



**Facultad de Ciencias de la Salud**  
**Escuela Académico Profesional de Enfermería**

Nivel de estrés académico y estrategias de  
afrentamiento en estudiantes de los últimos ciclos de  
la Escuela de Enfermería de la Universidad Norbert  
Wiener, Lima 2022

**Tesis para optar el título profesional de Licenciada en**  
**Enfermería**

**Presentado por:**

Salazar Romero Alexandra Melissa

**Código ORCID:** 0000-0002-7521-181X

**Asesor(a):** Dr. Susan Haydee Gonzales Saldaña

**Código ORCID:** 0000-0001-5001-4388

**Lima – Perú**

**2022**

**Tesis**

**" NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE  
AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE LOS ÚLTIMOS  
CICLOS DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA DE LA  
UNIVERSIDAD NORBERT WIENER, LIMA 2022"**

Línea de investigación

---

Asesor(a)

Dr. Susan Haydee Gonzales Saldaña

Código ORCID: 0000-0001-5001-4388

### **Dedicatoria**

Agradezco primero a Dios por darme el don de la perseverancia para alcanzar mis metas. A mi madre por brindarme su apoyo incondicional, a mi adorable hija Rebeca por su amor incondicional.

### **Agradecimiento**

Agradezco a mi asesor por el apoyo en sus enseñanzas y conocimientos, asimismo, a la Universidad Norbert Wiener.

## RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo general determinar la relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022. Se trabajó con el método hipotético deductivo, de igual forma se usó el enfoque cuantitativo, diseño no experimental, nivel correlacional y corte transversal. La muestra estuvo conformada 150 estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima, tomada de una población de 650 estudiantes, por medio de un muestreo por conveniencia. Como técnica de recolección de datos se aplicó la encuesta y como instrumento el inventario SISCO para medir los niveles de estrés académico y el cuestionario Brief – COPE-28 para evaluar las estrategias de afrontamiento. De acuerdo a los resultados se pudo conocer que el estrés académico se sitúa en un nivel medio según el 57.33%, asimismo, se evidenció que las estrategias de afrontamiento se ubican en un nivel medio según el 61.33%. Se concluyó que los niveles de estrés académico tienen relación negativa considerable ( $Rho = -.871$ ) y  $sig. = 0,000 < 0.05$  con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022. Por consiguiente, aplicar apropiadamente las estrategias de afrontamiento permite adquirir niveles de estrés académico aceptables.

**Palabras claves:** estrés académico, estrategias de afrontamiento, estudiante.

## ABSTRACT

The general objective of this study was to determine the relationship between stress levels and coping strategies in the students of the nursing faculty of the Norbert Wiener University, Lima 2022. The deductive method was used, in the same way the quantitative approach, non-experimental design, correlational level and cross section. The sample consisted of 150 students from the nursing faculty of the Norbert Wiener University, Lima, taken from a population of 650 students, through convenience sampling. The survey was applied as a data collection technique and the SISCO inventory as an instrument to measure stress levels and the Brief - COPE-28 questionnaire to evaluate coping strategies. According to the results, it was possible to know that stress is located at a medium level according to 57.33%, likewise, it was shown that coping strategies are located at a medium level according to 61.33%. It was concluded that stress levels have a considerable negative relationship ( $Rho = -.871$ ) and  $sig. = 0.000 < 0.05$  with the coping strategies in the students of the nursing faculty of the Norbert Wiener University, Lima 2022. Therefore, applying the coping strategies appropriately allows acquiring acceptable stress levels.

**Keywords:** stress, coping strategies, student.

## INTRODUCCIÓN

Las exigencias académicas de los estudiantes de salud son mayores debido a la naturaleza de los estudios y las especialidades, y el estrés es una de las principales causas de estas exigencias (9). Manejar el estrés académico es una de las dificultades más complejas de la vida académica, social y profesional, más cuando se refiere a los estudiantes de medicina donde tienen que enfrentar exigencias fuera de lo común (8). Donde podrían sufrir consecuencias de salud física, social y psicológica, como es la depresión, ansiedad, dolores musculares, entre otros efectos. Esto por no buscar soluciones para enfrentar las situaciones que ha manifestado ciertos síntomas; tal es el caso de América Latina, más de 88 millones de personas han padecido de trastornos afectivos desatados por el estrés, aunado a ello, 1 de cada 4 personas padecen de problemas graves producidos por el estrés (6).

Es por ello, que es de gran utilidad aplicar las estrategias que permitan afrontar el estrés, haciendo énfasis que son recursos psicológicos que la persona pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes (2). De tal manera, el objetivo principal de la presente investigación fue determinar la relación entre los niveles de estrés y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

A continuación, se presenta los capítulos desarrollados en el presente estudio:

Capítulo I: Realidad problemática, formulación del problema, objetivo general y específicos, justificación y delimitación.

Capítulo II: Trabajos previos de la investigación, bases teóricas, hipótesis general y específicas.

Capítulo III: Metodología de la investigación, manifiesta el método, tipo, enfoque, diseño, nivel y corte que se usó para la elaboración del estudio, además, de la población, muestra, muestreo, técnicas e instrumento de recolección de datos.

Capítulo IV: Resultados descriptivos e inferenciales, así como la discusión de los mismos.

Capítulo V: Conclusiones y recomendaciones.



## Índice

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
INTRODUCCIÓN	vii
Índice	ix
<b>CAPITULO I. EL PROBLEMA</b>	<b>1</b>
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. Metodológica	6
1.4.3. Práctica	6
1.5. Delimitaciones de la investigación	7
1.5.1. Temporal	7
1.5.2. Espacial	7
1.5.3. Recursos	7
<b>CAPITULO II. MARCO TEÓRICO</b>	<b>8</b>
2.1. Antecedentes de la investigación	8
2.1.1 Antecedentes internacionales	8
2.1.2 Antecedentes nacionales	10

2.2. Bases teóricas	13
2.3. Formulación de hipótesis	23
2.3.1. Hipótesis general	23
2.3.2. Hipótesis específicas	24
CAPITULO III. METODOLOGÍA	25
3.1. Método de la investigación	25
3.2. Enfoque de la investigación	25
3.3. Tipo de investigación	25
3.4. Diseño de la investigación	25
3.5. Población, muestra y muestreo	26
3.5.1 Población	26
3.5.2 Muestra	26
3.5.3 Muestreo	26
3.6. Variables y operacionalización	28
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	31
3.7.1 Técnica de recolección de datos	31
3.7.2 Descripción de instrumentos	31
3.7.3 Validación	31
3.7.4 Confiabilidad	32
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos	33
3.9. Aspectos éticos	33
CAPITULO IV. PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	34
4.1. Resultados	34
4.1.1. Análisis descriptivos de los resultados	34
4.1.2. Análisis inferencial de los resultados	43
4.1.3. Discusión de los resultados	49
CAPITULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	53

	xi
5.1. Conclusiones	53
5.2. Recomendaciones	54
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	55
ANEXOS	63
ANEXO A. Matriz de consistencia	64
ANEXO B. Instrumento de recolección de información.	67
ANEXO C. Consentimiento informado	70

## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> Matriz de operacionalización de las variables .....	28
<b>Tabla 2.</b> Confiabilidad variable 1: Estrés académico .....	32
<b>Tabla 3.</b> Confiabilidad variable 2: Estilos de afrontamiento .....	32
<b>Tabla 4.</b> Estadísticas demográficas .....	34
<b>Tabla 5.</b> Nivel de estrés académico .....	35
<b>Tabla 6.</b> Nivel de reacciones físicas .....	36
<b>Tabla 7.</b> Nivel de reacciones psicológicas .....	37
<b>Tabla 8.</b> Nivel de Reacciones comportamentales .....	38
<b>Tabla 9.</b> Nivel de estrategias de afrontamiento .....	39
<b>Tabla 10.</b> Nivel de afrontamiento centrado en los Problemas .....	40
<b>Tabla 11.</b> Nivel de afrontamiento centrado en las Emociones .....	41
<b>Tabla 12.</b> Nivel de afrontamiento centrado en la evitación del problema .....	42
<b>Tabla 13.</b> Prueba de normalidad de Datos .....	44
<b>Tabla 14.</b> Escala de coeficiente de correlación de Rho de Spearman .....	44
<b>Tabla 15.</b> Comprobación de hipótesis general .....	45
<b>Tabla 16.</b> Comprobación de hipótesis específica 1 .....	46
<b>Tabla 17.</b> Comprobación de hipótesis específica 2 .....	47
<b>Tabla 18.</b> Comprobación de hipótesis específica 3 .....	48

## Índice de figuras

<b>Figura 1.</b> Fases de estrés .....	18
<b>Figura 2.</b> Género en estudiantes .....	34
<b>Figura 3.</b> Rangos de edad .....	35
<b>Figura 4.</b> Nivel de estrés académico.....	36
<b>Figura 5.</b> Nivel de reacciones físicas.....	37
<b>Figura 6.</b> Nivel de reacciones psicológicas .....	38
<b>Figura 7.</b> Nivel de Reacciones comportamentales .....	39
<b>Figura 8.</b> Nivel de estrategias de afrontamiento.....	40
<b>Figura 9.</b> Nivel de afrontamiento centrado en los problemas.....	41
<b>Figura 10.</b> Nivel de afrontamiento centrado en las emociones .....	42
<b>Figura 11.</b> Nivel de afrontamiento centrado en la evitación del problema .....	43

## CAPITULO I. EL PROBLEMA

### 1.1. Planteamiento del problema

En la actualidad, los universitarios se someten continuamente a conjuntos de escenarios que le producen estrés, ello acontece especialmente por el escaso control que tienen por los nuevos ambientes generadores de conocimientos científicos y la responsabilidad sumada de los empleos al que lo tienen (1). Por otro lado, se puede decir que el estrés académico son los malestares que los estudiantes presentan a causa de los componentes físicos y emocionales, el cual ejercen presiones significativas afectando sus rendimientos académicos y sus habilidades metacognitivas para darle solución a los problemas presentados. Son muchas las exigencias académicas entre ellas se encuentran: las excesivas actividades asignadas y el poco tiempo para realizarlas, así como las constantes presentaciones de exámenes (2).

Por otro lado, las estrategias de afrontamiento son recursos psicológicos que las personas usan para manejar los momentos difíciles en sus vidas, que de un momento a otro son causantes de estrés académico. Hay que tener en cuenta que los afrontamientos no solo se exhiben de manera particular, sino que también se puede mediar en el contexto social (3). Se puede evidenciar que un individuo le falta desarrollar las estrategias de afrontamiento cuando se encuentran en situaciones pocas agradables y no hacen nada para darle una solución, tal son los casos de los estudiantes, cuando atraviesan estrés por sus compromisos en la universidad, el trabajo y hasta en la vida social, sienten más la presión cuando se encuentran solos sin el respaldo de una personas, amigo o familiar (4).

A nivel mundial, según el VII Estudio CinfaSalud manifestó que España es uno de los países con más fluencia de estrés académico, pues, el 42% de la población sientes está patología muy seguido, esto por la falta de sueño, problemas de cansancio, relación

con sus jefes y compañero de trabajo. Otro de los países con problemas de estrés académico es China, aproximadamente el 8.1% de sus ciudadanos padecen de estrés moderado y severo, especialmente los jóvenes en edad de 18 a 30 años son los más vulnerables a este trastorno, siguiéndole los mayores de 60 años (5).

A nivel internacional, determinando la opinión de Alfredo Whley Sánchez médico del Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Múñiz (INPRF) acotó que México es el segundo país a nivel mundial con problemas de estrés, alrededor del 40% de su población lo padecen, asimismo, manifestó que el 39% de los estudiantes de ciencias médicas y biológicas manifiestan tener estrés académico de forma elevada, por otro lado, el 43% señalan mantener un nivel moderado y levemente alto, con tensión de elevarse aún más, y solo un 18% acotaron mantener un estrés académico moderado a bajo. Pudiendo manifestar que si no se toman medidas a tiempo más del 50% de los estudiantes podría presentar otros problemas causados por el estrés, como es la depresión, la ansiedad, los dolores en las articulaciones, trastornos gastrointestinales, entre otros (6).

Con respecto, en Chile, según la encuesta Nacional de Salud en los años 2016-2017 dieron a conocer que más del 17% de sus ciudadanos padecen de depresión por causa de los elevados niveles de estrés sociales y fisiológicos, ello porque no todos saben aplicar las estrategias de afrontamiento para disminuir o esquivar el estrés (7). Se ha conocido que manejar el estrés se ha vuelto difícil tanto en la vida social como en la profesional, más aún en las facultades de medicina, donde los jóvenes se enfrentan a exigencias que sobrepasan cualquier equilibrio, en esta fase se demuestra que falta estudiar mucho más las estrategias para afrontar estas situaciones que de una u otra manera afecta directamente la vida de las personas, tanto físicas como mentalmente (8). No obstante, se evidencio, que, en Colombia, el 80 % de los universitarios mantienen los

niveles de estrés moderado y el 20 %, presentan niveles profundos. En cuanto a las manifestaciones del estrés, el 34,8 % manifiesta siempre somnolencia (5).

A nivel nacional, en Perú, se evidenció que el 83% de los estudiantes de salud mantienen un nivel alto de estrés académico, las absurdas exigencias con las actividades y la sobrecarga ha hecho que los estudiantes padezcan de enfermedades como la ansiedad, el estrés, dolores musculares, entre otros (9).

En tal sentido, se observó la encuesta elaborada por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en el año 2015, donde mencionó que la mayoría de los estudiantes han sido afectados por el estrés académico, en edades de 16 a 29 años son los principales perjudicados, padeciendo de síntomas de ansiedad, depresión, trastornos alimenticios y psicóticos. Igualmente, un 56.4% expresó que el estrés ha hecho que su ritmo de sueño cambia considerablemente, es imposible conciliar el sueño hasta medianoche, a veces tienen que tomar píldoras para poder dormir, por otro lado, un 55% de los estudiantes manifestaron que padecen de nerviosismo y tensión, así como dolores de cabeza, cuello y espalda, otros acotaron que los sentimientos y tristezas se apoderan de ellos, por el enorme estrés que los cobijan y la desesperación de no saber cómo salir de ello rápidamente, siendo un 47.5% los perjudicados, además un 26.9% refirieron que el estrés hace que se angustien por el sobrepeso (10).

A nivel local, se observó a los estudiantes de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, debido a las problemáticas que viven en cuanto al estrés académico, las altas exigencias con respecto a las actividades, la responsabilidad con sus empleos, la vida personal y familiar, son situaciones que ponen de manifiestos estresores que a veces los alumnos no pueden controlar, causándole deterioro mental, bajo rendimiento, fatiga, cansancio, depresión, ansiedad, entre otros; esto, por no aplicar o considerar las



estrategias de afrontamiento para poder evadir o darle solución a sus inconvenientes sin que sea afectado sus estudios y sobre todo su salud. Es por ello, que se presenta la siguiente interrogante ¿Cómo se relacionan los niveles de estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022? Se debe estudiar la situación que viven los universitarios y darle los parámetros o conocimientos apropiados para que puedan utilizar las estrategias de afrontamiento al momento de pasar por un estrés, haciendo énfasis que este sentimiento puede aparecer hasta en los pensamientos, lo importante es saberlo sobrellevar y buscar las estrategias para que no afecte el vivir diario de los alumnos.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cómo se relacionan los niveles de estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022?

### **1.2.2. Problemas específicos**

¿Cómo se relacionan las reacciones físicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022?

¿Cómo se relacionan las reacciones psicológicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022?

¿Cómo se relacionan las reacciones comportamentales del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022?

### **1.3. Objetivos de la investigación**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

Determinar la relación entre las reacciones físicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

Determinar la relación entre las reacciones psicológicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

Determinar la relación entre las reacciones comportamentales del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

### **1.4. Justificación de la investigación**

#### **1.4.1. Teórica**

La investigación tuvo como propósito generar información relativa a lo perjudicial que resultan los altos niveles de estrés académico y la manera en la que puede ser

sobrellevado mediante el uso de las estrategias de afrontamiento, lo cual resulta ser un aspecto importante que debe encontrarse al alcance de los estudiantes, siendo ello sustentado con el uso de teorías científicas desarrolladas en investigaciones previas para promover la importancia que tiene el estrés académico y su manifestación a través de síntomas físicos, psicológicos e incluso comportamentales en los estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, por tal motivo se empleó los conocimientos de Barraza y Carver, Scheir y Weintraub quienes fueron los creadores de los cuestionarios destinados a medir las variables de estrés académico y estrategias de afrontamiento respectivamente.

#### **1.4.2. Metodológica**

Metodológicamente el presente estudio encuentra su justificación a través de la implementación del método deductivo y enfoque cuantitativo puesto que ambos convergen de tal manera que contribuyen a delimitar la investigación e identificar la relación que existe entre los niveles del estrés académico y las estrategias de afrontamiento por parte de los estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener mediante el uso de instrumento enfocados directamente en obtener tales datos, lo que termina representando un aporte sustancial de la información ya existente sobre tal ámbito de evaluación. De igual manera, los instrumentos fueron sometidos al juicio de expertos y a la confiabilidad emitida por el Alfa de Cronbach.

#### **1.4.3. Práctica**

El presente estudio fue realizado con el propósito de brindar solución a los problemas actuales sobre el estrés académico y la necesidad de manejar estrategias de afrontamiento que permita a mantener niveles adecuados que no terminen perjudicando el normal

desenvolvimiento de los estudiantes pertenecientes a la escuela de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener.

## **1.5. Delimitaciones de la investigación**

### **1.5.1. Temporal**

La presente investigación fue desarrollada en 5 meses, comenzando desde enero del 2022 y finalizando en mayo 2022, tiempo suficiente para obtener información necesaria que permitió verificar las hipótesis de estudio.

### **1.5.2. Espacial**

El estudio fue desarrollado en la Universidad Norbert Wiener, con dirección en Av. Arequipa 440, Cercado de Lima 15046. La universidad fue aceptada por medio de la Resolución N°177-96-CONAFU en el año 1996.

### **1.5.3. Recursos**

La investigación fue elaborada por el investigador (estudiante) teniendo como apoyo a su asesor, aunado a ello fue financiado por el autor, por ende, todo gasto de recursos y materiales corrió por su propia cuenta.

## CAPITULO II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes de la investigación

#### 2.1.1 Antecedentes internacionales

Valdez-López et al. (2022) en su investigación tuvo como objetivo general *“describir como se asocia los niveles de estrés y las estrategias de afrontamiento usadas por universitarios en Enfermería en Instituciones de Educación Superior”*. En cuanto a la metodología fue no experimental, de nivel correlacional, nivel correlacional y tipo básico. Participaron estudiantes de enfermería siendo la muestra 250 universitarios. Para la recopilación de datos se usó la encuesta y los instrumentos el Brief COPE Inventory y un cuestionario para evaluar ambas variables. Según los resultados se conoció que un 78% de los encuestados mantenían un estrés moderado. Se concluyó que los niveles de estrés se relacionan con las estrategias de afrontamiento ( $p= 0.67$ ), las estrategias de afrontamiento son necesarias para poder dominar o controlar las situaciones que enfrentan los estudiantes que los llevan a un episodio de estrés (6).

Sánchez-Espinoza y Lara-Salazar (2022) presentó como objetivo principal *“analizar la relación entre el nivel de estrés académico en la educación virtual y estrategias de afrontamiento en adolescentes”*. La metodología consistió en enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, diseño no experimental y corte transaccional. Estuvieron participando 110 estudiantes de la ciudad de Latacunga en Ecuador. Para el recojo de información se usó la técnica y el cuestionario Sisco para medir el estrés y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). Mediante los resultados se pudo conocer que existe relación inversa entre los niveles de estrés y las estrategias de afrontamiento: por otra parte, el 69.1% de los estudiantes padecen de estrés moderado. Se concluyó que existe asociación negativa entre las estrategias de afrontamientos y

reacciones físicas y psicológicas del estrés, los estudiantes que no aplican las estrategias de afrontamientos son los más expuestos a sufrir de estrés, es por ello que la persona se debe autoevaluar y sobre todo controlar cuando está en esa situación (11).

Ocampo (2017) su objetivo general fue “determinar cómo las estrategias de afrontamientos se relacionan con el estrés académico en los estudiantes de pregrado y posgrado de la Universidad Antonio Nariño sede armenia”. Asimismo, la metodología usada fue empírica analítica, con un enfoque cuantitativo y nivel correlacional. La población estuvo integrada por estudiantes de pregrado y posgrado, con una muestra de 98 estudiantes. En cuanto a la técnica de recolección de datos se usó la encuesta y como instrumento la Escala de Estrategias de Coping -Modificada (EEC-M) y el inventario de estrés académico-INVEA. Los resultados mostraron que los estudiantes tienen mayor probabilidad de afrontar el estrés. Se concluyó que los niveles de estrés se relacionan de forma positiva y directa con las estrategias de afrontamiento, manifestando que no todos aplican adecuadamente las estrategias ya que siguen persistiendo los riesgos del estrés (12).

Peña-Marcial et al. (2017) tuvo como objetivo principal “examinar que tan frecuente es el estrés y cuáles son las estrategias que utilizan los universitarios de la UAGro para enfrentarlo”. La metodología fue de diseño no experimental, de nivel descriptivo-correlacional y enfoque cuantitativo. Para la recopilación de datos se empleó el cuestionario SISCO del estrés Académico, el de Afrontamiento del Estrés (CAE). De acuerdo a los resultados señalaron que la ausencia de estrés que viven los estudiantes es de 88.6%, la sobrecarga de actividades fue de 77.8%. Se concluyó que aplicar las estrategias de afrontamiento se usan para moderar los niveles de estrés, por lo cual, se

dice que las reacciones físicas del estrés se correlacionan significativamente con las estrategias de afrontamiento (13).

Ospina-Stepanian (2017) su objetivo general fue “identificar y comparar los síntomas y niveles de estrés característicos de la población estudiantil femenina y masculina en una institución de educación superior militar de Bogotá D.C”. Trabajo con un método comparativo, con enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo-correlacional y diseño no experimental. Se contó con la participación de 1395 estudiantes y como muestra se halló 261 alumnos. Para la recopilación de datos se empleó la técnica y como instrumento el cuestionario. Según los resultados demostraron que las estrategias de afrontamiento más usadas fue la autonomía arrojando un porcentaje tanto en los hombres como en las mujeres (H=6,0, M=6,1). Se concluyó que las reacciones comportamentales del estrés se asocian significativamente con las estrategias de afrontamiento (14).

### **2.1.2 Antecedentes nacionales**

Pérez-Cubas (2021) su objetivo general fue “*estudiar cual es la asociación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento, asimismo, identificar cuáles son las estrategias más usadas para afrontar el estrés según el sexo*”. El método empleado fue de diseño no experimental, correlacional-descriptiva y enfoque cuantitativo. Estuvo conformada por estudiantes de la escuela de salud y como muestra se adquirió 110 estudiantes. Se aplicaron cuestionario para medir las variables estudiadas por medio de la encuesta para recolectar datos que ayuden a responder los objetivos del estudio. Con respecto a los resultados describieron que los estudiantes señalaron mantener un afrontamiento moderado según el 40%. Se concluyó que existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés, mientras el estrés persista se

necesita emplear estrictamente las estrategias, de esta manera se podrá controlar la situación (15).

Zárete-Marín (2020) tuvo como objetivo principal “*describir como se correlaciona el estrés académico y las estrategias de afrontamientos en los estudiantes de enfermería realizando las prácticas profesionales en un Centro de Salud de Comas DIRIS Lima Norte 2020*”. El método que se usó fue cuantitativo, con un nivel correlacional, diseño no experimental y corte transversal. La población estuvo conformada por 28 estudiantes de internados comunitarios de enfermería en un Centro de Salud de Comas, cuya muestra es igual a la población. La técnica utilizada fue la encuesta y como instrumento para medir el estrés se aplicó el cuestionario Sisco y para las estrategias de afrontamiento el Brief Cope. En cuanto a los resultados se conoció que el 82% de los empleados sufren de estrés medio, el 14% de estrés alto y solo el 4% no sufre de estrés. Se llegó a concluir que el estrés académico tiene correlación inversa con las estrategias de afrontamiento, lo que da a entender que mientras más estrés haya menor son las estrategias que se emplean para combatir dicho estrés (16).

Alva-Juárez (2020) en su investigación tuvo como objetivo principal “*determinar cómo se asocia el estrés académico con las estrategias de afrontamiento y cuáles son las estrategias más empleadas en los universitarios de Psicología y de Nutrición de Lima-Norte*”. El método empleado fue de tipo básica, con un nivel correlacional, enfoque cuantitativo y diseño no experimental. Contó con la participación de los estudiantes del centro de formación privada lima norte, mientras que la muestra fue de 401 universitarios. La técnica de recolección de datos fue la encuesta y como instrumento se empleó el cuestionario para medir las estrategias de afrontamiento y el inventario de Sisco para el estrés académico. Considerando los resultados se evidenció que el 39% de los estudiantes



padecen de estrés alto, asimismo, se conoció que las estrategias más usadas por los alumnos es la habilidad asertiva según el 56.8% de los encuestados. Se concluyó que las reacciones comportamentales del estrés se correlacionan de forma directa con las estrategias de afrontamiento (17).

Flores-Talavera (2018) en su estudio tuvo como objetivo general “*determinar la relación entre el nivel de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico Pedro P. Díaz, Arequipa – 2017*”. La metodología empleada fue de tipo aplicada, de corte transeccional, nivel correlacional y enfoque cuantitativo. Asimismo, la población estuvo integrada por 1578 universitarios y como muestra 565 alumnos. En cuanto, a la técnica de recolección de datos se empleó la encuesta y como instrumento el cuestionario. Según los resultados demostraron que el 70,4% de los encuestados mantienen un nivel alto de estrés, mientras que el 65,5% enfrentaron de forma inadecuada las estrategias de afrontamiento. Se concluyó que los niveles de estrés se asocian de manera significativa con las estrategias de afrontamiento, es decir, las estrategias de afrontamiento que utilizan los estudiantes no son las adecuadas para buscar apoyo. No obstante, las reacciones psicológicas se correlacionan de manera inversa con las estrategias (18).

Guevara-Nayra (2018) en su estudio tuvo como objetivo general “*determinar la relación que existe entre el Nivel de Estrés y Estrategias de Afrontamiento de los Estudiantes de Enfermería en una Universidad Nacional. Lambayeque 2017*”. Fue una investigación de tipo básica, con un enfoque cuantitativo y nivel correlacional-descriptivo. La población estuvo integrada por 252 estudiantes de enfermería y como muestra se obtuvieron 190 alumnos. Se usó la encuesta como técnica y como instrumento el Inventario Sisco del Estrés Académico y el test COPE-28. Según los resultados los

encuestados señalaron estar en un nivel medio de estrés 53.2%. Se concluyó que el nivel de estrés tiene una relación directa con las estrategias de afrontamiento, debido a que su uso ayuda ya sea de manera positiva o negativa al estrés, por otro lado, las reacciones físicas del estrés se asocian negativamente con las estrategias de afrontamiento (19).

## **2.2. Bases teóricas**

### **Niveles de estrés académico**

Se puede decir que el estrés es un estado de desequilibrio e intranquilidad emocional, el cual entorpece las capacidades de las personas para que se puedan concentrar y realizar eficientemente sus actividades diarias. Cuando los individuos desarrollan el estrés se debe a aspectos multifactoriales de la vida, pudiendo ser preocupaciones provocadoras inconscientes o simplemente, un estado de urgencia consciente que reduce la eficacia de los trabajos, el rendimiento y la productividad de los seres humanos (20).

No obstante, el estrés son conjuntos de procesos y reacciones neurológicas, inmunológicas, endocrinas y conductores ante escenarios que imponen al organismo exigencias adaptativas superiores a las normales y que son percibidas por la persona como una amenaza o un riesgo para su seguridad física y psicológica (21).

El estrés es una respuesta neuroendocrina, inmunológica y de comportamiento a una demanda, que a su vez depende de la interpretación de un ultimátum o peligro que permite a un ser vivo adaptarse y sobrevivir (22).

Asimismo, se puede decir que es una condición originada al momento que el estudiante distingue las exigencias del entorno de forma negativa, cuando las situaciones que surgen en el proceso de aprendizaje le causan inseguridad y falta de control, y cuando

experimentan sintomatologías físicas como angustia, fatiga e intranquilidad, y síntomas académicos como disminución en los rendimientos académicos, apatía, absentismo, pudiendo incluir hasta el abandono (23).

### **Modelos sistémico-cognoscitivista (Barraza Macias -2006)**

En un principio, el estrés se estudiaba sólo desde el aspecto “estímulo-respuesta” de la teoría clásica, pero con el tiempo se desarrolló una visión más personal del fenómeno, que incluía evaluar el ambiente. En esta perspectiva, el propósito de la evaluación del estrés académico es considerar la situación de la persona a nivel físico y psicológico utilizando una herramienta desarrollada por el teórico. En su modelo, el autor sostiene que el estrés académico son procesos sistémicos, adaptativos y esencialmente psicológico que se produce cuando el estudiante se ve expuesto a una serie de demandas en el entorno académico que se percibe como estresores; cuando estos estresores provocan un desequilibrio general (estado de estrés) se puede manifestar muchos síntomas (indicadores de desequilibrio); y cuando este desequilibrio exige al individuo a realizar actividades de tratamiento del estrés académico para restablecer el equilibrio armónico (24).

### **Tipos de estrés**

**Estrés desde el enfoque fisiológico:** este tipo de estrés produce daños, agresión e intimidación a la vida, incremento del ritmo cardíaco y pulmonar, liberación de grasa y glucógeno como fuentes de energía metabólica para la acción muscular.

**Estrés desde el enfoque psicológico:** son acontecimientos, valoración cognoscitiva o perceptible de la ansiedad, el daño o la amenaza, en el que una experiencia

que antes era considerada peligrosa se utiliza para acoplarse y hacer frente a la amenaza con el fin de mantener la homeostasis.

**Distrés:** sentimientos perjudiciales sobre las habilidades que mantienen las personas para darle solución al fracaso, frustración, ira, miedo.

**Eustrés:** desafíos, una respuesta positiva que activa los recursos de la persona para hacer frente a las demandas en un estado de alerta apropiado (25).

### **Trastornos del estrés académico**

Los orígenes fisiopatológicos del estrés es un complejo proceso multifactorial cuyas manifestaciones orgánicas pueden contener trastornos digestivos, desvelo y pérdida de memoria, sensibilidad a la insulina, obesidad, trastornos de adaptación y depresión (22).

Es de mucha significancia detectar y, sobre todo conocer los niveles y trastornos del estrés, lo perjudicial que puede ser para los estudiantes, determinando que este tipo de patología puede producir enfermedades infecciosas, así como correr el riesgo de que sufran de irritabilidad, fobia al no cumplir con las asignaciones, poca motivación, entre otros (21).

Entre las consecuencias que presenta el estrés académico, se tiene las físicas, como el aumento del ritmo cardíaco, la sudoración, la tensión muscular en brazos y piernas, la falta de aire y el rechinar de dientes, el desvelo, la fatiga crónica, los dolores de cabeza y los problemas digestivos. Las principales reacciones comportamentales son la reducción de la capacidad de trabajo, la tendencia a discutir, el aislamiento, el letargo, el consumo de tabaco, alcohol u otras drogas, el absentismo laboral, el nerviosismo, el aumento o la disminución del apetito y del sueño (23).

El estrés que experimentan los estudiantes suele tener consecuencias físicas desagradables. Entre ellas se halla la elevación del ritmo cardíaco y de la presión arterial, así como inconvenientes para concentrarse. No obstante, los más comunes son el dolor de espalda y los problemas digestivos. Además, los alumnos de enfermería aparte de tener que lidiar con el estrés académico también lo experimentan en el contexto de la práctica clínica cuando tienen que afrontar situaciones como la enfermedad, el sufrimiento y la muerte (26).

### **Etapas del estrés académico**

Se trata de un proceso selectivo, de carácter adaptable y psicológico, caracterizado por tres fases:

- El estudiante estará expuesto a una serie de exigencias que considera estresantes.
- Estos factores de estrés conducen a desequilibrios generales (estados de estrés), que se muestran en diversos síntomas (indicadores de desequilibrio).
- Para restablecer el equilibrio sistémico, el alumno lleva a cabo una serie de acciones de afrontamiento.

En consecuencia, se reconocen tres componentes sistémico-procesuales del Estrés académico:

- Estímulos estresores (input),
- Síntomas indicadores del desequilibrio sistémico
- Estrategias de afrontamiento (output) (22).

### **Factores estresores académicos**

Los estudiantes citan como factores de estrés el escaso tiempo para hacer los deberes y el exceso de trabajo. Las notas son, en cierta medida, uno de los factores de

estrés académico más importantes en la vida de los estudiantes, ya que afectan a su comportamiento, su cognición y sus emociones fisiológicas. Del mismo modo, los factores de estrés que más perturban a los estudiantes durante las prácticas clínicas están asociados con la inexperiencia, la falta de información y la inseguridad en la situación clínica, la elevada carga laboral, la falta de tiempo y algunos aspectos de la práctica clínica (21).

La fuente de estrés académico es la sobrecarga de trabajo, en la que los estudiantes se exponen a crecientes exigencias, retos y tareas que demandan muchos recursos físicos y mentales, ese estado puede conducir al agotamiento, al desinterés por el aprendizaje, a la autocrítica e incluso a la pérdida de autocontrol (23).

### **Fases de estrés**

**Fase de alarma o huida:** la persona se dispone a generar el máximo de energía al momento de atravesar por momentos difíciles y los cambios químicos que le siguen.

**Fase de resistencia:** cuando la vigilancia se mantiene, pero no se reduce. El cuerpo intenta volver a la normalidad y desencadena una nueva respuesta funcional que mantiene las hormonas en alerta constante.

**Fase de agotamiento:** el estrés se vuelve crónico y dura diferentes periodos de tiempo según el individuo. Esta última fase se vuelve más problemática, a menos que se reduzcan la activación, la intensidad, los estímulos y las exigencias causadas por el estrés, la resiliencia acaba por agotarse, lo que provoca más estrés y los consiguientes problemas físicos y psicológicos. Esta fase conduce a la debilidad, la mala recuperación, la ansiedad y el deseo de escapar (27).

**Figura 1.** Fases de estrés

### Tratamiento para el estrés académico

**La alimentación:** es un componente de mucha importancia en el vivir diario, una buena dieta es la que contiene suficientes calorías, alimentos nutritivos, ensaladas, fruta y cereales; este tipo de alimentación deben contener sustancias nutritivas, vitaminas, minerales y otros compuestos que contribuyen al ser humano a hacer frente al estrés.

**Ejercicio físico:** realizar estas actividades es muy nutritivo para lidiar con el estrés, libera las energías y la tensión almacenada en el cuerpo, debido a que la actividad física hace que el cerebro produzca endorfina, son sustancias que produce bienestar y placer a la persona, se producen al mantener el cuerpo en movimiento, por lo que te olvidas de la frustración y otros factores de estrés.

**Fisioterapia:** se trata de las mejores técnicas para los tratamientos del estrés, ya que se realizan distintos métodos manuales, como es la masoterapia, donde incluye los masajes para drenar, amasamiento, entre otros (27).

## **Dimensiones del nivel de estrés académico**

**Reacciones físicas del estrés:** son las reacciones físicas producidas por el estrés como la autofagia, estremecimientos, vértigos, desvelo, intranquilidad, adormecimiento, entre otras reacciones.

**Reacciones psicológicas del estrés:** son aquellas reacciones relacionadas con el funcionamiento cognitivo o emocional del individuo, como la ansiedad, los problemas de concentración, la depresión, etc.

**Reacciones comportamentales del estrés:** se definen como aquellas que afectan al comportamiento del individuo, por ejemplo, peleas repentinas, incomunicación con las demás personas, incremento o disminución del consumo de alimentos, renuencia a seguir estudiando, entre otros (20).

## **Variable. Estrategias de afrontamiento**

El afrontamiento son procesos dinámicos, definidos como el conjunto de recursos que una persona maneja para afrontar o evitar situaciones que lo lleven a un problema y para disminuir el estrés causado por estas situaciones. Estos pueden ser: manera de creer, motivación, habilidades sociales, apoyo social y recursos materiales (28).

El afrontamiento es un constructo clave para entender cómo los jóvenes responden a los sucesos estresantes y se adaptan a sus experiencias. Se trata de un esfuerzo cognitivo y conductual siempre cambiante que sirve para hacer frente a las demandas externas e internas que se consideran garrafales para los recursos de la persona (29).

En otras palabras, se puede decir que, las estrategias de afrontamiento son procesos multidimensionales que dependen de las demandas y los recursos del entorno,



de las actitudes personales que influyen en la evaluación de los factores de estrés y de la evaluación de los recursos disponibles por parte de la persona. Asimismo, puede definirse como una causa dinámica en el que se utilizan respuestas cognitivas o conductuales para reducir o eliminar los factores de estrés (30).

Las estrategias de afrontamiento es una respuesta individual al estrés; cada persona puede seleccionar una u otra estrategia de afrontamiento. El estilo de afrontamiento influye en la forma en que el individuo percibe la situación o el acontecimiento que acaba provocando el estrés y desempeña un papel importante en diferentes situaciones (31).

### **Tipos de respuestas de las estrategias de afrontamiento**

**Afrontamiento activo:** Por un lado, este enfoque está orientado al problema e implica esfuerzos para cambiar las situaciones generadores de estrés; asimismo, se orienta a la conmoción e involucra transformar los contextos negativos que se relacionan a las situaciones estresantes (31).

**Afrontamiento evitativo:** es el deseo de que no se produzcan situaciones estresantes, también se ha identificado en dos dimensiones: la evitación conductual (tratar de evitar físicamente las situaciones estresantes) y la evitación cognitiva (tratar de ignorar los acontecimientos estresantes o evitar pensar en ellos) (31).

Las estrategias de afrontamiento más comunes para el estrés académico son la reflexión, la expresión de emociones, la resolución de problemas y el aislamiento social. Por otro lado, las más utilizadas por las personas suelen ser más emocionales y orientadas a la solución de problemáticas, así como la reestructuración cognitiva y la búsqueda de apoyo social. El afrontamiento del estrés y la selección de las más apropiadas dependen

del juicio emocional y cognitivo del individuo. Las estrategias más utilizadas son la resolución de problemas (32).

### **Categoría modos de afrontamiento**

**Basados en la resolución del problema objetivo:** desarrollar las estrategias epistemológicas y comportamentales, proyectar alternativas que den solución, indagación, formulación de planes de acciones, entre otros.

**Dirigidos a la propia emoción del sujeto:** evitar o alejarse de las dificultades, culparse o destacar los componentes positivos para cambiar la forma de vivir una situación estresante, aunque no se pueda hacer nada al respecto (33).

### **Consecuencias del afrontamiento**

Las consecuencias dependen de los afrontamientos que se esté viniendo, pueden ser negativos lo que incluye la ansiedad, tristeza, bajo rendimiento académico, entre otros. O positivas que es el bienestar, sensación de plenitud o simplemente una buena adaptación a su entorno social (29).

Las estrategias de afrontamiento ante esta situación actual de estrés, será la clave para poder reducir los altos índices de ansiedad y depresión, se debe de aprender a desarrollar estrategias que nos permitan estar conectados con las demás personas, sobre todo con los que nos generan un apoyo emocional, es importante también mantenerse activos físicamente, una alimentación saludable, buenos hábitos de vida, como el sueño y disminuir la cantidad de sobreinformación de medios de comunicación, y apenas se observe signos y síntomas de afectación en la salud mental, será indispensable la búsqueda de apoyo profesional para la solución de problemas de ansiedad, depresión y estrés (34).

## Estilos de afrontamiento

**Productivo:** son las estrategias o acciones que se utilizan para darle solución a los problemas.

**No productivo o de no afrontamiento:** puede tratarse de culpa, de abandono social o de una acción que no está dirigida a resolver el problema.

**Orientado a otros:** este incluye estrategias para otros individuos, como la búsqueda de apoyo social, profesional o espiritual (29).

Asimismo, manifiestan que los estilos de afrontamiento son:

**Focalizado en la solución del problema:** las personas planean y ejecutan acciones para enfrentar las situaciones problemáticas.

**Auto focalización negativa:** autolesiones, sentimientos de impotencia e inadecuación, desesperanza, subordinación, pérdida de control y desilusión.

**Reevaluación positiva:** admite los estresores en su momento, pero les da más importancia a las cosas positivas de la situación.

**Expresión emocional abierta:** Se desquita con su mal genio, maldiciendo, hostigando, irritándose, y se desquita con los demás.

**Evitación:** prefiere pensar en otros sucesos y no en el problema.

**Búsqueda de apoyo social:** identificar a las personas y las redes de apoyo que le ayudan a afrontar adecuadamente las situaciones de estrés.

**Religión:** para afrontarlo, recurre a su fe porque siente que ha perdido el control (33).

Evitar los problemas puede proporcionar inicialmente un alivio del estrés, pero no es una estrategia eficaz para solventar totalmente la situación del conflicto. Cuando la estrategia de evitación se une a una estrategia de retraimiento social, la gestión impropia del estrés se afianza. Del mismo modo, la expresión de emociones como estrategia de afrontamiento, aunque preferida, suele ser la menos utilizada (32).

### **Dimensiones de las estrategias de afrontamiento**

**Afrontamiento centrado en los problemas:** acontece cuando las personas deciden afrontar las situaciones que causan estrés, con el fin de cambiar y dar soluciones a los problemas.

**Afrontamiento centrado en las emociones:** acontece cuando las personas trabajan para transformar sus propias experiencias de las emociones negativas que produce de fuentes de estrés.

**Afrontamiento centrado en la evitación del problema:** este tipo de estrategias de afrontamiento hace referencia a las respuestas de afrontamiento que se orientan a alejarse de la fuente del estrés -por ejemplo, retraimiento o negación (28).

## **2.3. Formulación de hipótesis**

### **2.3.1. Hipótesis general**

H1: Existe relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022

H0: No existe relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022

### **2.3.2. Hipótesis específicas**

H1: Existe relación entre las reacciones físicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

H0: No existe relación entre las reacciones físicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

H1: Existe relación entre las reacciones psicológicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022

H0: No existe relación entre las reacciones psicológicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022

H1: Existe relación entre las reacciones comportamentales del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022

H0: No existe relación entre las reacciones comportamentales del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022

## **CAPITULO III. METODOLOGÍA**

### **3.1. Método de la investigación**

El método usado fue el hipotético deductivo son los que parten de datos frecuentes que ya han sido aceptados y validados, para luego mediante la lógica hacer suposiciones, por tanto, son verdades determinadas aplicadas a casos particulares y allí comprobar si son válidos o no (35).

### **3.2. Enfoque de la investigación**

La investigación fue de enfoque cuantitativo y se encarga de recopilar, probar y examinar datos de la realidad, de esta manera poder aceptar o rechazar hipótesis establecidas, así como determinar si existe relación o no entre variables. Se necesita de los estudios estadísticos para generalizar resultados investigativos (35).

### **3.3. Tipo de investigación**

El estudio fue de tipo básico su fin es ahondar los conocimientos según lo que ya existe, se encarga de indagar teorías científicas para que el estudio sea más emotivo y sobre todo tenga credibilidad en sus contenidos. Es decir, se encarga de profundizar conocimientos sobre los niveles de estrés académico y las estrategias para afrontarlos (36).

### **3.4. Diseño de la investigación**

No obstante, se presentó un diseño no experimental, las variables han sido estudiadas sin necesidad de ser manipuladas, no se creó ningún grupo para mantener su control ni mucho menos el autor (estudiante) efectuó acciones para sobrellevarlas. Pues, analizan y estudian los hechos y fenómenos de la realidad después de su ocurrencia (36).

Por otro lado, el nivel del estudio fue correlacional y su objetivo es dar a conocer si las variables estudiadas tienen algún tipo de correlación o no. Es decir, se debe

determinar si los niveles de estrés académico tienen asociación o no con las estrategias de afrontamiento de los estudiantes (37). Asimismo, fue de corte transversal se aplicó para efectuar estudio de los hechos y fenómenos de la realidad en un momento dado.

### **3.5. Población, muestra y muestreo**

#### **3.5.1 Población**

La población son conjuntos definidos, reducidos y disponibles, que constituye la base de la muestra y cumple ciertos criterios predefinidos (38). El presente estudio contó con la participación de 650 estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima.

#### **3.5.2 Muestra**

Es un subgrupo característico de la población. Es característica porque manifiesta con exactitud las peculiaridades del conjunto de la población, siempre que se haya utilizado el procedimiento de muestreo correcto (39). La muestra estuvo integrada por 150 estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima.

#### **3.5.3 Muestreo**

Se empleó un muestreo por conveniencia el autor (estudiante) eligió y analizó la muestra atendiendo razones de comodidad y según su criterio (39).

#### **Criterios de inclusión**

- ✓ Se incluyó solo estudiantes de la escuela de enfermería.
- ✓ Se incluyó estudiantes en edades de 19 a 35 años.
- ✓ Se incluyó a los estudiantes que quieran participar de manera voluntaria.

**Criterios de exclusión**

- ✓ Se excluyó a estudiantes de otra escuela.
- ✓ Se excluyó a estudiantes que tengan menos de 19 años y más de 35 años.
- ✓ Se excluyó a estudiantes que no quieran participar en el estudio.



### 3.6. Variables y operacionalización

**Tabla 1.** *Matriz de operacionalización de las variables*

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	NATURALEZA DE LA VARIABLE	ESCALA DE MEDICIÓN
<b>Niveles de estrés académico</b>	Los niveles de estrés serán medidos a través de las dimensiones reacciones físicas, reacciones psicológicas y reacciones comportamentales	Reacciones físicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Problemas Digestivos</li> <li>● Fatiga</li> <li>● Hiperventilación</li> <li>● Falta de aire</li> </ul>	Cuantitativo	<p><b>Alto</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Niveles de estrés: 76-100</li> <li>● Reacciones físicas: 13-16</li> <li>● Reacciones psicológicas: 40-52</li> <li>● Reacciones comportamentales: 25-32</li> </ul> <p><b>Medio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Niveles de estrés: 51-75</li> <li>● Reacciones físicas: 9-12</li> <li>● Reacciones psicológicas: 27-39</li> <li>● Reacciones comportamentales: 17-24</li> </ul> <p><b>Bajo:</b></p>
		Reacciones psicológicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Disminución de la memoria</li> <li>● Temor</li> <li>● Inquietud</li> <li>● Preocupación excesiva</li> <li>● Pensamiento catastrófico</li> <li>● Dificultad para concentrarse</li> <li>● Lentitud de pensamiento</li> <li>● Inseguridad</li> <li>● Crisis de angustia</li> <li>● Irritabilidad</li> <li>● Pensamiento desorientado</li> <li>● Sensación de tener la mente vacía</li> <li>● Bloqueo mental</li> </ul>		

		Reacciones comportamentales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deseos de gritar, golpear o insultar.</li> <li>• Cambios de humor constantes</li> <li>• Comer en exceso o dejar de hacerlo</li> <li>• Tomar bebidas alcohólicas</li> <li>• Fumar con mayor frecuencia</li> <li>• Tendencia a ir de un lado a otro sin razón</li> <li>• Retraimiento o aislamiento de los demás</li> <li>• Apatía en la forma de vestir o arreglarse.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Niveles de estrés: 25-50</li> <li>• Reacciones físicas: 4-8</li> <li>• Reacciones psicológicas: 13-26</li> <li>• Reacciones comportamentales: 08-16</li> </ul>
VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	NATURALEZA DE LA VARIABLE	ESCALA DE MEDICIÓN
<b>Estrategias de afrontamiento</b>	La variable estrategias de afrontamiento será evaluada por medio de las dimensiones afrontamiento centrado en los problemas, afrontamiento centrado en las emociones y afrontamiento centrado en la evitación del problema	Afrontamiento centrado en los Problemas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Afrontamiento activo.</li> <li>• Planificación</li> </ul>	Cuantitativo	<b>Alto</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrategias de afrontamiento: 57-84</li> <li>• Afrontamiento centrado en los problemas: 9-12</li> <li>• Afrontamiento centrado en las emociones: 21-30</li> <li>• Afrontamiento centrado en la evitación de problemas: 29-42</li> </ul>
		Afrontamiento centrado en las Emociones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apoyo emocional</li> <li>• Apoyo instrumental</li> <li>• Reinterpretación positiva</li> <li>• Aceptación</li> <li>• Religión</li> </ul>		

		<p>Afrontamiento centrado en la Evitación del problema</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Desconexión conductual</li> <li>● Desahogo</li> <li>● Uso de sustancias</li> <li>● Humor</li> <li>● Auto distracción</li> <li>● Negación</li> <li>● Autoinculpación</li> </ul>		<p><b>Medio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Estrategias de afrontamiento: 29-56</li> <li>● Afrontamiento centrado en los problemas: 5-8</li> <li>● Afrontamiento centrado en las emociones: 11-20</li> <li>● Afrontamiento centrado en la evitación de problemas: 15-28</li> </ul> <p><b>Bajo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Estrategias de afrontamiento: 0-28</li> <li>● Afrontamiento centrado en los problemas: 0-4</li> <li>● Afrontamiento centrado en las emociones: 0-10</li> <li>● Afrontamiento centrado en la evitación de problemas: 0-14</li> </ul>
--	--	--	---	--	---

### **3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **3.7.1 Técnica de recolección de datos**

La técnica que se utilizó en el presente estudio fue la encuesta, es un proceso que se realiza de forma interrogativa para conocer las opiniones e incertidumbre de las personas sobre algún problema o situación (35).

#### **3.7.2 Descripción de instrumentos**

En cuanto, a la primera variable de niveles de estrés académico se utilizó el inventario SISCO elaborado por Barraza Macías en el año 2007, está estructurado por medio de tres dimensiones reacciones físicos, psicológicas y comportamentales, distribuido por 25 ítems en escala Likert.

Con respecto, a la segunda variable estrategias de afrontamiento se aplicó el cuestionario Brief – COPE-28 elaborado por Carver en el año 1997, consta de 28 preguntas en escala Likert, dividido en tres dimensiones, afrontamiento centrado en los problemas, afrontamiento centrado en las emociones y afrontamiento centrado en la evitación del problema.

#### **3.7.3 Validación**

El inventario de Sisco presentó una validación por medio de la prueba psicométrica KMO quien arrojó un valor de .881. No obstante, el instrumento debe pasar por los jurados expertos en la materia para que lo evalúen y aprueben para su aplicación. Por otro lado, de acuerdo al cuestionario Brief – COPE-28 se efectuó la prueba de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) arrojando un puntaje de 0.798 y la prueba de esfericidad de Bartlett fue significativa ( $\chi^2 = 2290.052$ ;  $gl = 378$ ;  $p = .001$ ).

### 3.7.4 Confiabilidad

El inventario que evalúa el estrés académico Sisco, mostró una fiabilidad por medio del alfa de Cronbach arrojando un valor de 0.91, lo que demuestra ser positivo para el estudio. Asimismo, el cuestionario Brief – COPE-28 según el alfa de Cronbach tiene una confiabilidad significativa 0.78

#### Confiabilidad en investigación

**Tabla 2.**

*Confiabilidad variable 1: Estrés académico*

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0.957	0.959	25

**Interpretación:** Según la tabla 2, la confiabilidad en la aplicación del instrumento para medir estrés académico aplicada en esta investigación fue mayor que el mínimo aceptable de 80% (95.7%); por lo que se verifica que los datos presentan una confiabilidad muy alta.

**Tabla 3.**

*Confiabilidad variable 2: Estilos de afrontamiento*

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0.956	0.959	28

**Interpretación:** Según la tabla 3, la confiabilidad en la aplicación del instrumento para medir estilos de afrontamiento aplicada en esta investigación fue mayor que el mínimo

aceptable de 80% (95.6%); por lo que se verifica que los datos presentan una confiabilidad muy alta.

### **3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos**

Para recopilar los datos fue necesario emitir cartas de autorización a la universidad Norbert Wiener, para que permitiera hablar con los estudiantes de la escuela de enfermería, una vez aprobada, se decidió comunicar todo lo referente a la investigación y sobre todo la importancia de su participación en ella. Se procedió a emplear los instrumentos de recolección de datos a cada uno de los participantes, luego de obtener sus respuestas se pasó a una tabla Excel para ser trasladado al software SPSS versión 25, utilizando el estadístico Rho de Spearman donde arrojó tablas y gráficos para ser examinadas y descifradas, el cual ayudará a dar respuestas a los objetivos planteados

### **3.9. Aspectos éticos**

La presente investigación se elaboró respetando los derechos del autor, cada cita expuesta en el cuerpo del trabajo se encuentra en las referencias, se utilizó y respetó las normas Vancouver (2020), asimismo, se usó los principios de autonomía cada participación fue de manera voluntaria, siempre respetando y comprendiendo las opiniones y decisiones referente al tema de investigación. Además, se trabajó bajo confidencialidad, los datos personales de los participantes fueron resguardado, pues no se expusieron; al mismo tiempo, los datos e informaciones recolectadas y expuestas son veraces, no se manipuló ni colocó datos falsos, siempre siguiendo y respetando los formatos y normas establecidas por la universidad.

## CAPITULO IV. PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

### 4.1. Resultados

#### 4.1.1. Análisis descriptivos de los resultados

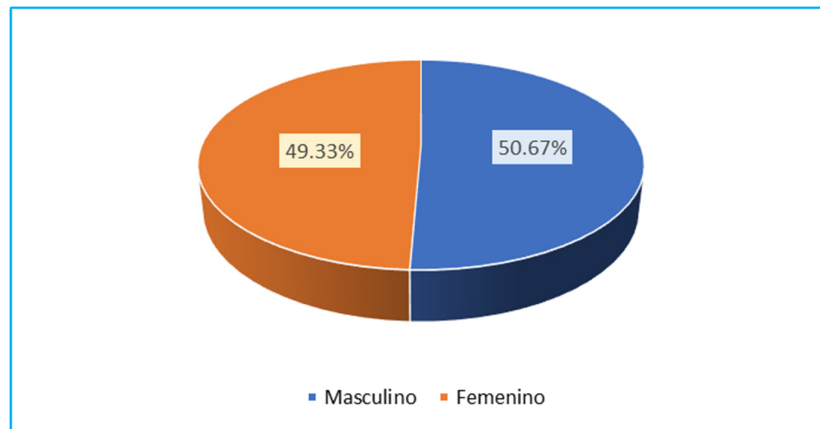
**Tabla 4.**

*Estadísticas demográficas*

Genero	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	76	50.67%
Femenino	74	49.33%
Total	150	100.00%
Edad	Frecuencia	Porcentaje
19 - 20	24	16.00%
21 a 25	69	46.00%
26 a 30	28	18.67%
31 a 35	29	19.33%
Total	150	100.00%

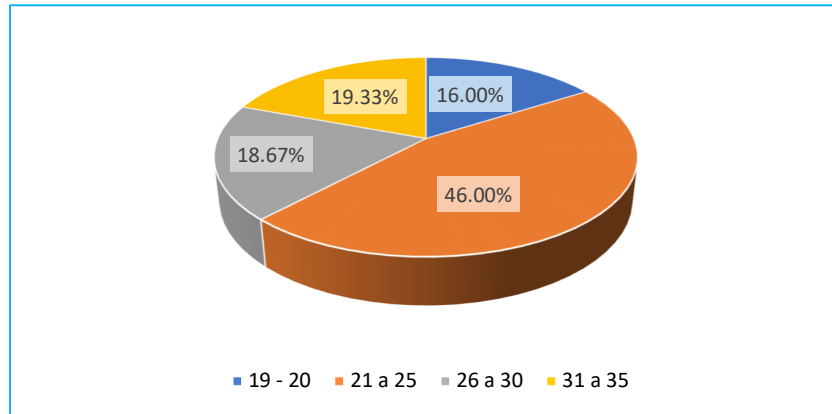
**Figura 2.**

Género en estudiantes encuestados en de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener



**Figura 3.**

Rangos de edad



**Interpretación:** Como se puede observar en la tabla 4, de estadísticas demográficas, de los 150 estudiantes encuestados en de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, un 50.67% fueron de género masculino y un 49.33% de género femenino.

De igual forma, los estudiantes encuestados contaban con edades entre los 19 a 20 años tuvieron como presencia un 16%, luego con edades entre 21 y 25 años representaron un 46% del estudio, luego con edades entre los 26 a 30 años representaron un 18.67% y, por último, con un 19.33% con edades entre los 31 y 35 años.

**Tabla 5.***Nivel de estrés académico*

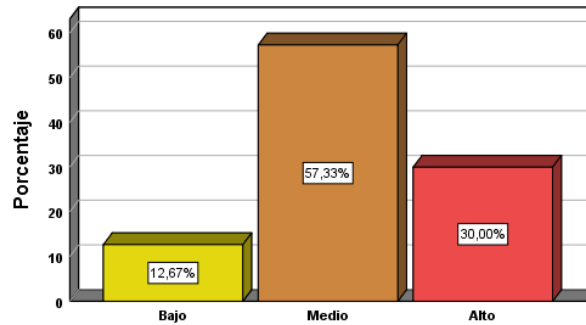
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	19	12.67%



Medio	86	57.33%
Alto	45	30.00%
Total	150	100.00%

**Figura 4.**

Nivel de estrés académico



**Interpretación:** Como se describe en la tabla 5 y figura 4, los datos recabados en el test para medir los niveles de estrés académico SISCO en estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, reflejaron un nivel de estrés medio de 57.33%, seguido de un nivel alto de 30% y por último un nivel bajo de 12.67%. totalizando 100% de la data de estudio. Se confirma que en los estudiantes en dicho centro de educación tienen niveles de estrés académico medios con una tendencia a agravarse.

**Tabla 6.**

*Nivel de reacciones físicas*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	26	17.33%
	Medio	62	41.33%
	Alto	62	41.33%

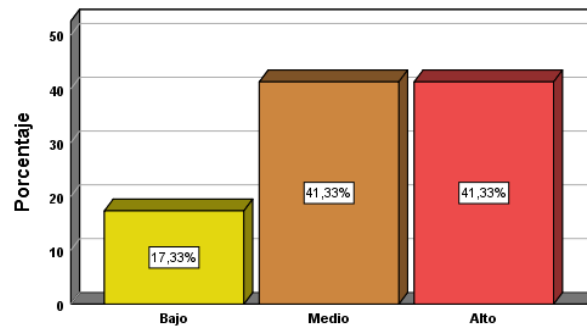
---

Total 150 100.00%

---

**Figura 5.**

Nivel de reacciones físicas



**Interpretación:** Como se describe en la tabla 6 y figura 5, los datos recabados en el test para medir los niveles de estrés académico SISCO en estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, reflejaron un nivel medio en reacciones físicas al estrés académico de 41.33%, seguido de un nivel alto de 41.33% y por último un nivel bajo de 17.33%. totalizando 100% de la data de estudio. Se confirma que en los estudiantes en dicho centro de educación tienden a la reacción física en el contexto de un ambiente de estrés, con niveles que van de medio a niveles altos en esos comportamientos bajo presión.

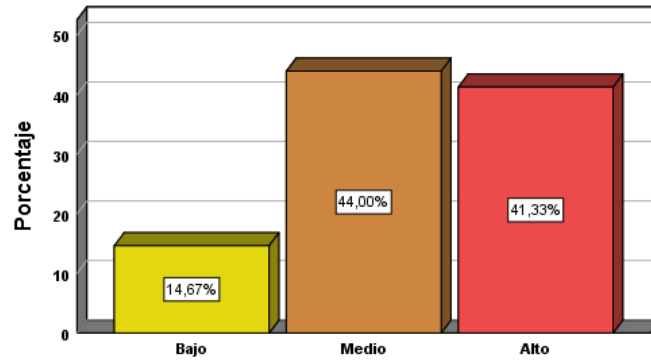
**Tabla 7.**

*Nivel de reacciones psicológicas*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	22	14.67%
	Medio	66	44.00%
	Alto	62	41.33%
	Total	150	100.00%

**Figura 6.**

Nivel de reacciones psicológicas



**Interpretación:** Como se describe en la tabla 7 y figura 6, los datos recabados en el test para medir los niveles de estrés académico SISCO en estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, reflejaron un nivel medio en reacciones psicológicas al estrés de 44%, seguido de un nivel alto de 41.33% y por último un nivel bajo de 14.67%. totalizando 100% de la data de estudio. Se confirma que en los estudiantes en dicho centro de educación tienden a la reacción psicológica marcada en el contexto de un ambiente de estrés, con niveles que van de medio a niveles altos en esos comportamientos bajo presión.

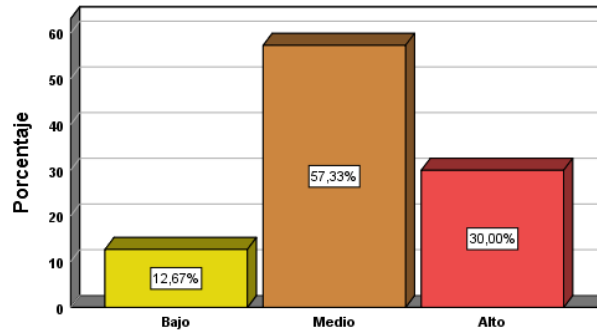
**Tabla 8.**

*Nivel de Reacciones comportamentales*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	19	12.67%
	Medio	86	57.33%
	Alto	45	30.00%
	Total	150	100.00%

**Figura 7.**

Nivel de Reacciones comportamentales



**Interpretación:** Como se describe en la tabla 8 y figura 7 los datos recabados en el test para medir los niveles de estrés académico SISCO en estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, reflejaron un nivel medio en reacciones comportamentales al estrés académico de 57.33%, seguido de un nivel alto de 30% y por último un nivel bajo de 12.67%. totalizando 100% de la data de estudio. Se confirma que en los estudiantes en dicho centro de educación tienden a la reacción comportamental moderada a alta, según sea el ambiente de estrés académico.

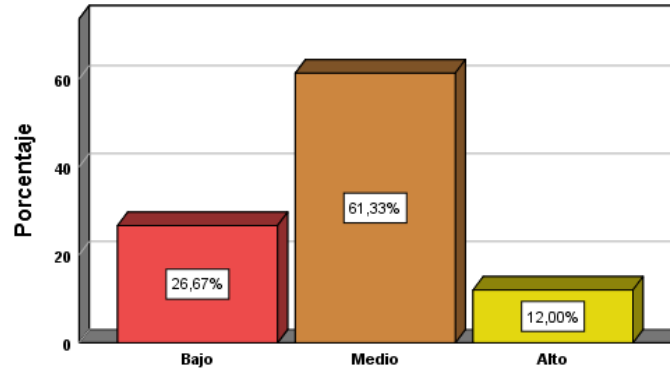
**Tabla 9.**

*Nivel de estrategias de afrontamiento*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	40	26.67%
	Medio	92	61.33%
	Alto	18	12.00%
	Total	150	100.00%

**Figura 8.**

Nivel de estrategias de afrontamiento



**Interpretación:** Como se describe en la tabla 9 y figura 8, los datos recabados en el test para medir las estrategias de afrontamiento BRIEF – COPE en estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, reflejaron un nivel medio en estrategias de afrontamiento de 61.33%, seguido de un nivel bajo de 26.67% y por último un nivel alto de 12%. totalizando 100% de la data de estudio. Se confirma que en los estudiantes en dicho centro de educación tienden tener estrategias de afrontamientos moderadas con una tendencia a la baja; quiere decir, que muchas veces no saben reaccionar de forma positiva ante una situación negativa.

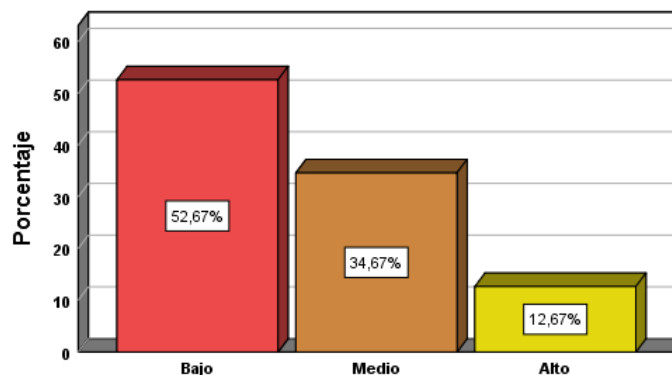
**Tabla 10.**

*Nivel de afrontamiento centrado en los Problemas*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	79	52.67%
	Medio	52	34.67%
	Alto	19	12.67%
	Total	150	100.00%

**Figura 9.**

Nivel de afrontamiento centrado en los problemas



**Interpretación:** Como se describe en la tabla 10 y figura 9, los datos recabados en el test para medir las estrategias de afrontamiento BRIEF – COPE en estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, reflejaron un nivel bajo de afrontamiento centrado en los problemas de 52.67%, seguido de un nivel medio de 34.67% y por último un nivel alto de 12.67%. totalizando 100% de la data de estudio. Se confirma que en los estudiantes en dicho centro de educación tienden a carecer de estrategias de afrontamiento centrado en los problemas o simplemente los evalúan de forma equivocada.

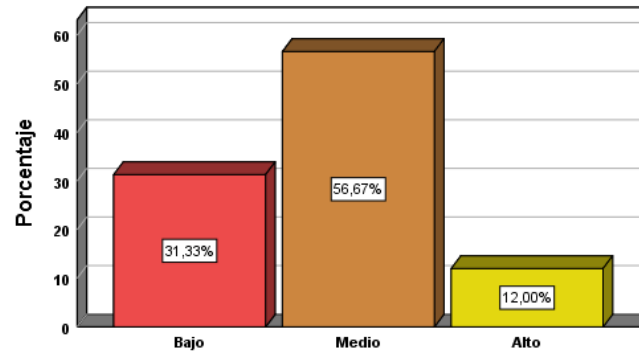
**Tabla 11.**

*Nivel de afrontamiento centrado en las Emociones*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	47	31.33%
	Medio	85	56.67%
	Alto	18	12.00%
	Total	150	100.00%

**Figura 10.**

Nivel de afrontamiento centrado en las emociones



**Interpretación:** Como se describe en la tabla 11 y figura 10, los datos recabados en el test para medir las estrategias de afrontamiento BRIEF – COPE en estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, reflejaron un nivel medio de afrontamiento centrado en las emociones de 56.67%, seguido de un nivel bajo de 31.33% y por último un nivel alto de 12%. totalizando 100% de la data de estudio. Se confirma que en los estudiantes en dicho centro de educación son más emocionales al reaccionar como método de afrontamiento en ocasiones negativas, con una tendencia a la baja, lo cual se traduce que usan mal sus emociones al momento de a afrontar una situación negativa o generadora de estrés académico.

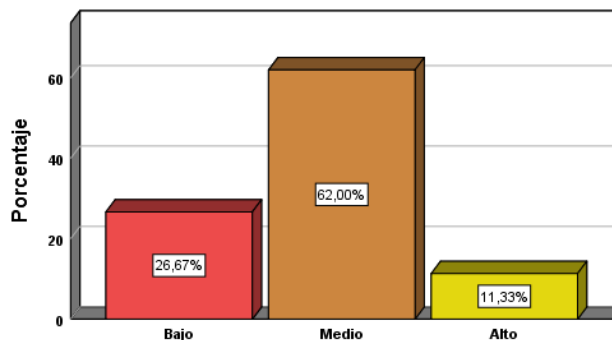
**Tabla 12.**

*Nivel de afrontamiento centrado en la evitación del problema*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	40	26.67%
	Medio	93	62.00%
	Alto	17	11.33%
	Total	150	100.00%

**Figura 11.**

Nivel de afrontamiento centrado en la evitación del problema



**Interpretación:** Como se describe en la tabla 12 y figura 11, los datos recabados en el test para medir las estrategias de afrontamiento BRIEF – COPE en estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, reflejaron un nivel medio de afrontamiento centrado en la evitación del problema de 62%, seguido de un nivel bajo de 26.67% y por último un nivel alto de 11.33%. totalizando 100% de la data de estudio. Se confirma que en los estudiantes en dicho centro de educación tienden a evitar los conflictos de una me cierta medida, pero con una tendencia negativa, la mayoría de las veces tienden a reaccionar y no a evitar.

#### 4.1.2. Análisis inferencial de los resultados

Se elaboró una prueba de normalidad utilizando la prueba Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup>, puesto que la muestra sobrepaso los 50 de grados de libertad.

Con esto se establece la comprobación del comportamiento de los datos y, por ende, el estadígrafo más efectivo a aplicar para realizar las pruebas de comprobación de hipótesis.



**Tabla 13.***Prueba de normalidad de Datos*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Variable1: Niveles de estrés académico	0.089	150	0.005
Dimensión1: Reacciones físicas	0.119	150	0.000
Dimensión 2: Reacciones psicológicas	0.092	150	0.004
Dimensión 3: Reacciones comportamentales	0.085	150	0.010
Variable 2: Estrategias de afrontamiento	0.162	150	0.000

a. Corrección de significación de Lilliefors

**Interpretación:** Según los resultados reflejados en la tabla 13, se puede verificar que el comportamiento de datos es no normal, por lo que se procedió a aplicar el Rho de Spearman como prueba no paramétrica, la cual se ajusta al modelo presentado, y el cual se guiara según la tabla 10 para su interpretación.

**Tabla 14.***Escala de coeficiente de correlación de Rho de Spearman*

RANGO	RELACION
-1.00	Correlación negativa perfecta
-0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.75	Correlación negativa considerable
-0.50	Correlación negativa media
-0.25	Correlación negativa débil
-0.10	Correlación negativa muy débil
0.00	No existe correlación alguna entre las variables
0.10	Correlación positiva muy débil
0.25	Correlación positiva débil
0.50	Correlación positiva media
0.75	Correlación positiva considerable
0.90	Correlación positiva muy fuerte
1.00	Correlación positiva perfecta

**Fuente:** Hernández, Fernández & Baptista (2014, pág.132)

- Nivel de confianza determinado al 95%,
- $\alpha=0,05$  al margen de error.

Entonces:

- Si, el p valor  $< \alpha$ ; se rechaza la hipótesis nula
- Si, el p valor  $> \alpha$ ; se acepta la hipótesis nula

## Pruebas de comprobación de hipótesis

### Hipótesis general

**H0:** No existe relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

**H1:** Existe relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

**Tabla 15.**

### *Comprobación de hipótesis general*

			Niveles de estrés académico	Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	Niveles de estrés académico	Coefficiente de correlación	1.000	-,871**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	150	150
	Estrategias de afrontamiento	Coefficiente de correlación	-,871**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	150	150

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

**Interpretación:** Los resultados en la tabla 15, reflejan una significación de 0.000; siendo menor a 0.05; se procede a rechazar la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis alterna de investigación, comprobando que existe una correlación, la cual se evalúa con el coeficiente de Rho de Spearman con un valor de -,871 que mediante la tabla 14, se interpreta que la correlación confirmada es negativa considerable, es decir, entre más alto sea el nivel de estrés académico, menor serán las estrategias de afrontamiento utilizadas por en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener.

Se concluye que, si existe relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

### Hipótesis específica 1

**H0:** No existe relación entre las reacciones físicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

**H1:** Existe relación entre las reacciones físicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

**Tabla 16.**

*Comprobación de hipótesis específica 1*

			Reacciones físicas	Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	Reacciones físicas	Coefficiente de correlación	1.000	-,813**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	150	150
	Estrategias de afrontamiento	Coefficiente de correlación	-,813**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	150	150

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

**Interpretación:** Los resultados en la tabla 16, reflejan una significación de 0.000; siendo menor a 0.05; se procede a rechazar la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica alterna 1 de investigación, comprobando que existe una correlación, la cual se evalúa con el coeficiente de Rho de Spearman con un valor de -,813 que mediante la tabla 14, se interpreta que la correlación confirmada es negativa considerable, es decir, entre más alto sea el nivel de reacciones físicas, menor serán las estrategias de afrontamiento utilizadas

por en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener.

Se concluye que, si existe relación entre las reacciones físicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

### **Hipótesis específica 2**

**H0:** No existe relación entre las reacciones psicológicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022

**H1:** Existe relación entre las reacciones psicológicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

### **Tabla 17.**

#### *Comprobación de hipótesis específica 2*

			Reacciones psicológicas	Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	Reacciones psicológicas	Coefficiente de correlación	1.000	-,838**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	150	150
	Estrategias de afrontamiento	Coefficiente de correlación	-,838**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	150	150

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

**Interpretación:** Los resultados en la tabla 17, reflejan una significación de 0.000; siendo menor a 0.05; se procede a rechazar la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica alterna 2 de investigación, comprobando que existe una correlación, la cual se evalúa con el coeficiente de Rho de Spearman con un valor de -,838 que mediante la tabla 14, se interpreta que la correlación confirmada es negativa considerable, es decir, entre más alto sea el nivel de reacciones psicológicas, menor serán las estrategias de afrontamiento

utilizadas por en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener.

Se concluye que, si existe relación entre las reacciones psicológicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

### Hipótesis específica 3

**H0:** No existe relación entre las reacciones comportamentales del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022

**H1:** Existe relación entre las reacciones comportamentales del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

**Tabla 18.**

*Comprobación de hipótesis específica 3*

			Reacciones comportamentales	Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	Reacciones comportamentales	Coefficiente de correlación	1.000	-,656**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	150	150
	Estrategias de afrontamiento	Coefficiente de correlación	-,656**	1.000
Sig. (bilateral)		0.000		
N		150	150	

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

**Interpretación:** Los resultados en la tabla 18, reflejan una significación de 0.000; siendo menor a 0.05; se procede a rechazar la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica alterna 3 de investigación, comprobando que existe una correlación, la cual se evalúa con el coeficiente de Rho de Spearman con un valor de -,656 que mediante la tabla 14, se interpreta que la correlación confirmada es negativa media, es decir, entre más alto sea el nivel de reacciones comportamentales, menor serán las estrategias de afrontamiento

utilizadas por en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener.

Se concluye que, si existe relación entre las reacciones comportamentales del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

#### **4.1.3. Discusión de los resultados**

El presente trabajo de investigación presentó como objetivo general determinar la relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022. Según los resultados expuestos se conoció que los estudiantes mantienen un nivel de estrés académico medio arrojando un porcentaje de 57.33%. Por otro lado, se evidenció que los niveles de afrontamiento se sitúan en un nivel bajo según el 52.67% de los encuestados. De acuerdo al análisis inferencial se evidenció que los niveles de estrés académico se correlacionan de forma negativa considerable ( $Rho = -.871$ )  $p < 0.05$  con las estrategias de afrontamiento.

Para verificar los hallazgos expuestos se tomó el estudio de Valdez-López et al. (2022) donde concluyeron que los niveles de estrés académico tienen relación con las estrategias de afrontamiento ( $p = 0.67$ ), asimismo, expresaron que, para salir o evitar situaciones de estrés es necesario saber aplicar las estrategias que afronten la situación (6). De la misma manera, Ocampo (2017) en su investigación señaló que los niveles de estrés académico se asocian de forma positiva y directa con las estrategias de afrontamiento, aunando que, deben saber la manera adecuada de cómo aplicar las estrategias, porque de lo contrario, el problema puede persistir, llevando a las personas a padecer consecuencias graves por el estrés. Por otro lado, Pérez-Cubas (2021) acotó que,

si existe relación significativa entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento, refiriendo que las estrategias de afrontamiento son necesarias en la vida de los seres humanos para radicar cualquier tensión que se torne peligrosa en sus vidas, más cuando se trata de estudiantes universitarios, sabiendo que las exigencias son muy elevadas y los estresores con los que puede tropezar son muchos (15). Asimismo, Zárete-Marín (2020) mencionó que existe relación inversa entre ambas variables, mientras más estrés menos son las estrategias de afrontamiento aplicadas y viceversa (16).

Según el objetivo específico 1, determinar la relación entre las reacciones físicas del estrés con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022. Por medio del análisis descriptivo se supo que las reacciones físicas del estrés académico se ubican en un nivel medio según el 41.33%, respectivamente un nivel alto 41.33% y nivel bajo 17.33%. Mientras que los resultados inferenciales expresaron que las reacciones físicas del estrés académico tienen relación inversa considerable con las estrategias de afrontamiento ( $Rho = -.813$ )  $p < 0.05$ ).

A través del estudio de Peña-Marcial et al. (2017) manifestaron que las reacciones físicas del estrés se asocian con las estrategias de afrontamiento, haciendo notar que, hay momentos donde es tanta la presión existente que el estrés se apodera de la persona, causando diferentes reacciones físicas como mareos, dolores de cabeza, náuseas, dolores musculares, tensiones entre muchas otras, por lo que es de mucha significancia saber cómo afrontar estas dificultades para que no perjudique el sistema inmunológico ni la salud (13). Además, Guevara-Nayra (2018) expresó que las reacciones físicas del estrés se correlacionan de manera inversa con las estrategias de afrontamiento, mientras menor sean las estrategias utilizadas más son las reacciones físicas (19).

En cuanto al objetivo específico 2, se logró evidenciar por medio del análisis descriptivo que las reacciones psicológicas del estrés académico se sitúan en un nivel medio según el 44%, respectivamente un 41,33% se ubica en un nivel alto y solo el 14.67% nivel bajo. Se conoció que existe relación negativa considerable ( $r = -.838$ ) y  $\text{sig.} = 0,000 < 0,05$  entre las reacciones psicológicas del estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

De igual manera, se observó la investigación de Flores-Talavera (2018) quien concluyó que existe relación negativa entre la dimensión reacción psicológica al estrés académico y la variable estrategias de afrontamiento, cualquier desencadenante del estrés académico puede manifestar en las personas reacciones psicológicas como la ira, el miedo, la ansiedad, la depresión entre otras reacciones, causándole graves consecuencias en su vida, lo que conlleva a tener presentes las estrategias de afrontamiento ya sea para evitar o dar solución a los problemas (18). Teniendo en cuenta a Sánchez-Espinoza y Lara-Salazar (2022) se observó en su estudio que las reacciones psicológicas se asocian con las estrategias de afrontamiento, los estudiantes que no ponen en práctica las estrategias son los más propensos a sufrir de estrés es por ello que la persona se debe autoevaluar y sobre todo controlar cuando está en esa situación (11).

De acuerdo al objetivo específico 3, según los hallazgos encontrados se pudo determinar que las reacciones comportamentales del estrés académico se ubican en un nivel medio según el 57.33% de los encuestados, mientras que el 30% se sitúa en un nivel alto y el 12.57% en un nivel bajo. Por otro lado, a través del análisis inferencial se halló correlación inversa media ( $r = -.656$ ) y  $\text{sig.} = 0,000 < 0,05$  entre las reacciones



comportamentales del estrés y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

Finalmente, para corroborar los resultados arrojados se observó el estudio de Ospina-Stepanian (2017) quien manifestó que las reacciones comportamentales se relacionan significativamente con las estrategias de afrontamiento, los estudiantes se enfrentan constantemente con estresores que manifiestan cambios de sueño, retraimiento, frustración, entre muchas otras reacciones, por lo que es obligatorio saber aplicar las estrategias que afronten el estrés académico para un mejor convivir.

## CAPITULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 5.1. Conclusiones

- Se concluyó que los niveles de estrés académico tienen relación negativa considerable ( $Rho = -,871$ ) y  $sig. = 0,000 < 0.05$  con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022. Por consiguiente, aplicar apropiadamente las estrategias de afrontamiento permite adquirir niveles de estrés académico aceptables.
- Se concluyó que existe relación inversa considerable ( $Rho = -,813$ ) y  $sig. = 0,000 < 0.05$  entre las reacciones físicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022. Lo que permite conocer que, una buena estrategia de afrontamiento permite mantener las reacciones físicas del estrés académico adecuadas y viceversa.
- Se concluyó que las reacciones psicológicas del estrés académico se correlacionan de manera negativa considerable ( $r = -,838$ ) y  $sig. = 0,000 < 0,05$  con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022. Es decir, mientras más elevada sea las reacciones psicológicas del estrés académico menores son las estrategias implementadas para afrontar el estrés.
- Se concluyó que las reacciones comportamentales del estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela

de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022, tienen relación negativa media ( $r = -,656$ ) y  $\text{sig.} = 0,000 < 0,05$ .

## 5.2. Recomendaciones

- Se recomienda a los docentes profesionales de la Universidad Norbert Wiener planificar programas de capacitación sobre las estrategias de afrontamiento del estrés, de esta manera prevenir un alto nivel de estrés académico.
- Se recomienda a los estudiantes de enfermería conocer y entender cuáles son las estrategias que deben usar al momento de afrontar niveles de estrés académico elevado.
- Se recomienda a los estudiantes tomarse un momento de descanso cuando sientan que están agobiados por tantas actividades y responsabilidades, unos minutos de relajación para organizar sus tiempos no estaría mal.
- Se recomienda aplicar diversas técnicas para realizar las actividades universitarias, así como organizar un ambiente adecuado, es importante que duerman lo suficiente para que el sistema cognitivo pueda tener mejor desarrollo.

**REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS**

1. Vigo-Llanos Y. Chávez-Milla J. Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios, Chachapoyas, Perú, 2019. Ciencias sociales y humanidades, [Internet] 2020 [Consultado 2022 mar 28]; 3(2), 61-65. <http://revistas.untrm.edu.pe/index.php/CSH/article/view/584>
2. Zárate-Depraect N, Soto-Decuir M, Martínez-Aguirre E, Castro-Castro M., García-Jau R, López-Leiva N. Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. Fundación educación médica. Fundación educativa médica, [Internet] 2021 [Consultado 2022 mar 28]; 21(3), 153-157. <https://scielo.isciii.es/pdf/fem/v21n3/2014-9832-fem-21-3-153.pdf>
3. Macias M, Orozco C, Valle M, Zambrano J. Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. Psicología del caribe, [Internet] 2021 [Consultado 2022 mar 28]; 2021 30(1), 123-145. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21328600007>
4. Cortez-Vidal M. Estrategias de afrontamiento en estudiantes de 5to año de secundaria de una institución educativa particular. Sciéndo, [Internet] 2018 [Consultado 2022 mar 28]; 21(3), 355-362. <https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/SCIENDO/article/view/2067/1969>
5. Ramos-Maquera D. Estrategias de afrontamiento frente al estrés en estudiantes de Enfermería en una universidad nacional. Investigación e innovación, [Internet] 2021 [Consultado 2022 mar 28]; 1(2), 28-37. <https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/iirce/article/view/1219>

6. Valdez-López Y, Marentes-Patrón R, Correa-Valenzuela S, Hernández-Pedroza R, Enríquez-Quintero I, Quintana-Zavala M. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento usadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Enfermería global*, [Internet] 2022 [Consultado 2022 mar 28]; 65(1), 248-259. <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/441711/315581>
7. Rodríguez- Fernández A, Maury-Sintjago E, Troncoso-Pantoja C, Morales-Urzuá M, Parra-Flores J. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en alumnos de carreras de salud de Santiago de Chile. *Edumecentro*, [Internet] 2020 [Consultado 2022 mar 28]; 12(4), 1-16. <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v12n4/2077-2874-edu-12-04-1.pdf>
8. Bedoya-Lau F, Matos L, Zelaya E. Niveles de estrés académico, expresiones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Neuro-psiquiatría*, [Internet] 2020 [Consultado 2022 mar 28]; 77(4), 262-270. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v77n4/a09v77n4.pdf>
9. Asenjo-Alarcón J, Linares-Vásquez O, Diaz-Dávila Y. Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Investigación en salud*, [Internet] 2021 [Consultado 2022 mar 28]; 5(2), 59-66. <http://diu.unheval.edu.pe/revistas/index.php/repis/article/view/867/856>
10. Chau C, Vilela P. Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco. *Psicología*, [Internet] 2017 [Consultado 2022 mar 28]; 35(2), 387-422. <http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v35n2/a01v35n2.pdf>

11. Sánchez-Espinoza J, Lara-Salazar M. El estrés académico y su relación con estrategias de afrontamiento en adolescentes en el contexto de educación virtual. *Ocronos*, [Internet] 2017 [Consultado 2022 mar 28]; 5(1), 119-125. Disponible en <https://revistamedica.com/estres-academico-educacion-virtual/>
12. Ocampo A. Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés académico en universitarios. [Tesis de pregrado]. Colombia: Universidad Antonio Nariño 2017. Disponible en <http://repositorio.uan.edu.co/bitstream/123456789/2006/1/2020AngelaMariaOcampoOcampo.pdf>
13. Peña-Marcial E, Bernal-Mendoza L, Pérez-Cabañas R, Reina Ávila L, García-Sales K. Estrés y estrategias de afrontamiento en Estudiantes de Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. *Enfermería*, [Internet] 2017 [Consultado 2022 mar 28]; 15(92), 1-8. Disponible en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6279759>
14. Ospina-Stepanian A. Síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes masculinos y femeninos de una institución de educación superior militar: análisis comparativo. [Tesis de pregrado]. Colombia: Universidad católica de Colombia 2017. Disponible en <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/3161/4/TESIS%20DE%20MAESTR%C3%8DA%20%20Andr%C3%A9s%20Ospina%20Stepanian.pdf>
15. Pérez-Cubas A. Estrés y estrategias de afrontamiento en universitarios de pregrado de ciencias de la salud, Lambayeque 2020. [Tesis de pregrado]. Perú: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo 2021. Disponible en

[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/USAT\\_08233bbaed322b06bc49a5c3c5bad899](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/USAT_08233bbaed322b06bc49a5c3c5bad899)

16. Zárete-Marín S. Relación entre estrés académico y estrategias de afrontamiento en internos de enfermería de los Centros de Salud de Comas DIRIS Lima Norte 2020. [Tesis de pregrado]. Perú: Universidad Cesar Vallejo 2020. Disponible en <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/57564>
  
17. Alva-Juárez A. Nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología y nutrición de un centro de formación superior privada de lima norte. [Tesis de pregrado]. Perú: Universidad Privada del Norte 2020. Disponible en [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UUPN\\_870634aabcb608fd73edfcef4e40ffa3](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UUPN_870634aabcb608fd73edfcef4e40ffa3)
  
18. Flores-Talavera A. Relación entre el nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico Pedro P. Díaz, Arequipa – 2017. [Tesis de pregrado]. Perú: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2018. Disponible de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/7274>
  
19. Guevara-Neyra K. Relación entre el nivel de estrés y estrategias de afrontamiento de las estudiantes de enfermería en una universidad nacional. Lambayeque- 2017. [Tesis de pregrado]. Perú: Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo 2018. Disponible en <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/2004#:~:text=Se%20concluy%C3%B3%20que%20hay%20relaci%C3%B3n,de%20aceptaci%C3%B3n%20con%20un%2096.8%25>

20. Rodríguez I, Fonseca G, Aramburú G. Estrés Académico en Alumnos Ingresantes a la Carrera de Odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. *Int. J. Odontostomat*, [Internet] 2020 [Consultado 2022 mar 29]; 14(4), 639-647. Disponible en <https://www.scielo.cl/pdf/ijodontos/v14n4/0718-381X-ijodontos-14-04-639.pdf>
21. Jerez-Mendoza M, Oyarzo-Barría C. Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Neuro-Psiquiat*, [Internet] 2015 [Consultado 2022 mar 29]; 53(3), 149-157. Disponible en <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v53n3/art02.pdf>
22. Castillo-Navarrete J, Guzmán-Castillo A, Bustos C, Zabala W, Vicente B. Propiedades Psicométricas del Inventario SISCO-II de Estrés Académico. *Diagnóstico y evaluación psicológica*, [Internet] 2017 [Consultado 2022 mar 29]; 3(56), 1-10. Disponible en <https://www.redalyc.org/journal/4596/459664450009/html/>
23. Silva-Ramos M, López -Cocotle J, Meza-Zamora M. Estrés académico en universitarios. *Ciencias sociales y humanidades*, [Internet] 2020 [Consultado 2022 mar 29]; 28(79), 75-83. Disponible en <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>
24. López-Sosa A. Estrés académico en estudiantes normalistas del estado de Chihuahua. *Congreso Nacional de Investigación Educativa*, [Internet] 2017 [Consultado 2022 mar 29]. Disponible en <http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/1961.pdf>



25. Diaz-Azuara S, Fierro-Santillán C, Tobón S. Estudio del eustrés académico desde el enfoque socioformativo mediante la cartografía conceptual. Educación y humanismo, [Internet] 2019 [Consultado 2022 mar 29]; 21(37), 8-27. Disponible en <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/educacion/article/view/3123>
26. Castillo-Ávila I, Barrios- Cantillo A, Alvis-Estrada L. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. Imagen y desarrollo, [Internet] 2017 [Consultado 2022 mar 29]; 20(2), 1-11. Disponible en <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=145256681002>
27. Ávila J. El estrés un problema de salud del mundo actual. Con conciencia, [Internet] 2017 [Consultado 2022 mar 29]; 1(2), 115-124. [http://www.scielo.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1\\_a13.pdf](http://www.scielo.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1_a13.pdf)
28. Reyes-Balboa M. Estrategias de afrontamiento y su rol intermediario frente al estrés familiar. Revisión bibliográfica. Fundación menteclara, [Internet] 2017 [Consultado 2022 mar 29]; 5(202), 1-15. Disponible en <https://fundacionmenteclara.org.ar/revista/index.php/RCA/article/view/202/355>
29. Viñas-Poch F, Gonzáles-Carrasco M, García-Moreno Y, Malo-Cerrato S, Casas-Aznar F. Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar personal en una muestra de adolescentes. Anales de psicología, [Internet] 2017 [Consultado 2022 mar 29]; 31(1), 226-233. Disponible en [https://scielo.isciii.es/pdf/ap/v31n1/psico\\_adolescencia2.pdf](https://scielo.isciii.es/pdf/ap/v31n1/psico_adolescencia2.pdf)
30. Morales-Rodríguez F. Estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios. Psicología, [Internet] 2017 [Consultado 2022 mar 29]; 1(1), 289-

294. Disponible en <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEF/article/view/1228/1061>
31. Medina-Gómez B, Gil-Ibáñez R. Estrés y estrategias de afrontamiento en personas con discapacidad intelectual: revisión sistemática. *Ansiedad y estrés*, [Internet] 2017 [Consultado 2022 mar 30]; 23(1), 38-44. <https://www.elsevier.es/en-revista-ansiedad-estres-242-articulo-estres-estrategias-afrontamiento-personas-con-S1134793716300501>
32. Valdivieso-León L, Lucas-Mangas S, Tous-Pallarés J, Espinoza-Díaz I. Estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario: educación infantil – primaria. *Educación*, [Internet] 2020 [Consultado 2022 mar 30]; 23(2), 165-186. <https://www.redalyc.org/journal/706/70664431007/html/#:~:text=Las%20estrategias%20m%C3%A1s%20empleadas%20para,problemas%20y%20la%20retirada%20social.>
33. Piergiovanni L, Depaula P. Autoeficacia y estilos de afrontamiento al estrés en universitarios. *Ciencias psicológicas*, [Internet] 2018 [Consultado 2022 mar 30]; 12(1), 17-23. Disponible en <http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v12n1/1688-4221-cp-12-01-17.pdf>
34. Valero-Cedeño N, Vélez-Cuenca M, Duran-Mojica A, Torres-Portillo M. Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión. *Enfermería investiga*, [Internet] 2020 [Consultado 2022 mar 30]; 5(3), 63-70. <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/913/858>

35. Hernández A, Duarte I. Metodología de la Investigación. [Internet] 2018 [Consultado 2022 mar 30]. Disponible en [https://issuu.com/cobach/docs/metodologia\\_investigacion1](https://issuu.com/cobach/docs/metodologia_investigacion1)
36. Carrasco S. Metodología de la investigación científica. Lima: Editorial San Marcos; 2015.
37. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación. México: Editorial Mc Graw Hill Education; 2014.
38. Arias J, Villacís M, Miranda M. El protocolo de investigación III: la población de estudio. Alegría México, [Internet] 2016 [Consultado 2022 mar 30]; 63(2), 201-206. Disponible en <http://revistaalergia.mx/ojs/index.php/ram/article/view/181/309>
39. Valderrama S. Pasos para elaborar proyectos de investigación científica. Perú: Editorial San Marcos; 2015.

**ANEXOS**

## ANEXO A. Matriz de consistencia

TITULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE DE ESTUDIO	METODOLOGÍA
<b>Nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022</b>	<b>PROBLEMA GENERAL:</b> ¿Cómo se relacionan los niveles de estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022?	<b>OBJETIVO GENERAL:</b> Determinar la relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.	<b>HIPÓTESIS GENERAL:</b> H1: Existe relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022 H0: No existe relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022	<b><u>Variable 1:</u></b> <b><u>Niveles de estrés académico</u></b> <b><u>Dimensiones:</u></b> Reacciones físicas Reacciones psicológicas Reacciones comportamentales.	<b>Método de investigación:</b> deductivo  <b>Enfoque de investigación:</b> cuantitativo  <b>Tipo de investigación:</b> Básica  <b>Diseño de investigación:</b> No experimental  <b>POBLACIÓN Y MUESTRA</b> <b>Población:</b> 650 estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022 <b>Muestra:</b> 150 alumnos
	<b>PROBLEMA ESPECÍFICOS:</b>	<b>OBJETIVO ESPECÍFICOS:</b> Determinar la relación entre las reacciones físicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los	<b>HIPÓTESIS ESPECÍFICOS:</b> H1: Existe relación entre las reacciones físicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela	<b><u>Variable 2:</u></b> <b><u>Estrategias de afrontamiento.</u></b> <b><u>Dimensiones:</u></b> Afrontamiento centrado en los Problemas	

	<p>¿Cómo se relacionan las reacciones físicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022?</p> <p>¿Cómo se relacionan las reacciones psicológicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022?</p> <p>¿Cómo se relacionan las reacciones comportamentales del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022?</p>	<p>estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.</p> <p>Determinar la relación entre las reacciones psicológicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022</p> <p>Determinar la relación entre las reacciones comportamentales del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022</p>	<p>de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.</p> <p>H0: No existe relación entre las reacciones físicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.</p> <p>H1: Existe relación entre las reacciones psicológicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022</p> <p>H0: No existe relación entre las reacciones psicológicas del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022</p> <p>H1: Existe relación entre las reacciones comportamentales del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en</p>	<p>Afrontamiento centrado en las Emociones</p> <p>Afrontamiento centrado en la Evitación del problema</p>	<p><b>Muestreo:</b> Por conveniencia</p> <p><b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS</b></p> <p><b><u>Técnica:</u></b> Encuesta</p> <p><b><u>Instrumento:</u></b></p> <p>Inventario SISCO sobre estrés académico.</p> <p>Cuestionario Brief – COPE para evaluar las estrategias de afrontamiento</p>
--	---	---	---	---	--

			<p>los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022</p> <p>H0: No existe relación entre las reacciones comportamentales del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022</p>		
--	--	--	---	--	--

## ANEXO B. Instrumento de recolección de información.

### Instrumento para medir los niveles de estrés académico Sisco

#### INSTRUCCIONES:

Por favor, marque con una X la respuesta que considere más adecuada y honesta. La información contenida en este documento es privada y confidencial, por lo que, si tiene alguna duda, no dude en preguntar.

Gracias de antemano por su colaboración en este estudio.

¿Con qué frecuencia se le presentaron los siguientes síntomas, el semestre pasado, cuando usted estaba estresado?

Síntomas físicos	N	CN	AV	CS
Problemas Digestivos (indigestión, diarrea o estreñimiento)				
Fatiga o cansancio crónico				
Hiperventilación (respiración rápida)				
Falta de aire o sensación de sofocación				
Síntomas Psicológicos	N	CN	AV	CS
Disminución de la memoria				
Temor, Miedo o Pánico,				
Inquietud y Nerviosismo,				
Preocupación excesiva				
Pensamiento catastrófico (todo va a salir mal)				
Dificultad para concentrarse				
Lentitud de pensamiento				
Sensación de inseguridad				
Crisis de angustia o ansiedad				
Irritabilidad, enojo o furia constante o descontrolada				
Pensamiento desorientado				
Sensación de tener la mente vacía				
Bloqueo mental				
Síntomas comportamentales	N	CN	AV	CS
Deseos de gritar, golpear o insultar.				
Cambios de humor constantes				
Comer en exceso o dejar de hacerlo				
Tomar bebidas de contenido alcohólico				
Fumar con mayor frecuencia				
Tendencia a ir de un lado a otro sin razón				
Retraimiento o aislamiento de los demás				
Apatía en la forma de vestir o arreglarse.				



### Instrumento para medir las estrategias de afrontamiento BRIEF – COPE

#### INSTRUCCIONES:

Por favor, marque con una X la respuesta que considere más adecuada y honesta. La información contenida en este documento es privada y confidencial, por lo que, si tiene alguna duda, no dude en preguntar.

Gracias de antemano por su colaboración en este estudio.

Indicadores: Nunca = 0, A veces = 1, Usualmente = 2, Siempre = 3.

#### DATOS DEMOGRÁFICOS:

A. Sexo: Masculino ( ) Femenino ( )

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	Nunca	A veces	Usualmente	Siempre
1. Concentro todos mis esfuerzos en afrontar los desafíos durante mis estudios.				
2. Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer para disminuir el estrés académico.				
3. Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.				
4. Digo cosas para liberar sentimientos desagradables provocados por el estrés académico.				
5. Recorro a otras actividades para relajarme.				
6. Intento proponer una estrategia sobre qué hacer en caso de sentirme estresado(a).				
7. Trato de ver el lado positivo de la situación en la que me encuentro.				
8. Acepto la realidad de la situación académica en la que estoy.				
9. Consigo apoyo emocional de otras personas cuando me siento estresado(a).				
10. Utilizo alcohol u otras drogas para sentirme mejor.				
11. Me echo la culpa cuando no puedo manejar el estrés académico				
12. Me río de la situación que me produce estrés académico.				
13. Renuncio a intentar ocuparme de la situación que me genera estrés durante mis estudios.				

14. Rezo o medito.				
15. Me digo a mí mismo “esto no es real”.				
16. Expreso mis sentimientos negativos cuando me siento estresado por mis estudios.				
17. Aprendo a vivir con situaciones estresantes propias del estudio.				
18. Planifico la forma de afrontar el estrés generado por los estudios.				
19. Hago algo para pensar menos en la situación que me genera estrés.				
20. Busco el lado positivo de lo que está sucediendo.				
21. Utilizo sustancias adictivas para ayudarme a manejar el estrés académico.				
22. Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen cuando me siento muy estresado(a).				
23. Renuncio al intento de hacer frente a una situación estresante en mis estudios.				
24. Tomo medidas para intentar mejorar en mis estudios.				
25. Me critico a mí mismo(a).				
26. Hago bromas para salir del estrés académico.				
27. Consigo el consuelo y la comprensión de alguien cuando me siento estresado(a).				
28. Me niego a creer que haya sucedido algún acontecimiento que me produzca estrés académico.				

## ANEXO C. Consentimiento informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

A continuación, se le invita a participar en la presente investigación de salud. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados:

**Título del proyecto:** “Nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022”

**Propósito del estudio:** Determinar la relación entre los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de los últimos ciclos de la escuela de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

**Beneficios por participar:** Tiene la posibilidad de conocer los resultados de la investigación por los medios más adecuados (de manera individual o grupal) que le puede ser de mucha utilidad para su actividad profesional y su alimentación.

**Inconvenientes y riesgo:** Ninguno, solo se le pedirá responder el cuestionario.

**Costo por participar:** Usted no hará gasto alguno durante el estudio.

**Confidencialidad:** La información que usted proporcione estará protegida y solo el investigador podrá conocer. Fuera de esta información confidencial, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

**Renuncia:** Puede usted retirarse del estudio en cualquier momento, sin sanción o pérdida de beneficios a los que tiene derecho.

**Consultas posteriores:** Si usted tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca de la investigación, puede dirigirse a Alexandra Melissa Salazar Romero con el número telefónico 924326614 o al correo electrónico [alems\\_1@hotmail.com](mailto:alems_1@hotmail.com)

**Contacto con el comité de ética:** Si usted tuviese una pregunta sobre sus derechos como voluntario, o si piensa que sus derechos han sido vulnerados, puede dirigirse a y/o al Comité que validó el presente estudio, Dra. Yenny M. Bellido Fuentes, presidenta del Comité de Ética para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, telf. 7065555 anexo 3285. [comité.etica@uwiener.edu.pe](mailto:comité.etica@uwiener.edu.pe)

**Participación voluntaria:** Su participación es voluntaria y puede retirarse en cualquier momento.

### DECLARACION DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido, tuve tiempo y oportunidad para hacer preguntas, las cuales fueron respondidas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido

indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente acepto participar voluntariamente en él.

**\*Deje su correo electrónico para recibir una copia del consentimiento informado.**

.....

Firma del participante

**ANEXO D: Base de datos**

Encuestados	Genero	Niveles de Estrés																								Reacciones físicas	Reacciones psicológicas	Reacciones comportamentales				
		Edad	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20	S21	S22	S23	S24	S25	V1	d1	d2	d3	
Encuesado 1	Femenino	19	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	94	14	49	31
Encuesado 2	Masculino	24	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	96	15	49	32
Encuesado 3	Masculino	23	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	98	15	52	31	
Encuesado 4	Femenino	28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	99	16	52	31	
Encuesado 5	Masculino	31	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98	16	50	32	
Encuesado 6	Femenino	33	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	94	14	51	29	
Encuesado 7	Femenino	19	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99	16	51	32	
Encuesado 8	Femenino	21	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	2	4	4	4	4	92	14	51	27	
Encuesado 9	Masculino	22	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	95	15	50	30	
Encuesado 10	Femenino	33	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	93	16	49	28	
Encuesado 11	Masculino	34	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	96	15	50	31	
Encuesado 12	Femenino	19	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	98	15	52	31		
Encuesado 13	Masculino	22	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	33	5	18	10	
Encuesado 14	Femenino	23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	28	4	14	10	
Encuesado 15	Masculino	21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	100	16	52	32	
Encuesado 16	Femenino	20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	100	16	52	32	
Encuesado 17	Femenino	23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	97	16	51	30		
Encuesado 18	Femenino	29	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	100	16	52	32	
Encuesado 19	Masculino	25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	96	16	50	30	
Encuesado 20	Masculino	26	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98	16	50	32	
Encuesado 21	Masculino	24	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	2	2	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	92	16	46	30	
Encuesado 22	Femenino	25	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	96	14	52	30		
Encuesado 23	Masculino	19	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	91	16	49	26	
Encuesado 24	Masculino	20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	2	2	4	2	2	4	4	4	4	88	16	46	26	
Encuesado 25	Femenino	21	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99	16	51	32	
Encuesado 26	Femenino	22	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	97	16	49	32	
Encuesado 27	Femenino	29	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	97	15	51	31	
Encuesado 28	Masculino	32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	95	16	49	30	
Encuesado 29	Masculino	27	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98	16	50	32	
Encuesado 30	Masculino	22	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	98	15	52	31	
Encuesado 31	Masculino	35	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	2	2	2	4	3	4	3	3	85	13	47	25	
Encuesado 32	Masculino	29	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	4	4	4	4	88	16	46	26	
Encuesado 33	Masculino	19	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	95	15	51	29	
Encuesado 34	Masculino	27	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	94	13	52	29	
Encuesado 35	Femenino	25	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	3	4	4	67	10	32	25	
Encuesado 36	Masculino	33	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98	16	50	32	
Encuesado 37	Femenino	21	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	1	1	1	1	1	74	13	43	18	
Encuesado 38	Masculino	21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	88	16	52	20	
Encuesado 39	Masculino	30	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	53	9	29	15		
Encuesado 40	Femenino	25	1	2	4	2	1	2	3	3	4	4	4	2	1	4	1	2	2	3	2	2	1	3	3	3	3	62	9	33	20	



Encuestados	Genero	Niveles de Estrés																							Reacciones físicas	Reacciones psicológicas	Reacciones comportamentales				
		Edad	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20	S21	S22	S23	S24	S25	VI	d1	d2	d3
Encuesado 101	Femenino	22	3	3	4	3	3	4	1	1	3	3	1	3	3	1	1	3	4	4	3	3	2	4	4	1	68	13	30	25	
Encuesado 102	Masculino	33	2	2	4	2	2	4	2	2	2	3	2	3	2	4	2	4	3	4	2	2	1	3	3	1	63	10	34	19	
Encuesado 103	Femenino	34	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	3	2	54	9	30	15
Encuesado 104	Masculino	33	1	1	3	1	1	1	1	3	3	1	1	3	1	3	1	3	1	1	3	1	1	3	2	2	3	45	6	23	16
Encuesado 105	Femenino	34	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	57	9	29	19	
Encuesado 106	Masculino	19	1	3	3	4	3	1	1	1	1	1	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	2	4	4	1	67	11	31	25	
Encuesado 107	Femenino	22	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	4	4	4	63	9	29	25	
Encuesado 108	Masculino	23	1	3	3	4	2	2	3	2	3	3	4	3	2	4	2	4	4	3	2	4	4	1	1	2	68	11	38	19	
Encuesado 109	Femenino	21	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	1	1	1	65	11	36	18	
Encuesado 110	Femenino	20	2	1	4	2	2	3	3	2	2	3	4	3	4	3	4	2	3	4	4	3	2	2	2	2	69	9	38	22	
Encuesado 111	Femenino	23	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	1	1	1	1	1	72	13	42	17	
Encuesado 112	Femenino	29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	1	1	1	65	12	37	16	
Encuesado 113	Masculino	25	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	3	4	62	9	29	24	
Encuesado 114	Masculino	26	2	3	2	2	3	2	3	3	1	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	2	4	2	2	2	67	9	36	22	
Encuesado 115	Masculino	24	1	1	1	3	1	3	3	1	1	2	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	4	50	6	25	19	
Encuesado 116	Femenino	25	3	1	4	2	3	4	3	1	2	1	2	1	2	3	3	2	2	1	2	1	2	3	2	2	54	10	29	15	
Encuesado 117	Masculino	19	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	1	1	70	11	36	23	
Encuesado 118	Femenino	34	2	3	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	1	1	56	8	29	19	
Encuesado 119	Masculino	19	2	1	3	3	2	1	3	1	1	3	3	1	2	3	1	2	3	3	3	3	1	1	1	2	52	9	26	17	
Encuesado 120	Femenino	22	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	1	1	1	1	1	1	72	13	42	17	
Encuesado 121	Femenino	23	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	3	2	4	2	2	2	63	10	32	21	
Encuesado 122	Masculino	21	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	1	1	1	1	72	13	41	18	
Encuesado 123	Masculino	34	3	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	66	11	35	20	
Encuesado 124	Femenino	19	4	2	2	2	4	3	3	4	4	4	3	4	3	2	1	3	2	3	2	2	4	3	3	1	71	10	41	20	
Encuesado 125	Femenino	22	1	3	3	1	1	1	3	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	4	4	46	8	19	19	
Encuesado 126	Masculino	23	1	3	1	3	3	3	1	3	1	1	3	1	1	1	1	3	1	3	1	1	1	3	4	4	51	8	23	20	
Encuesado 127	Femenino	21	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	4	1	59	9	30	20	
Encuesado 128	Masculino	20	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	3	1	2	1	1	2	1	1	3	4	4	2	43	5	20	18	
Encuesado 129	Masculino	23	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	1	1	2	54	9	31	14	
Encuesado 130	Femenino	29	3	2	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	1	2	3	63	9	36	18	
Encuesado 131	Femenino	20	4	3	3	2	2	1	2	2	1	2	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	2	3	2	1	66	12	33	21	
Encuesado 132	Masculino	22	2	1	1	3	1	1	2	1	1	3	3	1	3	3	1	2	3	4	2	3	3	3	2	3	2	54	7	25	22
Encuesado 133	Femenino	25	1	1	3	2	1	2	3	2	3	2	1	1	1	3	1	2	1	2	1	1	3	3	3	2	46	7	23	16	
Encuesado 134	Masculino	25	1	4	1	3	3	1	3	3	2	1	2	3	3	1	3	3	1	3	2	2	2	4	3	1	57	9	29	19	
Encuesado 135	Masculino	26	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	4	3	4	2	44	6	19	19
Encuesado 136	Femenino	28	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	47	4	20	23	
Encuesado 137	Femenino	29	3	4	2	2	2	4	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	1	1	69	11	36	22	
Encuesado 138	Femenino	29	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	4	38	4	17	17	
Encuesado 139	Femenino	31	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	1	1	2	1	72	13	41	18	
Encuesado 140	Femenino	21	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	4	3	4	3	2	42	7	16	19	
Encuesado 141	Masculino	19	2	2	3	2	2	4	1	1	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	4	4	3	1	61	9	28	24	
Encuesado 142	Femenino	29	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	44	8	25	11	
Encuesado 143	Masculino	26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	31	4	15	12
Encuesado 144	Femenino	28	3	1	2	1	1	1	2	3	1	3	3	1	3	1	2	1	2	3	2	1	3	1	1	1	1	44	7	24	13
Encuesado 145	Masculino	25	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	31	4	17	10
Encuesado 146	Femenino	25	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	6	13	8	
Encuesado 147	Femenino	29	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	41	7	22	12	
Encuesado 148	Femenino	31	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	100	16	52	32	
Encuesado 149	Masculino	30	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	89	14	48	27
Encuesado 150	Femenino	24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	4	13	8	

Encuestados	Genero	Edad	Estilos de afrontamiento																									Afrontamiento centrado en los Problemas	Afrontamiento centrado en las Emociones	Afrontamiento centrado en la Evitación del problema				
			S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20	S21	S22	S23	S24	S25	S26	S27	S28	V2	d1	d2	d3
Encuesado 1	Femenino	19	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	7	1	4	2
Encuesado 2	Masculino	24	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	5	2	1	2	
Encuesado 3	Masculino	23	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	2	1	0	1		
Encuesado 4	Femenino	28	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1		
Encuesado 5	Masculino	31	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	4	1	1	2	
Encuesado 6	Femenino	33	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	6	0	3	3	
Encuesado 7	Femenino	19	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	0	2	0		
Encuesado 8	Femenino	21	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	2	2	0	0	0	0	0	0	8	2	2	4		
Encuesado 9	Masculino	22	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	6	0	3	3	
Encuesado 10	Femenino	33	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0	2	0	0	0	0	0	0	7	2	0	5		
Encuesado 11	Masculino	34	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	5	0	2	3		
Encuesado 12	Femenino	19	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2	0	2	0		
Encuesado 13	Masculino	22	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Encuesado 14	Femenino	23	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	12	1	6	5		
Encuesado 15	Masculino	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Encuesado 16	Femenino	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Encuesado 17	Femenino	23	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	4	1	1	2		
Encuesado 18	Femenino	29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Encuesado 19	Masculino	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	4	0	1	3		
Encuesado 20	Masculino	26	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	3	0	1	2		
Encuesado 21	Masculino	24	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	8	0	1	7		
Encuesado 22	Femenino	25	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	4	1	1	2		
Encuesado 23	Masculino	19	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2	2	2	0	0	0	0	1	0	10	2	2	6		
Encuesado 24	Masculino	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2	2	2	2	0	2	2	0	0	0	0	12	2	6	4		
Encuesado 25	Femenino	21	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0		
Encuesado 26	Femenino	22	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	2	1		
Encuesado 27	Femenino	29	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	3	1	1	1		
Encuesado 28	Masculino	32	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	2	2	1		
Encuesado 29	Masculino	27	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	3	0	1	2		
Encuesado 30	Masculino	22	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	1	1	0	0		
Encuesado 31	Masculino	35	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2	2	0	2	2	0	1	0	1	1	0	0	15	2	6	7		
Encuesado 32	Masculino	29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	2	0	2	2	2	0	0	0	0	0	0	0	12	0	4	8		
Encuesado 33	Masculino	19	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	1	0	0	0	0	5	1	4	0		
Encuesado 34	Masculino	27	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	6	1	2	3		
Encuesado 35	Femenino	25	2	2	0	2	2	2	0	2	2	2	0	2	2	2	2	2	2	0	2	2	0	1	0	0	0	0	33	6	12	15		
Encuesado 36	Masculino	33	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	2		
Encuesado 37	Femenino	21	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	3	3	3	3	2	2	2	32	4	11	17
Encuesado 38	Masculino	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	3	3	3	3	3	21	3	6	12	
Encuesado 39	Masculino	30	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	0	0	49	7	16	26	
Encuesado 40	Femenino	25	3	2	0	2	3	2	1	1	0	0	2	3	0	3	2	2	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	0	40	7	10	23	







Lima, 6 de junio de 2022

CARTA N° 061-22/2022/DFCS/UPNW

DRA. SUSAN AYDEE GONZALES SALDAÑA  
EAP ENFERMERIA  
**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER**  
Presente.-

De mi mayor consideración:

Mediante la presente le expreso el saludo institucional y el mio propio y al mismo tiempo solicito a usted la autorización al alumno: **ALEXANDRA MELISSA, SALAZAR ROMERO**, perteneciente a la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de esta casa de estudios, para poder llevar a cabo su proyecto de investigación titulado: **“NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NORBERT WIENER, LIMA 2022”**.

Agradecido por su gentil atención a lo solicitado le manifiesto mi especial estima y consideración personal.

Atentamente,



DRA. SUSAN HAYDEE GONZÁLES SALDAÑA  
Directora  
Escuela Académica Profesional de Enfermería  
Universidad Privada Norbert Wiener

