

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA

Tesis

“Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023”

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Enfermería

Autora: Rengifo Vela Milagros

Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-0484-5823>

Asesora: Dra. Cárdenas de Fernández María Hilda

Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7160-7585>

Línea de Investigación
Salud y Bienestar

Lima, Perú
2023

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

Yo, ... **RENGIFO VELA MILAGROS** egresado de la Facultad deCiencias de la Salud..... y Escuela Académica Profesional de ...Enfermería..... / Escuela de Posgrado de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico **NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES QUE EMPIEZAN LAS PRACTICAS PRE – PROFESIONALES DE LA UNIVERSIDAD NORBERT WIENER, LIMA 2023”.....”** Asesorado por el docente: Cárdenas de Fernández, María Hilda DNI ... 114238186 <https://orcid.org/0000-0002-7160-7585> tiene un índice de similitud de ...18 (dieciocho) % con oid:14912:287117931 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

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



.....
Firma de autor 1

RENGIFO VELA MILAGROS Nombres y apellidos del Egresado
DNI: __ 44746101

.....
Firma de autor 2



.....
Firma

Cárdenas de Fernández, María Hilda
DNI: ...114238186

Lima, ...16 de.....noviembre..... de.....2023.....

DEDICATORIA

A mis padres que con su cariño, afecto y comprensión siempre estuvieron para guiarme en los buenos y malos momentos de mi vida; me enseñaron a saber el significado de la constancia y el esfuerzo para lograr mis objetivos.

A mi hija Alexandra quien ha sido mi mayor motivación para no rendirme ante las adversidades de la vida.

AGRADECIMIENTO.

A Dios por permitirme llegar a esta etapa de mi vida, quien me ha guiado y dado fortaleza para seguir adelante.

A esta casa de estudios que supo sembrar en mí la sabiduría y la ética profesional que contribuyen en el conocimiento de la verdad.

A mi familia y a todas las personas por su comprensión que de una y otra forma me brindaron su estímulo constante y apoyo incondicional a lo largo de mis estudios.

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Índice General	v
Resumen	viii
Abstract	ix
Introducción	x
CAPÍTULO I. EL PROBLEMA	1
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	5
1.2.1. Problema general	5
1.2.2. Problemas específicos	5
1.3. Objetivos de la investigación	6
1.3.1. Objetivo general	6
1.3.2. Objetivos específicos	6
1.4. Justificación de la investigación	7
1.4.1. Teórica	7
1.4.2. Metodológica	8
1.4.3. Práctica	8
1.5. Limitaciones de la investigación	8
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	9
2.1. Antecedentes de la investigación	9

2.2 Bases teóricas	16
2.3 Formulación de hipótesis	26
2.3.1 Hipótesis general	26
2.3.2 Hipótesis específicas	26
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA	28
3.1. Método de investigación	28
3.2. Enfoque investigativo	28
3.3. Tipo de investigación	28
3.4. Diseño de la investigación	29
3.5. Población, muestra y muestreo	29
3.6. Variables y Operacionalización	31
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	33
3.7.1. Técnica	33
3.7.2. Descripción	33
3.7.3. Validación	34
3.7.4. Confiabilidad	35
3.8. Procesamiento y análisis de datos	36
3.9. Aspectos éticos	38
CAPÍTULO IV. PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	39
4.1 Resultados	39
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados	39
4.1.2. Prueba de hipótesis	53
4.1.3. Discusión de resultados	58

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	61
5.1 Conclusiones	61
5.2 Recomendaciones	62
REFERENCIAS	63
ANEXOS	77
Anexo 1: Matriz de consistencia	
Anexo 2: Instrumento	
Anexo 3: Validez del instrumento	
Anexo 4: Confiabilidad del instrumento	
Anexo 5: Formato de consentimiento informado	
Anexo 6: Carta para la recolección de los datos	

Resumen

Con el objetivo Determinar cómo el nivel de estrés académico se relaciona con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener. La investigación tiene un enfoque cuantitativo, alcance correlacional, el diseño de la investigación es no experimental de corte transversal, se ha considerado En este estudio, la población estuvo conformado por estudiantes del noveno ciclo de EAP de Enfermería que inician práctica pre profesional en Universidad Norbert Wiener, total de 120 estudiantes, la muestra fue censal, para la recolección de los datos se utilizaron 2 instrumentos el primero para medir el estrés académico se usó la Escala de Estrés Académico SISCO y para medir la ansiedad se usó el cuestionario CISCO. Los resultados aportan lo siguiente el nivel de estrés nivel de estrés académico con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 36.7% y El nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión estresores con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 35.8%. se recomienda Realizar campañas de prevención, talleres, incluyendo dinámicas de grupo y técnicas de relajación para ayudar a los estudiantes a sobrellevar altos niveles de estrés académico y Proporcionar a los estudiantes de primer grado consejos y estrategias para planificar sus horarios, estrategias de aprendizaje para evitar que ocurra estrés académico mientras se les brindan las habilidades de afrontamiento adecuadas.

Palabras Clave: Nivel de estrés académico; ansiedad; Estudiantes; practicas pre–profesionales; Enfermería

Abstract

With the objective of determining how the level of academic stress is related to anxiety in students who begin pre-professional internships at Norbert Wiener University. The research has a quantitative approach, correlational scope, the research design is non-experimental, cross-sectional, it has been considered. In this study, the population was made up of students of the ninth cycle of Nursing EAP who begin pre-professional practice at Norbert University Wiener, total of 120 students, the sample was census, for data collection two instruments were used, the first to measure academic stress the SISCO Academic Stress Scale was used and to measure anxiety the CISCO questionnaire was used. The results provide the following: the level of stress level of academic stress with anxiety, finding that there is medium academic stress with moderate anxiety in 36.7% and The level of stress level of academic stress in its stressors dimension with anxiety, finding that has medium academic stress with moderate anxiety in 35.8%. It is recommended Conduct prevention campaigns, workshops, including group dynamics and relaxation techniques to help students cope with high levels of academic stress and Provide first grade students with tips and strategies to plan their schedules, learning strategies to avoid academic stress to occur while providing appropriate coping skills

Keywords: Academic stress level; anxiety; Students; pre professional practices; Nursing

Introducción

La ansiedad es un síntoma muy subjetivo que puede causar desequilibrios emocionales y funcionales en órganos importantes del cuerpo como el sistema cardiovascular, el sistema respiratorio, el sistema digestivo, etc., sin mencionar cambios en el sistema inmunológico cuando ocurren procesos de ansiedad, produciendo anticuerpos, atacando y la otra por el propio organismo, es típico que los jóvenes y/o estudiantes sientan ansiedad durante la etapa escolar debido a los cambios, deberes y responsabilidades de los diversos años escolares. Un representante de esto es particularmente notorio entre los estudiantes de enfermería, especialmente cuando se preparan para iniciar la práctica pre profesional.

El trabajo está dividido en 5 capítulos

La primera parte describe la pregunta (general y específica), los objetivos (general y específico), la justificación y las limitaciones; la segunda parte: justificación, fundamento teórico y supuestos del estudio; la tercera parte describe la metodología utilizada, organizada por método, enfoque, tipo, diseño, población y muestra. la sección IV es presentación de resultados, comparación de hipótesis y discusión de resultados; la quinta y última sección detalla las conclusiones y recomendaciones, seguida de una lista de referencias y un apéndice de este documento.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

El estrés ocupacional se refiere a los procesos cognitivos y emocionales que experimenta un estudiante bajo la influencia de factores estresantes ocupacionales, cuando el estudiante evalúa varios aspectos del entorno profesional y los ve como amenazas, desafíos y desafíos que puede o está dispuesto a enfrentar. En un sentido positivo, estos reconocimientos están asociados con emociones tempranas como preocupación, ansiedad, ira, tristeza, satisfacción, alivio, etc. El campo de las ciencias de la salud se considera uno de los campos más estresantes para los estudiantes. (1)

A menudo se piensa que el estrés es negativo, pero la Organización Mundial de la Salud (OMS) lo define como una serie de respuestas funcionales que preparan al organismo para ello. En otras palabras, el estrés que proviene de situaciones constantemente difíciles nos permite tener éxito en cualquier situación, si lo miramos de esta manera, el estrés puede considerarse bueno para la vida de todos porque evita que nos rindamos fácilmente. (2)

En contraste, la ansiedad de los estudiantes se manifiesta física, emocional, mental, conductual y fisiológicamente, y estas situaciones se manifiestan como varios impulsos que indican ansiedad relacionada con la educación, especialmente cuando los estudiantes experimentan situaciones. le impide encontrar una solución. (3)

Considerar el estrés y la ansiedad en el ámbito académico es imperativo hoy en día, ya que los estudiantes de todas las disciplinas a menudo sufren estrés y ansiedad a medida que los estudiantes ven los peligros, los desafíos y los desafíos que enfrentan a diario. El estrés académico es lo que experimentan los estudiantes universitarios como resultado de factores estresantes (sobrecarga de tareas, tiempo limitado en tareas, exámenes, etc.) y síntomas cognitivos o psicológicos que hacen que los estudiantes utilicen estrategias de afrontamiento para evitar amenazas afectar la salud mental. (4)

Hasta donde sabemos, los estados emocionales negativos como el estrés y la ansiedad son consecuencias de las que la mayoría de las personas son conscientes, sin embargo, a menudo se pasa por alto su impacto en la salud y la vida humana, ya que aproximadamente el 25% de la población mundial sufre estrés. O cualquier trastorno de salud relacionado, por lo que se considera uno de los problemas de salud mental más importantes del mundo. (5)

En América Latina, un gran número de estudiantes abandonan la educación superior debido al estrés, la ansiedad e incluso la depresión, y algunos estudiantes tienen un bajo rendimiento académico y altas tasas de fracaso, lo que provoca cambios de humor. y problemas físicos y psicológicos. (6)

En el caso de Colombia, el mayor número de casos aumentó el riesgo de trastornos mentales entre los estudiantes universitarios, incluyendo dificultades educativas, delincuencia, violencia juvenil, sustancias tóxicas y enfermedades innecesarias. Según la Encuesta Nacional de Salud

Mental, la tasa de prevalencia de por vida de los trastornos mentales entre los estudiantes universitarios del país es del 40,1%, de los cuales los adolescentes y adultos jóvenes son los más afectados; con el nivel más alto correspondiente a un 78% de ansiedad, la edad promedio de inicio es de 14 a 18 años (7)

Hablando de Perú, el jefe del departamento de salud mental del Ministerio de Salud dijo que le extrañaba que el propio rector de la alcaldía de San Marcos admitiera que la cantidad de salud mental en la universidad que esperamos”, señala Coutipe que Un estudio realizado en 2007 a jóvenes del Perú del Instituto Nacional de Salud Mental mostró que el 25 por ciento de la población académica tiene algún tipo de trastorno mental. (8)

Además, la incidencia anual de estrés académico supera el valor normal en aproximadamente un 20%. También para el Ministerio de Salud, este problema afecta negativamente a más del 50% de la población de Lima y Callao, debido a que el problema es común entre los estudiantes con estos trastornos mentales y requiere un rápido diagnóstico precoz. y ayuda de trabajadores de la salud y maestros para mantenerse al día con el progreso escolar (9)

Como resultado, el 52,2% de la población del área metropolitana de Lima, Perú, se encuentra bajo estrés moderado o severo, según el Ministerio de Salud. Cabe señalar que la mayoría de la población limeña son jóvenes, el 30,9%. (10)

1.2. Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cómo el nivel de estrés académico se relaciona con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022?

1.2.2 Problemas específicos

¿Como la dimensión estresores se relaciona en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener?

¿Como la dimensión reacciones físicas se relaciona en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener?

¿Como la dimensión reacciones psicológicas se relaciona en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener?

¿Como la dimensión reacciones comportamentales se relaciona en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar cómo el nivel de estrés académico se relaciona con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

1.3.2 Objetivos específicos

-Identificar como la dimensión estresores se relaciona en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

-Identificar como la dimensión reacciones físicas se relaciona en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

-Identificar como la dimensión reacciones psicológicas se relaciona en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

-Identificar como la dimensión reacciones comportamentales se relaciona en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

1.2 Justificación de la investigación

1.4.1 Teórica

La enfermería ha demostrado ser un trabajo de alta ansiedad y estrés caracterizado por breves descansos, largas horas de trabajo y un aumento dramático en las actividades académicas y sociales. Otros síntomas como la depresión y la fatiga también pueden afectar a los estudiantes física y mentalmente, pero aceptan el estrés como parte de sus carreras.

1.4.2 Metodológica

En este estudio es necesario analizar el nivel cognitivo de estrés académico y ansiedad de cada estudiante del tercer semestre de la Universidad Norbert Wiener, y los encuestaremos utilizando Google Forms para determinar su nivel de estrés académico y ansiedad en cada estudiante.

1.4.3 Práctica

En este trabajo se realizará dicha evaluación para estimar la proporción de estudiantes que experimentan estrés académico y ansiedad en el tercer ciclo de la Universidad Norbert Wiener con el fin de evitar niveles más altos y prevenir daños a la salud mental útil para futuras investigaciones.

1.5 Limitaciones de la investigación

Las restricciones son inherentemente de acceso público y son algo complejas desde el punto de vista procesal para permitir.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

Antecedentes a nivel internacional:

Llorente et al. (11) 2021 Tuvo como objetivo “determinar el estrés académico durante las prácticas formativas en estudiantes de un programa de enfermería de la Ciudad de Montería, Colombia”. Concluyó que las universidades deben desarrollar programas de intervención dirigidos a prevenir y manejar el estrés académico. Según el estudio, se evaluaron 245 estudiantes, y los resultados arrojaron que el 96% de los estudiantes presentaron estrés moderado, 69%, un promedio de 47%. Los estresores más comunes fueron: Los métodos de evaluación de los docentes causaron depresión y tristeza. La estrategia más utilizada es el control emocional.

González-Jaimes et al. (12) 2021 tuvo como objetivo “analizar la ansiedad, la depresión, los niveles de estrés y el estado de salud percibido entre 6 estudiantes universitarios mexicanos de 18 a 43 años”. El 34,5% de los participantes trabajaba además de los estudiantes. Se encontró que los síntomas de estrés moderado y severo constituían el 31,82%, los síntomas psicósomáticos el 5,9%, los trastornos del sueño el 36,3%, la disfunción social el 9,5%, la depresión el 4,9%; El 40,3% de los jóvenes universitarios presentaba trastornos de ansiedad, siendo aún mayor la proporción de hombres. Los hombres puntuaron más alto que las mujeres en ansiedad moderada a severa. En general, las mujeres puntuaron más alto en síntomas psicósomáticos, insomnio, depresión, disfunción social y estrés.

Ortiz et al. (13) 2018 quien en su estudio trató de averiguar las “diferencias que pueden existir entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes universitarios antes y después de la evaluación académica”, proceso con 61 alumnos. Del nivel 1 al 10, los resultados tanto del pretest como del postest muestran que la ansiedad como estado y rasgo no significa una diferencia en el procesamiento de la dimensión estrés académico $p = 0.813$ y $p = 0.723$. 17 puede tener una correlación más alta que los estresores ($p = .14$), por lo que la expresión del estrés académico en situaciones académicas estresantes no fue significativa ($p = 160$ y $p = 36$), indicando una diferencia significativa en la resistencia.

Antecedentes nacionales

Limay et al. (14) 2020 en la provincia de Chachapoyas se realizó un estudio con el propósito de “determinar la relación entre la ansiedad y el estrés académico entre estudiantes de enfermería de la Universidad Toribio Rodríguez de Mendoza”. Participaron 71 estudiantes y se midió el estrés estudiantil mediante la Escala de Ansiedad de Zung y el cuestionario SISCO. Los resultados mostraron que la ansiedad leve representó el 78%, seguida de la ansiedad moderada con el 18% y finalmente la ansiedad crónica con el 2,8%.

Abanto y Caballero et al (15) 2018 tuvo como objetivo de determinar si el estrés, la ansiedad y la depresión influyen en los pensamientos suicidas en estudiantes de medicina. Se trata de un estudio observacional, analítico, de corte transversal en el que se aplicó el método de encuesta virtual a 442 estudiantes de primer año de la universidad privada Antenor Orrego. Se utilizaron dos escalas,

una de las cuales fue la prueba DASS-21, que reveló que el 64% de los encuestados padecía depresión, el 76% ansiedad y el 68% estrés. Esto está en línea con los informes de tendencias altas en todo el mundo y, por lo tanto, es un problema grave de salud pública. Además, este artículo sugiere que el estrés, la ansiedad y la depresión son factores que influyen en la ocurrencia de la ideación suicida.

Aroste et al. (16) 2020 en su investigación tuvo como objetivo” conocer los factores de estrés más importantes en los alumnos de enfermería en la práctica pre profesional en el año 2019”, realizó un estudio en una muestra de 199 estudiantes y concluyó que los más estresores para los estudiantes se autoinyectan con una sustancia contaminada. la aguja fue el principal estresor citado por el 53,3% de los estudiantes, seguido del miedo a cometer errores, ambos con el 42%. Entre los casos, la fuente de estrés más frecuente también fue la sensación de no poder ayudar al paciente, 30% en ambos casos, seguido de recibir quejas del paciente con 30% en ambos casos. En su estudio, concluyó que los factores estresantes más importantes eran la incapacidad, la angustia, la impotencia y la incertidumbre.

2.2 Bases teóricas

Estrés Académico

El estrés académico es una situación que se presenta cuando un estudiante tiene una experiencia negativa con las exigencias del entorno (infelicidad), cuando considera las situaciones que encuentra durante la formación como estresantes y no controla cómo afrontarlas, en algunos casos

ni siquiera físicamente. revisado. Esto conduce a un bajo rendimiento académico, abandono escolar, baja autoestima y problemas de salud mental. (17)

Origen del Estrés Académico

Orlandini afirma que "el estrés, según Lázaro y Folkman, surge de la relación entre el individuo y el entorno, que los sujetos perciben como amenazante y difícil de procesar" y destaca que "desde el jardín de infancia hasta la secundaria, la preparatoria después de la graduación, cuando las personas están en la etapa de aprendizaje, van a experimentar estrés. A esto se le llama estrés académico, el cual se presenta en los estudios individuales y en las aulas. El estrés académico es causado por el compromiso del estudiante con el ambiente educativo, lo cual ocurre temprano en la vida del estudiante, pero es más agresivo cuando el estudiante ingresa a la universidad. (18)

Tipos de Estrés Académico

El estrés académico se clasifica en 3 tipos:

Estrés grave. Este es el estrés más común que experimentan los estudiantes debido al ritmo acelerado de la vida diaria. Y debido a que es temporal, no puede dañar seriamente a una persona, a diferencia del estrés crónico, que es un estrés intenso que aparece y desaparece rápidamente. Los síntomas incluyen angustia emocional como ira, ansiedad y depresión, malestar estomacal como otro síntoma e hiperactividad temporal como manos sudorosas, sudoración y dificultad para respirar. Estrés agudo específico. Este es el resultado de una vida ajetreada donde los estudiantes

tienen muchas responsabilidades exigentes que conducen a nerviosismo, incomodidad, nerviosismo, fatiga crónica como fuertes dolores de cabeza, ataques cardíacos, presión arterial alta y dolor en el pecho. Este tipo de estrés suele requerir intervención profesional. - Estrés crónico. Se manifiesta como estrés a largo plazo que puede afectar la vida de una persona en un corto período de tiempo. (19)

Las etapas del estrés académico

Las respuestas del estrés académico constan de tres fases distintas:

Respuesta de alarma: se activa en cuanto se detecta una amenaza. Durante esta fase pueden aparecer síntomas como descenso de la temperatura corporal o pulso acelerado. Reacción de resistencia: el organismo se adapta a la situación o medio, pero la activación continúa, aunque en menor medida que en la fase anterior. Si la situación estresante continúa durante algún tiempo, las activaciones se pierden ya que los recursos se consumen rápido de lo que se genera. Respuesta de agotamiento: el organismo se queda sin recursos y va perdiendo la adaptabilidad de la fase anterior. (20)

Factores del estrés académico

Jackson puede ser considerado uno de los pioneros en el estudio del estrés académico. Destaca algunos aspectos del ambiente académico que pueden causar estrés indebido a los estudiantes. Éstas incluyen: Ámbito de estudios y materias diversas, así como actividades y tareas a realizar. Es necesario demostrar un alto nivel de concentración y atención, retrasar ciertos impulsos y limitar

tus emociones. Evaluación de los profesores. - Insuficiente comunicación entre alumnos y profesores. (21)

Estrés en estudiantes del Área de Salud

Los estudiantes de salud ya están bajo presión desde el comienzo de sus estudios en cuanto a la cantidad de asignaturas, prácticas de enfermería, exámenes, tareas, etc. porque, pero no todos aceptan esta presión por igual. Por lo tanto, se puede decir que los estudiantes universitarios están bajo mucha presión académica, pero esto es aún más cierto para estudiantes del área de salud (22).

Dimensiones del Estrés Académico

Estresores del estrés académico:

Existen 2 tipos de estresores y son los siguientes:

Estresores personales:

Estas son las luchas que todos los estudiantes enfrentarán cuando vayan a la universidad. Está la presión de la carga de cursos y también la necesidad de adaptarse a una corriente profesional, nuevos compañeros de clase y profesores. Los mayores problemas a los que se enfrentan los estudiantes de enfermería en la profesión clínica son la falta de cualificación, el contacto con los pacientes, las relaciones con los supervisores y compañeros, los sentimientos de impotencia e incertidumbre, las relaciones descontroladas con los pacientes, los compromisos emocionales, etc.

relación con el paciente. **Estresores académicos:** Barraza lo define como un proceso sistemático en el que los estudiantes deben seguir la experiencia profesional y las normas de la escuela. Las demandas de los profesores, como una presentación en dos días, pueden ejercer presión sobre los estudiantes si sienten que no tienen suficiente tiempo para dar una buena presentación.

Ansiedad

Spielberg y Rickman definieron la ansiedad como una respuesta emocional desagradable a un estímulo externo que el sujeto percibe como amenazante, que produce cambios fisiológicos y conductuales y sentimientos de ansiedad, tensión y miedo. Las personas ansiosas tienen varias manifestaciones como rasgo y condición, la primera manifestación es la susceptibilidad y la segunda son los sentimientos transitorios. (24)

Enfoques de la Ansiedad

Han surgido varios enfoques diferentes en el curso de la investigación sobre la ansiedad, los más destacados de los cuales se mencionan en este estudio: **Enfoque psicodinámico:** Freud, uno de los principales defensores de este enfoque, se refirió al ego como un poderoso centro de fuerza. La realidad es la sociedad representada por el superyó y el organismo representado por el ello. Tenga en cuenta que cuando estas dos cosas entran en conflicto con el ego, uno puede sentirse amenazado. Para ellos, este sentimiento se llama ansiedad y se considera una señal de ellos mismos que expresa la necesidad de supervivencia, protección, y cuando se extiende por todo el cuerpo, se considera una señal de peligro. **Enfoque existencialista:** May menciona que, en el enfoque existencial, la

fuerza de la ansiedad es una amenaza a los valores, que pueden ser: físicos, psicológicos, ambientales o el amor como lo conocemos. **Enfoque conductual:** Según Skinner, la ansiedad es el miedo a un evento inminente que implica una respuesta emocional a un estímulo aversivo condicionado. Por lo tanto, vio la ansiedad como un comportamiento que ocurre solo antes de un estímulo, en lugar de un estímulo aversivo persistente durante el cual ocurre un cambio en el comportamiento. **Enfoque cognitivo:** Según Baker, representante del enfoque cognitivo, la ansiedad surge de pensamientos distorsionados, etiquetas mentales de situaciones y un entorno cognitivo sobreestimado para procesar ciertos estímulos y comportamientos. **Enfoque psicométrico-factorial:** Raymond Cattell hizo el primer intento sistemático de medir e identificar la ansiedad y señaló en muchos de sus trabajos publicados que dos factores están asociados con la ansiedad: la ansiedad rasgo y la ansiedad estado. Nombrar una situación como un factor de miedo implica respuestas altamente correlacionadas que ocurren en momentos específicos. Pero si el estado de ansiedad persiste y continúa, se llama ansiedad y es uno de los factores de personalidad de un individuo. Ambas partes se pueden medir mediante cuestionarios. (25)

Clasificación de la Ansiedad

Ansiedad – Rasgo. Se refiere a los detalles de sus sentimientos generales. Las diferencias individuales en la propensión a la ansiedad se asocian con diferencias individuales relativamente estables en la propensión a responder a situaciones que parecen temerosas, con estados de ansiedad de alta intensidad, rasgos que son más estables y duraderos. **Ansiedad – Estado.** Se trata de cómo reacciona un individuo cuando surge una emoción en un momento dado. Definido como un estado

emocional a corto plazo en las personas caracterizado por tensión, evaluación subjetiva de miedo consciente y aumento de la actividad autonómica del sistema nervioso. Es una sensación instantánea. (26)

Síntomas de la Ansiedad

-Sensaciones somáticas como: aumento del tono muscular, mareos, sudoración, aumento o aumento de los reflejos tendinosos, palpitaciones, dilatación anormal de la pupila, pulso acelerado, mareos inusuales, temblores, indigestión, diarrea. Síntomas mentales (cognitivos, conductuales y emocionales) como ansiedad, nerviosismo, preocupación excesiva (patológica) y control. (27)

Dimensiones de la Ansiedad

Se considera 3 dimensiones: (28)

Reacciones físicas las cuales están conteniendo:

Trastornos del sueño: Los trastornos del sueño son condiciones que provocan cambios en los patrones del sueño. Los trastornos del sueño pueden afectar la salud, la seguridad y el bienestar. Calidad de vida. La falta de sueño puede afectar su capacidad para conducir con seguridad y aumentar el riesgo de otros problemas de salud. (29)

Fatiga crónica: el síndrome de fatiga crónica es un trastorno complejo caracterizado por una fatiga extrema que dura al menos seis meses y que no puede explicarse completamente por una afección

médica subyacente. La fatiga aumenta con la actividad física o mental, pero no desaparece con el descanso. (30)

Dolor de cabeza: dolor o malestar en la cabeza, el cuello o el cuero cabelludo. Los dolores de cabeza rara vez tienen causas graves. La mayoría de las personas con dolores de cabeza pueden mejorar con cambios en el estilo de vida, técnicas de relajación y medicación ocasional. (31)

Problemas digestivos: los trastornos del tracto gastrointestinal (también conocido como sistema digestivo) se denominan indigestión. (32)

Morderse las uñas: un síndrome psicológico llamado morderse las uñas está asociado con el TOC. Este síndrome se caracteriza por una necesidad constante de morderse las uñas, a pesar del impacto negativo en la apariencia, las relaciones o la salud. (33)

Somnolencia: El término "somnolencia" describe sentirse más somnoliento de lo normal durante el día. Las personas somnolientas pueden quedarse dormidas sin querer o, a veces, en situaciones en las que sería peligroso para ellas estar despiertas. (34)

Reacciones psicológicas las cuales están conteniendo:

Inquietud. Según Liebert y Morris (1967), una de las principales causas de la ansiedad es la inquietud. Las emociones serán un factor adicional. Eventualmente, incluyen síntomas físicos como sudoración, palpitaciones o presión arterial alta. (35)

Sentirse deprimido: La tristeza persistente y la falta de interés en participar en actividades son síntomas de un trastorno del estado de ánimo depresivo. Afecta cómo una persona se siente, piensa y se comporta. También se le llama depresión mayor o depresión clínica. Esto puede causar una variedad de problemas emocionales y físicos. Es posible que le resulte difícil manejar sus asuntos diarios y, a veces, sienta que no vale la pena vivir la vida. (36)

Ansioso, triste o desesperanzado: es normal sentirse ansioso de vez en cuando, especialmente si su vida es exigente. Sin embargo, la ansiedad y la preocupación persistentes, incontrolables y excesivas que interfieren con las actividades diarias pueden ser síntomas del trastorno de ansiedad generalizada. (37)

Problemas de concentración: La falta de atención es un término general sin un término médico específico. Sin embargo, es médicamente conocido como déficit de atención o problemas de concentración. Estos síntomas indican un deterioro a la hora de concentrarse en una tarea en particular. Estas dificultades pueden afectar tus estudios, tu trabajo o tu vida diaria. (38)

Sentimientos agresivos: La ira y el deseo de lastimar a alguien física, mentalmente o ambos son parte de un estado emocional agresivo. (39)

Reacciones comportamentales las cuales están conteniendo

Tendencia al conflicto o argumentación: El conflicto se caracteriza por la resistencia de los interlocutores, muchas veces acompañada de emociones negativas. (40)

Aislamiento. Al contrario de lo que la gente piensa, esto sucede cuando una persona es apartada por completo de forma inesperada de su entorno. Además, incluye hacer comentarios negativos sobre él, criticar su actitud o apariencia, insultar, humillar, difamar, insultar o incluso difamar a sí mismo o a alguien a quien ama. (41)

No me gustó. La falta de sentimiento, motivación o entusiasmo se llama apatía o aversión. Este es un término psicológico que se refiere a un estado de apatía en el que una persona no responde a los aspectos emocionales, sociales o físicos de la vida. (42)

Aumento o disminución de la ingesta de alimentos: la desnutrición puede afectar el desarrollo físico y mental, reducir la inmunidad, aumentar riesgo de enfermedades y reducir la productividad. (43)

2.3 Formulación de hipótesis

2.3.1 Hipótesis general

Hi: Existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico con la Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

Ho: No existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

2.3.2 Hipótesis específicas

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión estresores del estrés académico con la Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

H2: Existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión reacciones físicas del estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

H3: Existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión reacciones psicológicas del estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

H4: Existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico y la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 Método de la investigación

Los métodos de investigación en este trabajo son hipotéticamente deductivos porque brindan validez general, evalúan todo tipo de evidencia, aumentan el control del fenómeno y aumentan la confianza en el estudio. Además, este método es confiable pero no siempre eficiente, por lo que es importante asegurar la confiabilidad y eficiencia del equipo de medición para reducir la tasa de error de medición (44).

3.2 Enfoque de la investigación

El enfoque de este trabajo es cuantitativo, ya que es un tipo de investigación en la que la medición de una variable se da observando y calculando las características de la variable y analizándola con métodos numéricos y estadísticos (45).

3.3 Tipo de investigación

El tipo de investigación de este trabajo pertenece al tipo de aplicación, que tiene como objetivo resolver problemas que se presentan en el proceso de circulación de todas las actividades humanas y en el proceso de consumo de bienes y servicios orientados al uso. Luego se plantean preguntas o hipótesis de trabajo de la investigación básica en la ciencia real o formal para resolver problemas de producción y vida social. Este tipo de investigación tiene como objetivo mejorar el funcionamiento de los sistemas, procedimientos, normas y reglamentos técnicos existentes de

acuerdo con el progreso científico y tecnológico. Por lo tanto, dichos estudios pueden clasificarse como efectivos, ineficaces, efectivos o ineficaces, en lugar de verdaderos, falsos o posibles (46).

3.4 Diseño de la investigación

El diseño de este trabajo es no experimental ya que se realizaron sin manipulación deliberada de variables. Esto se logra mediante la observación de fenómenos naturales para su posterior análisis. El diseño de este trabajo de investigación incluyó un estudio transversal con recolección de datos en un solo punto en el tiempo. El propósito de este enfoque es describir variables y analizar su ocurrencia e interrelaciones en momentos específicos (47).

3.5 Población, muestra y muestreo

Es conjunto de elementos, sean personas, cosas, que comparten características o criterios. Puede encontrarse en áreas de investigación que se especializan en hipótesis (48). En este estudio, estuvo conformado por estudiantes del noveno ciclo de EAP de Enfermería que inician práctica pre profesional en Universidad Norbert Wiener, total de 120 estudiantes. Este será un censo de muestra.

Criterios de Inclusión:

Alumnos que desearon participar en el estudio.

Criterios de exclusión:

Alumnos que no desearon participar en el estudio.

3.6 Variables y operacionalización

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa (Niveles o rangos)
Variable Estrés académico	1. Es un malestar general que viven los estudiantes ante sus estudios. Ese malestar se manifiesta con ansiedad, frustración, ira, pensamientos de incapacidad, dificultad en resolución de situaciones, infravalorarse, y conductas diversas. Evidentemente, cada menor lo presentará de manera diferente (20).	Se realizará la técnica de encuesta utilizando como instrumento un cuestionario.	Estresores personales Estresores académicos	Sobre carga de tareas y trabajos. Personalidad y carácter de los docentes. Forma de evaluación y nivel de exigencia de los docentes Trastorno del sueño Fatiga	Ordinal	Alto medio Bajo
Variable Ansiedad	2. La ansiedad es una emoción normal que se experimenta en situaciones en las que el sujeto se siente amenazado por un peligro externo o interno (26)	Se realizará la técnica de encuesta utilizando como instrumento un cuestionario	Reacciones físicas Reacciones psicológicas Reacciones comportamentales	Dolor de cabeza Inquietud Ansiedad Inquietud Aislamiento Desganos Conflictos	Nominal	Ansiedad alta 76-100 Ansiedad moderada 51-75 Ansiedad leve 26-50 Sin ansiedad 0-25

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica

El método utilizado en este estudio es la encuesta porque es uno de los métodos más utilizados en la función de recopilación de datos.

3.7.2 Descripción de instrumentos

Para lograr los objetivos de este estudio, la encuesta es una herramienta ideal y suficiente que corresponde a la realidad del estudio y una herramienta de recolección de datos que consta de reactivos diseñados para recopilar información de las muestras medidas (Sánchez et al., 2018) (49).

Instrumento para el estrés académico:

La primera herramienta escogida para medir el estrés académico en estudiantes universitarios fue la Escala de Estrés Académico SISCO, desarrollada y validada por Barraza en Durango, México. (Barraza et al., 2007) (22). La lista de verificación consta de 15 ítems de escala tipo Likert organizados en categorías (nunca, rara vez, a veces, casi siempre y siempre) y tiene como objetivo comprender los factores estresantes del estrés académico.

Instrumento para la Ansiedad

La prueba, otra herramienta para medir los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios, está diseñada para informar y evaluar la prevalencia de los síntomas de ansiedad, y utilizará una técnica

basada en el cuestionario CISCO validado de Barraza y las teorías y conceptos que llevaron a la prevalencia de la ansiedad. síntomas. para su desarrollo, y el estudio adaptado por Pere Pérez Porras Yakira muestra que ésta es siempre una propiedad de la psicometría. Este documento consta de 23 ítems dicotómicos cerrados divididos de la siguiente manera: estresores 1-8, respuestas físicas 9-14, respuestas psicológicas 15-19 y respuestas conductuales 20-23. Se calificó en una escala Likert de ansiedad, donde casi nunca = 1, a veces 2, muchas veces: 3, casi siempre 4, y sugirieron las siguientes interpretaciones: 76-100 puntos Ansiedad alta, 51-75 Ansiedad moderada, 26-50 Ansiedad baja, 0-25 sin alarma. (28)

3.7.3 Validación

Validación de Estrés Académico

La Escala de Estrés Académico SISCO fue calificada por tres expertos acreditados, cuyos aportes, elaboración y revisión del contenido del instrumento adaptado a la investigación fueron aprobados. De los resultados, concluimos que la importancia de la validación del instrumento fue respaldada por informes debido a la presión académica, y consultamos a expertos para sacar conclusiones que promediaron el 98%. La escala de los estudios revisados osciló entre 70% y 100% (muy bueno y excelente) y el instrumento se consideró apropiado para la muestra. (22)

Validación de Ansiedad

La validación de la prueba es realizada por expertos formados por enfermeras con experiencia: Mg. Ángela en blanco. Flor Fernández Cruzado tiene 8 años de experiencia en salud familiar y Mg María Chavarri Natividad tiene 15 años de experiencia especializada en centros quirúrgicos y educación de enfermería. (28)

3.7.4 Confiabilidad

Confiabilidad del Estrés Académico

La confiabilidad del instrumento fue comprobada mediante la realización de una prueba piloto entre estudiantes de enfermería. El índice de confiabilidad alfa de Cronbach para la variable estrés es de 0.925, el cual tiene una alta confiabilidad. (22)

Confiabilidad de la Ansiedad

La confiabilidad de la prueba fue probada pilotamente por estudiantes de enfermería en los ciclos I, II, IX y X. Lo mismo que resultados estadísticos, también a través del coeficiente alfa de Cronbach. La confiabilidad resultante es 0.828, lo que indica que tiene una alta confiabilidad. (28)

3.8 Procesamiento y análisis de datos

Luego de utilizar la herramienta, se creará una base de datos en Excel con el objetivo de categorizar los datos cuantitativos y seleccionarlos de acuerdo a las dimensiones e indicadores de las variables

de investigación, que luego serán trasladados al programa estadístico SPSS para su diferenciación. análisis descriptivo Análisis para entender el comportamiento de las variables y luego análisis inferencial para comprobar si existe una relación entre las variables que comparará las hipótesis usando Chi-cuadrado durante el proceso de investigación y finalmente toda la información se presentará en una tabla cruzada y cada tabla y sus respectivos gráficos.

3.9 Aspectos éticos

El proyecto será presentado a la Universidad Privada Norbert Wiener para su revisión y aprobación, a cada estudiante se le otorgará un consentimiento informado explicando los motivos para realizar la investigación, la cual no perjudicará la salud física y mental de los encuestados,

Principio de la beneficencia: a los estudiantes de la Universidad Norbert Wiener se les explicarán los beneficios que traerán los resultados de la investigación, así como la reducción del daño potencial o el riesgo de daño.

Principio de autonomía: Se respetará la decisión y libre albedrío de cada estudiante para participar en el estudio con el consentimiento informado.

Consentimiento informado, significa que los estudiantes encuestados participan voluntariamente y sin obligación de mantener sus respuestas a la herramienta de forma confidencial y anónima, solo para beneficio del estudio. Se utilizará el consentimiento informado para explicar a los estudiantes,

sin compromiso, que los estudiantes pueden participar voluntariamente, sin ningún compromiso, y respetar sus decisiones.

Principio de justicia: Cuando habla de "justicia", es la igualdad la que determina una parte justa de lo que cada persona merece. Una forma de entender el principio de justicia es que todas las personas deben ser tratadas por igual, por lo que este principio se adoptó en el estudio y todos los estudiantes de la Universidad Norbert Wiener son tratados por igual. Todos los datos recopilados de los encuestados se mantendrán confidenciales y serán conservados por los autores.

El principio del respeto a las personas: en ausencia de individuos cuya autonomía se vea reducida, estas personas deben ser protegidas, y todos los estudiantes de la Universidad Norbert Wiener deben ser atendidos y tratados por igual, y los individuos deben ser respetados independientemente de su condición cultural o socioeconómica.

No maleficencia: o se hace daño que afecte al estudiante física, psicológica o moralmente. En términos de empoderamiento informado, lo hicimos al empoderar a los nuevos miembros. Toda la información se guarda.

CAPÍTULO IV.

PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1 Resultados

4.1.1 Análisis descriptivo de resultados

Al analizar el objetivo general de determinar cómo el nivel de estrés académico se relaciona con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

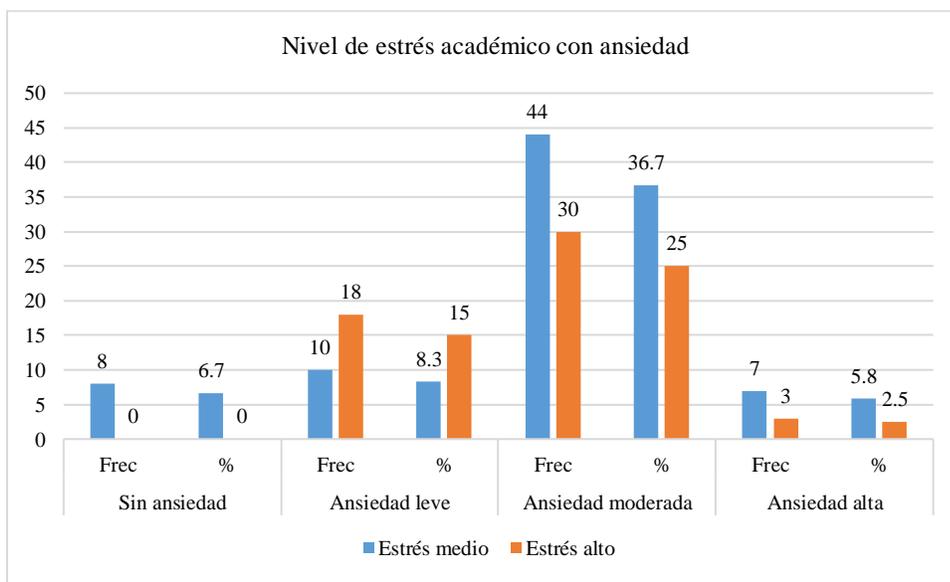
Tabla 1. Tablas cruzadas de relación del nivel de estrés académico se relaciona con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

Nivel de estrés académico	Ansiedad								TOTAL	
	Sin ansiedad		Ansiedad leve		Ansiedad moderada		Ansiedad alta			
	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%
Estrés medio	8	6.7	10	8.3	44	36.7	7	5.8	69	57.5
Estrés alto	0	0.0	18	15.0	30	25.0	3	2.5	51	42.5
Total	8	6.7	28	23.3	74	61.7	10	8.3	120	100.0

Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

En la Tabla 1, se muestra que el nivel de estrés nivel de estrés académico con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 36.7% (Figura 1).

Figura 1. Nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.



Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

Se analiza el primer objetivo específico de identificar como la dimensión estresores se relaciona con el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

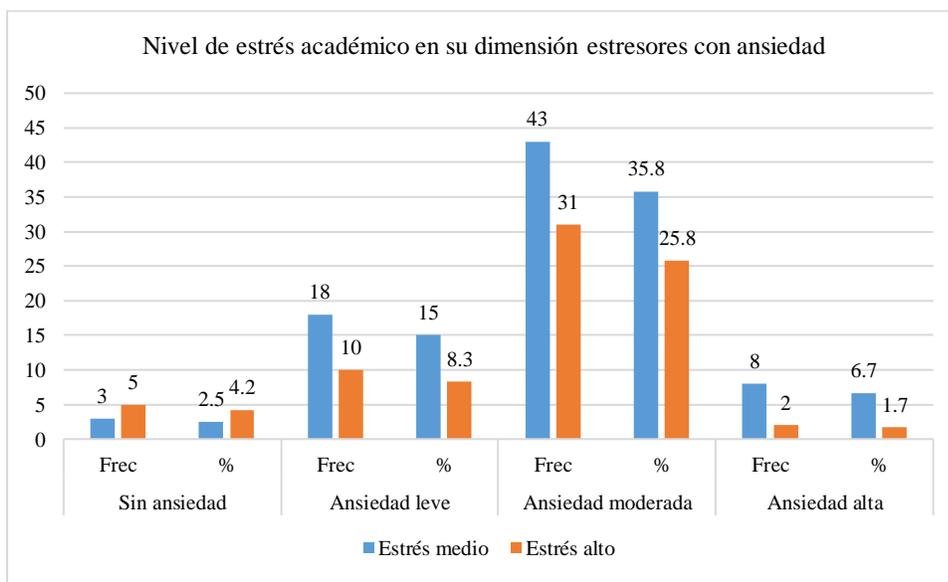
Tabla 2. Tablas cruzadas de relación de la dimensión estresores del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

Nivel de estrés académico en su dimensión estresores	Ansiedad								TOTAL	
	Sin ansiedad		Ansiedad leve		Ansiedad moderada		Ansiedad alta			
	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%
Estrés medio	3	2.5	18	15.0	43	35.8	8	6.7	72	60.0
Estrés alto	5	4.2	10	8.3	31	25.8	2	1.7	48	40.0
Total	8	6.7	28	23.3	74	61.7	10	8.3	120	100.0

Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

En la Tabla 2, se muestra que el nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión estresores con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 35.8% (Figura 2).

Figura 2. Dimensión estresores del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.



Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

Se analiza el segundo objetivo específico de identificar como la dimensión reacciones físicas se relaciona en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

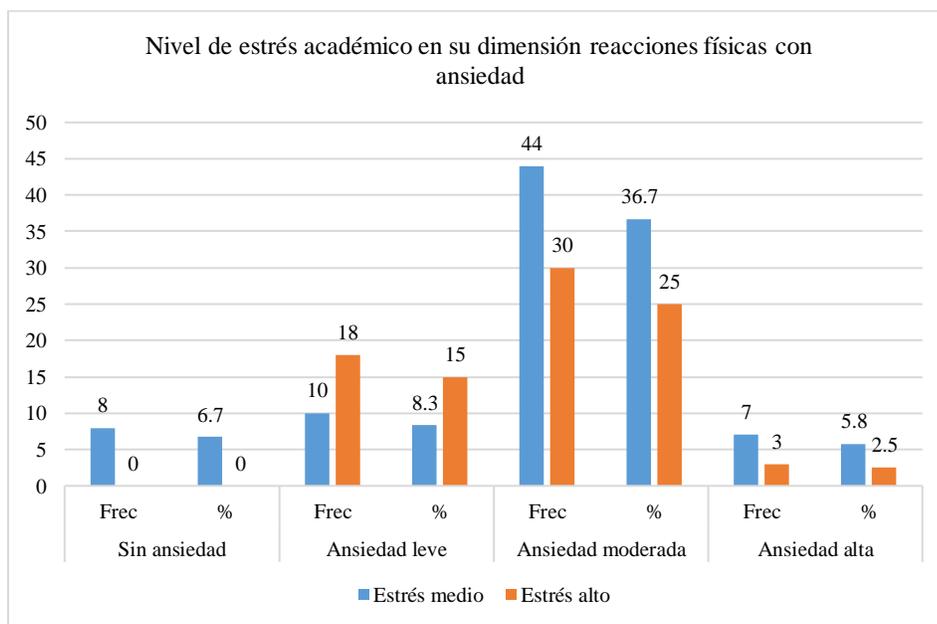
Tabla 3. Tablas cruzadas de relación de la dimensión reacciones físicas del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

Nivel de estrés académico en su dimensión reacciones físicas	Ansiedad								TOTAL	
	Sin ansiedad		Ansiedad leve		Ansiedad moderada		Ansiedad alta			
	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%
Estrés medio	8	6.7	10	8.3	44	36.7	7	5.8	69	57.5
Estrés alto	0	0.0	18	15.0	30	25.0	3	2.5	51	42.0
Total	8	6.7	28	23.3	74	61.7	10	8.3	120	100.0

Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

En la Tabla 3, se muestra que el nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión reacciones físicas con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 36.7% (Figura 3).

Figura 3. Dimensión reacciones físicas del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.



Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

Se analiza el tercer objetivo específico de identificar como la dimensión reacciones psicológicas se relaciona en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

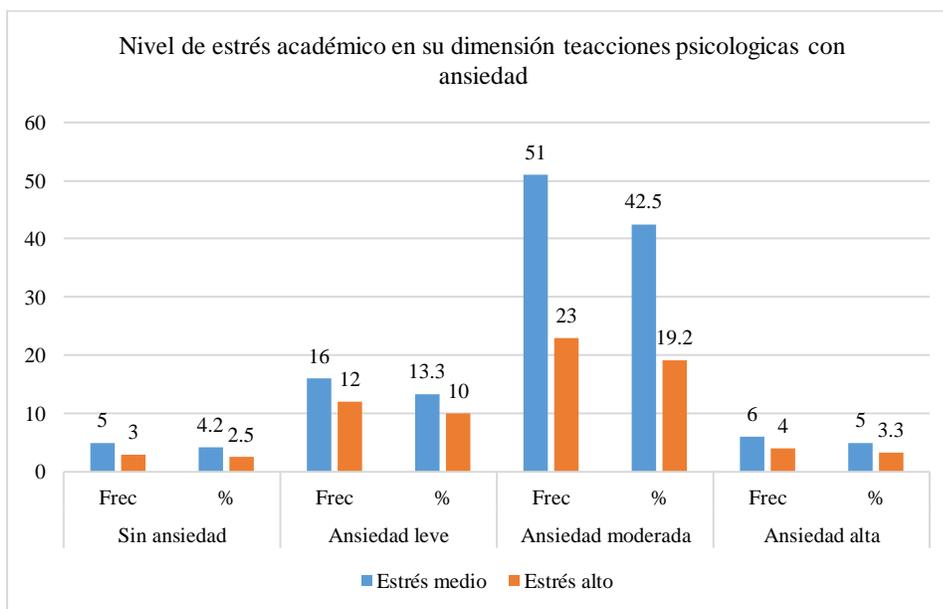
Tabla 4. Tablas cruzadas de relación de la dimensión reacciones psicológicas del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

Nivel de estrés académico en su dimensión reacciones psicológicas	Ansiedad								TOTAL	
	Sin ansiedad		Ansiedad leve		Ansiedad moderada		Ansiedad alta			
	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%
Estrés medio	5	4.2	16	13.3	51	42.5	6	5.0	78	65.0
Estrés alto	3	2.5	12	10.0	23	19.2	4	3.3	42	35.0
Total	8	6.7	28	23.3	74	61.7	10	8.3	120	100.0

Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

En la Tabla 4, se muestra que el nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión reacciones psicológicas con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 42.5% (Figura 4).

Figura 4. Dimensión reacciones psicológicas del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.



Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

Se analiza el cuarto objetivo específico de identificar como la dimensión reacciones comportamentales se relaciona en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

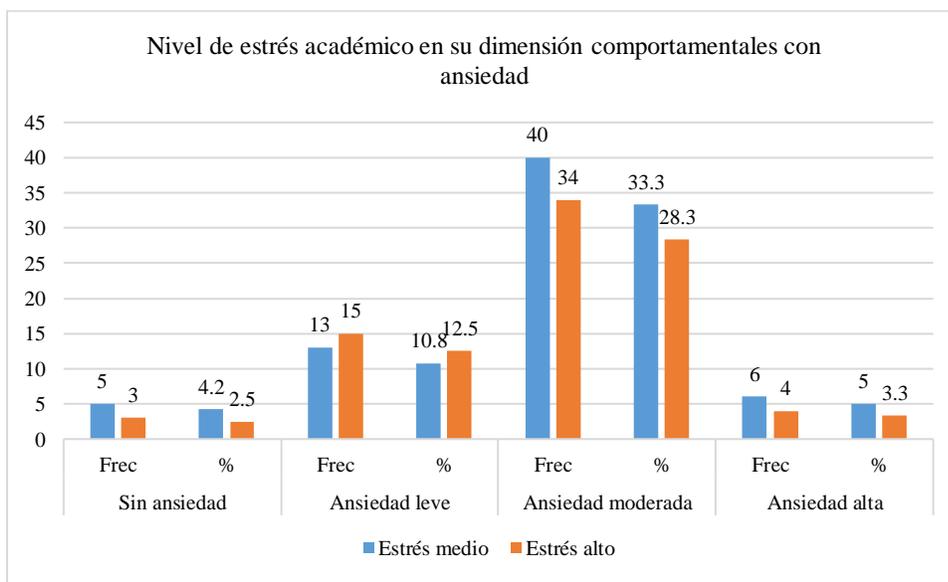
Tabla 5. Tablas cruzadas de relación de la dimensión reacciones comportamentales del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

Nivel de estrés académico en su dimensión reacciones comportamentales	Ansiedad								TOTAL	
	Sin ansiedad		Ansiedad leve		Ansiedad moderada		Ansiedad alta			
	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%
Estrés medio	5	4.2	13	10.8	40	33.3	6	5.0	64	53.3
Estrés alto	3	2.5	15	12.5	34	28.3	4	3.3	56	46.7
Total	8	6.7	28	23.3	74	61.7	10	8.3	120	100.0

Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

En la Tabla 5, se muestra que el nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión reacciones comportamentales con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 33.3% (Figura 5).

Figura 3. Dimensión reacciones comportamentales del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.



Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

4.3. Prueba de hipótesis

Hipótesis general

Hi: Existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de estrés académico con la Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

Tabla 6. Análisis de correlación de Spearman entre el nivel de estrés académico con la Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima.

		Correlaciones		
			Estrés académico	Ansiedad
Rho de		Coefficiente de correlación	1,000	0,904
	Estrés académico	Sig. (bilateral)	.	0,033
		N	120	120
Spearman		Coefficiente de correlación	0,904	1,000
	Ansiedad	Sig. (bilateral)	0,033	.
		N	120	120

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

En la tabla 6, el alfa es 0.033, y es menor a 0.005, indicando aceptar la hipótesis dada que existe relación estadísticamente significativa entre el estrés académico con la Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

Hipótesis específicos

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión estresores del nivel de estrés académico con la Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

Tabla 7. Análisis de correlación de Spearman entre la dimensión estresores del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

Correlaciones			
		Dimensión estresores	Ansiedad
Rho de Spearman	Coeficiente de correlación	1,000	0,832
	Dimensión estresores Sig. (bilateral)	.	0,037
	N	120	120
Spearman	Coeficiente de correlación	0,832	1,000
	Ansiedad Sig. (bilateral)	0,037	.
	N	120	120

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

En la tabla 7, el alfa es 0.037, y es menor a 0.005, indicando aceptar la hipótesis dada que existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de estrés académico en su dimensión estresores con la Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

H2: Existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión reacciones físicas del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

Tabla 8. Análisis de correlación de Spearman entre la dimensión reacciones físicas del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

Correlaciones			
		Reacciones físicas	Ansiedad
Rho de	Reacciones físicas	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	0,724
		N	.
Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	0,724
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	0,043
		N	120

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

En la tabla 8, el alfa es 0.043 y es menor a 0.005, indicando aceptar la hipótesis dada que existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de estrés académico en su dimensión reacciones físicas con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

H3: Existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión reacciones psicológicas del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

Tabla 9. Análisis de correlación de Spearman entre la dimensión reacciones psicológicas del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

Correlaciones				
			Reacciones psicológicas	Ansiedad
Rho de	Reacciones psicológicas	Coeficiente de correlación	1,000	0,611
		Sig. (bilateral)	.	0,041
		N	120	120
Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	0,611	1,000
		Sig. (bilateral)	0,041	.
		N	120	120

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

En la tabla 9, el alfa es 0.041 y es menor a 0.005, indicando aceptar la hipótesis dada que existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de estrés académico en su dimensión reacciones psicológicas con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

H4: Existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión reacciones comportamentales del nivel de estrés académico y la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

Tabla 10. Análisis de correlación de Spearman entre la dimensión reacciones comportamentales del nivel de estrés académico con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

		Correlaciones		
			Reacciones comportamentales	Ansiedad
Rho de	Reacciones comportamentales	Coeficiente de correlación	1,000	0,742
		Sig. (bilateral)	.	0,037
		N	120	120
Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	0,742	1,000
		Sig. (bilateral)	0,037	.
		N	120	120

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

En la tabla 10, el alfa es 0.037 y es menor a 0.005, indicando aceptar la hipótesis dada que existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de estrés académico en su dimensión reacciones comportamentales con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023.

4.4. Discusión de resultados

El nivel de estrés nivel de estrés académico con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 36.7%. Para Llorente et al. En 2021, dice que el 96,32% presentó estrés moderado 66,9 %, nivel medio 47,04%. El estrés más común fue: métodos de evaluación docente que producían sentimientos de depresión y tristeza, y. la estrategia más utilizada fue el control de emociones.

En el primer objetivo específico el nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión estresores con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 35.8%. Según González-Jaimes et al. en 2021, menciona que el 31,82% tiene síntomas de estrés moderado y severo, 5,9% de síntomas psicósomáticos, 36,3% de trastornos del sueño, 9,5% de disfunciones sociales y 4,9% de depresión; la ansiedad se observó en el 40,3% de los estudiantes universitarios más jóvenes, un porcentaje mayor en los hombres.

En el segundo objetivo específico el nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión reacciones físicas con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 36.7%. Para Ortiz et al. En 2018, dice que del primer al décimo nivel, donde muestra como resultado tanto del pretest como del posttest que la ansiedad como estado y rasgo no significa diferencias $p=.813$ y $p=.723$ en afrontamiento estrés académico dimensión $p= .17$ puede tener una relación más alta que estresor $p= .14$), la expresión de estrés académico en una situación académica estresante no es significativa $p = 160$ y $p = 36$, que muestra diferencias significativas en el pre test.

En el tercer objetivo específico el nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión reacciones psicológicas con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 42.5%. Según Limay et al. En 2020, dice que predomina la ansiedad leve 78,9%, seguida de la moderada 18,3% y finalmente la crónica 2,8%.

En el cuarto objetivo específico el nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión reacciones comportamentales con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 33.3%. Para Abanto y Caballero et al en 2018, dice que el 64,8% de los encuestados padecía depresión, el 76,1% ansiedad y el 68, % estrés. Esto es consistente con los informes de altas tendencias en todo el mundo, por lo tanto, una importante preocupación de salud pública. Para Aroste et al. en 2020, dice que el 53,3% ellos lo mencionaron como un factor estresante importante, seguido por estudiantes que temían cometer errores, ambos 42,7 %. En casos, la fuente de estrés más común es también la creencia de que no pueden ayudar al paciente, 30.7% en ambos casos, seguido de recibir queja en pacientes 30.2% en ambos casos.

CAPITULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- En nuestro estudio el nivel de estrés nivel de estrés académico con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 36.7%.
- El nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión estresores con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 35.8%.
- El nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión reacciones físicas con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 36.7%.
- El nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión reacciones psicológicas con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 42.5%.
- El nivel de estrés nivel de estrés académico en su dimensión reacciones comportamentales con la ansiedad, encontrándose que se tiene estrés académico medio con ansiedad moderada en 33.3%.

5.2. Recomendaciones

- Realizar campañas de prevención, talleres, incluyendo dinámicas de grupo y técnicas de relajación para ayudar a los estudiantes a sobrellevar altos niveles de estrés académico.
- Proporcionar a los estudiantes de primer grado consejos y estrategias para planificar sus horarios, estrategias de aprendizaje para evitar que ocurra estrés académico mientras se les brindan las habilidades de afrontamiento adecuadas.
- Una selección de estudiantes, particularmente los que están haciendo practicas pre profesionales aprendiendo a observar cambios en la variable de control en estudio. Estudio: edad, sexo mediante estudios longitudinales.
- Llevar a cabo nuevas investigaciones y ampliarlas en relacion con factores como la personalidad que pueden contribuir al estrés académico.

REFERENCIAS

1. Mamani J, Sánchez A. Nivel de estrés de los estudiantes de enfermería en las prácticas pre - profesionales facultad de enfermería de la universidad católica de santa maría. [internet]. Arequipa – Perú. 2019 [consultado el 13 de septiembre del 2022] Disponible en: <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/9695/60.1445.EN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

2. Huaraccay Yaranga, Ely. Nivel de estrés y ansiedad en estudiantes de la clínica estomatológica de la universidad alas peruanas. [internet] Ayacucho – Perú. 2021 [consultado el 13 de septiembre del 2022] Disponible en: [https://repositorio.uap.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12990/4789/Tesis Nivel Estr%C3%A9s Ansiedad.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uap.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12990/4789/Tesis_Nivel_Estr%C3%A9s_Ansiedad.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- 2020 Paitán Enríquez M, Monge Mansilla E. Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa particular. [internet] Huancavelica – Perú. [consultado el 13 de septiembre del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1843/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

3. García Flores, Gabriela. Estrés académico y su incidencia en la ansiedad de estudiantes de posgrado en una universidad de Lima Metropolitana, 2021. [internet] Lima – Perú. 2021

[consultado el 13 de septiembre del 2022] Disponible en:

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/83773/Garc%c3%ada_FG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

4. Polo Martínez, Robert. Propiedades Psicométricas de la Escala de Depresión, Ansiedad Y Estrés (DASS-21) en estudiantes universitarios de Chimbote. [internet] Chimbote – Perú. 2017

[consultado el 13 de septiembre del 2022] Disponible en:

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/10290/polo_mr.pdf?sequence=1&isAllowed=y

5. Chuquista Orsi, Katy. Estrategias de afrontamiento al estrés académico y ansiedad ante los exámenes en los estudiantes de la escuela profesional de Ingeniería Ambiental de la Universidad

Peruana Unión filial Tarapoto, 2018. [INTERNET] Tarapoto – Perú. 2019. [consultado el 13 de septiembre del 2022]. Disponible en:

https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2051/Katy_Tesis_Maestro_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

6. Álvarez Estrada J, Leiva Castañeda M. Ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Cajamarca. [internet] Cajamarca – Perú. 2022. [consultado el 13 de

septiembre del 2022]. Disponible en:

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/30846/%c3%81lvarez%20Estrada%2c%20>

Jhina%20Lilibeth%20-

%20Leiva%20Casta%20C3%20b1eda%20c%20Rita%20M%20c3%20a9lany.pdf?sequence=1&isAllowed=y

7. Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre de impactos en su salud mental por presión académica. RPP Noticias. 2018. Disponible en: <https://rpp.pe/vital/vivir-bien/hasta30-de-la-poblacion-universitaria-del-peru-sufre-de-impactos-en-su-salud-mental-por-presionacademica-noticia-1151266#:~:text=2018%2017%3A30->

,Hasta%2030%25%20de%20la%20poblaci%C3%B3n%20universitaria%20del%20Per%C3%BA%20sufre%20de,exigencia%20acad%C3%A9mica%20de%20la%20Universidad.

8. Gamboa Villano, Leonor. Estrés académico en estudiantes del tercer año de secundaria en la I.E.P Señor de Burgos, Puente Piedra 2020. [internet] Lima – Perú. 2020. [consultado el 13 de septiembre del 2022]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/57724/Gamboa_VLV-](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/57724/Gamboa_VLV-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

9. Lapa Leandro, Jhoselin. Rol Mediador de la Ansiedad en la Relación del Estrés Percibido sobre la Agresividad en Estudiantes Universitarios Peruanos. [internet] Lima – Perú. 2021.

[consultado el 13 de septiembre del 2022]. Disponible en:

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/73111/Lapa_LJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

10. Campos Tumes, Josué. Ansiedad y estrés académico ante el examen nacional de medicina en estudiante de universidad privada. [internet] Lima – Perú. 2021. [consultado el 22 de septiembre del 2022]. Disponible en:

<http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/3293/T.%20TPMH%20%20-%20CAMPOS%20TUMES%20JOSUE%20ENMANUEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

11. Timoteo Mauricio, Yaclyn. Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”, 2021. [internet] Piura – Perú. 2021. [consultado el 22 de septiembre del 2022]. Disponible en: [file:///C:/Users/h/Downloads/Timoteo-MYS-SD%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/h/Downloads/Timoteo-MYS-SD%20(2).pdf)

2021 Rojas Conde, William. Ansiedad y estrés académico en estudiantes del primer año de una escuela superior de formación artística pública Ayacucho, 2020. [internet] Lima – Perú. [consultado el 22 de septiembre del 2022]. Disponible en:

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/55696/Rojas_CW-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

12. Campos Burga M, Romero Montenegro, F. Nivel de ansiedad en estudiantes de medicina de una universidad lambayecana. [internet]. Pimental – Perú. 2022. [consultado el 22 de septiembre del 2022]. Disponible en:

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9608/Campos%20Burga%20Marjorie%20%26%20Romero%20Montenegro%20Fernando.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

13. Ania Ayuque Loayza. Nivel de depresión, ansiedad y estrés, contexto covid-19, de profesionales de la salud según escala dass-21, hospital militar central. [internet] Lima – Perú. 2022. [consultado el 22 de septiembre del 2022] Disponible:

https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/5074/T030_43538766_T%20AYUQUE%20LOAYZA%20ANIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

2022 Cabrera Obregón, Gerbacio Solorzano, Isidro Espinoza. “Factores estresores asociados al estrés académico en los internos de la facultad de enfermería” [internet] Huánuco – Perú. [consultado el 22 de septiembre del 2022]. Disponible en:

<http://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/7152/TEN01191C12.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

14. Silva MF, López JJ y Columba ME. Estrés académico en estudiantes universitarios. Investigación y Ciencia. 2020;28(79):75-83. [fecha de Consulta 5 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>

15. Escobar ER, Soria BW, López GF, Peñafiel D. Manejo del estrés académico. Atlante 2018. [fecha de Consulta 5 de octubre de 2022]. Disponible en: https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estresacademico.html?fb_comment_id=1881566745289288_4030013307111277
16. Sheyla Maldonado, Mishel Muñoz. Estrés académico y modos de afrontamiento del estrés en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este. [internet] Lima – Perú. 2019. [consultado el 5 de octubre del 2022]. Disponible en: https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1723/Sheyla_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
17. Carlos, Perlacios Cruz. Factores asociados al estrés académico en estudiantes universitarios. [internet] Arequipa – Perú. 2020. [consultado el 5 de octubre del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/11212/UPpecrce.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
18. Lourdes, Rivero Rojas. Nivel de estrés académico en los estudiantes de medicina de la universidad privada san juan bautista. [internet]. Lima – Perú. 2019. [consultado el 5 de octubre del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/2170/T-TPMC-FRANCINETH%20LOURDES%20RIVERO%20ROJAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

19. Jhon, Julcarima Raqui. Estrés y rendimiento académico en estudiante de un centro pre universitario en Tarma. [internet] Tarma – Perú. 2020. [consultado el 5 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14095/798/Jhon%20Misael%20Julcarima%20Raqui%20-%20Estr%20c3%a9s%20Rendimiento.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
20. Alisson, Medina Lopez. Nivel de estrés y los estresores en los estudiantes del ix al x ciclo de la escuela profesional de enfermería universidad privada san juan bautista sede chorrillos. [internet] Lima – Perú. 2018. [consultado el 5 de octubre del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/1751/T-TPLE-Alison%20Jasmin%20Medina%20Lopez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
21. Prisca Rodrich Zegarra. Autoestima y ansiedad estadorasgo en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima. [internet] Lima – Perú. 2019. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10295/Rodrich_Zegarra_Alejandra.pdf?sequence=2&isAllowed=y
22. Yanet Anhelía Pomalía . Ansiedad estado rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada de Lima. [internet]. Lima – Perú. 2018. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: https://repositorio.uap.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12990/6128/Tesis_ansiedad.estado.Rasgo_estudiantes%20Universitarios_Univ.P%20c3%bablica%20y%20Privada_Lima.pdf?sequence=1&isAllowed=y

23. Santiago, Requena Hefner. Nivel de ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de estomatología de la universidad inca Garcilaso de la vega. [internet] Lima – Perú. 2022. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/6276/Tesis%20Santiago%20Requena.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
24. Geraldine Huillca Sancho. Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad pública y privada de lima metropolitana. [internet], Lima – Perú. 2019. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/5381/HUILLCA_SG.pdf?sequence=3&isAllowed=y
25. Yakira, Perez Porras. Prevalencia de sintomatología de ansiedad y depresión en alumnos de enfermería de la universidad señor de sipán pimentel. [internet]. Pimentel – Perú. 2020. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/7824/P%c3%a9rez%20Porras%20Yakira.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
26. Mayoclinic.org. Trastornos del sueño. [internet]. 2021. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://www.google.com/search?q=TRANSTORNOS+DEL+SUE%C3%91O&oq=TRANST>

ORNOS+DEL+SUE%C3%91O&aqs=chrome..69i57j0i10i433i512j0i10i51218.5844j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8

27. MayoClinic.org. Síndrome de fatiga crónica. [internet]. 2022. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/chronic-fatiguesyndrome/symptoms-causes/syc-20360490#:~:text=El%20s%C3%ADndrome%20de%20fatiga%20cr%C3%B3nica,no%20mejora%20con%20el%20descanso.>

28. Medlineplus.gov. Dolor de cabeza. [internet]. 2021. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003024.htm>

29. Medlineplus.gov. Enfermedades digestivas. [internet]. 2021. [consultado el 6 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/007447.htm>

30. Telefarmacia. Onicofagia. [internet]. 2019]. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://telefarmaciaapp.com/onicofagia/#:~:text=La%20onicofagia%20es%20un%20s%C3%ADndrome,est%C3%A9ticos%2C%20sociales%20o%20de%20salud.>

31. Medlineplus.gov. Somnolencia. [internet]. 2021. [consultado el 6 de octubre del 2022] Disponible en:

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003208.htm#:~:text=La%20somnolencia%20se%20refiere%20a,pueden%20generar%20problemas%20de%20seguridad.>

32. Colaboradores de Wikipedia. Inquietud. [en línea]. Wikipedia, La enciclopedia libre, 2022. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Especial:Citar&page=Inquietud&id=144971629&wpFormIdentifier=titleform>
33. MayoClinic.gov. Depresión. [internet]. 2022. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/depression/symptomscauses/syc-20356007>
34. MayoClinic.gov. Trastorno de ansiedad generalizada. [internet]. 2021. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseasesconditions/generalized-anxiety-disorder/symptoms-causes/syc-20360803>
35. TopDoctors. Falta de concentración. [internet]. 2020. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://www.topdoctors.es/articulos-medicos/falta-de-concentracion-quepuede-provocarla#>
36. SEMI. Agresividad. [internet]. 2021. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en:

<https://www.fesemi.org/informacion-pacientes/conozca-mejor-suenfermedad/agresividad#:~:text=La%20agresividad%20es%20un%20estado,f%C3%ADsica%20y%20o%20psicol%C3%B3gicamente%20a%20alguien.>

37. CESUMA. ¿Qué es un conflicto? [internet]. 2022. [consultado el 6 de octubre del 2022].

Disponible en: <https://www.cesuma.mx/blog/que-es-unconflicto.html#:~:text=El%20conflicto%20es%20la%20forma,por%20encima%20de%20las%20reglas>

38. Colaboradores de Wikipedia. Aislamiento. [en línea]. Wikipedia, La enciclopedia libre, 2022. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Especial:Citar&page=Aislamiento_social&id=140636681&wpFormIdentifier=titleform

39. Colaboradores de Wikipedia. Apatía. [en línea]. Wikipedia, La enciclopedia libre, 2022.

[Consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://es.wikipedia.org/wiki/Apat%C3%ADa>

40. Eldiario.es. Consumo responsable de alimento: salud, medio ambiente y desarrollo social. [internet]. 2017. [consultado el 6 de octubre del 2022]. Disponible en:

https://www.eldiario.es/andalucia/consumoresponde/alimentacion-saludableresponsable_132_3406760.html

41. Hernández Sampieri. Metodología de la investigación. [Internet]. Ciudad de Mexico-Mexico. 2014 (consultado el 20 de marzo del 2023) Disponible en: <https://www.uca.ac.cr/wpcontent/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
42. Sampieri, Mendoza. Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. [Internet]. Ciudad de Mexico-Mexico. 2018 (consultado el 20 de marzo del 2023). Disponible en: http://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/wpcontent/uploads/2019/02/RUDICSv9n18p92_95.pdf
43. Nicomedes Esteban. Tipos de investigación. [internet]. Perú-Lima. 2018. (consultado el 27 de marzo del 2023). Disponible en: <http://repositorio.usdg.edu.pe/bitstream/USDG/34/1/Tipos-de-Investigacion.pdf>
44. Fraticelli, Gonzales, Uribe, Moreno y Orengo. Investigación: Diseño, construcción y validación de una escala para medir los factores psicosociales y la sintomatología orgánica en el área laboral. [internet]. Puerto Rico. 2018 (consultado el 27 de marzo del 2023). Disponible en: <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/622/454>
45. Casas Anguita. La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos. [internet]. Perú- Lima. 2003 (consultado el 16 de abril del

2023) Disponible en:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656703707288?via%3Dihub>

46. Sanchez Carlessi. Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. [internet]. Peru-Lima. 2018 (consultado el 16 de abril del 2023). Disponible en:

<https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

FORMULACIÓN DE PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DISEÑO METODOLÓGICO
<p>PROBLEMA GENERAL ¿Cómo el nivel de estrés académico se relaciona con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS ¿Como la dimensión estresores influye en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener? ¿Como la dimensión reacciones físicas influye en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener? ¿Como la dimensión reacciones psicológicas influye en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener? ¿Como la dimensión reacciones comportamentales influye en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar cómo el nivel de estrés académico se relaciona con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS Identificar como la dimensión estresores influye en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener. -Identificar como la dimensión reacciones físicas influye en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener. -Identificar como la dimensión reacciones psicológicas influye en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener. -Identificar como la dimensión reacciones comportamentales influye en el nivel de estrés académico y ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL Hi: Existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023 Ho: No existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICOS Hi: Existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión estresores del estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023. Hi: Existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión reacciones físicas del estrés académico y la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023. Hi: Existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión reacciones psicológicas del estrés académico y la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023 Hi: Existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico y la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023</p>	<p>VARIABLE 1 Estrés académico</p> <p>DIMENSIONES Estresores personales Estresores académicos</p> <p>VARIABLE 2 Ansiedad</p> <p>DIMENSION Reacciones físicas Reacciones psicológicas Reacciones comportamentales</p>	<p>1. TIPO DE INVESTIGACIÓN Aplicada 2. DISEÑO No experimental 3. ESTUDIO Transversal 4. Población En el presente estudio está conformada por estudiantes de IX ciclo de la EAP de enfermería que empiezan las practicas pre profesionales de la Universidad Norbert Wiener, que constituyen un total de 120 estudiantes. Será una muestra censal</p>

ANEXO 2: INSTRUMENTO

Inventario de Estrés Académico SISCO SV

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

SI

NO

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

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

1	2	3	4	5

3. Dimensión estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

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

A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos estudiantes. Responde, tomando en consideración la siguiente escala de valores

¿Con qué frecuencia te estresas?

ESTRESORES	N	RV	AV	CS	S
1.La competitividad con o entre mis compañeros de clases					
2.La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días.					
3.La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases					
4.La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc.					
5.El nivel de exigencia de mis profesores/as					

6.El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en Internet etc.)					
7. Que me enseñen profesores/as muy teóricas/as.					
8. Mi participación en clase (conectarme a la clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.).					
9. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as.					
10. La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación.					
11. Exposición de un tema ante la clase.					
12. La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as.					
13. Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenida de la asignatura y/ manejo de tecnología).					
14. Asistir a conectarme a clases aburridas a monótonas.					
15. No entender los temas que se abordan en la clase					

INDICADORES	SI	NO
Considera un factor estresor		
Competencia con los compañeros		
Sobrecarga de tareas		
La personalidad y el carácter del profesor		
Las evaluaciones		
Tipo de trabajo		
No entender los temas abordados en la clase		
Participación en clase		
Tiempo limitado para hacer los trabajos		
Se evidencian reacciones físicas		
Trastorno del sueño		
Fatiga crónica		
Dolores de cabeza		
Problemas digestivos		
Morderse las uñas		
Somnolencia		
Reacciones psicológicas		
Inquietud		
Sentimientos de depresión: tristeza, pérdida, ira o frustración		
Ansiedad, angustia o desesperación		
Problemas de concentración		
Sentimientos de agresividad		
Reacciones comportamentales		
Conflictos o tendencias a discutir		
Aislamiento		

Desgano		
Aumento o reducción del consumo de alimentos.		

ESCALA DE AUTOVALORACIÓN DE LA ANSIEDAD SEGÚN ZUNG

Lea cada uno de los ítems atentamente, e indique cuanto le ha afectado en la última semana incluyendo hoy.

N	Items	Poco tiempo	Algo de tiempo	Buena parte del tiempo	Gran parte del tiempo
1	Me más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.				
2	Me siento con temor sin razón.				
3	Despierto con facilidad o siento pánico.				
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.				
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede suceder				
6	Me tiemblan las manos y las piernas.				
7	Me mortifican los dolores de la cabeza, cuello o cintura.				
8	Me siento débil y me canso fácilmente.				

9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.				
10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.				
11	Sufro de mareos.				
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.				
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente				
14	Se me adormecen o me hincan los dedos de las manos y pies.				
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.				
16	Orino con mucha frecuencia.				
17	Generalmente mis manos están sacas y calientes.				
18	Siento bochornos.				
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso durante la noche				
20	Tengo pesadillas.				

ANEXO 3: Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO DE UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Institución Universidad Norbert Wiener

Investigador:

Título: Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023

Propósito del Estudio: Determinar cómo el nivel de estrés académico se relaciona con la ansiedad en los estudiantes que empiezan las practicas pre – profesionales de la Universidad Norbert Wiener.

Procedimientos:

SI usted desea participar en este estudio se evaluará lo siguiente:

- Leer detenidamente todo el documento y participar voluntariamente.
- Responder todas las preguntas formulas en la encuesta.
- Firmar el consentimiento informado

La encuesta puede demorar entre 20 a 30 min y los resultados de la encuesta se le entregaran a usted de forma individual o almacenaran respetando la confidencialidad y anonimato.

Riesgos: Ninguno, solo se le pide responder la encuesta.

Beneficios: Usted se beneficiará al conocer los resultados de la investigación por los medios más adecuados (de manera individual o grupal) que le puede ser de mucha utilidad en su actividad profesional.

Costos e incentivos:

Usted no deberá pagar nada por la participación. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico a cambio de su participación).

Confidencialidad:

Guardare toda la información con códigos mas no con nombres. Si los resultados de este estudio son publicados no se mostrará ninguna información que muestre su identificación de usted.

Derechos del paciente:

Si usted se sienta incomodo al momento de realizar la encuesta, puede dejarlo sin preocupación. Si tiene alguna inquietud o molestia no dude en preguntar al personal de estudio. Puede comunicar con Rosales Arbaiza Andrea al 970049878.

Consentimiento:

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo que cosas puede pasar si participo en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar, aunque

yo haya aceptado.

Participante:

Nombre

Investigador:

Reporte de similitud TURNITIN

● 18% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 10% Base de datos de Internet
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de Crossref
- Base de datos de contenido publicado de Crossi
- 14% Base de datos de trabajos entregados

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	uwiener on 2023-10-26 Submitted works	2%
2	Submitted on 1691609147582 Submitted works	2%
3	hdl.handle.net Internet	2%
4	uwiener on 2023-11-16 Submitted works	2%
5	uwiener on 2023-03-29 Submitted works	<1%
6	uwiener on 2023-05-18 Submitted works	<1%
7	uwiener on 2023-10-26 Submitted works	<1%
8	Universidad Wiener on 2022-11-15 Submitted works	<1%