



**Universidad
Norbert Wiener**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Académico Profesional de Enfermería

Estrés académico y resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la
Universidad Norbert Wiener, 2022.

Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería


Presentado por:

Alejo Perez, Leonor Vicenta

(Código orcid: 0000-0003-0426-3476)

Lima - Perú

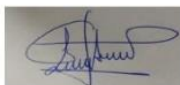
2023

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01

Yo, ... **ALEJO PEREZ, LEONOR VICENTA** egresado de la Facultad deCiencias de la Salud..... y Escuela Académica Profesional de ...Enfermería..... / Escuela de Posgrado de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico “.....**ESTRÉS ACADÉMICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DEL X CICLO DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NORBERT WIENER, 2022**.....” Asesorado por el docente: mg Fuentes Siles, Maria AngélicaDNI ... 09162899ORCID... <https://orcid.org/0000-0002-5319-393X> tiene un índice de similitud de ...17 (diecisiete) % con código ____ oid:14912:234521998 ____verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

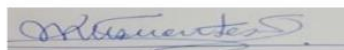
Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Firma de autor 1
ALEJO PEREZ, LEONOR VICENTA
 DNI: ...47933816...

.....
 Firma de autor 2
 Nombres y apellidos del Egresado
 DNI:



.....
 Firma
 mg Fuentes Siles, Maria Angélica
 DNI: 09162899

Lima, ...23...de.....mayo..... de.....2023.....

Tesis:

Estrés académico y resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la
Universidad Norbert Wiener, 2022.

Línea de investigación:

Salud enfermedad y ambiente

Asesor:

Fuentes Siles, Maria Angelica

(Código Orcid: 0000-0002-5319-393X)

Dedicatoria

A Dios, por dirigirme en todos los pasos profesionales que he tomado en la vida para guiarme siempre.

A mis padres, quienes estuvieron ayudándome en todo momento para alcanzar cada meta propuesta en toda mi formación profesional.

A mis hermanos, por el afecto que me brindan a diario y estar compartiendo los esfuerzos y el compromiso en todos mis logros adquiridos durante toda mi vida.

Agradecimiento

A mi asesora, Mg. María Angelica Fuentes Siles, por su apoyo, paciencia y el tiempo brindado hacia mi persona en cada paso dado durante toda y cada una de las etapas de elaboración de la investigación y ser un extraordinario líder en la guía como profesional.

A mis compañeras de estudios por el aporte ofrecido durante la ejecución de este trabajo.

Para los maestros de la escuela de pregrado, por ofrecerme conocimientos que me favorecieron en mi formación como profesional competitivo.

Índice

Dedicatoria	iii
Agradecimiento.....	iv
Índice.....	iv
Índice de tablas	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
INTRODUCCIÓN	ix
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	1
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del Problema	4
1.2.1. Problema general	4
1.2.2. Problemas específicos	4
1.3. Objetivos de la investigación	5
1.3.1. Objetivo general	5
1.3.2. Objetivos específicos	5
1.4. Justificación de la investigación	5
1.4.1. Teórica	5
1.4.2. Práctica.....	6
1.4.3. Metodológica.....	6
1.5. Limitaciones de la investigación	6
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	7
2.1. Antecedentes.....	7
Antecedentes internacionales	7
Antecedentes nacionales	8
2.2. Bases teóricas	11
2.3. Formulación de hipótesis	19
2.3.1. Hipótesis general.....	19
2.3.2. Hipótesis específicas	20
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	21
3.1 Método de investigación	21

3.2	Enfoque de la investigación	21
3.3	Tipo de la investigación	21
3.4	Diseño de la investigación.....	22
3.5	Población, muestra y muestreo.....	23
3.5.1.	Población.....	23
3.5.2.	Muestra.....	23
3.5.3.	Muestreo.....	25
3.6	Variables y operacionalización.....	25
3.7	Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	28
3.1.1.	Técnica	28
3.1.2.	Descripción.....	29
3.1.3.	Validez del instrumento	32
3.1.4.	Confiability del instrumento	34
3.8	Plan de procesamiento y análisis de datos	35
3.9	Aspectos éticos	36
CAPITULO IV: PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS Y DISCUSIONES		38
4.1.	Resultados	38
4.1.1.	Análisis descriptivo de resultados	38
4.1.2.	Contrastación de la hipótesis	40
4.2.	Discusión de Resultados	43
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		48
5.1.	Conclusiones.....	48
5.2.	Recomendaciones	49
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....		50
ANEXO.....		57
Anexo N° 1: Matriz de consistência		57
Anexo N° 2: Instrumentos de medición		59
Anexo N°3: Consentimiento Informado		63
Anexo N°5: Informe de turnitin.....		64

Índice de tablas

Tabla 1. Estrés académico en estudiantes de enfermería del X ciclo de enfermería de la universidad Norbert Wiener	39
Tabla 2. Frecuencias de la variable estrés académico en estudiantes de enfermería y sus dimensiones	40
Tabla 3. Resiliencia en estudiantes de enfermería del X ciclo de enfermería de la universidad Norbert Wiener	41
Tabla 4. Frecuencias de la variable residencia en estudiantes de enfermería y sus dimensiones	42
Tabla 5. Tabla 5. Prueba de Normalidad.....	43
Tabla 6. Correlación según Spearman entre el estrés académico y la resiliencia en estudiantes de enfermería	43
Tabla 7. Correlación según Spearman entre la dimensión estresores y la resiliencia en estudiantes de enfermería	44
Tabla 8. Tabla 8. Correlación entre la dimensión síntomas de estrés y la resiliencia en estudiantes de enfermería	44
Tabla 9. Correlación entre dimensión estrategias de afrontamiento y la resiliencia en estudiantes de enfermería	45

Resumen

Objetivo: Determinar cuál es la relación entre el estrés académico y resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

Metodología: En cuanto a la metodología se desarrolló un estudio de método hipotético deductivo, con enfoque cuantitativo, de tipo aplicado, no experimental, de alcance descriptivo correlacional y de corte transversal; en una muestra conformada por 112 participantes; los instrumentos que permitieron recoger los datos fueron dos cuestionarios el primero fue el Inventario SISCO, que mide el estrés académico; y el segundo fue la escala de Resiliencia de Wagnild y Young.

Resultados: Según los resultados; en lo que respecta al estrés académico se encontró un nivel severo de estrés en los estudiantes en el 74,1% de encuestados, asimismo el 82,1% de participantes alcanzó un nivel bajo de resiliencia. Se logro identificar que existe relación entre la dimensión estresores y la resiliencia, encontrándose significancia estadística ($p=0,016$) y $rho=0,228$; existe relación entre la dimensión síntomas de estrés y la resiliencia, mediante una significancia estadística ($p=0,005$) y $rho=0,265$; existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la resiliencia, a través de una significancia estadística ($p=0,000$) y $rho=0,471$.

Conclusión: Se determinó que existe relación entre el estrés académico y la resiliencia, a través de una significancia estadística ($p=0,000$); a su vez se encontró una correlación positiva baja ($rho = 0,341$); en los estudiantes de enfermería del décimo ciclo de la Universidad Norbert Wiener.

Palabras claves: Estrés académico, resiliencia, estudiantes, enfermería (DeCS/MeSH).

Abstract

Objective: To determine the relationship between academic stress and resilience in students of the X nursing cycle of the Norbert Wiener University, 2022.

Methodology: Regarding the methodology, a study of the hypothetical deductive method was developed, with a quantitative approach, of an applied, non-experimental type, of a descriptive, correlational and cross-sectional scope; in a sample made up of 112 participants; The instruments that allowed data collection were two questionnaires. The first was the SISCO Inventory, which measures academic stress; and the second was the Wagnild and Young Resilience scale.

Results: According to the results; Regarding academic stress, a severe level of stress was found in the students in 74.1% of the respondents, likewise 82.1% of the participants reached a level of resilience. It was possible to identify that there is a relationship between the stressor dimension and resilience, finding statistical significance ($p=0.016$) and $\rho=0.228$; there is a relationship between the stress symptoms dimension and resilience, through statistical significance ($p=0.005$) and $\rho=0.265$; there is a relationship between the coping strategies dimension and resilience, through statistical significance ($p=0.000$) and $\rho=0.471$.

Conclusion: It was determined that there is a relationship between academic stress and resilience, through statistical significance ($p=0.000$); in turn, a low positive correlation was found ($\rho = 0.341$); in nursing students of the tenth cycle of the Norbert Wiener University.

Keywords: Academic stress, resilience, students, nursing (DeCS/MeSH).

INTRODUCCIÓN

El presente estudio se elabora, en función al problema que el estrés causa en el estudiante de enfermería, lo cual dificulta su correcto desarrollo en su formación profesional y sobre en el desarrollo de sus capacidades; las causas más probables podrían establecerse por problemas familiares, personales, laborales y académicos; las cuales van agravando la salud de estudiante provocando depresión, miedo, intolerancia y ansiedad, entre otros. Por lo tanto es importante que estudiante encuentre mecanismos de respuestas que le permitan contrarrestar tales situaciones de estrés y le permitan desarrollarse en el ámbito profesional de la manera más adecuada.

El estudio comprende una estructura muy particular para su desarrollo, presentada a continuación:

El documento se conforma por capítulos; por lo que en el capítulo 1, se presenta la descripción del problema, la formulación del problema, los objetivos puntuales, y la importancia del estudio. Posteriormente el capítulo 2, comprende los antecedentes del estudio; las bases teóricas, entre ellas las definiciones teóricas y conceptuales de las variables, así mismo abarca el planteamiento de la hipótesis. En el capítulo 3, hoy sí hace mención a la parte metodológica del estudio, el cual comprende el tipo de estudio, el enfoque, el diseño y el nivel de investigación, además de la población muestra muestreo, las técnicas y los instrumentos de recolección de datos, el procesamiento y análisis de los datos, finalmente se hace mención a los aspectos éticos. El capítulo 4, abarca la muestra los resultados y la discusión de ellas. Finalmente, el capítulo 5, comprende las conclusiones y recomendaciones del estudio.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

Uno de los problemas de la salud mental evidenciados en los estudiantes universitarios es el estrés académico generado por las clases virtuales debido al contexto actual del país y el mundo. Según la UNESCO (2020) en América Latina y el Caribe son 23 400 000 estudiantes y 1 000 400 docente aproximadamente equivalentes al 98% del total; la implementación de nuevas estrategias didácticas han generado un impacto mental y desgaste emocional debido a la adaptación de la educación a la distancia por clases virtuales, teniendo en cuenta la presión de los maestros, los trabajos académicos, prácticas profesionales, la investigación, la proyección y extensión universitaria y la presión de los padres. (1)

Según la OMS, hasta el año 2020; el estrés es el grupo de respuestas fisiológicas que ocurre en nuestro sistema. Por ende, es un mecanismo de respuesta biológica requerido para subsistir; que, ante cualquier cambio con respecto a nuestra rutina, trabajo y otros ámbitos, pueden ocasionar estrés; dependiendo de la situación física y psíquica de cada individuo. Por otro lado, se puede generar estrés si conservamos e ingresamos a una actitud de firmeza cuando hay un exceso de presión laboral, económica y social o un entorno exigente. Cuando esta sensación se mantiene en el tiempo, se puede llegar a un estado de agotamiento, con posibles alteraciones funcionales y orgánicas (2)

De acuerdo a un informe elaborado por la OPS, en el año 2020; el miedo, la preocupación y el estrés son respuestas normales en momentos en los que nos enfrentamos a la incertidumbre, o a lo desconocido o a situaciones de cambios o crisis. Es entendible que las personas perciban estas emociones en este contexto de COVID 19. Ante las nuevas y desafiantes realidades de distanciamiento físico, el trabajo desde el hogar, el desempleo

temporal, la educación de los jóvenes en las universidades y la falta de contacto físico con los seres queridos y amigos, es importante que cuidemos tanto nuestra salud física como mental. (3)

La causa fundamental que ocasiona emociones en el ser humano es el estrés, y ésta a su vez ha sido tomada con importancia significativa en las diferentes esferas del conocimiento. En el ámbito fisiológico, el estrés, conforma una de las áreas mejor estudiadas que describe de manera tacita este fenómeno. Según MINEDU, en el año 2019, los Casos más recurrentes en la comunidad universitaria son ansiedad (82 %), estrés (79 %) y violencia (52%) por lo que se inauguró el primer Centro de Salud Mental Comunitario Universitario en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (4)

Según Abreu L. et al. (5), quienes en el año 2020 realizaron un estudio, donde afirman que la llegada de la pandemia de COVID-19 a Latinoamérica provocó que las facultades y escuelas de medicina interrumpieran sus actividades abruptamente a mediados de marzo de 2020, retando las capacidades institucionales y haciendo evidentes las fortalezas y debilidades de cada institución educativa que consistió en la migración de las clases a los medios virtuales y se interrumpió la asistencia de los alumnos a los hospitales para evitar que se contagiaran y pudieran propagar el virus en las comunidades. Un grupo de estudiantes en Chile trabajaron como voluntarios y fueron contratados en las áreas no COVID.

Para la mayor cantidad de personas, la resiliencia en el contexto del COVID, conlleva significativos cambios en su vida diaria y abarcan desde las consecuencias que genera el confinamiento hasta el aislamiento social obligatorio creando grandes cambios en el ámbito psicosocial del ser humano. A causa de la Pandemia en el Perú aproximadamente más de 150,000 estudiantes universitarios abandonaron sus estudios universitarios (6), además investigaciones sobre los efectos de la crisis del COVID-19 pusieron de manifiesto que

existen muchas carencias en nuestro modelo educativo que han hecho visibles las desigualdades sociales en el país.

Para el MINSA, en el año 2018, mediante un boletín informativo, dio a conocer que hasta el 30% de la población universitaria son afectados a nivel mental por la presión académica, donde un estrés prolongado puede llevar a la depresión o al consumo indiscriminado de alcohol (7). La ansiedad por ingesta de alimentos de manera innecesaria, puede ser ocasionado por el estrés crónico o prolongado, lo que puede acrecentar el nivel de sobrepeso y obesidad; para Cutipé Cárdenas “Es necesario saber canalizar el estrés cotidiano a fin que no se vuelva crónico. Los problemas que se generan además de ansiedad, son trastornos del sueño y, con mucha frecuencia, un cuadro de depresión” (8)

Para Cyrulnik (9), que en el año 2021 realizó un estudio; refiriendo que la facultad de enfrentar los percances de la vida se denomina resiliencia, convertir el dolor en fuerza propulsora para fortalecerse y reconfortarse. Una persona resiliente comprende qué es el quien construye su propio destino y dueño de las alegrías en su vida, hoy el abordaje de la misma no debe categorizar ni etiquetar y mucho menos hacer juicios definitivos, no se debe culpar por nuestros fracasos a los demás, ni mucho menos que el comportamiento que se presente tiene culpa ajena.

Según la American Psychological, ser resiliente implica acoplarse a la adversidad, el trauma, la tragedia y al origen de la tensión considerable, además de las diferencias familiares o personales, los problemas con respecto a la salud o circunstancias de mucho estrés en el trabajo o económicos, las cuales se denominan situaciones estresantes. Asimismo, la entidad define que la resiliencia, se relaciona con la capacidad para hacer planes realistas y seguir los pasos necesarios para llevarlos a cabo, estableciendo una visión positiva de sí mismos, llenos de confianza en sus fortalezas, habilidades y destrezas en la

comunicación y en la solución de problemas, con la capacidad para manejar sentimientos e impulsos de notable impacto (10).

En lo que respecta a la problemática actual, se ha podido identificar que los estudiantes del décimo ciclo de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, presentan distintas situaciones de estrés; de carácter personal, relacionados a la carga laboral, que impiden el total desarrollo de las actividades académicas, por lo que se plantea disminución y fortalecimiento de la adaptación a la residencia.

1.2. Formulación del Problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es la relación entre el estrés académico en la dimensión estresores con la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022?

¿Cuál es la relación entre el estrés académico en la dimensión síntomas con la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022?

¿Cuál es la relación entre el estrés académico en la dimensión estrategias de afrontamiento con la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar cuál es la relación entre el estrés académico y resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

1.3.2. Objetivos específicos

Determinar cuál es la relación entre el estrés académico en la dimensión estresores con la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

Determinar cuál es la relación entre estrés académico en la dimensión síntomas con la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

Determinar cuál es la relación entre estrés académico en la dimensión estrategias de afrontamiento con la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022

1.4. Justificación de la investigación

Para este estudio se tiene en cuenta la coyuntura actual de COVID 19 que abarca una duración de más de tres años a nivel global, ante ello es imprescindible entender los estratos de estrés académico y la resiliencia como unidad de estudio para ser considerados en establecer estrategias de intervención idónea que generen mantener un nivel intelectual de acuerdo a su coyuntura social que necesiten con respecto a los próximos expertos en la salud.

1.4.1. Teórica

Teniendo en cuenta, una indagación en el marco bibliográfico, determinamos que dentro del país no se han elaborado estudios amplios que describan de manera tacita el

vínculo entre estrés académico y resiliencia, teniendo en cuenta la situación actual generada por el COVID, motivo fundamental en la que se propone la obligación de seguir indagando sobre estas variables sustentadas en los protocolos de resiliencia ampliadas por Wagnild y Young y la teoría de estrés académico especificada por Barraza para reforzar conocimientos previos sobre el vínculo estrecho existente. Este estudio generará antecedentes en próximos investigadores a formar.

1.4.2. Práctica

La investigación en ejecución está fundamentada en hechos reales que se presentan con mucha constancia; esto generará que podamos acceder de manera fácil a las fuentes de información que incluyen la aplicación de instrumentos de investigación necesarios para corroborar o confirmar los resultados alcanzados debido a su importancia y trascendencia en estos tiempos.

1.4.3. Metodológica

La recolección de datos contiene información va contribuir al conocimiento de los variables estrés académico y resiliencia de una población donde se ha utilizado los instrumentos con la evaluación del Inventario SISCO sobre estrés académico y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young, se ha cogido ambos instrumentos al contexto de la población, ocasionando que los siguientes estudios lo tomen como antecedente, con respecto a la confiabilidad y validez de dichos instrumentos.

1.5. Limitaciones de la investigación

El presente estudio se centrará en un grupo pequeño, por lo que los resultados solo pueden ser generalizados a la población de estudio.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Antecedentes internacionales

Ruiz et al, realizo un estudio en el año 2022, con el objetivo de “determinar la asociación entre el estrés académico y el nivel de resiliencia en estudiantes de la licenciatura de enfermería”; se diseñó un estudio de método hipotético deductivo, con enfoque cuantitativo, aplicado, no experimental, descriptivo correlacional y de corte transversal; en una muestra de 107 participantes; los instrumentos que permitieron recoger los datos fueron dos cuestionarios el primero fue el Inventario SISCO, que mide el estrés académico; y el segundo fue la escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Según los resultados; se encontró la presencia de estudiantes resilientes, pero no se logró establecer relación entre las dimensiones de estrés académico y la resiliencia. Se concluye determinado que no existe relación entre el estrés académico y la resiliencia en los estudiantes de la carrera de enfermería, con un valor de correlación positiva muy baja ($\rho=0.055$); donde $p=0,575$ (11).

Ramírez, et al; realizó en el año 2020, el cual tuvo como objetivo “Identificar el nivel de afrontamiento al estrés académico de estudiantes de licenciatura en enfermería”; utilizo métodos descriptivo, transversal, prospectivo, teniendo una muestra de 266 participantes. Obteniendo como resultado que el 41.95% refleja estresores y un 37.59% confrontación del estrés académico, que representa un bajo nivel en la cual las mujeres predominan sobre los varones; concluyendo con el estrés académico con porcentaje bajo, esta situación se tiene que atender para evitar que llegue a un nivel más alto, por ende, la medida para solucionar el estrés en los universitarios es su enfrentamiento, a tal efecto la finalidad que se busca, es seguir estudiando a futuro a cerca

del afrontamiento académico, teniendo en cuenta los estresores principales que desencadenan el estrés en la vida universitaria (12).

Kloster y Perrotta, en el año 2019, desarrollaron una investigación, cuyo objetivo fue “Caracterizar el estrés académico, los principales estresores y los modos de afrontamiento en estudiantes universitarios y analizar las diferencias en el estrés académico entre los estudiantes universitarios de primer año y los de los últimos años de la ciudad de Paraná, Argentina”. Fue comparativo-transversal con un aspecto descriptivo y de campo. La porción extraída fue seleccionada mediante una toma de muestra no probabilística, intencional o decisional y se conformó por 163 estudiantes de nivel universitario, las cuales llevaban cursos de manera normal en el primer, cuarto y quinto año respectivamente en la ciudad de Paraná. La recopilación de los datos del estrés académico se realizó mediante el Inventario SISCO del Estrés Académico. Los datos arrojados en general aseveran que los universitarios pasan por un estrés académico moderado, sin diferencias significativas, desde la perspectiva estadística, en universitarios desde el primer año hasta los últimos años. Pero, se registra que los universitarios que cursan el primer año sufren un nivel de estrés académico significativo, comparándolo con los que cursan los últimos años. En relación con los planteamientos de afrontamiento, estadísticamente existe diferencias significativas entre universitarios del primer año con los que cursan último. De manera específica puede afirmarse que los estudiantes de los últimos años emplean con mayor frecuencia estrategias de afrontamiento que los estudiantes de primer año (13).

Antecedentes nacionales

Espinoza, en el año 2018, desarrolló una investigación, que tuvo como objetivo de estudio “Determinar la relación entre los estresores académicos y capacidad de

resiliencia en estudiantes de enfermería”. En cuanto a la metodología se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, de tipo aplicado, no experimental, de alcance descriptivo correlacional y transversal; en una muestra conformada por 65 participantes; los instrumentos que permitieron recoger los datos fueron dos cuestionarios el primero fue el Inventario SISCO, que mide el estrés académico; y el segundo fue la escala de Resiliencia de Wagnild y Young. En cuanto a los resultados, se logró que los estresores con mayor frecuencia fueron son de alta intensidad en el 78,5% de participantes. en lo respecta a la resiliencia el 69,2% presento un nivel medio. Conclusión: Se determinó que existe relación entre los estresores académicos y capacidad de resiliencia, a través de una significancia estadística ($p=0,000$) (14).

Verastegui; en el 2020, realizo una investigación, donde se tuvo como objetivo “Determinar la relación entre el estrés académico y resiliencia en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Lima Norte”; se diseñó un estudio de método hipotético deductivo, con enfoque cuantitativo, aplicado, no experimental, descriptivo correlacional y de corte transversal; en una muestra de 392 participantes; los instrumentos que permitieron recoger los datos fueron dos cuestionarios el primero fue el Inventario SISCO, que mide el estrés académico; y el segundo fue la escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Según los resultados; en lo que respecta al estrés académico se encontró un nivel medianamente alto en el 39% de encuestados, asimismo el 31,1% de participantes alcanzó un nivel bajo de resiliencia. Se logro identificar que existe relación entre la dimensión estresores y la resiliencia, encontrándose significancia estadística ($p=0,000$); existe relación entre la dimensión síntomas de estrés y la resiliencia, mediante una significancia estadística ($p=0,001$); existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la resiliencia, a través de una significancia

estadística ($p=0,005$). Se determinó finalmente que existe relación entre el estrés académico y la resiliencia, a través de una significancia estadística ($p=0,000$), entre las variables (15).

Coavoy, en su estudio realizado en el 2019, se tuvo como propósito de estudio “Determinar la relación entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión - Filial Juliaca”. Sobre el esquema empleado fue no experimental de clase correlacional; la muestra la conformaron 82 estudiantes. Se utilizó el cuestionario de SISCO de escala tipo Likert. Se concluyó con la confirmación de una relación baja con una correlación considerable ($r=,225$). Pero, la relación entre los planteamientos de enfrentamiento y el grado de estrés en los universitarios de enfermería, vinculados al estrés académico, ha alcanzado en los universitarios un grado de estrés moderado (68.3%), manejando las estrategias de enfrentamiento en un grado medio (59.8%). En conclusión, existe relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento con una significancia estadística de $p=0,042$, entre las variables (16)

Rosas; en el año 2020, realizó una investigación; se tuvo como objetivo “Determinar la relación entre el nivel de resiliencia y estrés académico de enfermería de VIII y IX ciclo de una universidad privada en el contexto covid”; se diseñó un estudio de método hipotético deductivo, con enfoque cuantitativo, aplicado, no experimental, descriptivo correlacional y de corte transversal; en una muestra de 115 estudiantes; los utilizados fueron dos cuestionarios el primero fue el Inventario SISCO, que mide el estrés académico; y el segundo fue la escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Según los resultados; en lo que respecta al estrés académico se encontró un nivel bajo en el 30,4% de encuestados, asimismo el 98,3% de participantes alcanzó un nivel alto de

resiliencia. Se logro identificar que existe relación entre la dimensión estresores y la resiliencia, encontrándose significancia estadística ($p=0,000$); no existe relación entre la dimensión síntomas de estrés y la resiliencia, mediante una significancia estadística ($p=0,076$); no existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la resiliencia, a través de una significancia estadística ($p=0,087$). Se determinó finalmente que existe relación entre la resiliencia y el estrés académico, a través de una significancia estadística ($p=0,000$), entre las variables (17).

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Aspectos históricos del estrés

Gustavo (18), detalla el progreso del estrés mencionando que “el término estrés aparece en escritos desde el siglo XIV que expresaba la dureza, tensión, adversidad o aplicación. Posteriormente, a fines del siglo XVIII y principios del XIX, es utilizado en el campo de la física para mencionar a la fuerza generada en el interior de un cuerpo como consecuencia de la aplicación de una fuerza exterior o “local” que tiende a distorsionarlo, y se menciona el término “strain” como la deformación o distorsión sufrida por el objeto”.

Del mismo modo Pérez (19), hace mención a Selye H.; endocrinólogo canadiense, fue uno de los pioneros en definir e investigar científicamente el término estrés, al cual lo denominó “síndrome de adaptación general”, catalogando como reacción del cuerpo para adaptarse a distintos eventos estresantes, desglosando en tres etapas:

- Alarma: Es aquella etapa en la que el organismo percibe una amenaza y desencadena una serie de respuestas fisiológicas en un esfuerzo por sobrevivir.

- Resistencia: Se da cuando el organismo se expone a amenazas continuas, en las que se puede adaptar o pierde la capacidad de hacerlo, por ende, continua en la siguiente etapa.
- Agotamiento: Es la interrupción a la respuesta con relación a la adaptación, la interrupción a la etapa de recuperación, que desencadena en la aparición de varias patologías o una posible muerte (19).

2.2.2. Definición del estrés

Gustavo (18), menciona en sus estudios que Chrousos y Gold expresa que el estrés es el resultado de un organismo alterado, capaz de ocasionar una respuesta conductual y biológica adaptativa. En otra palabra, demuestra la necesidad de enviar soluciones físicas y generar comportamientos apropiados a la situación para lograr el equilibrio ante un suceso que supera la tranquilidad.

Según Hans Selye menciona que: “Algo de estrés es esencial y saludable; la cantidad óptima de estrés es ideal, pero demasiado estrés es dañino, así afirmando que cierta dosis de estrés es necesario” (25).

Asimismo, afirma que Pácak y Palkovits, integraron los pensamientos antes mencionados y definen que: “El estrés es un estado de homeostasis siendo esta respuesta adaptativa reflejo de la activación de circuitos específicos centrales que están genéticamente y constitucionalmente programadas por factores ambientales” (18).

De acuerdo a Pérez (19), afirma que “el estrés es una reacción fisiológica del organismo ante una situación que se percibe como amenazante o con una excesiva demanda. Y, por tanto, podemos decir que depende, por un lado, de las demandas del medio (tanto externo como interno), y por otro de la persona”.

Florencia (20) hace referencia en su trabajo a Bruce McKeen (2000): “El estrés se puede definir como una amenaza real o percibida para la integridad física o psicológica de un individuo, que resulta en una respuesta física y/o conductual. Médicamente, el estrés se define como una condición en la que los niveles circulantes de glucocorticoides y catecolaminas están elevados”.

Para Chrousos y Gold (20) “define al estrés como un estado de falta de armonía o una amenaza a la homeostasis. La respuesta adaptativa puede ser específica, o generalizada y no específica. Así, una perturbación en la homeostasis resulta en una cascada de respuestas fisiológicas y comportamentales a fin de restaurar el balance homeostático ideal”.

Finalmente llegamos a la conclusión que cuando se evidencia tensión intelectual, física y cansancio que se produce en nuestro ambiente y, por consiguiente, genera que nos enfrentemos a circunstancias no habituales y que tienen origen en una idea o situación como la pandemia de los últimos tiempos (20).

2.2.3. Tipos de estrés

Rodríguez M. (21), detalla lo siguiente “el estrés no siempre es considerado nocivo, por ello consideramos describir al estrés según su signo”, por ello se clasifican en 2 tipos de estrés:

- Estrés positivo: Por lo general no necesariamente es dañino, en el individuo, se produce cuando la persona presenta tensión baja, en cambio, inconscientemente se puede tomar que los beneficios de dicho suceso sean para bien.
- El estrés negativo: Es considerado cuando anticipamos una situación negativa pensando que nos va ir mal, paralizándonos por completo, es decir nos desequilibra y neutraliza los recursos de afrontamiento pudiendo acabar generando sentimientos de tristeza, ira, etc. (21)

Tal cual, refiere Rodríguez (21) la clasificación del estrés por el tiempo es el siguiente:

- El estrés agudo: Su duración es corta, empero, es la más frecuente entre los individuos que se originan por la obligación de sí mismos y los demás. Estas obligaciones pueden haber ocurrido en etapas pasadas recientemente o proyecciones sobre el futuro. Puede considerarse positivo si se presenta en pequeñas cantidades, no obstante, ocasiona agotamiento en elevadas cantidades que originan daños psicológicos y físicos (anomalías gástricas, dolor en los músculos, emociones de carácter negativas y angustias en el sistema nervioso).
- El estrés agudo episódico: Producto de la visualización de situaciones lejanas a la realidad, propiamente de la misma persona o influenciada por otros. Por lo general, se presentan en personas coléricas y tenaces, tienen intranquilidad sobre el futuro y angustia prolongada por escenarios que no pueden ser manejados y dominados.
- Estrés crónico: Aparece en situaciones de extrema pobreza, guerras o prisiones, es decir en situaciones donde se tiene que estar en constante alerta (21).

2.2.4. Estrés académico

Toribio & Franco (22), afirma que “la carrera universitaria es considerada un ambiente donde está propenso a desarrollar estrés que puede desencadenar problemas emocionales, cognitivos y fisiológicos”.

Según Fisher y Casuso (23), en un enunciado consideran que: “El ingreso a la universidad representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea de manera transitoria, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador junto con otros factores del fracaso académico universitario”.

Detalla Barraza (23), fundamentándose en Orlandini, y otros estudios en el entorno colegial señala como concepto que: “el estrés académico es aquel que padecen los alumnos de educación media superior y superior y que tiene como fuente exclusiva a estresores relacionados con las actividades a desarrollar en el ámbito escolar”.

Asimismo, García (26) distingue y divide a los estresores en tres categorías, es decir, en relación al grado de respuesta, a la continuidad y al tiempo en que dura en nuestra vida diaria, por lo que nombra:

- Los eventos que requieran una adaptación inmediata e intensa en nuestro cuerpo, que incluyen casarse, finalizar una relación, iniciar un nuevo trabajo, ser despedidos, sufrir de duelo, entre otros; son algunos de los sucesos emocionales que duró un poco tiempo.
- Sucesos diarios de menor intensidad: Cotidianos en la vida humana, está sujeto a cambios frecuentes y son de intensidad baja, se refleja su acción más importante en torno a lo psicológico y físico, logrando clasificarse en: aspecto laboral, describen las diferencia que suscitan dentro de una organización en relación a sus miembros, es difícil tomar decisiones en muchas circunstancias de la vida, problemas e inseguridad con respecto al empleo, posteriormente se encuentra el estrés relacional, en las que se desarrollan las diferencias a nivel familiar, la ausencia de reconocimiento, las relaciones con los vecinos, falta o déficit de salud y comunicación que aparecen con dolores prolongados, condición crónica o falta de fuerza, también, se puede señalar como ejemplos las colas, mal tiempo o atascos.
- Sucesos con tensión crónica: con repercusiones nocivas, se presenta cuando el individuo experimenta malos tratos de manera prolongada y grave en la que desencadena el maltrato, el cuidado abarca tiempos considerables, se originan con los viajes, en la cual el inmigrante pasa a estar en una condición ilegal sin documentación, trabajar en lugares

desfavorables producen desequilibrios a nivel corporal si no se tienen recursos y se exponen por largo tiempo.

2.2.5. Dimensiones del estrés académico

a) Estresores

Según Barraza (37) muestra varios tipos de estresores como:

-Competitividad grupal: Realización de exámenes para medir la capacidad intelectual.

-Sobrecarga de tarea: Exceso de funciones asignadas durante el proceso educativo.

-Exceso de responsabilidad: Intervenciones durante las horas de clase.

-Ambiente físico desagradable: Masificación en las aulas.

-Problemas conflictivos dentro de aula (asesores y compañeros): Discusión entre compañeros, docente - alumnos.

-Evaluaciones: Tarea de estudio con evaluaciones frecuentes.

Tipo de trabajos: Como trabajo en grupo, informes o investigaciones.

b) Síntomas o consecuencias del estrés

Es posible predecir que los efectos del estrés son tanto físicos como psicológicos al observar cómo reacciona nuestro cuerpo cuando se expone a situaciones estresantes. Nuestro sistema glandular interno, el sistema nervioso y las defensas naturales del cuerpo se ven afectados, hay niveles altos el sistema cardiovascular puede verse afectado negativamente y provocar la muerte, produciendo afecciones a nivel físico y psicológico.

- Grado físico: Se encuentra el apartamiento de mineralocorticoides que producen patologías de carácter hipertensiva que ocasionan daños en las articulaciones como las del sistema inmunológico, las reumáticas, alterando los leucocitos disminuyendo su circulación, por consiguiente, daña los vasos sanguíneos, artritis, riñones, infecciones a la piel y corazón,

si es continuo o prolongado ocasionan trastornos gastrointestinales, pérdida de cabello, producen lesiones articulares de tipo reumático, el sistema inmunológico, el estrés altera los leucocitos y su circulación la disminuye, también afecta el corazón, vasos sanguíneos, riñón, artritis, úlceras en la cavidad bucal, pérdida de cabello, afecciones cardíacas, respiratorias y articulares, diabetes, desórdenes hormonales, dolor de cabeza fuerte, paralización de zonas de nuestro cuerpo, alteraciones en el sistema nervioso, presión arterial afectada, ausencia de sueño por las noches, aflicciones lumbares, fallecimiento inexplicable, desórdenes alimenticios, ansias de suicidio, inclinación a suceder percances, presentar alteraciones esquizofrénicas, variación del ciclo menstrual, apariciones de tumores a nivel corporal.

- **Grado psicológico:** Se da con la continua aparición del estrés ocasionando ideas repetitivas fijas que conllevan a la falta de alternativas para solucionar, obsesión, obstrucción de la memoria, falta de concentración y atención, sensible para padecer accidentes y a los cuestionamientos, si lo regulamos podemos incrementar el uso de estupefacientes, cigarrillos y el consumo de licor; también, su prolongamiento desencadenaría alteraciones de carácter psicológico precedentes en el individuo, enunciemos algunos: ausencia de sueño por las noches, inclinación a deprimirse y ansias de consumir sustancias nocivas, de carácter afectivo, variación del temperamento y patologías mentales tipo esquizofrenia de la mano con las variaciones emocionales, y algunos parámetros en las conductas: pronunciamiento de palabras rápidamente, interrumpido, consumo de alimentos excesivos o la ausencia de su consumo, respiración constante, conductas irritantes, exagerada risa, constantes inhalaciones de aire (27).

- **Comportamental:** Se reflejan a través de los comportamientos que reflejan las personas agresión física, inquietud, agitación, deambulación, acaparamiento, otros.

c) Estrategias de prevención y afrontamiento al estrés académico

Según Muñoz (23) mencionad que: “el estrés académico no se soluciona simplemente proporcionando al estudiante herramientas o recursos emocionales que le permitan afrontar mejor dicho estrés. Más bien, se requieren enfoques globales que hagan posible la detección y modificación de aquellos aspectos estresantes de las organizaciones educativas y de los sistemas de enseñanza actuales” (23).

Asimismo, Novelle (28), nos menciona en sus últimas investigaciones algunas estrategias para afrontar en estrés académico; las cuales son las siguientes: realiza una lista de tus obligaciones según de grado de prioridades, dale a un tiempo a las actividades que te causan placer, genera ambientes de confianza para poder comentar tu situación actual, dedícate tiempo mejorando tu alimentación, realizar ejercicios y actividades que ayude a nuestro bienestar integral.

Existen factores que ayudan a afrontar el estrés como el factor protector que están divididos en dos:

- **Factores externos:** Son las condiciones ambientales, como la integración social y profesional, las que tienen un efecto de apoyo para reducir la probabilidad de lesiones.

- **Factores internos:** Son rasgos inherentes a la persona, rasgos que se desarrollan en el comportamiento cotidiano. Por ejemplo, seguridad, confianza y empatía.

2.2.6. Resiliencia

Para Wagnild y Young, en el año 1993, estableció que el rasgo positivo de la resiliencia permite que un individuo se adapte a circunstancias adversas, y hoy como resultado responda adecuadamente reduciendo los efectos negativos del estrés.

2.2.7. Dimensiones de la resiliencia

Las dimensiones de la resiliencia, se establecido a través del cuestionario creado por Wagnild y Young, que se muestran a continuación:

-Factor I: Competencia personal y Factor II: Aceptación de uno mismo y la vida

donde se considero 5 ítems para todo el instrumento (29):

- ✓ **Ecuanimidad:** denota una perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias. Se debe desarrollar una forma de ser tranquila y equilibrada, cambiando nuestra forma de ser extremo frente a escenarios complicados.
- ✓ **Perseverancia:** hace referencia a la insistencia frente a las adversidades que suscitan en la vida, siendo constantes y firmes en alcanzar lo que se anhela inclusive cuando se presenten vicisitudes para lograrlo.
- ✓ **Confianza en si mismo:** La habilidad para creer en uno mismo y sus capacidades.
- ✓ **Satisfacción personal:** La evaluación de la calidad de vida de un individuo determinada por evaluaciones subjetivas y objetivas, y va más allá de la economía para examinar las percepciones, opiniones, satisfacción y expectativas de las personas.
- ✓ **Sentirse bien solo:** Es cuando un individuo se siente en libertad, únicos e importantes.

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

H₁: Existe relación estadísticamente significativa entre estrés académico y resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

H₀: No existe relación estadísticamente significativa entre estrés académico y la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

2.3.2. Hipótesis específicas

H₁: Existe relación estadísticamente significativa entre estrés académico en la dimensión estresores con resiliencia de estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

H₀: No existe relación estadísticamente significativa entre estrés académico en la dimensión estresores con resiliencia de estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

H₁: Existe relación estadísticamente significativa entre estrés académico en la dimensión síntomas con resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

H₀: No existe relación estadísticamente significativa entre el estrés académico en la dimensión síntomas con resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

H₁: Existe relación estadísticamente significativa entre estrés académico en la dimensión estrategias por afrontamiento con resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

H₀: No existe relación estadísticamente significativa entre el estrés académico en la dimensión estrategias por afrontamiento con resiliencia de estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 Método de investigación

Se utilizó el método hipotético deductivo, el cual se da cuando el autor cumple con los protocolos en las cuales toma sus actividades como practica de carácter científico, siguiendo las pautas: vigilar la manifestación que se va a investigar, proponer la hipótesis que fundamenta dicho estudio, plantear lógicamente o deducir las consecuencias producto de la hipótesis y comprobando y verificando la veracidad de las expresiones deducidas con respecto a la experiencia.

Valbuena G. (2016) hace referencia a Guanipa (2010) el método hipotético deductivo “es el conjunto teorías y conceptos básicos, elaborando en forma deductiva las consecuencias empíricas de las hipótesis y tratada de falsearla para reunir la información pertinente. Por tanto, busca la solución a los temas planteados” (30).

3.2 Enfoque de la investigación

Fernández C., Baptista P., refiere que el enfoque cuantitativo “utiliza la recolección de datos para probar las hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (P.7). “También pensióna que se utiliza para consolidar las creencias (formuladas de manera lógica en una teoría o un esquema teórico) y establecer con exactitud patrones de comportamiento de una población” (P.10). (31)

3.3 Tipo de la investigación

Aplicada: Cualquier tipo de análisis orientado a resolver un problema específico o planteamiento determinado, teniendo como fin la consolidación y la búsqueda del

conocimiento para su puesta en práctica buscando el fortalecimiento tanto científico como cultural.

Vargas Z. (2009) hace referencia a Murillo (2008, p. 159) el análisis determinado se denomina “investigación práctica o empírica, que se caracteriza porque busca la aplicación o utilización de los conocimientos adquiridos, a la vez que se adquieren otros, después de implementar y sistematizar la práctica basada en investigación; utilizando el conocimiento y los resultados de investigación que da como consecuencia una forma rigurosa, organizada y sistemática de conocer la realidad”. (32)

3.4 Diseño de la investigación

Determinando el lapso del tiempo en el que ocurren los eventos en análisis se denomina prospectivo

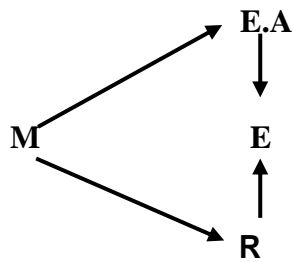
Prospectivo: Registra datos como van ocurriendo aquellos fenómenos o los hechos programados a observar, elaborando para su aplicación en tiempo real, aunque el análisis de los datos se realiza pasando por un tiempo específico con respecto al futuro (33; p.36).

Considerando periodo y secuencia para efectuar la investigación se considera de corte transversal.

Transversal: Los datos que se reúnen en determinado tiempo y ámbito. El motivo será especificar y analizar las variables, su incidencia e interrelación entre sí (33; p. 37)

García F., Ruíz A. menciona en su tesis a (Ibidem, p.270) “los diseños de investigación transversal recolectan datos en un solo momento en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (34).

Diseño de la investigación



M: Muestra constituido por estudiantes de X ciclo

EA: V1 Estrés académico

R: V2 Resiliencia

E: Correlación entre la variable estrés académico y resiliencia.

3.5 Población, muestra y muestreo

3.5.1. Población

Según Tamayo, refiere que es la totalidad del fenómeno a estudiar, donde las unidades de población poseen una característica común, la que se estudia y da origen a los datos de una investigación (35).

La población estuvo conformada por un total de 225 estudiantes de enfermería del décimo ciclo de la Universidad Norbert Wiener.

3.5.2. Muestra

La muestra es “Es una parte o fragmento representativo de la población que se caracteriza por ser objetiva y reflejo fiel de universo, de tal manera que lo resultados obtenidos en la muestra puedan generalizarse a todos los elementos que conforman dicha población” (36).

La muestra fue determinada mediante la fórmula de población finita, obteniéndose un total de 112 participantes.

Criterios de inclusión y exclusión

a. Criterios de Inclusión: Se fijan las características que hacen una unidad y sea parte de una población por lo que consideramos a estudiantes que están cursando de IX-X ciclo del periodo 2022-II de enfermería.

- Conformado por los estudiantes que deseen participar en el estudio y que firmen el consentimiento informado.

b. Criterios de exclusión: Son las características para que la presencia de una unidad no sea parte de una población como otro dato que pueda modificarse en el estudio por lo que consideramos a estudiantes de enfermería que han cursado el IX-X ciclo en periodos anteriores.

- Internos que estén con descanso médico y/o permiso por cualquier
- Internos que no firmen el consentimiento Informado

En esta investigación se realizará un cálculo de la muestra considerándose que es una muestra aleatoria simple lo cual fue aplicado la siguiente formula:

$$n = \frac{z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{\alpha^2 \cdot (N-1) + z^2 \cdot p \cdot q}$$

En donde:

z: % de la confiabilidad deseada para la media muestral (z=1.96, 95% de veracidad)

e: Error máximo permitido para la media muestral (e=0.05)

N: Tamaño de la población (n=225)

P: El % de veces que se supone ocurre un fenómeno en la población (p=0.5)

q: Es la no ocurrencia del fenómeno (1-p)

El cálculo de la muestra quedo de la siguiente manera:

$$n = \frac{(1,96)^2 (0,5)(0,5)(225)}{(0,05)^2(225 - 1) + (1,96)^2(0,5)(0,5)}$$

$$n = 112$$

3.5.3. Muestreo

Aleatorio simple:

Franco Y. menciona en su investigación a Tamayo Tamayo refiere que “el muestreo aleatorio simple es la forma más común de obtener una muestra de selección al azar donde cada uno de los individuos de la población tiene la misma posibilidad de ser elegido” (35).

Muestreo Probabilístico aleatorio simple:

Franco Y. refiere a Tamayo Tamayo “un muestreo probabilístico aleatorio simple es aquella que brinda la oportunidad a cada elemento de la muestra de pertenecer, dentro del margen de presentar las mismas características para la muestra, con la finalidad de dar representatividad a los elementos que integran el universo de estudio” (35).

El total de la población fue de 225 estudiantes, por lo tanto, la muestra estuvo conformada por 112 estudiantes; entre hombres y mujeres.

3.6 Variables y operacionalización

Variable 1: Estrés académico

Variable 2: Resiliencia

Variable	Definición operacional	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala de likert
Variable 2: Resiliencia	<p>“La resiliencia es la capacidad positiva de la personalidad que controla y equilibra el producto desagradable del estrés, para que así se genere el proceso adaptativo” (“Wagnild y Young, 1993”) (29)</p>	<p>Si hablamos de resiliencia se señala como la habilidad adoptada por algunos individuos caracterizada por una actitud de superación de la adversidad y mucho estrés por pensar en un futuro mejor.</p>	<p>Competencia personal</p> <hr/> <p>Aceptación de uno mismo y de la vida</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ecuanimidad • Perseverancia • Confianza en sí mismo • Satisfacción personal. • Sentirse bien solo. 	<p>Ordinal</p>	<p>Alto: [0 a 50]</p> <p>Moderado [51 al 100]</p> <p>Bajo: [101 al 176]</p>

3.7 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

Hernández, et al. (2010, p.198), describen estos puntos importantes sobre el recojo de datos teniendo una perspectiva cuantitativa en el análisis:

- Basado en herramientas normadas para recoger datos.
- De carácter semejante en el total de casos.
- La medición, la documentación y observación son mecanismos por las que se originan datos.
- Para la confiabilidad y validación se requieren herramientas aplicadas en previos análisis o se originan nuevos, fundamentadas en la literatura para su ajuste y experimentación.
- Las preguntas o ítems utilizados son específicos con posibilidades de respuesta predeterminadas (38).

3.1.1. Técnica

Se utilizo la encuesta, en las que se pudo verificar la hipótesis o proponer un resultado sobre un problema.

Un sistema de recopilación automatizado de indagación en las que el autor cuestiona a las personas sujetas a evaluación en las que precisa datos precisos a encontrar, y más adelante integra esta información para conseguir información completa.

Díaz (39); menciona a Visauta, quien, en el año 1998, afirma que la finalidad de dicha indagación se basa en "obtener de manera sistemática y ordenada, información sobre las variables que intervienen en una investigación, población o muestra determinada y la información hace referencia a lo que las personas son, hacen, piensan, opinan, sienten, esperan, desean, quieren u odian, aprueban o desaprueban, opiniones y actitudes".

3.1.2. Descripción

Con el fin de aplicación para este análisis se empleó “el inventario SISCO SV-21” cuantificando el estrés académico conjuntamente con la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young para medir la resiliencia con la finalidad de poder llegar al objetivo planteado ante los estudiantes de IX-X ciclo que cursan en la Universidad Norbert Wiener. A continuación, se presenta las fichas técnicas.

Inventario SISCO del Estrés Académico

Ficha Técnica

- **Nombre:** “Inventario SISCO” para el estudio sobre el estrés académico. Segunda versión de 21 ítems.
- **Nombre Abreviado:** Inventario SISCO SV-21
- **Autor:** Arturo Barraza Macías
- **Año:** 2018
- **Procedencia:** México
- **Estructura:** Este instrumento está constituido por 23 ítems distribuidos de la siguiente manera.

Este apartado se expresa sobre términos dicotómicos (si-no), en las cuales se precisa si el individuo es apto para encuestar o aplicar el inventario.

En esta sección se encuentra la escala de clase Likert con 5 calificaciones numéricas (1 refleja poco y 5 es considerable), identificando el grado de intensidad del estrés en los universitarios.

Para esta escala de clase Likert con 6 categorías de valores (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), identifican la continuidad sobre los factores externos dando valores (estímulos estresores).

- **Empleo:** Colectivo o Individual.

- **Permanencia:** 20 - 25 m. aprox.
- **Destinatarios:** Universitarios
- **Meta:** Analiza Estrés académico

Dicha herramienta está formada con 23 apartados compartidos: El de filtro, posee las respuestas de Si o No (dicotómicos), determinando si el encuestado aplica de acuerdo al inventario. El apartado de la escala Likert con 5 calificaciones numéricas que van del 1 (Poco) al 5 (Considerable), identificando el grado del estrés académico. Su composición está conformada por 3 dimensiones, síntomas; estresores y estrategias de enfrentamiento.

Barraza (40), afirma que para interpretar el estrés de acuerdo al grado en el cuestionario “SISCO-SV21” le atribuyo determinado valor según baremos Normativo:

- De 0 a 48% nivel leve del estrés.
- De 49% a 60% nivel moderado del estrés.
- Del 61% al 100% nivel severo de estrés.

Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

- Ficha Técnica

- **Nombre:** Escala de Resiliencia
- **Autores:** Gail M. Wagnild y Heather M. Young
- **Año:** 1993
- **Procedencia:** Estados Unidos
- **Adaptación Peruana:** Mario Alejandro Gómez Chacaltana
- **Institución:** Universidad Ricardo Palma.

- **Año:** 2019
- **Administración:** Individual o Colectiva
- **Duración:** 25-30 min. aproximadamente
- **Destinatarios:** Adultos como Adolescentes
- **Representación:** Evaluación de los aspectos que lo conforman como: Sentirse bien solo, Ecuanimidad, Perseverancia, Satisfacción y Confianza en sí mismo.
- **Fiabilidad:** Alfa de Cronbach 0.87 para su aplicación en nuestro país peruano.

Se ha empleado dicha escala de resiliencia en la recopilación de datos implementados por Wagnild y Young para 1993, adaptándolo a la realidad del contexto peruano en el que vivimos propuesta dada en Mario Alejandro Gómez Chacaltana (2019) Estos apartados se crearon teniendo en cuenta la escala de Likert con 7 respuestas como alternativas, valorándolos desde el “1 (Totalmente en desacuerdo); 2(En desacuerdo); 3(Parcialmente en desacuerdo); 4 (Indiferente); 5 (Parcialmente de acuerdo); 6 (Acuerdo) y 7(Totalmente de acuerdo)”, constituyéndose con 25 partes. Los factores que se han tomado en cuenta son: Sentirse bien solo, Ecuanimidad, Confianza en sí mismo, Satisfacción, y Perseverancia.

Gómez (41) interpreta la “Escala de Resiliencia de Wagnild y Young” atribuyéndole determinado valor según baremos Normativo.

- De [0 al 50] Bajo.
- De [51 al 100] Moderado.
- De [101 al 176] Alto.

3.1.3. Validez del instrumento

Tiene como finalidad la verificación del contenido, la comparación de indicadores con el respecto a las preguntas para así poder cuantificar las variables respectivas, es decir que la prueba es considerada desde su elaboración y aplicación ya que mide lo propuesto.

Para Corral Y. “la validez de un instrumento consiste en que mida lo que tiene que medir (autenticidad), algunos procedimientos a emplear son: Know groups (preguntar a grupos conocidos), Predictive validity (comprobar comportamiento) y Cross-check-questions (contrastar datos previos)” tuvo en cuenta tres aspectos (42):

- De Contenido: Se refiere a la medida en que un instrumento refleja un aspecto particular del contenido de lo que se mide, determinando el punto en el que los elementos del instrumento son representativos para el universo.
- De Criterio: Se establece al comparar los resultados de un instrumento que pretenden medir lo mismo.
- De Constructo: Se requiere conceptualizar de manera específica el rasgo del cual se está estudiando fundamentada en una teoría o corriente.
- **Validez de estrés académico:**

De tal manera que el instrumento para medir el estrés académico, realizado por Barraza (40); en el año 2018, “optó por tomar procedimientos ubicados en el rubro de evidencias basada en la estructura interna mencionado por (Elosua, 2003) o de validez de constructo señalado por (Cohen & Swerdlik, 2001); estos procedimientos fueron: a) análisis de consistencia interna, b) análisis de grupos contrastados y c) análisis factorial”.

Análisis de consistencia interna: La correlación es positiva entre los resultados de los apartados ($p < .01$) consiguiendo en cada entrevistado una puntuación general, esto se traduce

en que el valor r de Pearson oscila entre el índice más bajo de .280 y el índice más alto de .671; empero, correlacionando positivamente entre los apartados ($p < .01$) logrando la puntuación resultante, con respecto a cada dimensión del entrevistado, esto se traduce en que el valor r de Pearson oscila entre el índice más bajo de .662 y el índice más alto de .80. Con los datos logrados podemos afirmar que los apartados son homogéneos sobre el constructo “estrés académico” y direccionados únicamente por cada apartado (p. 30).

Análisis de grupos contrastados: Se puede aplicar la discriminación entre los resultados de manera general en todos los apartados ($p < .01$) hacia los estudiantes que reflejan un grado de estrés alto y los que presentan un grado bajo; igualmente describimos ($p < .01$) hacia los grados altos y bajos de presencia sobre cada apartado sistémico porcentual del estrés universitario (p. 31).

El Análisis Factorial Exploratorio: permitió identificar tres factores que explican el 47% de la varianza total; estos tres factores se corresponden con los componentes sistémico procesuales que establece el Modelo Sistémico Cognoscitivista: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (p. 31)

Para la variable resiliencia, en lo que respecta a la validación del instrumento, se tomó en cuenta lo presentado por Gómez (41); quien “uso el método estadístico de Prueba Medida Kaiser – Meyer – Olkin (KMO), como parte del análisis factorial exploratorio para determinar la validez interna de los ítems y su grado de correlación como de adecuación entre los 25 elementos estudiados. La evidencia denota un valor de $\alpha = .87$, la cual indica que los ítems son válidos y adecuados para la medición de los dos Factores primordiales a los cuales apela la prueba sobre la formulación de resiliencia en la población universitaria de Lima Metropolitana, 2019”.

- **Validez de Resiliencia**

Se utilizó el método estadístico de la Prueba Medida Kaiser-Meyer-Olkin (KMO), como parte de análisis factorial exploratorio para determinar la validez interna de los ítems y su grado de correlación de los 25 elementos estudiados que dio el valor de $\alpha=.87$, lo cual indicó que los ítems son válidos para la medición de los factores primordiales a los cuales aplica la prueba sobre la formulación de resiliencia en la población universitaria de Lima Metropolitana. Donde los niveles de significancia y validez interna que poseen cada ítem asociado a los factores I y II, considerando la distribución original de la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young a través de análisis factorial, donde se puede apreciar que cada uno de los ítems muestra resultados mayores al establecido ($p \leq 0.05$) (41).

3.1.4. Confiabilidad del instrumento

Para la confiabilidad del instrumento Barraza (40), sobre la escala SISCO, se utilizó el procedimiento alfa de Cronbach, la cual es una generalización de las fórmulas KR para ítems de alternativas múltiples, siendo uno de los procedimientos más utilizados para evaluar la consistencia interna de una prueba.

Cada registro de manera integral refleja una fiabilidad de 0.85 con relación al alfa de Cronbach; los estresores cuentan con una fiabilidad de 0.83; por los síntomas la fiabilidad asciende en .87; en las estrategias de afrontamiento se ha encontrado una de 0.85; en forma global, los grados de fiabilidad según la escala de valores, se estiman como excelentes, de tal manera que se puede afirmar que todos los apartados son homogéneos individualmente en coherencia con el constructo “estrés académico” que los conforma, fundamentado en que el alfa de Cronbach se considera como método basado su consistencia interna.

Para la fiabilidad, en cuanto a la escala de “Resiliencia de Wagnild & Young”, se tuvo en cuenta lo presentado por Gómez (41), por medio del alfa de Cronbach $\alpha= 0.87$ en forma general y también por cada apartado que conforma este instrumento. Tiene similitud al descubierto por Novella (28) adaptado en Perú, el que arrojó como dato $\alpha= 0.89$.

Se determinó la fiabilidad de cada herramienta a través de los datos recopilados detallando que, por cada reactivo o factor, se diagnostica concretamente las particularidades con respecto a la resiliencia.

3.8 Plan de procesamiento y análisis de datos

Debido a lineamientos sanitarios, se realizó concertaciones remotas, buscando a la directora de la Escuela Profesional de enfermería de la universidad Norbert Wiener, para realización del estudio de análisis en universitarios de enfermería del X ciclo, precisamos que el trámite de documentación se realizó el apersonamiento a los ambientes universitarios cumpliendo con los protocolos de bioseguridad obligatorio. Una vez obtenida la autorización por la institución, el desarrollo del cuestionario fue de manera remota, utilizando instrumentos “Encuesta Google” con el fin de que todos los universitarios participen llenando los instrumentos.

Garantizando que los encuestados completan las herramientas de forma correcta, se implementaron directrices sobre ellas:

- Toma en las reuniones establecidas por los docentes de internado previa autorización.
- Envío del enlace virtual del “google forms” originadas por los autores hacia los docentes, responsable de transmitir el curso por “WhatsApp” hacia los estudiantes.

- Realizamos una explicación indicando detalladamente como se efectúa la evaluación.
- Después de la explicación del consentimiento informado, derivamos el documento a los universitarios para su firma y al finalizar el llenado del cuestionario.
- Durante el desarrollo del cuestionario, los autores permanecieron de inicio a final a través del “google forms”, para resolver dudas inherentes a ella.
- Monitoreamos respuestas a través del “Google forms” con la verificación de su culminación. Los autores acompañaron todo el proceso.
- Finalizamos la reunión, cuando los estudiantes culminen el cuestionario y envíen sus datos.

3.9 Aspectos éticos

Se refieren al aspecto positivo y negativo de un avance científico en los cuales se describen su superioridad o inferioridad generando su descubrimiento con respecto a la sociedad.

Según Wiersmar y Jurs determinan temas éticos en relación a la investigación cuantitativa (43).

- Aceptación y participación: Donde el grupo de personas proporcionan su aceptación para el apoyo en investigación.
- Reservación: Nunca se revela el nombre ni la forma como fueron adquiridos los datos de los encuestados.
- El contexto de la investigación se basa en el respeto gestionando los permisos pertinentes para el cumplimiento de las reglas.

- Es fundamental el reconocimiento de las limitaciones de la investigación y la del investigador y los resultados deben reportarse con honestidad.

Así mismo, precisamos cuatro fundamentos éticos.

Principio de autonomía: Se aborda a los participantes, brindándoles la información necesaria sobre el documento que recopilará los datos y a su vez se hace de conocimiento que la participación en el estudio es totalmente voluntaria, por lo que es necesario que es el firme el consentimiento informado para formar parte del mismo.

Principio de beneficencia: Los resultados del estudio, serán de beneficio indirecto para los participantes, permitiendo a los profesionales calificados establecer estrategias de apoyo en los estudiantes universitarios.

Principio de no maleficencia: Mediante este principio, se busca proteger a los participantes sin generar, ni causar daño alguno, respetando su integridad física sin poner en riesgo la salud de los estudiantes.

Principio de justicia: Este principio fue de aplicación fundamental en la investigación, ya que los participantes fueron tratados con total respeto, igualdad y cordialidad; sin distinción de raza, religión o cultura.

CAPITULO IV: PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS Y DISCUSIONES

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de resultados

Tabla 1. Estrés académico en estudiantes de enfermería del X ciclo de enfermería de la universidad Norbert Wiener

Estrés académico	f	%
Leve	13	11,6
Moderado	16	14,3
Severo	83	74,1
Total	112	100,0

Fuente: Elaboración propia del investigador

En tabla 1, se muestra que el 74,1% de estudiantes presentaron estrés severo, el 14,3% estrés moderado y el 11,6% estrés leve.

Tabla 2. Frecuencias de las dimensiones de la variable estrés académico

	Leve		Moderado		Severo		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Estresores	5	4,5	30	26,8	77	68,8	112	100,0
Síntomas de estrés	8	7,1	41	36,6	63	56,3	112	100,0
Estrategias de afrontamiento	5	4,5	30	26,8	77	68,8	112	100,0

Fuente: Elaboración propia del investigador”

La tabla 2, se muestra las frecuencias de las dimensiones del estrés académico, predominando el nivel severo de estrés en las tres dimensiones; el 68,8% en la

dimensión estresores, el 68,8% en la dimensión estrategias de afrontamiento y el 56,3% en la dimensión síntomas de estrés.

Tabla 3. Resiliencia en estudiantes de enfermería del X ciclo de enfermería de la universidad Norbert Wiener

Resiliencia	f	%
Alto	9	8,0
Moderado	11	9,8
Bajo	92	82,1
Total	112	100,0

Fuente: Elaboración propia del investigador

En tabla 3, se muestra el nivel de resiliencia en los estudiantes de enfermería, donde el 82,1% evidencian resiliencia en un nivel bajo, el 9,8% en un nivel moderado y el 8% en un nivel alto.

Tabla 4. Frecuencias de la variable residencia en estudiantes de enfermería y sus dimensiones

	Alto		Moderado		bajo		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Competencia personal	9	8,0	14	12,5	89	79,5	112	100,0
Aceptación de uno mismo y de la vida	9	8,0	11	9,8	92	82,1	112	100,0

Fuente: Elaboración propia del investigador”

La tabla 4, muestra las frecuencias de las dimensiones de la resiliencia, predominando el nivel bajo de resiliencia en las tres dimensiones; el 82,1% en la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida, así mismo el 79,5% en la dimensión competencia personal.

4.1.2. Contrastación de la hipótesis

Tabla 5. Prueba de Normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Estrés académico	.449	112	.000
Estresores	.423	112	.000
Síntomas	.324	112	.000
Estrategias de afrontamiento	.423	112	.000
Resiliencia	.489	112	.000

En la tabla 5, se muestra la prueba de normalidad, donde se puede evidenciar que la variable resiliencia, estrés académico y sus dimensiones, obtuvieron un valor de significancia menor a 0,05, por lo tanto, se establece una distribución normal; por lo que se determina el uso del estadístico de prueba Rho de Spearman para la correlación de las variables y sus dimensiones.

Prueba de hipótesis general

Tabla 6. Correlación según Spearman entre el estrés académico y la resiliencia

			Estrés académico	Resiliencia
Rho de Spearman	Estrés académico	Coeficiente de correlación	1.000	.341**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	112	112
	Resiliencia	Coeficiente de correlación	.341**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	112	112

La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 6, se puede observar que existe una correlación positiva baja ($\rho = 0,341$) y una significancia estadística ($p=0,000$); siendo menor que 0,05.

Tabla 7. Correlación según Spearman entre la dimensión estresores y la resiliencia

			Dimensión Estresores	Resiliencia
Rho de Spearman	Dimensión estresores	Coeficiente de correlación	1.000	.228**
		Sig. (bilateral)		0.016
		N	112	112
	Resiliencia	Coeficiente de correlación	.228**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.016	
		N	112	112

La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 7, se puede observar que existe una correlación positiva baja ($\rho = 0,228$) y una significancia estadística ($p=0,016$); siendo menor que 0,05.

Tabla 8. Correlación entre la dimensión síntomas de estrés y la resiliencia

			Dimensión síntomas de estrés	Resiliencia
Rho de Spearman	Dimensión síntomas de estrés	Coefficiente de correlación	1.000	.265**
		Sig. (bilateral)		0.005
		N	112	112
	Resiliencia	Coefficiente de correlación	.265**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.005	
		N	112	112

La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 8, se puede observar que existe una correlación positiva baja ($\rho = 0,265$) y una significancia estadística ($p=0,005$); siendo menor que 0,05.

Tabla 9. Correlación entre dimensión estrategias de afrontamiento y la resiliencia

			Dimensión estrategias de afrontamiento	Resiliencia
Rho de Spearman	Dimensión estrategias de afrontamiento	Coefficiente de correlación	1.000	.471**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	112	112
	Resiliencia	Coefficiente de correlación	.471**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	112	112

La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 9, se puede observar que existe una correlación positiva moderada ($\rho = 0,471$) y una significancia estadística ($p=0,000$); siendo menor que 0,05.

4.2. Discusión de Resultados

De acuerdo a los resultados se presenta la siguiente discusión:

Según el planteamiento de la hipótesis general, existe relación entre el estrés académico y la resiliencia en estudiantes de enfermería del décimo ciclo de la Universidad Norbert Wiener; por lo tanto, se demuestra que existe una significancia estadística con el valor $p=0,000$; a tal punto que existe además una correlación positiva baja ($\rho=341$) entre las variables de estudio, señalándose que a mayor nivel de estrés, menor será la capacidad de resiliencia; estos hallazgos coinciden con lo obtenido por Ruiz (11), quien determinó en su análisis que no existe relación entre el estrés académico y la resiliencia, con un resultado $p = 0,575$. Asimismo, Verastegui M (15), determinó finalmente existe relación entre el estrés académico y la resiliencia, a través de una significancia estadística de $0,000$). Por lo que se puede reflexionar que el estudiante mantiene un equilibrio cuando las demandas satisfechas en este caso el estudiante residente demuestra los recursos necesarios para superar la situación estresante y salir victorioso de ella si la situación fuera contraria entonces el estrés académico es mayor. Por lo que Barraza (23), expresa que el estrés académico lo experimentan los estudiantes de los niveles de educación media y superior, el cual es causado únicamente por factores estresantes que están totalmente relacionados con las actividades que se desarrollan en el entorno institucional. Bloque la residencia hoy tiene la capacidad de superar desafíos, hacernos crecer, ser fuertes tiene una última instancia nos permite triunfar y a su vez nos permite recuperarnos rápidamente frente a una situación estresante.

Para Rutter (35), la resiliencia es la capacidad de prevalecer, crecer, ser fuerte y hasta triunfar a pesar de las adversidades y permite recuperarse rápidamente frente a los estresores.

En lo que respecta a las hipótesis específica 1, se determina que existe relación entre la dimensión estresores y la resiliencia en estudiantes de enfermería del décimo ciclo de la Universidad Norbert Wiener; de tal manera que se demuestra que existen datos sobre el nivel de significancia donde el valor de $p=0,016$, a su vez la correlación es positiva baja ($\rho=0,228$) entre las variables, los datos encontrados demuestran que mientras mayor sea el nivel de estrés académico en la dimensión estresores, menor será la capacidad de resiliencia en los estudiantes, los hallazgos coinciden con los datos encontrados por Quispe (14), quien determinó que existe relación entre los estresores académicos y capacidad de resiliencia, a través de una significancia estadística ($p=0,000$). Verastegui M (15), logro identificar que existe relación entre la dimensión estresores y la resiliencia, encontrándose una significancia estadística con un valor de $p=0,000$; por lo que podemos concluir en base a los resultados del estudio, es importante resaltar y es necesario establecer una serie de factores que protejan la salud del estudiante, a su vez es importante manejar las buenas relaciones interpersonales entre estudiantes y maestros, en la que se brinde el apoyo suficiente y aliento necesario para sobresalir ante distintas situaciones de estrés en apoyo del personal de la institución y tanto como de la familia. Por lo que García (26), establece que se deben distinguir y categorizarlos factores estresores según su intensidad, continuidad o persistencia y la duración que tenga en las actividades diarias; tales como actividades de labor académica, actividades con suceso cotidianos y familiares, y finalmente actividades que tengan mayor repercusión en la persona cómo actividades que desencadenen ira, maltrato y malas relaciones interpersonales.

En lo que respecta a las hipótesis específica 2, se determina que existe relación entre la dimensión síntomas de estrés y la resiliencia en estudiantes de enfermería del

décimo ciclo de la Universidad Norbert Wiener; de tal manera que se demuestra que existen datos sobre el nivel de significancia donde el valor de $p=0,005$, a su vez la correlación es positiva baja ($\rho=0,265$) entre las variables, los datos encontrados demuestran que mientras mayor sea el nivel de estrés académico en la dimensión síntomas de estrés, menor será la capacidad de resiliencia en los estudiantes. Los resultados son similares a lo encontrado por Verastegui (15), quien determino que existe relación entre la dimensión síntomas de estrés y la resiliencia, mediante una significancia estadística ($p=0,001$): por otra parte, se difiere con los hallazgos de Rosas (17), quien encontró que no existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la resiliencia, a través de una significancia estadística ($p=0,087$). Por lo tanto es importante demostrar en base a los resultados encontrados, que los síntomas más comunes son la dificultad para concentrarse y la incapacidad para relajarse y estar tranquilos; además de evidenciar signos de ansiedad, ira, desesperación; por otra parte se evidencian signos de posible agresividad o nerviosismo al morderse los dedos, destacando particularmente que estos síntomas son de origen psicológico, y que a su vez afectan la capacidad de resiliencia del estudiante, demostrándose que no desarrolla estrategias de defensa frente al estrés. Según Blanco (27), expresa que posible observar cómo nuestro organismo responde ante situaciones estresantes, por lo que es hoy Claro poder predecir que el estrés tiene efectos negativos tanto como físicos y psicológicos; por los que sistemas que actúan en el control de estrés académico, pueden afectar negativamente en la persona, provocando afecciones físicas y psicológicas, y que posiblemente conduzcan a cuadros depresivos que lleven hasta la muerte.

Es posible predecir que los efectos del estrés son tanto físicos como psicológicos al observar cómo reacciona nuestro cuerpo cuando se expone a

situaciones estresantes. Nuestro sistema glandular interno, el sistema nervioso y las defensas naturales del cuerpo se ven afectados, hoy y niveles altos el sistema cardiovascular puede verse afectado negativamente y provocar la muerte, produciendo afecciones a nivel físico y psicológico.

En lo que respecta a las hipótesis específica 3, se determina que existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento de estrés y la resiliencia en estudiantes de enfermería del décimo ciclo de la Universidad Norbert Wiener, de tal manera que se demuestra que existen datos sobre el nivel de significancia donde el valor de $p=0,000$, a su vez la correlación es positiva moderada ($\rho=0,471$) entre las variables; los datos encontrados demuestran que mientras mayor sea el nivel de estrés académico en la dimensión estrategias de afrontamiento, menor será la capacidad de resiliencia en los estudiantes, los hallazgos coinciden con los datos encontrados por Coavoy (16), quien concluye determinando existe relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento con una significancia estadística de $p= 0,042$. Rosas (17), encontró resultados que difieren con el estudio, donde se determinó que no existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la resiliencia, a través de una significancia estadística ($p=0,087$). En base a los hallazgos encontrados, se afirma que los estudiantes no utilizan un mecanismo de afrontamiento al estrés, porque desarrollan niveles severos del mismo, resultado que afecta la parte psicológica del estudiante a lo largo de todo el semestre académico, manifestando sentimientos de agresión e irritabilidad, acompañado de reacciones físicas agresivas, reacciones de salud tales como problemas digestivos, dolor abdominal, entre otros que afectan el desarrollo del estudiante por lo que podrían afectar sus capacidades y habilidades.

Muñoz (23), expresa el estrés académico no se resuelve con sólo dar al estudiante herramientas o recursos emocionales que puedan permitir afrontar una situación de estrés; sino que en un ambiente mucho más amplio permite identificar y modificar dichos aspectos estresantes, que posteriormente pueden ser un medio de defensa para el organismo.

CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- Se ha determinado que existe una correlación positiva baja ($\rho = 0,341$) y una significancia estadística ($p=0,000$); siendo menor que 0,05; en los estudiantes de enfermería del décimo ciclo de la Universidad Norbert Wiener.
- Se ha logrado identificar que existe una correlación positiva baja ($\rho = 0,228$) y una significancia estadística ($p=0,016$); siendo menor que 0,05; en los estudiantes de enfermería del décimo ciclo de la Universidad Norbert Wiener.
- Se puede concluir afirmando que existe una correlación positiva baja ($\rho = 0,265$) y una significancia estadística ($p=0,005$); siendo menor que 0,05; a través de un nivel de confianza al 99%.
- Se llegó a la conclusión de que existe una correlación positiva moderada ($\rho = 0,471$) y una significancia estadística ($p=0,000$); siendo menor que 0,05, mediante un nivel de confianza al 99%.

5.2. Recomendaciones

- A las autoridades de la Institución Universitaria, se recomienda realizar proyectos integrados en coordinación con el departamento de asuntos académicos, con el fin de obtener datos que muestren el control del estrés en los estudiantes, y destacar los casos graves y de mayor relevancia, para ofrecerles apoyo a través de la intervención del personal profesional calificado, implementando una estrategia frontal de asesoramiento u obtención de apoyo profesional o social para los estudiantes.
- A la dirección de la Escuela Profesional de Enfermería, fomentar y promover actividades de relajación y distracción basadas en actividades físicas, artísticas relacionadas con el fomento de la promoción de la salud y la reducción del estrés académico.
- A los profesionales encargados en el área psicológica hacia los estudiantes, se les recomienda investigar más de estas variables de estudio para profundizar en el tema, utilizando otras metodologías y realizando las intervenciones adecuadas y necesarias, a fin de motivar a los profesionales de la salud profundizar investigaciones sobre el problema establecido en el estudio.
- A los estudiantes egresados, se les recomienda fomentar la habilidad investigativa en temas relacionados al estrés y la resiliencia, tomando como modelo el método científico para desarrollar estudios que efectúen o emitan resultados de gran valor para futuras investigaciones.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Sánchez v., Capacha A., Capcha M., Quispe D., Reza S. Estrés académico en estudiantes universitarios en contexto de la pandemia por covid-19: una revisión sistemática. Rev. Mexico Mul. Ciencia Latina. 2021 nov.- Dic.; vol.5: 1-10.
2. Torrades S. Estrés y burn out. Offarm. 2007 nov.; vol. 26: 104-106.
3. Organización Panamericana de la Salud.2020. Salud Mental y COVID-19. [Internet]. [consultado- Rev. 25 de sept. 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/salud-mental-covid-19>
4. Ministerio de educación. Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental. Perú: Oficina de prensa-Minedu. [internet]. [consultado-Rev. 15 de octubre de 2019]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa%20trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>
5. Abreu L., León R., García J. Pandemia de COVID-19 y educación médica en Latinoamérica. FEM: Revista de la Fundación Educación Médica. 2020; vol. 23(5), 237-242.
6. Campos A. Resiliencia y aprendizaje autónomo en internos de medicina de la Facultad de Medicina de la UNMSM del año 2021. [tesis para optar el grado de Médico Cirujano]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2021. Disponible en: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/17554/Campos_qv.pdf?sequence=1&isAllowed=y

7. RPP Noticias. Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre de impactos en su salud mental por presión académica. Perú: Oficina de prensa. [Internet]. [consultado-rev. 20 Sep 2018]. Disponible en: <https://rpp.pe/vital/vivir-bien/hasta-30-de-la-poblacion-universitaria-del-peru-sufre-de-impactos-en-su-salud-mental-por-presion-academica-noticia-1151266>
8. MINSA. Minsa recomienda manejo del estrés para evitar comer en exceso. Perú: Nota de prensa. [internet]. (Rev. 7 oct. 2016). Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/14723-minsa-recomienda-manejo-del-estres-para-evitar-comer-en-exceso>
9. Joaquín Callabed. La figura y el pensamiento de Boris Cyrulnik y sus estudios sobre la resiliencia. España: Real academia europea de Doctors. [internet]. [publicado o Rev. Feb 9, 2021]. Disponible en: <https://raed.academy/como-estimular-la-resiliencia-boris-cyrulnik/>
10. Según American Psychological. Camino a la resiliencia. [internet]. [Publicado o Rev. 2011]. Disponible en: <https://www.apa.org/topics/resilience/camino>
11. Bernés S, García A, Guerrero V, Solís M, Barragán R, García M, Cortés E, Pérez L. Asociación entre nivel de resiliencia y rendimiento académico en estudiantes universitarios de licenciatura de enfermería. Rev. South Florida Journal of Development. [Internet]; 2022; 3(2): 1861 – 1869 pp. Disponible en: <https://ojs.southfloridapublishing.com/ojs/index.php/jdev/article/view/1251>
12. Ramírez O., Estévez R., Pérez M., Sánchez A., Ángeles G., Basset I. Nivel de afrontamiento al estrés académico de estudiantes de licenciatura en enfermería del Centro Universitario Valle de Chalco en 2020. Vecimed. Rev. Cubana de Enfermería. 2021;37(1): 1-14.

13. Kloster G., Perrotta F. “Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná”. [Para optar título de Licenciada en Psicología]. Universidad católica de Argentina; 2019. Disponible en: <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9774>
14. Espinoza D. Estresores académicos y capacidad de resiliencia en estudiantes del quinto semestre, facultad de enfermería de la universidad nacional del altiplano, Puno. [Tesis para obtener el grado de Licenciado en enfermería]. Perú: Universidad Nacional del Altiplano, 2018. Disponible en: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/3871>
15. Verastegui M. Estrés académico y residencia en estudiantes de enfermería de una Universidad Privada de Lima Norte. [Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología]. Perú: Universidad Privada del Norte, 2020. Disponible en: <https://hdl.handle.net/11537/24260>
16. Coavoy L. Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de enfermería. [Trabajo para optar el grado de Bachiller en Enfermería]. Perú: Universidad Peruana Unión Juliaca; 2019. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2627>
17. Rosas O. Nivel de resiliencia y estrés académico en estudiantes de la carrera de enfermería de una universidad privada en el contexto de la covid 19. [Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología]. Perú: Universidad Privada del Norte, 2020. Disponible en: <https://hdl.handle.net/11537/30131>
18. Gustavo, A. (2002). Estrés: desarrollo histórico y definición. Rev. Arg. Anest. Vol. 60, (6): p.350-353.

19. Pérez J. Trata el estrés con PNL. [internet] Madrid: Universitaria Ramón Areces, 2017 [revisión agost. 2018]. Disponible en: https://www.cerasa.es/libro/trata-el-estres-con-pnl_49747/
20. Florencia M. Biología del comportamiento – 090. [Trabajo practico]. Universidad De Buenos Aires-Argentina; 2012. Disponible en: <https://www.studocu.com/ec/document/universidad-tecnica-particular-de-loja/psicologia-clinica/biologia-del-comportamiento/15468967>
21. Rodríguez M. Tipos de estrés y sus desencadenantes. [internet]. Barcelona- España: Psicología clínica. 2016; [actualizado 18 sept. 2022] Disponible en: <https://psicologiyamente.com/clinica/tipos-de-estres>
22. Toribio, C. y Franco S. Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. Artículo salud y administración. Sal. y Adm. 2016: Vol. 3, (7): P. 11-18.
23. Casuso, J. Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud. [para optar el grado de doctor]. España: Universidad de Málaga: 2011. Disponible en: <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/4926>
24. Barraza, A. Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. Dialnet [Internet] 2005; vol. 4: p. 15-20. disponible en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2880918>
25. Camargo B. Estrés, Síndrome General de Adaptación o Reacción General de Alarma. Rev. Méd. Cient. 2004. Vol. 17 (2), p. 78-86. <https://www.revistamedicocientifica.org/index.php/rmc/article/view/103>

26. García, S. Hablemos de estrés: Los estresores. [internet] Tenerife. Psicosalud. [publicado 26 marzo, 2013]. Disponible en: <https://psicosaludtenerife.com/2013/03/26/hablemos-de-estres-los-estresores/>
27. Blanco, E. Consecuencias del estrés. [internet]. Asturias: PERSUM. [revisado 31 oct. 2019]. Disponible en: <https://psicologosoviedo.com/especialidades/problemas-laborales/estres-negativo/>
28. Novelle, L. 3 estrategias para afrontar el estrés académico. [internet]. Docendo discutir. [publicado May. 2020]. Disponible en: <https://docendodiscitur.blog/2020/05/15/3-estrategias-afrontar-estres-academico/>
29. Wagnild, G. y Young, H. Escala de Resiliencia. Estados Unidos (1993): Slideshare. [internet] [adaptado en Perú - 2002] Disponible en: <https://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/39013071-escaladeresilienciadewagnildyyoung>
30. Valbuena G. Emprendimiento como estrategia impulsora de la competitividad en organizaciones académicas. [Para optar el grado de doctora en ciencias generales] Maracaibo-Venezuela: Universidad Rafael Beloso Chacín; 2016. Disponible en: <http://virtual.urbe.edu/tesispub/0101746/?C=N;O=D>
31. Fernández C., Baptista P. Metodología de la investigación. 6ta ed. México. McGRAW-HILL / Interamericana Editores, S.A. DE C.V. 2004. 634 p. ISBN: 978-1-4562-2396-0.
32. Vargas Z. La Investigación Aplicada: Una forma de conocer las realidades con evidencia Científico. Rev. Edu. 2009; vol. 33, núm. 1, 2009, p. 155-165.

33. Müggenburg M., Pérez I. Tipos de estudio en el enfoque de investigación cuantitativa Enfermería Universitaria. Rev. Enf. Univ. 2007; vol. 4, núm. 1, p. 35-38; SSN: 1665-7063.
34. García F., Ruíz A. Análisis y propuesta de un modelo logístico para la empresa Productos Agropecuarios Santa Cecilia S. A. de C. V. [para optar la licenciatura en Administración de Empresas]. Mexico: Universidad de las Américas Puebla; 2004. Disponible en: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lad/garcia_m_f/
35. Franco, Y. Tesis de Investigación. Población y Muestra. Tamayo y Tamayo. [Blog Internet] Venezuela; 2014. disponible en: <http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2011/06/poblacion-y-muestra-tamayo-y-tamayo.html>
36. Maldonado E., Paucar E. Estrés académico y resiliencia en estudiantes de la facultad de educación de una universidad estatal de Huancayo – 2020. [Para optar el título profesional de psicología]. Huancayo-Perú; 2021. Disponible en: <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2222>
37. Barraza A. El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. Avanc. Psico. Latam. 2008; vol. 26 (núm.2), julio-diciembre, 2008, pp. 270-289.
38. Hernández R, Fernández C, Baptista M. Metodología de la Investigación. 5^o Edición. México: McGraw-Hill:2010: 612. ISBN: 978-607-15-0291-9.
39. Díaz de Rada V. Tipos de encuestas y diseños de investigación. [Online]. Universidad Pública de Navarra. Pamplona; 2002. P 243. ISBN: 84-95075-95-4. Disponible en: <http://www.unavarra.es/puresoc/es/vidal2.htm#prologo>

40. Barraza. A. Inventario sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems. Books-©ECORFAN- México, Durango. 2018.
41. Gómez M. Estandarización de la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young en universitarios de Lima metropolitana. [para optar el título de licenciado en Psicología] Lima-Perú: Universidad Ricardo Palma; 2019. Disponible en: <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/1921>
42. Corral Y. Validez y confiabilidad de los instrumentos de investigación para la recolección de datos. Rev. Cien. Edu. [internet] 2009; vol. 19, Núm.33: 229-247. Disponible en: <http://mriuc.bc.uc.edu.ve/handle/123456789/1949>
43. Reyes M. La ética en la investigación cuantitativa. [internet]. Puerto Cabello: Unknown; [12 de julio 2017]. Disponible en: http://meryannguaita.blogspot.com/2017/07/la-etica-en-la-investigacion_12.html

ANEXO

Anexo N° 1: Matriz de consistência

FORMULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE Y DIMENSIONES	DISEÑO METODOLÓGICO
<p>PROBLEMA GENERAL:</p> <p>¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS:</p> <p>¿Cuál es la relación entre el estrés académico en la dimensión estresores con la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación entre el estrés académico en la dimensión síntomas con la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL</p> <p>Determinar cuál es la relación entre el estrés académico y resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> <p>Determinar cuál es la relación entre el estrés académico en la dimensión estresores con la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL</p> <p>HI: Existe relación estadísticamente significativa entre estrés académico y resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.</p> <p>HO: No existe relación estadísticamente significativa entre estrés académico y la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS</p> <p>HI: Existe relación estadísticamente significativa entre estrés académico en la dimensión estresores con resiliencia de estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.</p> <p>HO: No existe relación estadísticamente significativa entre estrés académico en la dimensión estresores con</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Estrés académico</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Estresores</p> <p>Síntomas de estrés</p> <p>Estrategias de afrontamiento</p> <p>Variable 2:</p> <p>Resiliencia</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Competencia personal</p>	<p>Método: Hipotético – Deductivo</p> <p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Tipo de investigación: Aplicado</p> <p>Nivel de investigación: Observacional de alcance correlacional.</p> <p>Diseño de investigación: Prospectivo, de corte transversal.</p> <p>Población: Conformada por 225 estudiantes de enfermería del x ciclo de la Universidad Norbert Wiener.</p> <p>Muestra: 112 estudiantes de enfermería.</p> <p>Muestreo: Probabilístico de tipo aleatorio simple.</p>

<p>¿Cuál es la relación entre el estrés académico en la dimensión estrategias de afrontamiento con la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022?</p>	<p>Determinar cuál es la relación entre estrés académico en la dimensión síntomas con la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.</p> <p>Determinar cuál es la relación entre estrés académico en la dimensión estrategias de afrontamiento con la resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022</p>	<p>resiliencia de estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.</p> <p>HI: Existe relación estadísticamente significativa entre estrés académico en la dimensión síntomas con resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.</p> <p>HO: No existe relación estadísticamente significativa entre el estrés académico en la dimensión síntomas con resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.</p> <p>HI: Existe relación estadísticamente significativa entre estrés académico en la dimensión estrategias por afrontamiento con resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.</p> <p>HO: No existe relación estadísticamente significativa entre el estrés académico en la dimensión estrategias por afrontamiento con resiliencia de estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.</p>	<p>Aceptación de uno mismo y de la vida</p>	<p>Instrumento: Escala SISCO SV-21 y la Escala de resiliencia de Wagnild & Young.</p>
--	--	---	---	--

Anexo N° 2: Instrumentos de medición

Inventario SISCO del Estrés Académico (SISCO SV-21)

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

SI	NO

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

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

1	2	3	4	5

3. “**Instrucciones:** A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, tomando en consideración la siguiente escala de valores:”

NUNCA	CASI NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
N	CN	RV	AV	CS	S

4. Datos Generales

- Edad:
- Sexo:
Femenino () Masculino ()

DIMENSIÓN: ESTRESORES ¿Con qué frecuencia se estresa?	N	CN	RV	AV	CS	S
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.						
La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases.						
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.).						
El nivel de exigencia de mis profesores/as”						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.).						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as.						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as.						
DIMENSIÓN: SÍNTOMAS						
Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:						
Fatiga crónica (cansancio permanente).						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).						
Ansiedad, angustia o desesperación.						
Problemas de concentración.						
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.						
Trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.).						
DIMENSIÓN: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO						
¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:						
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa.						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo.						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que lo preocupa.						

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD & YOUNG

Instrucciones:

A continuación, encontrará una serie de frases que te permitirán pensar acerca de su forma de ser. Deseamos que conteste a cada una de las siguientes afirmaciones y marque la respuesta con un aspa (X), que describa mejor cuál es su forma habitual de actuar y pensar. Siendo las alternativas de respuesta:

Totalmente en desacuerdo	(TD)
En desacuerdo	(ED)
Parcialmente en desacuerdo	(PD)
Indiferente	(I)
Parcialmente de acuerdo	(PA)
Acuerdo	(A)
Totalmente de acuerdo	(TA)

No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Procure responder a todas las frases. Recuerde responder con espontaneidad, sin pensar mucho. Puede empezar.

N°	ITEMS	TD	ED	PD	I	PA	A	TA
1	Cuando planifico algo lo realizo.							
2	Soy capaz resolver mis problemas.							
3	Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.							
4	Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.							
5	Si debo hacerlo, puedo estar solo(a).							
6	Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.							
7	Generalmente me tomo las cosas con calma.							
8	Me siento bien conmigo mismo(a).							
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10	Soy decidido(a).							
11	Soy amigo(a) de mí mismo.							

12	Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.							
13	Considero cada situación de manera detallada.							
14	Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.							
15	Soy autodisciplinado (a).							
16	Por lo general encuentro de que reírme.							
17	La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.							
18	En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.							
19	Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.							
20	A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no.							
21	Mi vida tiene sentido.							
22	No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.							
23	Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.							
24	Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.							
25	Acepto que hay personas a las que no les agrado.							

Anexo N°3: Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN EL PTRABAJO DE INVESTIGACIÓN

El presente trabajo de investigación que lleva como título: **Estrés académico y resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.** Desarrollado por el estudiante de pregrado de la facultad de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener.

La participación para este estudio es completamente voluntaria y confidencial. La información que usted nos pueda brindar, será manejada confidencialmente, solo los investigadores tendrán acceso a esta información, por lo tanto, estará protegida. La aplicación del instrumento tiene una duración aproximada de 20 minutos que consta de 46 preguntas cuyo propósito es determinar la relación que existe entre estrés académico y resiliencia en estudiantes del X ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

DECLARACIÓN: Declaro mediante este documento que he sido informado (a) plenamente sobre el trabajo de investigación, así mismo me informaron del objetivo del estudio, beneficios y del procedimiento a realizar. Habiéndose aclarado mis dudas proporcionándome el tiempo suficiente para ello. Por consecuencia, doy mi consentimiento en este estudio.

Firma del investigador

Leonor Alejo Pérez.

Nombres y Apellidos del participante

DNI:

Anexo N°5: Informe de turnitin

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

TESIS FINAL LEONOR ALEJO 9 DE MAYO
.docx

AUTOR

LEONOR ALEJO LEONOR ALEJO

RECuento DE PALABRAS

15126 Words

RECuento DE CARACTERES

87200 Characters

RECuento DE PÁGINAS

74 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

224.5KB

FECHA DE ENTREGA

May 19, 2023 10:58 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

May 19, 2023 11:00 AM GMT-5

● 17% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 15% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 9% Base de datos de trabajos entregados
- 5% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Fuentes excluidas manualmente
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)