomar decisiones adecuadas con respecto a la elección de su carrera. Frente a ello, si no se usan estrategias de afrontamiento

que tengan consecuencias positivas, el adolescente puede llegar a tener ansiedad, depresión o también llegar al suicidio.

Modelo conductual explicativo del afrontamiento

Miller (1980) afirma que el afrontamiento es un grupo de respuestas conductuales que se estudian y resultan eficientes para aminorar el grado del estresor, de esta manera se equilibra las situaciones de peligro o que puedan ser dañinas.

Perspectiva transaccional

Se dedica mayor consideración al factor cognitivo que al conductual, precisando el afrontamiento como el grupo de pensamientos, actos realistas y flexibles que resuelven los problemas y, por tanto, disminuye el estrés (Lazarus y Folkman, 1986).

Asimismo, este enfoque teórico asegura que todas las personas están en constante interacción con su medio ambiente, de tal modo que, si en su ambiente se distingue alguna situación estresante, esta usará formas determinadas de hacerles frente. Dichas reacciones de las personas vienen acompañadas de una manifestación de emociones y evaluación personal del evento. Además, en la relación entre la persona y su entorno, acontecen situaciones que influyen ya sea en el afrontamiento, el significado personal sobre los sucesos estresantes, las conductas realizadas para hacer frente acompañado de emociones (Folkman, 1984).

Dimensiones de los estilos de afrontamiento

Afrontamiento dirigido a la emoción

Otra forma de afrontamiento es la orientada a la emoción frente a cualquier tipo de interacción estresante, un grupo importante está estructurado por los procesos cognitivos, que

se encargan de disminuir el grado del trastorno emocional, por lo cual hace uso de estrategias de distanciamiento, evitación, comparaciones positivas, minimización, atención selectiva y el origen de los valores positivos frente los hechos negativos. Asimismo, un grupo menor incluye estrategias cognitivas dirigidas a aumentar la intensidad del trastorno emocional, debido a que algunas personas aluden sentirse mal antes de poder sentirse mejor, del mismo modo para poder hallar consuelo. No obstante, los procesos guiados a la emoción pueden cambiar la realidad (Lazarus y Folkman, 1986).

Afrontamiento dirigido al problema

En este tipo de afrontamiento, se precisa el problema y se busca una solución alternativa, teniendo en cuenta el precio y beneficio al seleccionarla y llegar a su aplicación. Existen dos grupos importantes de estrategias, en el primer grupo hace mención al entorno, debido a que tratan de cambiar la presión ambiental, asimismo, las dificultades, los procedimientos, los recursos entre otros, por otra parte, en el grupo dos se refieren a las estrategias responsables de las alteraciones cognitivas o motivadoras para ayudar a controlar y resolver el problema, las cuales podrían ser, los cambios del grado de aspiraciones; la búsqueda de gratificación, aumento de pautas de nuevas conductas y del mismo modo nuevos aprendizajes de recursos y procedimientos. Se resalta que el modo de afrontamiento orientado al problema es limitado en comparación al gran número de estrategias dirigidas a la emoción, pero, para hacer uso del afrontamiento dirigido al problema, se tiene que obtener información detallada de la situación (Lazarus y Folkman, 1986).

Según Lazarus y Folkman (1986) indican que cada ser humano tiene muchas formas de afrontar una situación, del mismo modo, difieren en sus emociones tras la fase de transacción, por ende, se ve importante hacer diferencias a cerca de las estrategias de afrontamiento y los

estilos de afrontamiento, siendo la primera situacionalmente dependientes y muy cambiantes y la segunda, más habitual de manejar el estrés.

Estilo enfocado en la evitación

Carver et al. (1989) unen a tres formas o estrategias de afronte debido a que son menos las personas las utilizan este tipo de estilo de afrontamiento; dentro de ellas se encuentran:

Negación

Este tipo de afrontamiento no es el más apropiado, debido a que conforme va transcurriendo el evento, éste se va haciendo perjudicial y peligroso para la persona; empieza desde la evaluación primaria en el cual la persona o sujeto se niega a aceptar que existe un componente estresante que en verdad va generando incomodidad; un ejemplo es la de una señora que le diagnosticaron cáncer al pulmón, desde entonces ella hizo caso omiso a lo que le dijo el doctor y no acepta y afronta la situación estresante y esto hace que no logre seguir de manera inmediata un tratamiento para vencer dicha enfermedad y esto hace que se perjudique a ella misma.

Conducta inadecuada

Manera de afrontamiento que emplea el sujeto que toma el acontecimiento estresante como un suceso sin mayor importancia, designado como la desconexión del comportamiento; en otras palabras, no espera arreglar el problema de manera favorable sino todo lo contrario, busca que ocurra por sí solo, es decir, deja a un lado sus metas y objetivos y en otras circunstancias se conforma a seguir viviendo con el acontecimiento estresante.

Distracción

Forma de acontecimiento designado desconexión mental, en el cual la persona se desentiende y despreocupa frente a un evento de estrés; el sujeto que usa este afrontamiento emplea diversas estrategias para alejarse de dicho evento tales como: soñar despierto, pensar en otros sucesos y apartarse del objetivo de solucionar dicha circunstancia adversa. Se recalca, que los dos estilos, en algunas situaciones se dan juntamente con el objetivo de aminorar o evitar el estrés, por ejemplo, el caso de una chica que lleva menos tiempo laborando en una empresa y rápidamente la ascienden a puesto de jefe de personal; esta se da cuenta que tiene escasa experiencia, hecho que le ocasiona miedo, ansiedad, temor, etc.; pero, esto no la desalienta debido a que comienza a llevar cursos para capacitarse y así le permita desenvolverse de una mejor manera en su cargo nuevo; con este ejemplo, se evidencia que la chica emplea estrategias para solucionar su problema, capacitándose e instruyéndose, del mismo modo, hace que garantice sus capacidades y reduzca su temor, miedo, ansiedad y el hasta el mismo estrés que le generó el evento (Lazarus & Folkman, 1987).

Definiciones Conceptuales

Estrés académico

Desarrollo sistémico, de modo adaptativo y especialmente psicológico, que se genera cuando el sujeto se ve subyugado, en contextos escolares, a un sinnúmero de demandas que, bajo la estimación del propio sujeto son considerados estresores 19 (input); cuando estos estresores incitan una inestabilidad sistémica (situación estresante) que se presentan en una serie de síntomas (indicadores de desequilibrio) y cuando este desequilibrio impulsa al estudiante a realizar acciones de afrontamiento(output) para recuperar el equilibrio sistémico (Barraza, 2006).

Estilos de afrontamiento

Carver et al. (1989) designan los estilos de afrontamiento a la manera habitual de responder, defenderse y/o afrontar un acontecimiento estresante; en otras palabras, el ser humano con el pasar del tiempo va experimentando muchos eventos agradables o desagradables, esto hace que desarrolle algunas habilidades, cualidades, etc. Que se transforman en una característica única de la persona, de igual manera pasa cuando se dan eventos adversos, peligrosos y/o provocadores en la persona que con el pasar de los años ha ido implantando una forma específica de reaccionar frente a dicho evento.

1.1. Formulación del problema

¿Existe relación positiva entre afrontamiento y estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022?

1.2. Objetivos

Objetivo General

Determinar la relación entre afrontamiento y estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

Objetivos Específicos

Identificar la prevalencia de los estilos de afrontamiento en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

Identificar el nivel del estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

Determinar la relación entre el estilo afrontamiento dirigidos al problema y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

Determinar la relación entre el estilo afrontamiento enfocados en la emoción y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

Determinar la relación entre otros estilos adicionales de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

1.3. Hipótesis

Hipótesis general

Hi: Existe relación negativa entre los estilos de afrontamiento y estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

Ho: No existe relación negativa entre los estilos de afrontamiento y estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

Hipótesis específicas

Hi: Existe relación negativa entre los estilos de afrontamiento dirigidos al problema y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

Ho: No existe relación negativa entre los estilos de afrontamiento dirigidos al problema y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

Hi: Existe relación negativa entre el estilo afrontamiento enfocados en la emoción y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

Ho: No existe relación negativa entre el estilo afrontamiento enfocados en la emoción y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

Hi: Existe relación positiva entre otros estilos adicionales de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

H0: No existe relación positiva entre otros estilos adicionales de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

Tipo de investigación

El estudio actual corresponde a una metodología cuantitativa, debido a que implica una serie de procedimientos organizados en secuencia para verificar ciertas hipótesis. Por ende, es esencial que se siga un orden riguroso, ya que cada fase antecede a la siguiente y no se puede saltar ningún paso. En resumen, el enfoque cuantitativo es adecuado cuando se pretende determinar las magnitudes o frecuencia de los fenómenos y validar hipótesis (Hernández y Mendoza, 2018).

El diseño del presente estudio se ajusta a la categoría de investigación no experimental, de acuerdo con Hernández y Mendoza (2018) este tipo de investigación se caracteriza por no manipular deliberadamente las variables, es decir, no se busca variar intencionalmente las variables independientes para evaluar su efecto en otras variables. En su lugar, se observan o miden los fenómenos y variables tal como ocurren en su contexto natural para su posterior análisis.

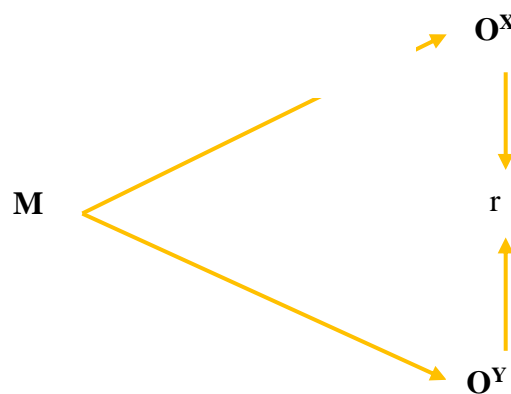
La metodología empleada en esta investigación es de corte transversal, ya que se recopilan datos en un solo momento, en un tiempo específico. El objetivo de este enfoque es analizar la incidencia de ciertas variables, así como su interacción en un momento, lapso o período particular. De esta manera, el corte transversal es similar a tomar una instantánea de un fenómeno en particular en un momento determinado (Hernández y Mendoza, 2018).

El alcance del presente estudio es de naturaleza correlacional, según Hernández y Mendoza (2018) tiene como objetivo principal examinar la relación o grado de asociación entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto específico. Primero, se mide cada

una de estas variables y se describe su naturaleza. Posteriormente, se cuantifican en términos estadísticos y se analiza la relación entre ellas. En resumen, los estudios correlacionales buscan proporcionar respuestas a preguntas de investigación mediante el análisis de las relaciones entre variables.

El nivel de alcance al ser correlacional presenta el siguiente esquema:

Figura 1
Diagrama de contrastación



Nota. M=estudiantes de psicología; O^X= estrés académico; O^Y= afrontamiento; r= correlación entre las variables de estudio

Población y Muestra

La población se refiere a un conjunto de sujetos que compartieron rasgos particulares en un marco y período específicos, siendo elegidos para ser objeto de estudio en una indagación (Hernández y Mendoza, 2018). En consecuencia, el conjunto analizado en esta pesquisa consistió en educandos de ambos géneros, quienes cursaron la carrera de psicología, integrantes desde el primer hasta el décimo ciclo de una institución académica limeña, inscritos durante el primer semestre lectivo del año 2022 y con edades que fluctuaron entre los 18 y 30 años.

La muestra es definida como un subconjunto representativo de individuos que forman parte de la población de estudio y que son seleccionados para obtener información sobre la población sin tener que estudiar a todos los individuos (Hernández y Mendoza, 2018).

La investigación empleó la técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia, dado que consiste en la selección de elementos de la muestra basándose en su accesibilidad o disponibilidad, lo que puede resultar en una muestra que no sea completamente representativa de la población (Creswell, 2014).

De acuerdo con Hernández y Mendoza (2018), los criterios de inclusión y exclusión desempeñan un papel crucial en la investigación científica, dado que aseguran la representatividad de la muestra seleccionada con respecto a la población universitaria y posibilitan la obtención de resultados válidos. Estos criterios asisten en la demarcación y definición precisa de la muestra de participantes, favoreciendo la validez de los hallazgos derivados del estudio.

Cabe resaltar que se establecieron los siguientes criterios de inclusión y exclusión: primero, los participantes debían estar matriculados en la carrera de Psicología en la universidad de Lima durante el año 2022; segundo, cursar entre el primer y décimo ciclo académico en la mencionada institución; tercero, tener entre 18 y 30 años de edad; cuarto, estar inscritos en el primer semestre académico del año 2022; quinto, proporcionar consentimiento informado para participar en el estudio; sexto, demostrar una comprensión adecuada del idioma en el que se administraron los instrumentos de medición; y séptimo, no presentar diagnósticos previos de trastornos psiquiátricos o psicológicos que pudieran afectar significativamente la percepción del estrés o los estilos de afrontamiento.

Por otro lado, los criterios de exclusión incluían: primero, estudiantes que no estuvieran matriculados en la carrera de Psicología en la universidad de Lima en el año 2022; segundo, estudiantes que cursaran ciclos académicos fuera del rango del primer al décimo ciclo; tercero, estudiantes menores de 18 años o mayores de 30 años; cuarto, no estar inscritos en el primer semestre académico del año 2022; quinto, no proporcionar consentimiento informado para participar en el estudio; sexto, presentar dificultades en la comprensión del idioma en el que se administraron los instrumentos de medición; séptimo, estudiantes con diagnósticos previos de trastornos psiquiátricos o psicológicos que pudieran afectar significativamente la percepción del estrés o los estilos de afrontamiento; y octavo, estudiantes que no completaron adecuadamente el cuestionario de evaluación.

Por lo tanto, la muestra estuvo conformada por 213, que cumplieron cada uno de los criterios de inclusión.

Técnica e Instrumento de Recolección de Datos

Para la recopilación de datos de datos se utilizó la encuesta, puesto que es un instrumento diseñado para obtener información sobre una o varias variables de interés en una población específica, el cual consta de una combinación de preguntas cerradas, abiertas y de escala Likert (Hernández y Mendoza, 2018).

Inventario Sistémico Cognoscitivista del estrés académico

En el ámbito educativo, una de las pruebas más empleadas para estimar el estrés académico, es el Inventario Sistémico Cognoscitivista del estrés académico SISCO SV creado por Barraza (2007). Posteriormente, el autor llevó a cabo una reestructuración del instrumento y presentó dos versiones una corta de 23 ítems “Inventario de estrés académico SISCO SV-21”

y otra más completa de 47 ítems “Inventario de Estrés Académico SISCO SV”, con el objetivo de evaluar el estrés académico con mayor precisión (Barraza, 2018).

En la presente investigación se utilizó la versión adaptada del SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19 en el Perú (Alania et al., 2020), compuesta por 47 reactivos distribuidos en tres dimensiones, donde estresores abarca del reactivo 1 al 15, síntomas de estrés abarca del reactivo 16 al 30 y estrategias de afrontamiento abarca del reactivo 31 al 47, con una escala de respuesta tipo Likert de 6 respuestas: nunca (0), casi nunca (1), raras veces (2), algunas veces (3), casi siempre (4) y siempre (5). Además, el cuestionario fue diseñado para ser aplicado de forma individual, colectiva y autoadministrado, mientras que no tiene tiempo limitado, pero sí un aproximado de 15 minutos.

Validez

Barraza (2007) cuando publicó el SISCO de 37 reactivos, presentó las siguientes propiedades psicométricas, donde demostró validez de la estructura interna a través del análisis factorial, puesto que se ratificó la estructura tridimensional del inventario con el marco conceptual del estrés académico (sistémico cognoscitivista). Asimismo, se verificó la direccionalidad y homogeneidad de los reactivos mediante el análisis de consistencia interna y de grupos contrastados.

Alania et al., (2020) verificó la validez de la adaptación del SISCO SV, donde halló coeficientes de correlación r de Pearson mayores a (0.2), lo cual significa que presentó validez por encima de suficiente.

Confiabilidad

En la versión original del SISCO, evidenció las siguientes propiedades psicométricas, donde comprobó la confiabilidad del instrumento por mitades (0.87) y por alfa de Cronbach (0.90). Estos niveles de confiabilidad fueron valorados como muy buenos (Barraza, 2007).

Alania et al., (2020) corroboró la confiabilidad del instrumento, dado que encontró un coeficiente de alfa de Cronbach (0.924) estresores, (0.951) síntomas y (0.883) estrategias de afrontamiento, siendo resultados que confirmaron una confiabilidad excelente.

Cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés COPE

El cuestionario fue construido por Carver, Scheier y Weintraub (1989) en Estados Unidos, cabe señalar que la prueba ha pasado por varias actualizaciones a través de los años. La versión original está compuesta por 52 reactivos que se distribuyen en 13 escalas. Posteriormente, los autores agregaron una escala con un solo reactivo (uso de alcohol y drogas) al COPE, de esta manera, surge una segunda versión del inventario constituido por 53 reactivos y 14 escalas (Carver et al., 1989). Luego, se propuso una tercera versión del cuestionario, el cual se elaboró en base a las últimas modificaciones, por lo que se adicionó 3 reactivos en la escala de (uso de alcohol y drogas) y se creó una nueva escala (uso del humor) con 4 reactivos, por lo que se obtuvo un inventario conformado por 60 reactivos organizado en 15 escalas (Carver et al., 1989). El cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés COPE presenta una versión situacional dirigida a identificar respuestas en contextos temporales o específicos, mientras que la otra versión disposicional está orientada a evaluar respuestas comunes (Carver et al., 1989).

En el presente estudio se empleará la Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima (Cassaretto y Chau, 2016), conformada por 52 reactivos organizados

en tres dimensiones centrado en el problema, enfocado en la emoción y otros estilos adicionales de afrontamiento, la cual tiene una escala de respuesta de tipo Likert: casi nunca hago esto (1), a veces hago esto (2), usualmente hago esto (3), hago esto con mucha frecuencia (4). El cuestionario fue diseñado para ser administrado de manera individual y colectiva con una duración aproximada de 15 minutos.

Validez

Carver et al. (1989) inicialmente administró el cuestionario a 978 estudiantes universitarios de Estados Unidos, donde halló en un intervalo de 8 semanas un coeficiente test-retest (0.46-0.86). Además, la prueba de validez del inventario arrojó 12 factores, siendo 11 de fácil interpretación y 1 contó con factores por debajo de (0.39). por otro lado, en nuestro país, Cassaretto y Chau (2016) evaluaron la validez del COPE mediante un análisis factorial exploratorio tomando como muestra a 300 estudiantes universitarios, donde se halló 13 factores, dado que las siguientes estrategias se fusionaron: planificación y afrontamiento activo, asimismo soporte social instrumental y emocional, no obstante, se mantuvo separado por coherencia teórica, por lo que finalmente se encontró 15 factores con una varianza de 65.15.

Confiabilidad

Originalmente el cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés presentó valores de confiabilidad mediante un índice de alfa de Cronbach que fluctúa entre 0.45 a 0.92 (Carver et al., 1989). Por el contrario, la adaptación peruana llevada a cabo por Cassaretto y Chau (2016) demostró confiabilidad a través de un índice de alfa de Cronbach, donde las dimensiones oscilaban entre 0.53 a 0.91.

Procedimiento de la Recolección de Datos

Se envió una carta de presentación del proyecto de investigación a las autoridades académicas de la carrera de psicología de una universidad de Lima, donde se solicitó permiso para evaluar de forma virtual a sus estudiantes inscritos en el semestre 2022-I. Luego, se procedió a coordinar mediante correo electrónico o WhatsApp con los docentes universitarios con la finalidad de establecer fechas para la aplicación de la encuesta durante sus horarios de clases. En paralelo, se llevó a cabo una convocatoria a través de las redes oficiales de la facultad de psicología de dicha casa de estudios, donde se brindó información sobre la investigación y los criterios de inclusión de la muestra. Por lo que, se anexo el link, el cual los condujo de forma directa al cuestionario correspondiente.

Bajo el contexto del COVID-19 y según las normas del gobierno peruano, el proceso de recopilación de información fue de forma virtual. Una vez seleccionado los instrumentos psicológicos, se creó un formulario en la plataforma de Google Forms, que contuvo al inicio el consentimiento informado, en caso el participante acepte se continuó con la ficha sociodemográfica y los instrumentos de medición, el cual fue enviado a través del siguiente enlace: <https://forms.gle/swkUF7axTZXaLYDh9>.

Posteriormente, se procedió a difundir el cuestionario por los canales de recolección antes mencionados con la finalidad de captar una mayor cantidad de participantes. Espacio donde se invitó a los estudiantes de la carrera de psicología a formar parte de la presente investigación, enfatizando que la participación es de carácter voluntario y estrictamente anónimo. Finalmente, la encuesta estuvo online en el transcurso del mes de marzo y abril del 2022. Luego, se procedió a cerrar el formulario una vez completa la cantidad de la muestra.

Procedimiento del Análisis de Datos

Una vez culminada la aplicación de los instrumentos, se procedió a revisar que los protocolos de respuesta se encuentren completos y sin espacios vacíos. Seguidamente, se descargó la información recopilada de la muestra de estudio a una matriz de datos, empleándose el programa Microsoft Office Excel versión 2016, donde se ordenó y codificó los resultados según los baremos de cada prueba psicológica.

La base de datos previamente ordenada fue exportada al programa estadístico IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 26 para el análisis correspondiente. En primer lugar, se realizó el análisis descriptivo y sus resultados sociodemográficos fueron presentados en tablas de frecuencia con sus respectivas interpretaciones.

En segundo lugar, se procedió con el análisis correlacional según los objetivos de estudio. Previamente, se determinó qué estadístico se ajusta al presente estudio, por lo que fue necesario que se lleve a cabo la prueba de normalidad para reconocer la distribución de la muestra. Cabe señalar, que la investigación contó con 213 estudiantes, siendo así que se utilizará la prueba de Kolmogórov-Smirnov, la cual indicó una distribución de los datos no paramétricos. De manera que se empleó la prueba Rho de Spearman con la finalidad de determinar si existe relación entre los estilos de afrontamiento y el estrés académico. Los hallazgos del análisis correlacional fueron presentados en tablas con sus interpretaciones correspondientes.

Aspectos Éticos

En este apartado se tomó en cuenta el Manual de ética en investigación para la participación y la gestión de los trabajos de investigación científica o de innovación (UPN,

2021) por lo que se informó a los participantes sobre los objetivos del estudio y que el uso de los datos recolectados fue exclusivamente para fines académicos

También, se consideró las normas del Código de Integridad Científica capítulo III (CONCYTEC, 2019), donde se detalla los criterios nacionales de compromiso ético establecidos para investigaciones científicas.

El estudio se ciñó a los criterios del código de ética y deontología del Colegio de Psicólogos del Perú (2018), espacio donde se enfatiza la importancia del cumplimiento de la ética el psicólogo como profesional de la salud mental, por lo que se buscó proteger la confidencialidad de los datos y resultados de los participantes.

Para llevar a cabo investigaciones con personas, se contó con la aprobación de cada participante. Por ello, se solicitó el consentimiento informado mediante un documento virtual, donde se le informó sobre el estudio de esta manera se buscó que la decisión sea de forma voluntaria. En consecuencia, se firmó el permiso antes de empezar con la evaluación (Colegio de Psicólogos del Perú, 2018).

Este estudio tomó como base los principios éticos de la Asociación Americana de Psicología (APA, 2019), dado que se pretendió garantizar la precisión científica mediante el respeto por la propiedad intelectual, por lo que se citó y referenció como corresponde a cada autor empleado en el desarrollo del presente estudio. Además, se cumplió con el principio de honestidad durante el proceso de recopilación de datos y la presentación de los resultados.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados descriptivos mediante su presentación en tablas de frecuencia y porcentaje, así como el análisis correlacional respectivo:

Resultados Descriptivos

Variable 1: Estilos de afrontamiento

Tabla 1

Frecuencia de los estilos de afrontamiento en los estudiantes de psicología de una universidad de Lima

Estilos de afrontamiento	Frecuencia	Porcentaje
Estilo de afrontamiento dirigido al problema	124	58.3%
Estilo de afrontamiento enfocado en la emoción	76	35.6%
Otros estilos adicionales de afrontamiento	13	6.1%
Total	213	100%

Se observa en la Tabla 1, la frecuencia de los estilos de afrontamiento, donde el 58.3% empleó el estilo de afrontamiento dirigido al problema, seguido del 35.6% que aplicó el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción y el 6.1% utilizó otros estilos adicionales de afrontamiento.

Variable 2: Estrés Académico

Tabla 2
Niveles del estrés académico en los estudiantes de psicología de una universidad de Lima

Dimensiones	Leve		Moderado		Severo	
	f	%	f	%	f	%
Estrés académico	41	19.1%	113	53.2%	59	27.7%
Estresores	39	18.2%	107	50.3%	67	31.5%
Síntomas	43	20.1%	111	52.3%	59	27.6%
Estrategias de afrontamiento	41	19.4%	118	55.5%	54	25.1%

Se observa en la Tabla 2, los niveles de la variable estrés académico, donde el 53.2% presentó un nivel moderado, el 27.7% presentó un nivel severo y el 19.1% presentó un nivel leve. En la dimensión estresores, el 50.3% presentó un nivel moderado, el 31.5% presentó un nivel severo y el 18.2% presentó un nivel leve. En la dimensión síntomas, el 52.3% presentó un nivel moderado, el 27.6% presentó un nivel severo y el 20.1% presentó un nivel leve. En la dimensión estrategias de afrontamiento, el 55.5% presentó un nivel moderado, el 25.1% presentó un nivel severo y el 19.4% presentó un nivel leve.

Resultados inferenciales

Hi: Existe relación entre los estilos de afrontamiento y estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

Nivel de significancia estadística: $\alpha=0.05$

Decisión: Si un contraste de hipótesis proporciona un valor p inferior a α , la hipótesis nula es rechazada.

Tabla 3

Análisis de correlación entre afrontamiento y estrés académico

	Estrés académico		
	Rho de Spearman	<i>P</i>	n
Afrontamiento	r= -.540	.001	213

Nota. **. La Correlación es significativa a nivel 0.01 (bilateral) n=Total de la muestra

En la Tabla 3, se observa los resultados obtenidos según el coeficiente de correlación de Spearman, el cual arrojó un valor de significancia $p=.001 < 0.05$ ($p < \alpha$), indicando que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis investigación, es decir, existe relación significativa entre afrontamiento y estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022. También, se observó que se encontró un valor estadístico de Rho=-.540 (.050), que indica que existe una correlación significativa, tendencia negativa y magnitud media (Hernández y Sampieri, 2017). En este sentido, se deduce que niveles altos de estrés académico se relacionan con bajos valores de afrontamiento y viceversa.

Hi: Existe relación entre los estilos de afrontamiento dirigidos al problema y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022

Tabla 4
Correlación entre el estilo de afrontamiento dirigido al problema y el estrés académico

Estilos de afrontamiento	Estrés académico		
	Rho de Spearman	<i>P</i>	n
Afrontamiento Dirigidos Al Problema	$r = -.527^{**}$.000	213

En la Tabla 4, se observa los resultados obtenidos según el coeficiente de correlación de Spearman, el cual arrojó un valor de significancia $p = .000 < 0.05$ ($p < \alpha$), indicando que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, es decir, existe relación significativa entre los estilos de afrontamiento dirigidos al problema y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022. También, se observó que se encontró un valor estadístico de $Rho = -.527$, que indica que existe una correlación con tendencia negativa, indirecta y magnitud media. En este sentido, se deduce que niveles altos de estrés académico se relacionan con bajos valores del estilo de afrontamiento dirigido al problema y viceversa.

Hi: Existe relación entre el estilo afrontamiento enfocados en la emoción y el estrés académico

Tabla 5
Correlación entre el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción y el estrés académico

Estilo de afrontamiento enfocado en la emoción	Estrés académico		
	Rho de Spearman	<i>p</i>	n
Afrontamiento Enfocado En La Emoción	$r = -.332^{**}$.013	213

Nota. Rho= Coeficiente de correlación de Spearman; *p*= Significancia bilateral; N= Total de encuestados. ****** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral) en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

En la Tabla 5, se observa los resultados obtenidos según el coeficiente de correlación de Spearman, el cual arrojó un valor de significancia $p = .013 < 0.05$ ($p < \alpha$), indicando que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, es decir, existe relación significativa entre los estilos de afrontamiento enfocado en la emoción y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022. También, se observó que se encontró un valor estadístico de $Rho = -.332$, que indica que existe una correlación con tendencia negativa, indirecta y magnitud débil. En este sentido, se deduce que niveles altos de estrés académico se relacionan con bajos valores del estilo de afrontamiento enfocado en la emoción y viceversa.

Hi: Existe relación entre otros estilos adicionales de afrontamiento y el estrés académico en los

Tabla 6
Correlación entre otros estilos de afrontamiento y el estrés académico

Estilos de afrontamiento	Estrés académico		
	Rho de Spearman	<i>p</i>	n
Otros Estilos Adicionales De Afrontamiento	$r = .314^{**}$.006	213

Nota. Rho= Coeficiente de correlación de Spearman; *p*= Significancia bilateral; N= Total de encuestados. ** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral) estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.

De igual modo, en la Tabla 6 se observa los resultados obtenidos según el coeficiente de correlación de Spearman, el cual arrojó un valor de significancia $p = .006 < 0.05$ ($p < \alpha$), indicando que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, es decir, existe relación significativa entre otros estilos adicionales de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022. También, se observó que se encontró un valor estadístico de $Rho = .314$, que indica que existe una correlación con tendencia positiva, directa y magnitud débil. En este sentido, se deduce que niveles altos de estrés académico se relacionan con altos valores de otros estilos adicionales de afrontamiento y viceversa.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La presente investigación tuvo por objetivo determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022. Posteriormente al análisis de los datos, se observó que los resultados obtenidos según el coeficiente de correlación de Spearman, el cual arrojó un valor de significancia $p=.001 < 0.05 (p < \alpha)$, indicando que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, es decir, existe relación significativa entre afrontamiento y estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022. También, se observó que se encontró un valor estadístico de $Rho=-.540$, que indica que existe una correlación significativa, tendencia negativa y magnitud media (Hernandez y Sampieri, 2017). Al respecto, Camarena (2020) también encontró que existe una correlación significativa, negativa e indirecta entre ambas variables ($\rho=-.443; p=.001$). Asimismo, Rojas (2021) encontró resultados similares, dado que concluye que existe una relación estadísticamente significativa entre ambos constructos. Estos hallazgos se pueden comprender mediante lo expuesto por Barraza (2008), quien expone que los estudiantes pueden utilizar diversas estrategias de afrontamiento para manejar el estrés académico. Estas estrategias pueden ser cognitivas, como la reevaluación positiva y la planificación, o conductuales, como la búsqueda de apoyo social y la resolución de problemas. El tipo y la efectividad de las estrategias de afrontamiento empleadas pueden variar según la situación y las características individuales de cada estudiante. Adicionalmente, propone que un afrontamiento efectivo puede ayudar a reducir el estrés y mejorar el rendimiento, mientras que un afrontamiento inadecuado puede perpetuar o aumentar el estrés y afectar negativamente a los estudiantes. Además, ante situaciones académicas estresantes, los estudiantes realizan una evaluación cognitiva de las demandas y los recursos disponibles para enfrentarlas. Este proceso incluye la evaluación primaria, donde se determina si la situación es estresante y su relevancia

para el individuo, y la evaluación secundaria, en la que se evalúan los recursos y las estrategias de afrontamiento posibles.

En relación a los objetivos específicos, luego de la recolección de datos y sus respectivo análisis correlacional se halló que el coeficiente de correlación de Spearman arrojó un valor de significancia $p=.000 < 0.05$ ($p < \alpha$) y un valor estadístico de $Rho = -.527$, que indica que existe una correlación con tendencia negativa, indirecta y magnitud moderada entre el estilo de afrontamiento dirigido al problema y el estrés académico. Por lo tanto, debido a que la significancia bilateral es menor al p valor estimado, se acepta la hipótesis de investigación que menciona que existe relación significativa entre el estilo de afrontamiento dirigido al problema y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022. Este resultado significa que los estudiantes universitarios experimentan una serie de situaciones consideradas estresantes, que probablemente generen agotamiento, no obstante, la percepción del estudiante tiene un rol crucial, dado que dependerá de ello para observar si recurrirá a estrategias de afrontamiento centrado en aquellas situaciones académicas estresantes. Al respecto, Ocampo (2020) llevo a cabo una investigación, que tuvo como objetivo a examinar la relación entre las estrategias de afrontamientos y los niveles de estrés académico, en dicho estudio se encontró que existe una correlación significativa ($p < 0.002$; 316^{**}) entre las variables estudiadas; no obstante, esta relación, presenta una variación en el coeficiente de correlación, dado que se aplicó estadísticos paramétricos, asimismo, se aplicó la Escala de Estrategias de Coping- Modificada (EEC-M) y el Inventario de estrés académico (INVEA), los cuales son instrumentos diferentes, y el tamaño de la muestra es inferior a la del presente estudio. A pesar de ello, los resultados no han sido diferentes, puesto que, se encontró semejanza en ambos investigaciones a pesar de ser realizada en estudiantes de Colombia y Perú. De igual manera, Rojas (2021) llevó a cabo un estudio enfocado en determinar la relación entre ambas variables,

encontró que, existe relación positiva, directa y baja entre el estrés académico y la solución del problema ($\rho=0.314$; $p=.003 < 0.05$). Cabe resaltar que ambos estudios han encontrado resultados similares, pese a estar enfocados en estudiantes de diferentes niveles de estudio superior. Estos resultados podrían explicarse mediante el modelo conceptual del estrés académico de Barraza (2006), quien expone que continuar en la universidad ocasiona que los estudiantes tengan que afrontar varios estresores académicos que les exige realizar un conjunto de estrategias de afrontamiento adaptativos que puedan ayudar con la reducción de los niveles de estrés académico. De igual modo, los referentes teóricos que refieren que principalmente el estilo enfocado en el problema comprende una serie de esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo (Lazarus & Folkman, 1986). En este sentido, Barraza (2008) propone que, si bien en menor o mayor medida los estudiantes universitarios experimentan niveles de estrés académico, uno de los factores para la experimentación del estrés de la cotidianidad se encuentra relacionado a la identificación del estresor y a la implementación de estrategias de ejecución centradas en resolver los problemas, las cuales requieren de estrategias cognitivas, analíticas y racionales para alterar el evento estresante y solucionar el problema.

Posteriormente, se buscó determinar la relación entre el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción y el estrés académico, se encontró que el coeficiente de correlación de Spearman arrojó un valor de significancia $p=.013 < 0.05$ y una fuerza de correlación $\rho=-.332$, lo que indica un valor significativo, negativo, indirecto de correlación entre ambas variables. Por lo tanto, debido ($p < \alpha$) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, es decir, existe relación significativa entre los estilos de afrontamiento enfocado en la emoción y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022. Este

resultado significa que existe una correlación con tendencia negativa, indirecta y magnitud baja. En este sentido, se deduce que niveles altos de estrés académico se relacionan con bajos valores del estilo de afrontamiento enfocado en la emoción y viceversa. Al respecto, Pinedo (2019) publicó un estudio titulado “Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la especialidad de ciencias sociales y turismo de la universidad nacional José Faustino Sanchez Carrión”, referida a la relación entre el estilo de afrontamiento centrado en la emoción y el estrés académico, encontró que, existe una relación significativa positiva y directa con una magnitud muy buena ($\rho = .912$; $p = .000$); sin embargo, esta relación, tiene una variación, dado que se trata de una correlación positiva. además, se examinó una menor de 120 estudiantes de la escuela de ciencias sociales y turismo de una institución pertenecientes a una institución educativa ubicada en Huacho. A dé pesar de esto, se encontró semejanza en ambas investigaciones al sostener que existe una relación significativa entre ambas. Estos resultados confirman lo que Lazarus y Folkman, (1980) ya habían demostrado en sus investigaciones teóricas respecto a que el afrontamiento centrado en la emoción tiene una función de regular las emociones estresantes y busca modificar el modo en el que la persona interpreta o valora esa situación. De tal manera que no puede darse el estrés sin experimentar una emoción. Asimismo, de acuerdo con Barraza (2007) la valoración cognitiva de los estudiantes es la manifestación de sus estados emocionales, los cuales desempeñan un rol vital en el surgimiento de las manifestaciones del estrés académico.

Por último, se buscó establecer la relación entre otros estilos adicionales de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022. Los resultados obtenidos según el coeficiente de correlación de Spearman arrojó un valor de significancia $p = .006 < 0.05$ y un valor estadístico de $Rho = .314$, lo que indica que un valor significativo de correlación entre ambas variables estudiadas. Por lo tanto, dado que,

$p < \alpha$, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, es decir, existe relación significativa entre otros estilos adicionales de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022. Este resultado significa que existe una correlación con tendencia positiva, directa y magnitud baja. En este sentido, se deduce que niveles altos de estrés académico se relacionan con bajos valores de otros estilos adicionales de afrontamiento y viceversa. Al respecto, Maldonado y Muñoz (2019) publicaron un estudio titulado “Estrés académico y modos de afrontamiento del estrés en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este”, referida a examinar la relación entre estrés académico y modos de afrontamiento del estrés, encontró que, existe una relación significativa entre la dimensión de afrontamiento enfocado en la evitación y el estrés académico ($\rho=0.189$; $p < 0.001$). Cabe resaltar que, ambos estudios siguen el diseño de investigación no experimental, transversal y corte transversal, asimismo, ambos estudios han utilizado instrumentos similares al también seleccionar al COPE y el SISCO, sin embargo, el tamaño de la muestra estuvo conformada por estudiantes de Psicología, pero también de Enfermería y Nutrición, y la cantidad total de participantes fue menor a la del presente estudio. A pesar de ello, los resultados no han sido diferentes, encontrando semejanza en ambas investigaciones. Estos resultados se pueden explicar mediante la propuesta teórica de Barraza (2008), donde se propone que los estudiantes universitarios que cursan los primeros semestres académicos experimentan niveles altos de estrés académico porque tienen que afrontar una serie de exigencias desconocidas además de las académicas, este escenario, expone al estudiante en vista de su falta de experiencia y no contar con una gama de herramientas de solución, lo cual incrementa la posibilidad de utilizar estrategias de afrontamiento menos eficaces, tales como el desentendimiento y despreocupación frente a un evento de estrés, dado que no espera arreglar el problema de manera favorable sino todo lo contrario, así como, dilatar

su afrontamiento o disminuir momentáneamente el malestar. De igual modo, de acuerdo con la investigación teórica de Lazarus y Folkman (1986) la personas que utilizan las estrategias comprendidas en los estilos de afrontamiento adicionales, tratan de ocultar su falta de habilidad a la hora de sobrellevar una situación estresante, y tienen una percepción infravalorada de sus habilidades.

En cuanto a las limitaciones de la presente investigación, se incluye el diseño de estudio, puesto que los resultados alcanzados solo pueden ser utilizados como una representación de la asociación entre ambas variables psicológicas, ya que, no se puede evidenciar una relación causal entre los constructos al ser una investigación de nivel de alcance correlacional. Asimismo, en relación a la temporalidad, el corte transaccional no permite una comparación deducible de las propiedades de esta correlación, lo que dificulta una comprensión más exacta. Otra limitación gira en torno, al tamaño de la muestra, dado que la cantidad analizada no permite una generalización de los resultados ni extensión a otras poblaciones educativas. Finalmente, se encontró que los instrumentos psicológicos de tipo cuestionario al ser autoadministrados por el estudiante puede ocasionar cierto margen de sesgo conforme a la apreciación social al instante de completar la prueba, ya que los instrumentos no miden la conducta de forma exacta.

La investigación contribuye en el campo científico, dado que presenta información actualizada con respecto a la relación que existe entre las variables de estudio en los estudiantes de psicología, quienes muestran niveles moderados de estrés académico. Además, los resultados podrían ser considerados por el área pedagógica de la casa de estudios para que se implemente planes de intervención y prevención con la finalidad de modificar la realidad identificada en el grupo poblacional.

Los resultados encontrados en el presente estudio servirán como referencia y consulta para investigaciones a futuro que pretendan abordar tópicos asociados a los estilos de afrontamientos y estrés académico, dado que es información confiable y actualizada que contribuye a incrementar el conocimiento científico, específicamente en el contexto peruano.

El estudio se llevó a cabo desde un enfoque cuantitativo, de nivel correlacional y de corte transversal, por ende, permitirá la descripción y el análisis de los constructos psicológicos en un determinado momento, propiciando el respaldo del análisis de datos de corte longitudinal. Asimismo, la aplicación de las pruebas propiciará que otros investigadores, analicen la validez y confiabilidad de los instrumentos utilizados en la presente investigación.

El presente trabajo propiciará conocer y mostrar la preocupación del estado de salud mental, específicamente del nivel moderado de estrés académico que presentan los estudiantes de psicología, así como identificar los estilos de afrontamiento más empleados con el objetivo de prestar mayor atención en el bienestar de los futuros profesionales. De ahí que, las autoridades académicas tendrán una mayor información de la problemática de estudio y podrán actuar de forma oportuna para mejorar la realidad de los universitarios.

Conclusiones

Existe una relación significativa, negativa e inversa, con una intensidad de correlación media, lo que sugiere que los altos niveles de afrontamiento se correlacionan con niveles más bajos de estrés académico en estudiantes de psicología.

Existe una relación significativa, negativa e inversa, con una intensidad de correlación media, lo que sugiere que los altos niveles de afrontamiento centrado en el problema se correlacionan con niveles más bajos de estrés académico en estudiantes de psicología.

Existe una relación significativa, negativa e indirecta, con una fuerza de correlación débil, lo que significa que valores altos de afrontamiento enfocado en la emoción se asocian con niveles bajos de estrés académico en los estudiantes de psicología.

Existe una relación significativa, positiva y directa, con una fuerza de correlación débil, lo que significa que valores altos de otros estilos adicionales de afrontamiento se asocia con niveles altos de estrés académico en los estudiantes de psicología.

Referencias

- Alania, R., Llancari, R., Rafaele, M. y Dayan, D. (2020). Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*, 4(2), 111-130.
<https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.669>
- Almiron, L. (2020). *Estilos de afrontamiento y nivel de estrés en internos de medicina humana del Hospital III Goyeneche, Arequipa 2019*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/10017>
- American Psychological Association (2019). *Normas APA Guía de citación y referenciación*. Séptima edición. <https://bit.ly/3uAQ3My>
- American Psychological Association. (2020). *Stress in America™2020: A National Mental Health Crisis*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Arredondo, K. y Ocoruro, E. (2021). *Capacidad de afrontamiento y estrés académico en entornos virtuales en estudiantes de pregrado de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional San Agustín de Arequipa, 2020*?. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa] http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/12787/ENartokm_ocbeek.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Arteaga, J. y Dorado, C. (2020). *Estrategias de afrontamiento utilizadas en estados de estrés académico de los adolescentes de 16 a 18 años de edad de la Unidad Educativa Particular Isaac Newton de la zona urbana y de la Unidad Educativa del Milenio Olmedo Pesillo de la zona rural pertenecientes a la provincia de Pichincha en el año escolar 2019-2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Central del Ecuador].

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/20662/1/T-UCE-0010-FIL-759.pdf>

Barraza, A. (2003) El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos Avances en Psicología Latinoamericana. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal* 26(2), 270-289.

<https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>

Barraza, A. (2004). El estrés académico en los alumnos de postgrado. *Revista Psicología Científica.com*, 6(2).<https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico>

Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Psicología Científica*.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2880918>

Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Psicología Científica*, 8(17). <https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>

Barraza, A. (2007). El Inventario SISCO del Estrés Académico. *INED*, 89-93.

Barraza, A. (2008), Un modelo conceptual para poder estudiar el estrés académico. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 9 (3), 111-129
<http://revistas.unam.mx/index.php/repi/article/viewFile/19028/18052>

Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos . *Avances en Psicología Latinoamericana*, 2 (26), 270-289 <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/67/59>

- Campos, J. (2021). *Ansiedad y estrés académico ante el examen nacional de medicina en estudiante de universidad privada- 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad privada San Juan Bautista] <http://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/upsjb/3293>
- Canales, F. H. D., Alvarado, E. L. D., & Pineda, E. B. (1994). Metodología de la investigación: Manual para el desarrollo de personal de salud. *Int. J. Morphol.* 35(1): 227-232.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J. & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 23 (1); 228-232. Doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934
- Carver, C. S., Scheier, M. F. & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. Doi/10.1037/0022-3514.56.2.267
- Carver, C., & Scheier, M. F. (1994). Situational Coping and Coping Dispositions in a Stressful Transaction. *American Psychological Association*, 1(2), 184–195. Doi.org/10.1037/0022-3514.66.1.184
- Carver, C., Scheier, M. & Weintraub, J. (1989). Assessing Coping Strategies: A theoretically based approach. *Journal of personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Cassaretto, M. & Chau, C. (2016). Afrontamiento al estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 42(2), 95-109.
- Castilla, T. (2021). Estrés académico y estilos de vida en estudiantes de Psicología y Derecho de una universidad privada de Lima Sur. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma

del Perú] <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/1281>

- Castillo, I., Barrios, A. y Alvis, L. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo* 20 (2): 1-11. Recuperado de [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20\(2018-II\)/145256681002/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20(2018-II)/145256681002/)
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Chuquista, K. (2018). *Estrategias de afrontamiento al estrés académico y ansiedad ante los exámenes en los estudiantes de la escuela profesional de Ingeniería Ambiental de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto*. [Tesis de grado, Universidad Peruana Unión filial Tarapoto] https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2051/Katy_Tesis_Maestro_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Colegio de Psicólogos del Perú (2018). *Código de Ética y Deontología*. http://api.cpsp.io/public/documents/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf
- CONCYTEC (2019). *Código Nacional de la Integridad Científica*. <https://portal.concytec.gob.pe/images/publicaciones/Codigo-integridad-cientifica>
- Cortés, M. & Iglesias, M. (2004). *Generalidades sobre Metodología de la Investigación* (Primera edición) http://www.unacar.mx/contenido/gaceta/ediciones/metodologia_investigacion
- Díaz, Y. y Guano, I. (2017). *Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de medicina de*

la Universidad Técnica de Ambato. [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]

<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/25493/2/Ivonne%20Vanessa%20Guano%20Bermeo.pdf>

Fawaz, M. y Samaha, A. (2020). E-learning: Depression, anxiety, and stress symptomatology among Lebanese University students during COVID-19 quarantine. *Nurs Forum*, 56 (3) 52-57. Doi: <https://doi.org/10.1111/nuf.12521>

Gabriel, T. (2020). Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de psicología de una universidad particular, Huancayo-2018. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Los Andes] <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2020>

García, M. (1986). *El análisis de la realidad social Métodos y técnicas de investigación*. Madrid: Alianza Editorial S.A. <http://metodo1.sociales.uba.ar/wp-content/uploads/sites/164/2014/10/Garcia-et-al-El-analisis-de-la-realidad-social-metodos-y-tecnicas-de-la-investigacion>

Godino, M. (2016). *Estrés académico, estrategias de afrontamiento y rendimiento académico*. [Tesis de licenciatura, Universidad Argentina de la Empresa] <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/4077/Godino.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gómez, I. & Escobar, F. (2021). Educación virtual en tiempos de pandemia: incremento de la desigualdad social en el Perú. Chakiñan, *Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 8 (2), 99-109.

Guevara, K. y Martínez, R. (2018). *Relación entre el nivel de estrés y estrategias de*

afrontamiento de las estudiantes de enfermería en una Universidad Nacional.

Lambayeque-2017. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Pedro Ruíz Gallo]

<https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/2004/BC-TES-TMP->

[859.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/2004/BC-TES-TMP-859.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Huckins, J., Silva, A., Wang, W., Hedlund, E., Rogers, C., Nepal, S., Wu, J., Obuchi, M.,
Murphy, E., Meyer, M., Wagner, D., Holtzheimer, P. & Campbell, A. (2020). Mental
health and behavior of college students during the early phases of the COVID-19
pandemic: Longitudinal smartphone and ecological momentary assessment study.
Journal of Medical Internet Research, 22(6), 20-185. Doi.org/10.2196/20185

Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: past, present and future. *Psychosomatic
Medicine*, 55: 234 – 247.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and
coping. *European Journal of Personality*, 1(3), 141–169.
Doi.org/10.1002/per.2410010304

Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Ediciones Martínez
Roca. Barcelona.
https://www.researchgate.net/publication/230577043_La_vision_del_psicologo_Alteraciones_de_los_procesos_cognitivos_por_el_estres

López, P. (2004). Población muestra y muestreo. *Punto Cero*, 9(08), 69-74.
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012&lng=es&tlng=es

Lorenzo, J. (2017). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes*

universitarios. [Tesis de licenciatura, Una Gran Universidad].

<https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/6582/LORENZO.%20J.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Maldonado, S. y Muñoz, M. (2019). *Estrés académico y modos de afrontamiento del estrés en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima*

Este. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]

https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1723/Sheyla_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Miranda, J. & Santamaría, M. (2019). *Estrés académico y ansiedad frente a los simulacros tipo exámenes de admisión de los estudiantes de un centro pre-universitario en ate vitarte –*

lima, 2019. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Telesup].

<https://repositorio.utelesup.edu.pe/handle/UTELESUP/900>

Ocampo, A. (2020). *Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés académico en estudiantes universitarios.* [Tesis de licenciatura, Universidad Antonio Nariño].

<http://186.28.225.13/bitstream/123456789/2006/1/2020AngelaMariaOcampoOcampo.pdf>

Ozamiz, N., Dosil, M., Picaza, M. & Idoiaga, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España.

Caderno de Saúde Pública, 36(4), 1-10. Doi.org/10.1590/0102-311x00054020

Pedró, F. (2020). COVID-19 y educación superior en América latina y el Caribe: Efectos, impacto y recomendaciones políticas. Madrid, España: Fundación Carolina.

<https://www.fundacioncarolina.es/wp-content/uploads/2020/06/AC-36.-2020.pdf>

- Ramos Rojas, P. E. (2021). Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2021. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte] <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/28321>
- Román, C. y Hernández, Y. (2011). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala Universidad Nacional Autónoma de México*, 14(2), pág. 1-14.
- Saavedra, I., & Quispe, L. (2021). Satisfacción con los estudios y estrés académico durante la pandemia covid-19 en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, año 2021. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú] <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1188>
- Sánchez, H., Reyes, C. y Mejía, K. (2018). *Manual de términos de investigación científica, tecnología y humanista*. Universidad Ricardo Palma.
- Tamayo, M. (2012). El proceso de la investigación científica. *México: Limusa*, p.180.
- Troyes, K. y Abab, J. (2021). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Universidad Peruana Unión durante la pandemia COVID-19*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/4751>
- Berdida, D. y Grande, R. (2023). Estrés académico, ansiedad por COVID-19 y calidad de vida entre estudiantes de enfermería: el papel mediador de la resiliencia. *Revista Internacional de Enfermería*, 70 (1), 34-42.
- Tomás, L. (2022). Estrés y depresión en estudiantes de pregrado durante la pandemia de

COVID-19: estudiantes de enfermería en comparación con estudiantes de pregrado en carreras no relacionadas con la enfermería. *Revista de Enfermería Profesional* , 38 , 89-96.

Anexos

Anexo 1. Matriz de consistencia interna

Pregunta de Investigación	Objetivo Principal	Hipótesis de Investigación	Método de investigación
¿Existe relación significativa entre los estilos de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima?	Determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.	Existe relación significativa entre los estilos de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.	<p>El presente estudio responde a un enfoque cuantitativo, puesto que según su naturaleza puede ser medible o cuantificable, por lo que se emplea la recolección de datos, medición de parámetros y el análisis estadístico con la finalidad de validar o rechazar las hipótesis planteadas (Cortés e Iglesias, 2004). De corte transversal, diseño no experimental y nivel de alcance correlacional.</p> <p>La población está conformada por estudiantes de psicología. Se utilizó la técnica de muestro no probabilístico, por conveniencia. La muestra estuvo conformada por 213 estudiantes de psicología, de ambos sexos, cuyas edades oscilaban en entre 18 años y 30 años.</p> <p>Instrumentos: Inventario Sistemático Cognoscitivista del estrés académico y el Cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés COPE</p> <p>Análisis: análisis descriptivo Contrastación de hipótesis Análisis de Normalidad Software IBM SPSS – VERSION 26</p>
	Objetivos Secundarios	Hipótesis Secundarias	
	<p>Determinar la relación entre el estilo afrontamiento dirigidos al problema y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.</p> <p>Determinar la relación entre el estilo afrontamiento enfocados en la emoción y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.</p> <p>Determinar la relación entre otros estilos adicionales de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.</p>	<p>H1:Existe relación positiva entre el estilo afrontamiento dirigidos al problema y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.</p> <p>H2:Existe relación positiva entre el estilo afrontamiento enfocados en la emoción y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.</p> <p>H3:Existe relación positiva entre otros estilos adicionales de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2022.</p>	

Anexo 2. Matriz de operacionalización

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles
Estrés académico	El estrés académico es un proceso sistémico que altera el transcurso adaptativo y en especial el psicológico, el cual se manifiesta por los estudiantes cuando los docentes o la Institución presentan demandas exigentes de actuación referidas a su aprendizaje y estas demandas se valoran por los mismos estudiantes como excesivas para su capacidad de ejecutarlas con éxito (Barraza-Macías, 2006, 2018).	Estresores	-Sobrecarga de tareas -Competencias de pares -Carácter del profesor -Evaluación de examen -No entender la clase -Tipos de trabajos -Responder preguntas	1,2,3,4,5, 6,7,8,9, 10,11,12, 13,14,15	Leve: 0-78 Moderado: 79-157 Severo:158-235
		Síntomas	-Reacciones físicas -Reacciones psicológicas -Reacciones comportamentales	16,17,18,19, 20,21,22,23, 24,25,26,27 28,29,30	
		Estrategias de afrontamiento	-Habilidad asertiva -Elaborar un plan -Elogios a uno mismo -Religiosidad -Búsqueda de información -Contar lo que preocupa	31,32,33,34,35, 36,37,38,39,40, 41,42,43,44,45, 46,47	

Anexo 3. Matriz de operacionalización

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles
Estilos de afrontamiento	Lazarus y Folkman (1986) precisan sobre los estilos de afrontamiento como esfuerzos cognitivos y conductuales continuamente cambiantes que se extienden para manejar las demandas precisas extrínsecas o intrínsecas que son evaluadas como excesivas o desbordantes de los recursos de la persona.	Dirigidos al problema	<ul style="list-style-type: none"> -Afrontamiento activo -Planificación de actividades -Supresión de actividades competente -Postergación de afrontamiento -Búsqueda de soporte social 	1, 2, 3, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 27, 28, 29, 30, 31, 40, 41, 42, 43, 44	<p>Muy pocas veces: 88-115</p> <p>Depende de las circunstancias: 116-135</p> <p>Frecuentemente: 136-171</p>
		Enfocados a la emoción	<ul style="list-style-type: none"> -La búsqueda de soporte emocional -Reinterpretación positiva y desarrollo personal -La aceptación -Acudir a la religión -Análisis de las emociones 	6, 7, 8, 9, 10, 19, 20, 21, 22, 32, 33, 34, 35, 36, 45, 46, 47, 48, 49	
		Otros estilos adicionales de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> -Negación -Conductas inadecuadas -Distracción 	11,12, 13, 24, 25, 26, 37, 38, 39, 50, 51, 52	

Anexo 4. Consentimiento informado

Estilos de afrontamiento y estrés académico en los estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2022

Estimado(a) participante:

Antes que nada me presento, soy una estudiante del 10mo ciclo de la carrera de psicología de la Universidad Privada del Norte - Los Olivos. En esta oportunidad usted ha sido invitado (a) para formar parte de manera voluntaria de una investigación de mi autoría, mediante la aplicación de cuestionarios se pretende recolectar información sobre “Estilos de afrontamiento y estrés académico en los estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2022”.

Dicha información será utilizada sólo con fines académicos y todo resultado proporcionado será confidencial.

La aceptación de este documento significa que ha leído la información proporcionada y que usted **brinda su autorización del desarrollo de esta investigación**. Finalmente como parte del mensaje, se **agradece su participación y el interés de esta investigación** proporcionando datos de la realidad y formando parte de un proceso de investigación rigurosa.

Requisitos para realizar los cuestionarios:

- * Ser alumno (a) de psicología
- * Estar matriculado en el semestre 2022-I
- * Pertenecer algún ciclo académico
- * Mayores de 18 años

En caso tenga alguna con respecto a algunas preguntas, por favor escribanos al correo de contacto para poder prestar ayuda y absolver las dudas e inquietudes que pueda presentar.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

En base a lo mencionado anteriormente, ¿Desea participar voluntariamente de esta investigación?

Si – No

Anexo 5. Autorización del instrumento SISCO

Greizy Viviana Lozano Ruiz
Estudiante de Psicología de la Universidad Privada del Norte,
ubicada en Lima-Perú
Presente.

Por medio de la presente me permito autorizarle el uso del Inventario SISCO para el estudio el Estrés Académico. Dicho inventario es de mi autoría y su validación fue reportada en el artículo "Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico" disponible en <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>

Para mayor información al respecto puede consultar el video denominado "Inventario SISCO de estrés académico" disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=NsPEqQs3htg&t=312s>

Esta autorización es para su uso con fines exclusivamente académicos y otorgando los créditos correspondientes de autoría a un servidor.

Sin otro particular por el momento me despido reiterándole las seguridades de mi atenta consideración.



Dr. Arturo Barraza Macías

c.c.p. archivo

Dr. Arturo Barraza Macías
E-mail: praxisredie2@gmail.com Tel. (618) 817-6990 Cel. (618)132-1782
Josefa Ortiz de Dominguez #104. Fracc. Francisco Sarabia, Durango, Dgo., México, C.P. 34214

Anexo 6. Solicitud de autorización del estudio

Mauro Héctor Cerón Salazar

Coordinador de la Carrera de Psicología

Universidad Privada del Norte

Estimado Mg. Mauro Cerón,

Por medio de la presente, me dirijo a usted en mi calidad de estudiante de la carrera de Psicología de la Universidad Privada del Norte, con el objetivo de solicitar su autorización para llevar a cabo la aplicación de instrumentos en la población de estudiantes de la carrera de Psicología. La razón de esta solicitud se debe al desarrollo de mi tesis titulada: “Estilos de afrontamiento y estrés académico en los estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2022”.

La presente investigación tiene como objetivo principal analizar los estilos de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de Psicología, buscando establecer relaciones entre ambos factores y, de esta manera, contribuir al bienestar y rendimiento académico de nuestra comunidad estudiantil.

Dado que la población de estudio se encuentra dentro de nuestra institución, considero indispensable contar con su autorización para llevar a cabo la aplicación de los instrumentos de investigación. La metodología de la investigación incluirá encuestas y cuestionarios estandarizados que serán administrados de manera anónima y confidencial, garantizando la protección de datos personales y la privacidad de los participantes.

Agradezco de antemano su atención y apoyo a mi solicitud, esperando contar con su colaboración y autorización para desarrollar mi tesis en el marco de nuestra universidad. Si necesita más información o considera necesario discutir algún aspecto en detalle, no dude en ponerse en contacto conmigo a través de mi correo electrónico o teléfono.

Atentamente,

Greizy Viviana Lozano Ruiz

Estudiante de la carrera de Psicología Universidad Privada del Norte

Anexo 8. Análisis de Normalidad

Tabla 7
Prueba de Normalidad

Variables	Kolmogorov – Smirnov		
	Estadístico	G1	Sig.
Dirigidos al problema	.048	213	.000
Enfocados a la emoción	.077	213	.000
Otros estilos adicionales de afrontamiento	.044	213	.000
Estrés académico	.200	213	.000

En la Tabla 5, se observa que se recurrió a la prueba de Normalidad de para conocer la distribución de los datos, por lo tanto, se utilizó la prueba de Kolmogorov – Smirnov (K-S), dado que la muestra es supera los 50 participantes. Cabe señalar que, los resultados sobre las variables y sus dimensiones arrojaron valores de significancia menores $p < \alpha$, lo cual indica que los datos tienen una distribución no normal, en ese punto, se sugiere el uso de pruebas no paramétricas. Entonces, se utilizó el coeficiente de correlación Rho de Spearman para analizar la relación entre ambas variables de estudio.

Anexo 7. Características sociodemográficas

Tabla 8

Características sociodemográficas de la muestra

VARIABLES	CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Sexo	Masculino	75	35%
	Femenino	138	65%
Edad	18-22	41	19%
	23-27	117	55%
	28-32	19	9%
	30 a más	36	17%
Ciclo académico	1er ciclo	4	2%
	2do ciclo	2	1%
	3er ciclo	9	4%
	4to ciclo	6	3%
	5to ciclo	13	6%
	6to ciclo	6	3%
	7º ciclo	13	6%
	8vo ciclo	6	3%
	9no ciclo	23	11%
	10mo ciclo	131	62%

Nota. Se presenta las características sociodemográficas de la muestra

Anexo 8. Analisis de consistencia interna

Tabla 9

Confiabilidad del Cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés

Alfa de Cronbach	N° de elementos
.822	52

Tabla 10

Confiabilidad del Inventario Sistémico Cognoscitivista del estrés académico

Alfa de Cronbach	N° de elementos
.894	47