



**Universidad  
Norbert Wiener**

**Facultad de Ciencias de la Salud**

**Escuela Académico Profesional de Tecnología Médica**

**Somnolencia diurna y su relación al estrés académico  
en estudiantes de una universidad privada en el tiempo  
de pandemia, 2022**

**Tesis para optar el título profesional de Licenciada en  
Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación**

**Presentado por:**

Kyunghoon, Bok

**Código ORCID: 0000-0002-8038-3309**

**Asesor: Mg. Chero Pisfil, Santos Lucio**

**Código ORCID: 0000-0001-8684-6901**

**Lima - Perú**

**2022**

**Tesis**

“SOMNOLENCIA DIURNA Y SU RELACIÓN AL ESTRÉS ACADÉMICO EN  
ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA EN EL TIEMPO DE  
PANDEMIA, 2022”

**Línea de investigación**

Salud, enfermedad y ambiente

**Asesor:**

MG. CHERO PISFIL, SANTOS LUCIO

**Código ORCID**

0000-0001-8684-6901

## **Dedicatoria**

El presente trabajo de investigación dedico para la sociedad científica del mundo, los Tecnólogos Médicos en Terapia Física y Rehabilitación del Perú.

Además dedico para mi familia y mi querida patria, la República de Corea. Espero que pueda servir como un antecedente de estudio para la futura generación de investigadores.

Kyunghoon Bok

## **Agradecimiento**

Agradezco a la casa de estudio, Universidad Privada Norbert Wiener, por su servicio de educación superior para la formación profesional de mi carrera.

A mi asesor Mg. Chero Pisfil Santos Lucio por su apoyo y sus enseñanzas. También a la Dra. Arispe Albuquerque Claudia Milagros.

Kyunghoon Bok

## ÍNDICE

<b>Dedicatoria.....</b>	<b>iii</b>
<b>Agradecimiento.....</b>	<b>iv</b>
<b>Resumen.....</b>	<b>vii</b>
<b>i</b>	
<b>Abstract.....</b>	<b>i</b>
<b>x</b>	
<b>Introducción.....</b>	
<b>x</b>	
<b>CAPÍTULO I: PROBLEMA.....</b>	<b>1</b>
1.1. Planteamiento del problema.....	1
1.2. Formulación del problema.....	3
1.2.1.    Problema general.....	3
1.2.2.    Problema específico.....	3
1.3. Objetivos de la investigación.....	4
1.3.1.    Objetivo general.....	4
1.3.2.    Objetivo específicos.....	4
1.4. Justificación de la investigación.....	5
1.4.1.    Teórica.....	
5	
1.4.2. Metodológica.....	5

1.4.3. Práctica.....	5
1.5. Limitaciones de la investigación.....	6
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>7</b>
2.1. Antecedentes de la investigación.....	7
2.2. Bases teóricas.....	13
2.3. Formulación de hipótesis.....	15
2.3.1. Hipótesis general.....	15
2.3.2. Hipótesis específicas.....	15
<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....</b>	<b>17</b>
3.1. Método de investigación.....	17
3.2. Enfoque de la investigación.....	17
3.3. Tipo de investigación.....	18
3.4. Diseño de la investigación.....	18
3.5. Población, muestra y muestreo.....	19
3.6. Variables y operacionalización.....	21
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	24
3.7.1. Técnica.....	2
4	
3.7.2. Descripción.....	25
3.7.3. Validación.....	28

3.7.4. Confiabilidad.....	2
9	
3.8. Procesamiento y análisis de datos.....	30
3.9. Aspectos éticos.....	30
<b>CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....</b>	<b>31</b>
4.1. Resultados.....	31
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados.....	32
4.1.2. Prueba de hipótesis.....	38
4.1.3. Discusión de resultados.....	44
<b>CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	
5.1. Conclusiones.....	46
5.2. Recomendaciones.....	47
<b>REFERENCIA.....</b>	<b>48</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>5</b>
<b>4</b>	
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	54
Anexo 2: Instrumentos.....	56
Anexo 3: Validez y confiabilidad del instrumento.....	60

Anexo 4: Aprobación de comité de ética.....	61
Anexo 5: Formato de consentimiento informado.....	62
Anexo 6: Informe del asesor de turnitin.....	63

## **Resumen**

Dormir es un acto de primera necesidad humana y un estado fisiológico esencial para obtener los beneficios reparativos del sueño. Cuando opta una mala higiene del sueño;



presentan sensaciones de cansancio mental, irritabilidad y capacidad de atención afectando las actividades de la vida diaria como la somnolencia diurna. Y en otro lado, el estrés académico en estudiantes universitarios produce desequilibrio de salud física, psicológica y conductual que produce los síntomas como la ansiedad, tensión, insomnio, disminución del sistema inmunológica, etc. Objetivo: Determinar cuál es la relación que existe entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia. Método: Estudio tipo básico, transversal, descriptivo, correlacional; conformada por una muestra de 82 estudiantes de fisioterapia con un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se utilizó la escala de Epworth para la somnolencia diurna y el inventario SISCO SV-21 para el estrés académico. Programa estadístico, Excel y SPSS versión 25. Resultado: la media de somnolencia diurna es  $9,05 \pm 3,839$  de los cuales 56,1% fue el grado leve y 17,1% presentaron el grado moderado; la media del estrés académico fue  $54,93 \pm 11,786$  de los cuales 26,8% presentaron nivel ligero, 39% tuvieron el nivel moderado y 34,1% tuvieron el nivel severo. Conclusión: Se concluye que si existe una correlación positiva baja entre somnolencia diurna y estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022, con un coeficiente Rho Spearman de 0.376 y un nivel de significancia de 0.001 siendo menor a p valor de 0.05.

Palabras claves: somnolencia diurna, estrés académico, estudiantes universitarios

### **Abstract**

Sleeping is an act of primary human need and an essential physiological state to obtain the reparative benefits of sleep. When poor sleep hygiene is chosen, it presents

sensations of mental fatigue, irritability and attention span affecting daily life activities such as daytime sleepiness. On the other hand, academic stress in university students produces physical, psychological and behavioral health imbalance that produces symptoms such as anxiety, tension, insomnia, decrease of the immune system, etc. Objective: To determine the relationship between daytime sleepiness and academic stress in physical therapy students. Method: Basic study, cross-sectional, descriptive, correlational; conformed by a sample of 82 physical therapy students with a non-probabilistic sampling by convenience. The Epworth scale for daytime sleepiness and the SISCO SV-21 inventory for academic stress were used. Statistical program, Excel and SPSS version 25. Results: the median of daytime somnolence was  $9.05 \pm 3.839$  of which 56.1% were mild and 17.1% were moderate; the median of academic stress was  $54.93 \pm 11.786$  of which 26.8% were mild, 39% were moderate and 34.1% were severe. Conclusion: It is concluded that there is a low positive correlation between daytime sleepiness and academic stress in physiotherapy students of the Norbert Wiener Private University in time of pandemic, Lima - 2022, with a Rho Spearman coefficient of 0.376 and a significance level of 0.001 being less than p value 0.05.

Key words: daytime sleepiness, academic stress, university students

## **Introducción**

En presente investigación está estructurado por cinco capítulos donde cada capítulo se trata de siguiente manera:

Problema, el capítulo I está conformado por el planteamiento de problema, formulación del problema general y específicas, justificación teórica, metodológica y práctica, delimitaciones y limitaciones de la investigación.

Marco teórico, el capítulo II está conformado por los antecedentes de la investigación tanto nacionales e internacionales, bases teóricas, formulación de la hipótesis general y específica.

Metodología, el capítulo III está conformado por el método de investigación, enfoque de la investigación, tipo de investigación, diseño de la investigación, población, muestra y muestreo, variables y operacionalización, técnicas e instrumentos de recolección de datos tanto técnica, descripción, validación y confiabilidad, procesamiento y análisis de datos y aspectos éticos.

Presentación y discusión de los resultados, el capítulo IV está conformado por resultados tanto el análisis descriptivo, prueba de hipótesis y discusión de resultados.

En el capítulo V está conformado por conclusiones y recomendaciones.

Y finalmente están las referencias bibliográficas y los anexos como matriz de consistencia, instrumentos, validez y confiabilidad del instrumento, aprobación de comité de ética, formato de consentimiento informado e informe del asesor de turnitin.

## **CAPÍTULO I: PROBLEMA**

### **1.1. Planteamiento del problema**

En el tiempo de la pandemia de COVID-19, desde el año 2020 ha generado muchos cambios en el mundo, tenían que afrontar el confinamiento por órdenes gubernamentales causando que se incremente diversos problemas sociales, económicos, políticos y culturales como el desempleo, la desocupación, la corrupción, el deterioro de la salud física y emocional (1). Además, en el ambiente académico de los estudiantes universitario para evitar las aglomeraciones en el tiempo de pandemia adoptó que el sistema educativa cambie en manera virtual, lo cual coadyuvó a otras limitaciones como los problemas de accesibilidad y conectividad y nuevas formas de aprendizaje, las exigencias y demandas académicas propias de la educación superior, problemas de conectividad, accesibilidad y actitudes poco favorables hacia esta nueva forma de desarrollar las clases (2).

El estrés se manifiesta en diversas maneras como el enojo, frustración, ansiedad, apatía, alejamiento social, conflictos, pensamiento impotente, dificultad de lidiar con situaciones, y comportamientos diversos (3). Se han visto influenciados que la carencia en los modelos académicos virtual y las modificaciones en su dinámica social, generan un alto impacto en la salud mental y emocional. En comparación entre la educación presencial y virtual, el entorno virtual limitaría el desarrollo psicosocial (4). En revisión sobre el estrés académico en España 91,7% presentaron el estrés académico, siendo el mayor predominio en sexo femenino 56,41% (5). En Argentina 98,3 % tuvieron el estrés académico de lo cual 88,81 fueron la intensidad alta de estrés (6). En Perú, chota 51,6% de mujeres presentaron el estrés académico, mientras 48,6% en los hombres (7).

Dormir es un acto de primera necesidad humana y un estado fisiológico esencial para obtener los beneficios reparativos del sueño. (8) Cuando opta una mala higiene del sueño, presentan sensaciones de cansancio mental, irritabilidad y capacidad de atención afectando las actividades vida diaria. Estudiantes universitarios, debido a las altas exigencias académicas, responsabilidades, deberes, actividades, circunstancias sociales y personales que rodean a esta población, así como a muchos factores que pueden afectar negativamente su sueño. En consecuencia, conlleva la presencia de la somnolencia diurna excesiva que es un signo de privación del sueño (9). En Honduras se presentó 40,4% de somnolencia diurna el grado moderado y 10,1% de grado severo (10), mientras tanto en Colombia 70,3 % somnolencia leve o moderada (11), en Bolivia 15,7% somnolencia mínima, 4,9% moderada y 3% severa (8), y en Perú 67,9 % presentó leve y 16,4% la moderada (9).

Es así como la presente investigación tiene una finalidad de identificar la relación entre somnolencia diurna excesiva y estrés académico que tienen un fuerte impacto en nuestra actualidad de la pandemia de Covid-19. Ya que los estudiantes universitarios esmeran considerablemente para cumplir con las actividades académicas algunos hasta sacrifican las horas de dormir que conlleva una alteración del sueño como la somnolencia diurna excesiva.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema General**

- ¿Cuál es la relación que existe entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?

### **1.2.2. Problemas Específicos**

- ¿Cuál es la prevalencia de somnolencia diurna en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?
- ¿Cuál es la prevalencia del estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión normal de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión leve de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión moderada de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión severa de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?

### **1.3.Objetivo**

### **1.3.1. Objetivo general**

- Determinar cuál es la relación que existe entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Determinar cuál es la prevalencia de somnolencia diurna en estudiantes de fisioterapia.
- Determinar cuál es la prevalencia del estrés académico en estudiantes de fisioterapia.
- Determinar cuál es la relación entre de la dimensión normal de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia.
- Determinar cuál es la relación entre la dimensión leve de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia.
- Determinar cuál es la relación entre la somnolencia diurna en dimensión moderada y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia.
- Determinar cuál es la relación entre la dimensión severa de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia.

## **1.4. Justificación**

#### **1.4.1. Teórica:**

El presente estudio se justificó de manera teórica, ya que está enfocado a identificar la relación que existe entre la somnolencia diurna y el estrés académico, es decir en qué dimensión de la somnolencia diurna tiene mayor relación con el estrés académico en los estudiantes universitarios en el tiempo de la pandemia de COVID-19. Según Rosales Edmundo (2010), “la somnolencia es tendencia de quedarse dormido de lo cual la causa más común es de privación del sueño” (12) y según Pin Gonzalo (2008), “la somnolencia interfiere con el funcionamiento diurno normal, las tareas sociales o la calidad de vida” (13).

#### **1.4.2. Metodológica:**

El estudio se justificó de manera metodológica, ya que para la recolección de datos se aplicó los siguientes instrumentos cuales son “el cuestionario de somnolencia diurna de escala de Epworth” de Johns Murray y “el inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico en Segunda Versión de 21 ítems (SISCO SV-21)” de Arturo Barraza que son test de Gold standard. Además, para la estadística se usó SPSS25 y Excel, y programas como el coeficiente de Alfa de Cronbach, R de Pearson y Rho de Spearman.

#### **1.4.3. Práctica:**



Y finalmente se justificó de manera práctica, debido a los resultados obtenidos en la relación entre la somnolencia diurna excesiva y el estrés académico en tiempo de pandemia, dejando un aporte científico a la sociedad y comunidad universitaria; permitiendo que pueda tener el conocimiento para mejorar y prevenir, además con una finalidad de que pueda implementar y tomar las medidas suficientes en el ambiente académico de dichas variables mencionados.

### **1.5. Limitaciones de la investigación:**

Las limitaciones de presente estudio que se pudiera presentar son falta de antecedentes relacionado directamente al tema de investigación entre la somnolencia diurna con la escala de Epworth y el estrés académico con nueva versión, SISCO SV-21; encontraron las investigaciones similares, pero que tratan de ellas de manera separado o que había aplicado el instrumento de recolección de dato para el estrés académico en versión antiguo.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes**

#### **2.1.1. Antecedentes nacionales**

Diaz A, (2019). En su tesis tuvo como el objetivo “determinar la relación entre el estrés académico y la somnolencia diurna en alumnos de fisioterapia de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2018”. Estudio cuantitativo, no experimental, corte transversal, descriptivo, correlacional, prospectivo. Estudió con una muestra de 100 alumnos de fisioterapia. Cuyo el instrumento aplicó el Inventario de SISCO (estrés académico) y el cuestionario de Epworth (somnolencia diurna). Utilizó el SPSS 23 para la estadística. Tuvieron como el resultado “ $44.57 \pm 13.74$  de estrés académico, de los cuales 71% de tipo moderado, 21% leve y 8% profundo; mientras  $9.56 \pm 3.78$  de somnolencia diurna, de los cuales el 62% ligera y 15% moderada”. Se concluye que “la relación entre el estrés académico y la somnolencia diurna en alumnos universitarios hay una correlación positiva baja, con un coeficiente de 0,376 (Rho de Spearman) y  $0.000 < p$ -valor de 0.005 (nivel de significancia)” (14).

Chero S, Diaz A, et al. (2020). En su investigación tuvo como el objetivo “describir la relación entre la somnolencia diurna y la inteligencia emocional en alumnos de una universidad”. Estudio cuantitativo, descriptivo y correlacional. Estudió con una muestra de 140 estudiantes de fisioterapia del 6° al 10° ciclo, en la Universidad Norbert Wiener, Lima, Perú. Aplicaron la escala de Epworth (somnolencia diurna), y la escala de Trait Meta Mood (inteligencia emocional). Utilizó la prueba Rho de Spearman para correlacionar

estadísticamente las variables. Tuvieron como resultado que “ $9,95 \pm 3,6$ , de los cuales 69,65% fueron tipos ligeros y 12,5% tipo moderado. Además tuvo  $p=0,058$  (correlación negativa débil), la relación entre ambas variables”. Se concluye que “la somnolencia diurna genera unas consecuencias en el comportamiento de las reacciones comprendidas por la inteligencia emocional. Los alumnos de fisioterapia tuvieron la somnolencia diurna ligera e inteligencia emocional adecuada” (9).

Asenjo J, Linares O, et al. (2021). En su investigación tuvo como el objetivo “determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19”. Estudio cuantitativo, observacional y corte transversal. Estudió con 122 alumnos de primer a décimo ciclo en la carrera de enfermería. Para el instrumento aplicado está el Inventario SISCO SV. En el nivel de estrés académico tuvieron como resultado como: “64,4% en sexo femenino y 77,2% en sexo masculino en la dimensión de estresores, 42,5% en sexo femenino y 48,6% en sexo masculino en la dimensión de síntomas y 62,1% sexo femenino y 60% sexo masculino en la dimensión estrategias de afrontamiento. En general fue severo en sexo femenino con 51,7% y en sexo masculino con 48,6%”. Se concluye que “los alumnos de enfermería de ambos géneros presentaron un nivel de severo de estrés académico en las dimensiones y en la valoración global” (7).

Allende F, Acuña J, et al. (2021). En su investigación tuvo como el objetivo “evaluar la asociación entre el estrés académico y la calidad del sueño en estudiantes de medicina en tiempos de pandemia de COVID-19”. Estudio cuantitativo, corte transversal y analítico. Estudió con una muestra de 410 estudiantes de Medicina Humana en la

Universidad Ricardo Palma. Para el instrumento aplicado están el Índice de calidad del sueño (Pittsburgh), el Inventario SISCO SV (Estrés Académico), una ficha sociodemográfica y de hábitos a través de Google Forms. Tuvieron como el resultado que “97.32% de los alumnos tenían el estrés”. Se concluye que “en la pandemia de COVID-19, los factores que influenciaron de tener mala calidad del sueño fueron vivir separados con la familia, presentar altos niveles de estrés académico y estudiar además laborar” (15).

Estrada E, Roque M, et al. (2021). En su investigación tuvieron como el objetivo “determinar la prevalencia del estrés académico en los estudiantes universitarios peruanos de la carrera de educación en pandemia del COVID-19”. Estudio cuantitativo, diseño no experimental y el tipo correlacional. Estudió 172 estudiantes. Aplicó el Inventario SISCO y una ficha de datos sociodemográficos. Tuvieron como el resultado que “47.1% presentaron altos niveles de estrés académico, 37,8% tenían nivel moderado y 15,1% fueron bajo, respecto en agentes estresores, 62,8% tuvieron un alto nivel, 25% un nivel moderado y 12,2% un nivel bajo. En cuanto a la dimensión síntomas del estrés, 44,2% tenían moderado, 37,8% alto y 18% bajo. Con relación de estrategias de afrontamiento, 40,1% tenían moderado, 32% bajo y 27,9% alto”. Se concluye que “para mejorar la calidad de vida y para que pueda desenvolverse adecuadamente se debe reducir el estrés académico en los estudiantes universitarios a través de alguna aplicación de estrategias psicológica y educativa” (2).

### **2.1.2. Antecedentes internacionales**

Antezana A, Vallejos R, et al. (2018). En su investigación tuvieron como el objetivo “determinar si los estudiantes de medicina de la Universidad San Simón presentan la somnolencia diurna”. Estudio cuantitativo, no experimental, corte transversal y descriptivo. Estudió con una población de 1923 alumnos y una muestra en 324 alumnos del 1° al 5° de la carrera de medicina humana, de los cuales 57% son sexo femenino con una media de edad fue 21 años ( $\pm 2,1$ ). Aplicó para el instrumento la escala de Epworth traducida al español. Tuvieron como el resultado “23,6% tenían algún grado de somnolencia diurna, donde un 15.7% fue grado leve, 4,9% nivel moderado y 3% nivel severo, 67% indican optan 4-6 horas del sueño diarias, 79% disfrutaban 5 a 90 minutos de siesta diariamente en el mes pasado a la encuesta, 76% utilizan algún tipo de estimulante del SNC”. Se concluye que “los estudiantes de medicina de la UMSS presentan algún grado de somnolencia diurna excesiva con un porcentaje bajo, pero éste debe por la siesta que practican en Bolivia” (8).

Rodríguez I, Fonseca G, et al. (2020). En su investigación tuvieron como el objetivo “evaluar el estrés académico en estudiantes ingresantes de Odontología de Universidad Nacional de Córdoba, Argentina”. Estudio cuantitativo, descriptivo y corte transversal. Estudió con una muestra de 291 estudiantes. Aplicó el Inventario SISCO para el estrés académico. Empleó baremos específicos para el análisis de data y Pearson y Anova para la asociación de variables con  $p < 0,05$  para el nivel de significación. Tuvieron como el resultado que “98,3% tenían el estrés académico, dentro de ellos 88,81% eran de intensidad alta. Correlacionó entre estresores y reacciones ( $p < 0,001$ ) y entre estresores y estrategias de

afrentamiento ( $p= 0,034$ )”. Se concluye que “en el ámbito académico es importante identificar el estrés académico para generar una estrategia del manejo adecuado ante ello y prevención de la potencial instalación de hábitos o medicación no saludable de los psicoactivos. Así podrá que los estudiantes puedan resolver sus demandas académicas óptimamente” (6).

Maldonado S, Nonoska L, et al. (2020). En su investigación tuvo como el objetivo “generar evidencia empírica sobre la calidad del sueño y somnolencia diurna excesiva en estudiantes de medicina y cirugía”. Estudio cuantitativo, alcance descriptivo, diseño no experimental y de corte transversal. En los instrumentos aplicados están el Índice de Pittsburgh (Calidad del sueño) y la escala de Epworth (Somnolencia diurna). Estudió con 317 estudiantes (muestreo probabilístico). Tuvieron como el resultado que “61,5% del sexo femenino (195) y 38,5% del sexo masculino (122), de lo cual la edad media fue 19,5 años en ambos género. El promedio fue 7.50 puntos respecto la somnolencia diurna excesiva. Según el género presentó que no existe una diferencia significativa y en frecuencias de las calificaciones globales para la somnolencia diurna 13,9% fueron grado leve, 40,4% grado moderado y 10.1% como el grado severo”. Se concluye que “encontró la existencia de problemas de calidad del sueño en estudiantes de medicina, que podría afectar en su labor profesional en el futuro” (10).

Sanchez S, Solarte W, et al. (2021). En su investigación tuvo como el objetivo de “determinar los factores relacionados con la calidad del sueño y la somnolencia diurna en universitarios del suroccidente colombiano”. Estudio cuantitativo, descriptivo, corte

transversal y analítica. En el instrumento se aplicaron la escala Epworth y el índice de Pittsburgh. Estudió. Estudió con 313 estudiantes de facultad de la salud. Tuvieron como el resultado que “84,3% tenían algún grado de somnolencia diurna, de los cuales la ligera fue 50,2%, moderada 30,7% y severa 3,5%.  $p=0,014$  fue la relación entre el grado de somnolencia diurna excesiva y el uso de sustancias para mantenerse despierto, y también  $p=0,029$  fue la relación entre el grado de somnolencia diurna excesiva y estudiar además trabajar”. Se concluye que “la alta prevalencia de dificultad para dormir y algunos factores relacionados es necesario enseñar un buen manejo de la higiene del sueño, porque estas alteraciones pueden causar afección de la memoria y la concentración que son fundamentales para los estudiantes en el proceso de aprendizaje” (16).

Ahulló A, Sapiña I, et al. (2021). En su investigación tuvo como el objetivo principal “analizar los niveles de estrés académico de una muestra de estudiantes universitarios”, además como objetivos específicos “identificar los principales estresores, sintomatología asociada al estrés y las estrategias de afrontamiento adoptadas por cada género”. Estudio transversal con diseño descriptivo comparativo. Estudió una muestra de 351 estudiantes universitarios (211 mujeres y 140 hombres). Aplicó el Inventario SISCO para el estrés académico adaptado al contexto de actualidad. Tuvieron como el resultado que “entre sexo y el nivel de estrés académico hubo una diferencia significativa con un mayor predominio en el sexo femenino 56.41% de 91.7% de total”. Se concluye que “la presente investigación confirmó que existe una diferencia significativa estadísticamente entre el nivel de estrés académico y el sexo” (5).

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. La somnolencia diurna**

#### **2.2.1.1. Definición:**

Según Rosales Edmundo (2010), “La somnolencia es la tendencia de la persona a quedarse dormido, también conocido como la propensión a dormirse o la habilidad de transición de la vigilia al sueño” (12); y de acuerdo con Gonzalo Pin Arboleadas (2008), “la somnolencia diurna es la incapacidad de permanecer despierto y alerta durante el período de vigilia, con episodios no intencionados de somnolencia y/o sueño” (13).

#### **2.2.1.2. Escala de somnolencia de Epworth**

La Escala o cuestionario de somnolencia diurna de Epworth (17), “es un instrumento de medición muy aplicado para evaluar el trastorno del sueño como la somnolencia diurna excesiva en inglés desarrollada en el año 1991 por el Dr. Murray Johns del Hospital Epworth en Melbourne, Australia” (18). “Este es un cuestionario también es aplicable para las personas que presentan el Síndrome de Apnea – Hipopnea del Sueño” (19). En el Perú fue validado el instrumento en castellano en población de las personas que no manejan el vehículo por el Dr. Edmundo Rosales en el año 2009 (20).

### **2.2.2. El estrés académico**

#### **2.2.2.1. Definición:**



Según Barraza Arturo (2005), “El estrés académico es aquel que presentan a los estudiantes de educación de nivel media superior y superior y que tiene como fuente exclusiva a estresores relacionados con las actividades a desarrollar en el ámbito escolar” (21); y de acuerdo con Díaz Darwin, Martínez Esther (2007), “Es la incomodidad que un estudiante exhibe debido a factores físicos, emocionales, ya sean de naturaleza interpersonal o interna, o ambientales que pueden ejercer una presión significativa sobre la capacidad de afrontamiento de un individuo frente al desempeño académico, habilidades meta cognitivas. para afrontar problemas, la pérdida de un ser querido, la presentación de exámenes, las relaciones con compañeros y educadores, la búsqueda del reconocimiento y la identificación, la capacidad de relacionar los componentes teóricos con la realidad concreta abordada” (22).

#### **2.2.2.2. El inventario SISCO SV-21**

De acuerdo con Barraza Arturo (2018), “El inventario SISCO es un instrumento de medición de manera autoadministrativa para el estrés académico también llamado como ‘el inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico’ que fue creado por Dr. Arturo Barraza Macías en el año 2007 que constaba con 35 ítems, pero en el año 2018 se actualizó dicho instrumento eliminando algunas preguntas de versión antigua, la segunda versión con 21 ítems ahora se conoce con un nombre abreviado como ‘el inventario SISCO SV-21’(23). “En el Perú El inventario SISCO SV-21 está validado en el año 2021 para los estudiantes universitarios de Lima” (24).

## **2.3. Formulación de hipótesis**

### **2.3.1. Hipótesis general**

- $H_1$ : Sí existe relación entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.
- $H_0$ : No existe relación entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

### **2.3.2. Hipótesis específicas**

#### **2.3.2.1. Hipótesis específica 1**

- $H_1$ : Sí existe relación entre la dimensión normal de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.
- $H_0$ : No existe relación entre la dimensión normal de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

#### **2.3.2.2. Hipótesis específica 2**

- $H_1$ : Sí existe relación entre la dimensión leve de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.
- $H_0$ : No existe relación entre la dimensión leve de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

### **2.3.2.3. Hipótesis específica 3**

- $H_1$ : Sí existe relación entre la dimensión moderada de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.
- $H_0$ : No existe relación entre la dimensión moderada de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

### **2.3.2.4. Hipótesis específica 4**

- $H_1$ : Sí existe relación entre la dimensión severa de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.
- $H_0$ : No existe relación entre la dimensión severa de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

## **CAPÍTULO III: METODOLOGÍA**

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

El método de presente investigación fue hipotético deductivo. De acuerdo con Sánchez Fabio (2019), “Tiene una finalidad de comprender los fenómenos y explicar el origen o las causas que la generan, y sus otros objetivos son la predicción y el control, que serían una de las aplicaciones más importantes con sustento, asimismo, en las leyes y teorías científicas” (25). Según Popper Karl (2008), “Consiste en la generación de hipótesis a partir de dos premisas, una universal (leyes y teorías científicas, denominada: enunciado nomológico) y otra empírica (denominada enunciado entimemático, que sería el hecho observable que genera el problema y motiva la indagación), para llevarla a la contrastación empírica” (26).

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

El enfoque de presente investigación fue cuantitativo. Según Kerlinger Fred (2002), “Se trata con fenómenos que se pueden medir a través de la utilización de técnicas estadísticas para el análisis de los datos recogidos, su propósito más importante radica en la descripción, explicación, predicción y control objetivo de sus causas y la predicción de su ocurrencia a partir del desvelamiento de las mismas, fundamentando sus conclusiones sobre el uso riguroso de la métrica o cuantificación, tanto de la recolección de sus resultados como de su procesamiento, análisis e interpretación, a través del método hipotético-deductivo” (27).

### **3.3. Tipo de investigación**

El tipo de presente investigación fue de tipo básico. De acuerdo con Sánchez H, Reyes C, et al. (2018), “Tipo de investigación orientada a la búsqueda de nuevos conocimientos sin una finalidad práctica específica e inmediata. Busca principios y leyes científicas, pudiendo organizar una teoría científica. Es llamada también investigación científica básica.” (28). El nivel de presente investigación fue descriptivo. Según Sánchez H, Reyes C, et al. (2018), “Primer nivel de investigación sustantiva que está orientado a describir el fenómeno e identificar las características de su estado actual. Lleva a las caracterizaciones y diagnóstico descriptivos” (28).

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

El diseño de presente investigación fue no experimental. Según Sánchez H, Reyes C, et al. (2018), “Metodología que no manipula las variables directamente, sólo las describe y analiza tal cual se presentan en la realidad. Llamada también método descriptivo. Solo se llega al control estadístico, por tanto, su validez interna es menor en comparación con la metodología experimental (28)”. El diseño de presente investigación fue corte transversal. Hernández R, Fernández C, et al. (2010, 2014) “Referido al diseño de investigación descriptivo o no experimental que toma en cuenta una o varias muestras en un momento determinado. Puede ser diseño transeccional correlacional o diseño transeccional descriptivo (29)”. El diseño de presente investigación fue correlacional. Según Sánchez H, Reyes C, et al. (2018), “Diseño de investigación que tiene como objetivo establecer el grado de correlación estadística que hay entre dos variables en estudio. Funcionalmente permite observar el grado de asociación entre dos variables” (28).

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

La población de presente investigación se tomó a 103 estudiantes de fisioterapia de VI a X ciclo de estudio. Según Sánchez H, Reyes C, et al. (2018), “Es el total de un conjunto de elementos o casos, sean estos individuos, objetos o acontecimientos, que comparten determinadas características o un criterio; y que se pueden identificar en un área de interés para ser estudiados, por lo cual quedarán involucrados en la hipótesis de investigación” (28). La muestra. Según Sánchez H, Reyes C, et al. (2018), “Conjunto de casos o individuos extraídos de una población por algún sistema de muestreo probabilístico o no probabilístico” (28). Tomó una muestra de 82 estudiantes de fisioterapia. Según Hernández-Sampieri Roberto (2018), “La razón es que en los estudios cuantitativos el análisis principal correlacional está soportado técnicas estadísticas” (30). Muestreo de presente investigación fue no probabilístico por conveniencia. Según Sánchez H, Reyes C, et al. (2018), “Muestreo que se basa en el criterio del investigador, ya que las unidades del muestreo no se seleccionan por procedimientos al azar. Pueden ser intencionado, sin normas o circunstancial.” (28).

### **3.5.1. Criterio de inclusión:**

- Estudiantes que están en la carrera de fisioterapia en la Universidad Privada Norbert Wiener.
- Estudiantes que asiste en su clase constantemente.
- Estudiantes que acepta participar la presente investigación.
- Estudiantes que no está medicando psicoactivos ni fármacos para inducir al sueño.
- Estudiantes que se colaboran para el presente estudio.
- Estudiante que responde sí la primera pregunta de SISCO SV-21

### **3.5.2. Criterio de exclusión:**

- Estudiantes que no son de la carrera de fisioterapia en la Universidad Privada Norbert Wiener.
- Estudiantes que no asiste en su clase constantemente.
- Estudiantes que no acepta participar la presente investigación.
- Estudiantes que está medicando psicoactivos y fármacos para inducir al sueño.
- Estudiante que responde no la primera pregunta de SISCO SV-21
- Estudiantes con patologías cardiorrespiratorios.

### 3.6. Variables y operacionalización

**Variable 1:** Somnolencia diurna

**Definición Operacional:** El cuestionario está compuesto por 8 ítems con una puntuación de 0 a 3, de los cuales 0 representa nunca, 1 poca, 2 moderada y 3 alta; una sumatoria del puntaje de 8 preguntas puede subdividirse en cuatro dimensiones en siguientes formas: 0 a 6 normal, 7 a 13 leve, 14 a 19 moderada y 20 a 24 severa (20).

#### Matriz operacional de la variable 1

Dimensión	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
<b>normal</b>	1. Sentado leyendo.	Ordinal	0-6
<b>leve</b>	2. Viendo televisión.	Ordinal	7-13
<b>moderado</b>	3. Sentado (por ejemplo en el teatro, en una reunión, en el cine, en una conferencia, escuchando la misa o el culto).	Ordinal	14-19
<b>severo</b>	4. Como pasajero en un automóvil, ómnibus, micro o combi durante una hora o menos de recorrido. 5. Recostado en la tarde si las circunstancias lo permiten. 6. Sentado conversando con alguien. 7. Sentado luego del almuerzo y sin haber bebido alcohol. 8. Conduciendo el automóvil cuando se detiene algunos minutos por razones de tráfico.	Ordinal	20-24



**Variable 2: Estrés académico**

**Definición Operacional:** El inventario está compuesto por 21 ítems subdivididos en 3 dimensiones y cada dimensión contienen 7 preguntas con una puntuación de 0 a 5, de los cuales 0 representa nunca, 1 casi nunca, 2 rara vez, 3 algunas veces, 4 casi siempre y 5 siempre; una sumatoria y el cambio al porcentaje puede interpretar en siguientes maneras: “0 - 48% nivel del estrés leve, 49% - 60% nivel moderado del estrés y 61% - 100% nivel severo del estrés” (23).

**Matriz operacional de la variable 2**

<b>Dimensión</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Escala valorativa</b>
<b>Estresores académicos</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días</li><li>2. La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases</li><li>3. La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)</li><li>4. El nivel de exigencia de mis profesores/as.</li><li>5. El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)</li><li>6. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as.</li></ol>	Ordinal	0 - 48% nivel leve del estrés  49% - 60% nivel moderado del estrés

	7. La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/a.		
<b>Síntomas del estrés académico</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fatiga crónica (cansancio permanente).</li> <li>2. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).</li> <li>3. Ansiedad, angustia o desesperación.</li> <li>4. Problemas de concentración.</li> <li>5. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.</li> <li>6. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir. 7. Desgano para realizar las labores escolares.</li> </ol>	Ordinal	61% - 100% nivel severo del estrés
<b>Estrategias de afrontamiento</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Centrarse en resolver la situación que me preocupa.</li> <li>2. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.</li> <li>3. Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa.</li> <li>4. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.</li> <li>5. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione.</li> <li>6. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.</li> <li>7. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.</li> </ol>	Ordinal	

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

#### **3.7.1. Técnica**

La técnica de la presente investigación fue la encuesta, según García Ferrando (1993), “una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población o universo más amplio, del que se pretende explorar, describir, predecir y/o explicar una serie de características” (31) y según Casas J, Repullo J, et al. (2003), “es ampliamente utilizada como procedimiento de investigación, ya que permite obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz” (32).

### 3.7.2. Descripción de instrumentos

<b>Ficha técnica 1</b>	
<b>Nombre</b>	La escala de somnolencia de Epworth
<b>Autores</b>	Murray Johns
<b>Aplicación</b>	Es un cuestionario auto administrado
<b>Tiempo de duración</b>	El cuestionario no toma más de 2 o 3 minutos para responder.
<b>Dirigido</b>	Personas adultas que presentan la somnolencia y la tendencia de quedarse dormido.
<b>Valor</b>	<p>Baremo de variable:</p> <p>De 0 a 6 puntos = Somnolencia diurna normal</p> <p>7 a 13 puntos = Somnolencia diurna leve</p> <p>14 a 19 = Somnolencia diurna moderada</p> <p>20 a 24 = Somnolencia diurna severa</p>
<b>Descripción del instrumento</b>	<p>Se pide a los encuestados que califiquen, en una escala de 4 puntos (0-3), sus posibilidades habituales de quedarse dormidos o quedarse dormidos mientras realizan ocho actividades diferentes. La mayoría de las personas se involucran en esas actividades al menos ocasionalmente, aunque no necesariamente todos los días. La puntuación ESS (la suma de las puntuaciones de 8 ítems, 0-3) puede oscilar entre 0 y 24. Cuanta más alta es la puntuación ESS, mayor es la propensión promedio al sueño de esa persona en la vida diaria (ASP) o su "somnolencia diurna".</p>

<b>Ficha técnica 2</b>	
<b>Nombre</b>	Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems (Inventario SISCO SV-21)
<b>Autores</b>	Arturo Barraza Macías
<b>Aplicación</b>	El cuestionario fue diseñado para ser auto administrado y puede ser aplicado de manera individual o grupal.
<b>Tiempo de duración</b>	Su aplica entre 20 a 25 minutos.
<b>Dirigido</b>	alumnos de educación media superior (bachillerato), superior (licenciatura) y posgrado (especialización, maestría y doctorado)
<b>Valor</b>	<p>Baremo normativo centrado en la población en que se validó:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- De 0 a 48% nivel leve del estrés</li> <li>- De 49% a 60% nivel moderado del estrés</li> <li>- Del 61% al 100% nivel severo de estrés.</li> </ul> <p>Baremo indicativo centrado en el valor teórico de la variable:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- De 0 a 33% nivel leve del estrés</li> <li>- De 34% a 66% nivel moderado del estrés</li> <li>- Del 67% al 100% nivel severo de estrés.</li> </ul>

<p><b>Descripción del instrumento</b></p>	<p>“Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (si-no), permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario. En caso de que el investigador lo considere puede utilizar este dato para reportar el nivel de presencia del estrés académico en la población encuestada” (23).</p> <p>“Un ítem que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho), permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico. Este dato el investigador lo puede utilizar como variable mono ítem para medir la intensidad del estrés o, en su defecto, eliminarlo” (23).</p> <p>“Siete ítems que, en un escalamiento tipo Likert de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores” (23).</p> <p>“Siete ítems que, en un escalamiento tipo Likert de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones ante un estímulo estresor” (23).</p> <p>“Siete ítems que, en un escalamiento tipo Likert de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos” (23).</p>
---	--

### 3.7.1. Validación

Según Sánchez H, Reyes C, et al. (2018), La validación es “proceso de investigación tecnológica por el cual se demuestra la validez de métodos, técnicas, instrumentos, programas o aparatos. Los procedimientos de validación pueden apelar a técnicas estadísticas o técnicas cualitativas” (28). Para la variable de somnolencia diurna se aplicó la escala de somnolencia de Epworth y De acuerdo con Rosales Edmundo (2009), “se calculó el índice de confiabilidad de la prueba global mediante el método de Alfa de Cronbach obteniéndose un valor de 0,790” (20), además según Díaz Yajaira (2019), “se realizó la validación mediante juicio de experto de los cuales fueron: Santos Lucio Chero Pisfil (Magister en educación con mención en docencia y gestión educativa - especialista en fisioterapia cardiorrespiratoria) CTMP 2252 – RNE 0017, Carlos Enrique Terrones Bartolo (Magister en Gerencia de servicios de salud – especialista en fisioterapia cardiorrespiratoria) CTMP 7907 – RNE 0023 y Zoila Santos Chero Pisfil (Magister en educación con mención en docencia y gestión educativa)” (12). Para la variable de estrés académico se aplicó el SISCO SV-21 y según Olivas L, Morales S, et al. (2021), tiene una validación de “CFI=.929, TLI=.920, RMSEA=.083 [.078-.088], SRMR=.061” (24).

### 3.7.2. Confiabilidad

Según Sánchez H, Reyes C, et al. (2018), La confiabilidad “es la capacidad del instrumento para producir resultados congruentes cuando se aplica por segunda vez en condiciones lo más parecidas a la inicial. Se expresa en forma de correlaciones.” (28). Para la confiabilidad de somnolencia diurna se aplicó la escala de somnolencia de Epworth y en el Perú según Rosales Edmundo (2009), “tienen una confiabilidad de Alfa de Cronbach: 0,790 y 0,789” (20). Para la variable de estrés académico se aplicó el SISCO SV-21 y de acuerdo con Barraza Arturo (2018), “el inventario en su totalidad presenta una confiabilidad en alfa de Cronbach de .85. La dimensión de estresores presenta una confiabilidad de .83; la de síntomas presenta una confiabilidad de .87; y la de estrategias de afrontamiento una de .85” (23) y en el Perú según Olivas L, Morales S, et al. (2021), “la confiabilidad se estimó con el coeficiente omega ( $\omega > .80$ ) para los tres factores: estresores=.90, síntomas=.89, y estrategias de afrontamiento=.89” (24). En fin esta investigación se realizó la confiabilidad mediante un estudio de piloto de 20 personas y se aplicaron los instrumentos mencionados anteriores.

<b>Criterio para la evaluación del Coeficiente Alfa de Cronbach</b>	
0 a 0.2	<b>Muy baja</b>
0.2 a 0.4	<b>Baja</b>
0.4 a 0.6	<b>Moderado</b>
0.6 a 0.8	<b>Buena</b>
0.8 a 1.0	<b>Alta</b>



Se evaluó la prueba de piloto con una muestra total de 20 estudiantes. El coeficiente de Alfa de Cronbach obtenido para somnolencia diurna fue de 0.766 dando la consistencia del instrumento como buena y para estrés académico 0.877 dando la consistencia del instrumento como alta.

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

Para procesar y analizar los datos se utilizó el programa de SPSS25 y Excel para la estadística con un fin de extraer los resultados de la presente investigación. Antes de recolectar los datos se realizó un estudio piloto, y para obtener la confiabilidad y validez usará el coeficiente de Alfa de Cronbach, además para la prueba utilizará R de Pearson y Rho de Spearman para correlacionar entre los variable de estudio.

### **3.9. Aspectos éticos**

Esta investigación fue revisada por el comité de ética para que demuestre su originalidad y respetar la investigación científica. Durante el estudio tuvo en cuenta los principios éticos de informar a los participantes mediante el consentimiento informado para respetar la libertad de participar voluntariamente y ser informado de qué trata presente investigación. Para la recolección de datos se hizo llegar el permiso para recolección de los datos en la escuela de Tecnología Médica de la Universidad Privada Norbert Wiener respetando las normas y código ética. Además no hay ningún conflicto de interés en la investigación.

## CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

### 4.1. Análisis descriptivo de resultados

#### Problemas Específicos

TABLA I: La prevalencia de somnolencia diurna en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia.

EPWORTH - SOMNOLENCIA DIURNA		
N	Válido	82
	Perdidos	0
Media		9,05
Mediana		9,00
Moda		9
Desv. Desviación		3,839
Varianza		14,738
Mínimo		0
Máximo		16
Suma		742

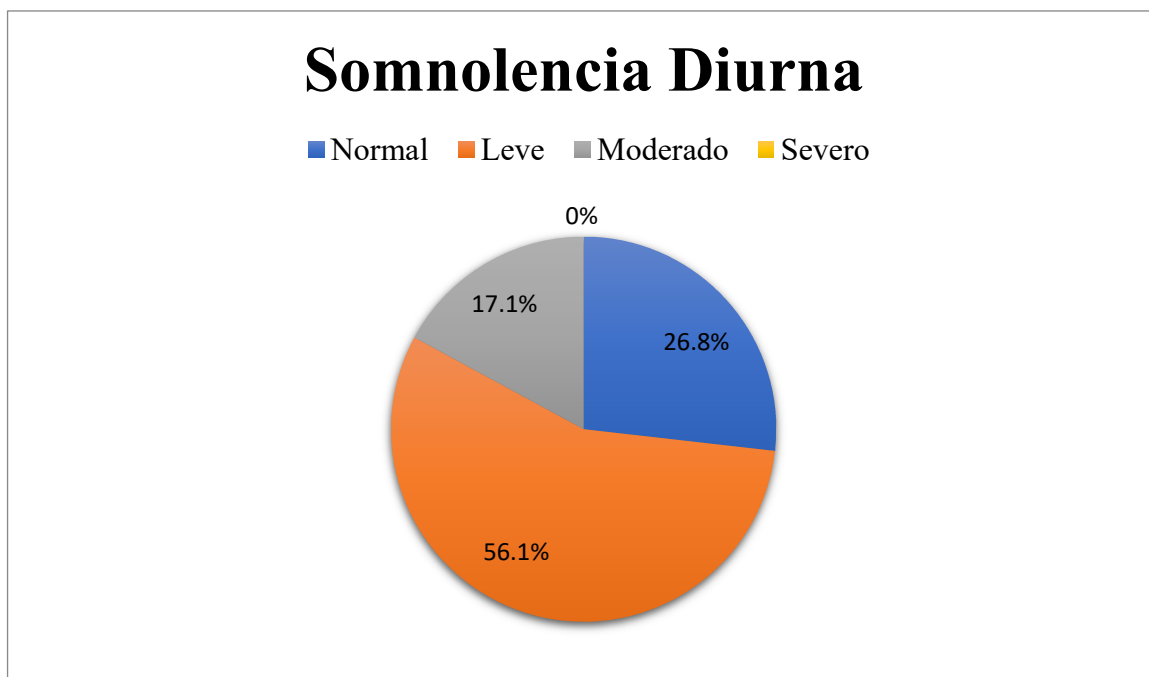
La media de somnolencia diurna es de 9,05 con una desviación estándar de 3,839, donde la mitad de los pacientes obtuvieron una marcación 9,00 además la mínima puntuación es de 0 y la máxima puntuación alcanzada por los alumnos es de 16 puntos.

TABLA II : FRECUENCIAS EPWORTH – SOMNOLENCIA DIURNA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	NORMAL	22	26,8%	26,8%	26,8%
	LEVE	46	56,1%	56,1%	82,9%
	MODERADO	14	17,1%	17,1%	100%
	SEVERO	0	0%	0%	100%
	Total	82	100%	100%	

Fuente: Elaboración propia

Gráfico I: Somnolencia diurna



El resultado en porcentaje de somnolencia diurna en estudiantes universitarios en fisioterapia, el grado normal es 26,8%, grado leve de 56,1% y grado moderado es 17,1%. Resultado en frecuencia en el grado normal es 22, grado leve es 46 y grado moderado es 14.

TABLA III: La prevalencia del estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia.

*Estadísticos*

SISCO SV-21 - ESTRÉS ACADÉMICO

N	Válido	82
	Perdidos	0
Media		54,93
Mediana		55,50
Moda		50
Desv. Desviación		11,786
Varianza		138,908
Mínimo		18
Máximo		78
Suma		4504

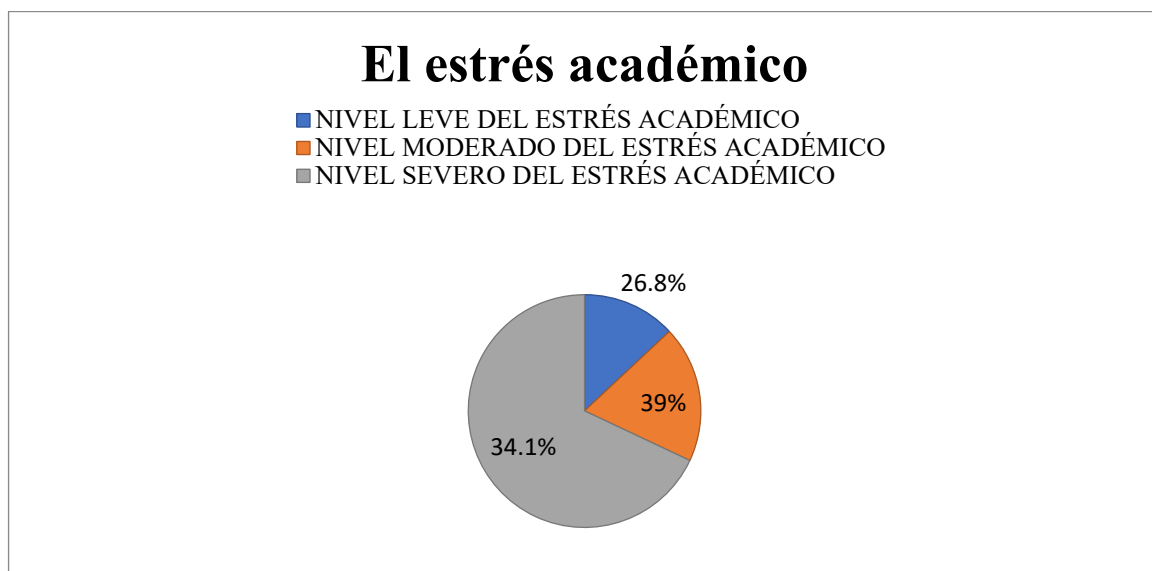
La media de estrés académico es de 54,93 puntos con una desviación estándar de 11,786, donde la mitad de los pacientes obtuvieron una marcación 55,50, además la mínima puntuación es de 18 y la máxima puntuación alcanzada por los alumnos es de 78 puntos.

TABLA IV : FRECUENCIA SISCO SV-21 – ESTRÉS ACADÉMICO

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido NIVEL LEVE DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN GENERAL	22	26,8%	26,8%	26,8%
NIVEL MODERADO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN GENERAL	32	39,0%	39,0%	65,9%
NIVEL SEVERO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN GENERAL	28	34,1%	34,1%	100%
Total	82	100%	100%	

Fuente: Elaboración propia

Gráfico II: El estrés académico



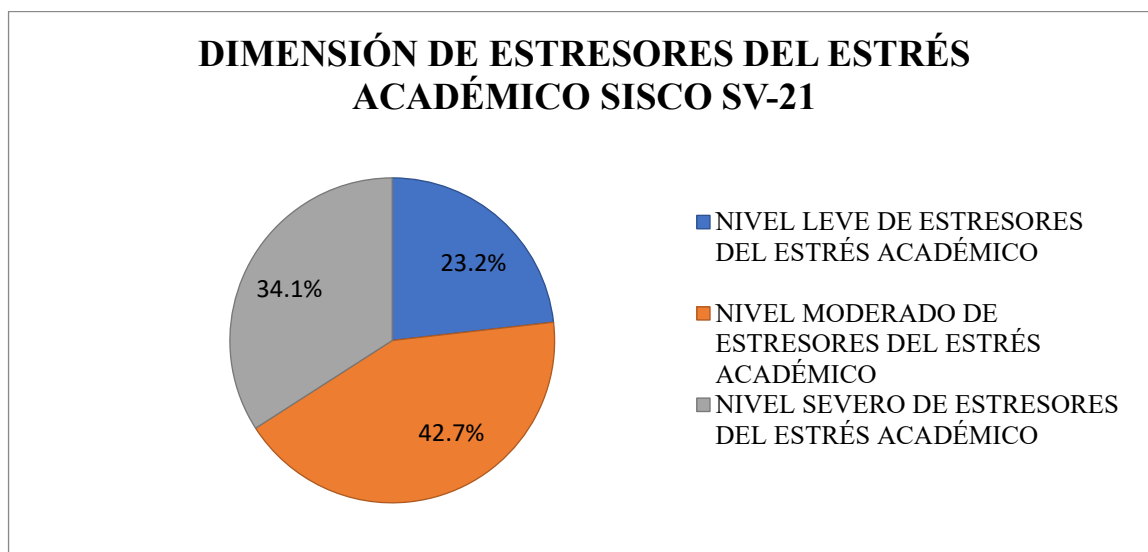
El resultado en porcentaje del estrés académico (SISCO SV-21) en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022, el nivel leve es 26,8%, nivel moderado es 39% y nivel severo es 34,1%. El resultado en frecuencia en el nivel leve es 22, nivel moderado es 32 y nivel severo es 28.

TABLA V : FRECUENCIA EN DIMENSIÓN DE ESTRESORES DEL ESTRÉS ACADÉMICO SISCO SV-21

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido NIVEL LEVE DEL ESTRÉS ACADÉMICO	19	23,2%	23,2%	23.2%
NIVEL MODERADO DEL ESTRÉS ACADÉMICO	35	42,7%	42,7%	65.9%
NIVEL SEVERO DEL ESTRÉS ACADÉMICO	28	34,1%	34,1%	100%
Total	82	100%	100%	

Fuente: Elaboración propia

Gráfico III: Estresores del estrés académico



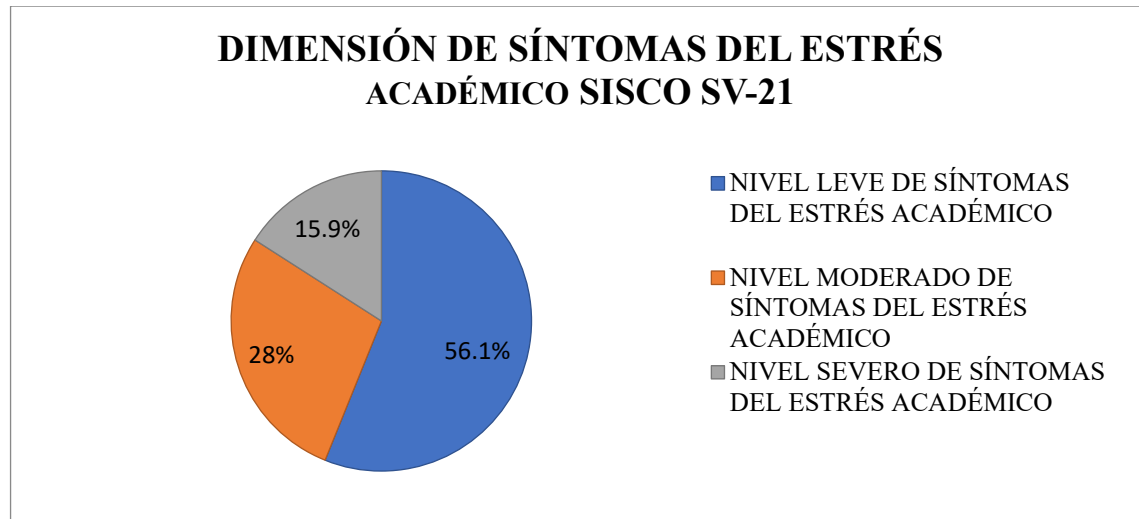
El resultado en porcentaje de dimensión de estresores del estrés académico en estudiantes universitarios en fisioterapia, el nivel leve es 23,2%, nivel moderado es 42,7% y nivel severo es 34,1%. El resultado en frecuencia en el nivel leve es 19, nivel moderado es 35 y nivel severo es 28.

**TABLA VI: FRECUENCIA EN DIMENSIÓN DE SÍNTOMAS DEL ESTRÉS ACADÉMICO SISCO SV-21**

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido NIVEL LEVE DE SÍNTOMAS DEL ESTRÉS ACADÉMICO	46	56,1%	56,1%	56,1%
NIVEL MODERADO DE SÍNTOMAS DEL ESTRÉS ACADÉMICO	23	28%	28%	84,1%
NIVEL SEVERO DE SÍNTOMAS DEL ESTRÉS ACADÉMICO	13	15,9%	15,9%	100%
Total	82	100%	100%	

Fuente: Elaboración propia

**Gráfico IV: Síntomas del estrés académico**



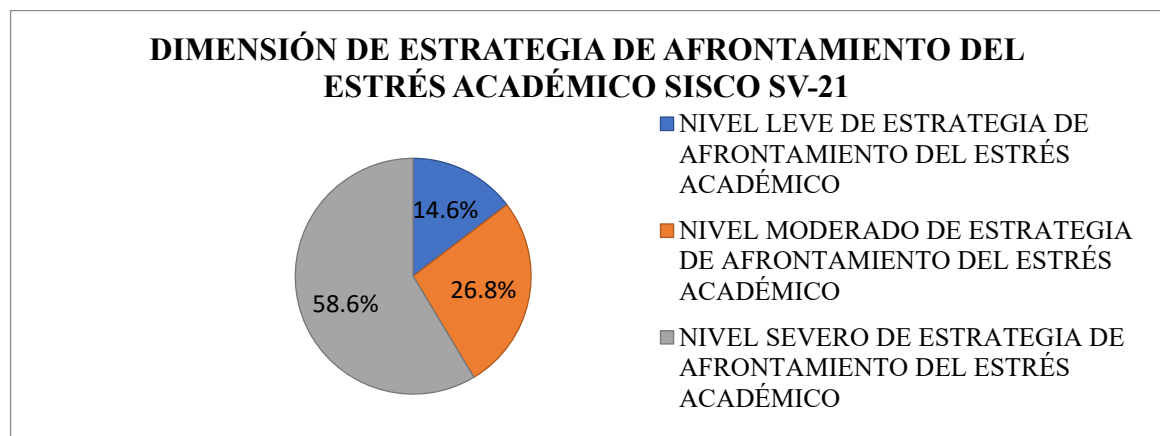
El resultado en porcentaje de dimensión de síntomas del estrés académico en estudiantes universitarios en fisioterapia, el nivel leve es 56,1%, nivel moderado es 28% y nivel severo es 15,9%. El resultado en frecuencia en el nivel leve es 46, nivel moderado es 23 y nivel severo es 13.

**TABLA VII: FRECUENCIA EN DIMENSIÓN DE ESTRATEGIA DE AFRONTAMIENTO ESTRÉS ACADÉMICO SISCO SV-21**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	NIVEL LEVE DE ESTRATEGIA DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO	12	14,6%	14,6%	14,6%
	NIVEL MODERADO DE ESTRATEGIA DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO	22	26,8%	26,8%	41,8%
	NIVEL SEVERO DE ESTRATEGIA DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO	48	58,6%	58,6%	100%
	Total	82	100%	100%	

Fuente: Elaboración propia

**Gráfico V: Estrategia de afrontamiento del estrés académico**



El resultado en porcentaje de dimensión de estrategia de afrontamiento del estrés académico en estudiantes universitarios en fisioterapia, el nivel leve es 14,6%, nivel moderado es 26,8% y nivel severo es 58,6%. El resultado en frecuencia en el nivel leve es 12, nivel moderado es 22 y nivel severo es 48.



## 4.2. Prueba de hipótesis

### Estudio

<b>Objetivo estadístico</b>	Hipotético deductivo, tipo básico, transversal, descriptivo, correlacional.
<b>Variable 1</b>	Somnolencia diurna.
<b>Variable 2</b>	Estrés académico.
<b>Población</b>	Estudiantes de una universidad privada en el tiempo de pandemia, 2022.
<b>Muestra</b>	82 estudiantes de una universidad privada en el tiempo de pandemia, 2022.

### Metodología

<b>Nivel de confianza</b>	95%
<b>Nivel de significancia</b>	5%
<b>Prueba estadística</b>	<b>R de Pearson;</b> Prueba paramétrica, evalúa la relación lineal entre dos variables continuas.
<b>Valor</b>	<b>Criterio</b>
R=1	Correlación grande, perfecta y positiva
$0,90 \leq r < 1,00$	Correlación muy alta
$0,70 \leq r < 0,90$	Correlación alta
$0,40 \leq r < 0,70$	Correlación moderada
$0,20 \leq r < 0,40$	Correlación muy baja
r= 0,00	Correlación nula
r= -1,00	Correlación grande, perfecta y negativa
<b>Valor de P:</b>	P < 0,05
<b>Hipótesis aceptada (Ha):</b>	Sí existe relación entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

### Hipótesis general

H <sub>1</sub> : Hipótesis Investigador	Sí existe relación entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.
H <sub>0</sub> : hipótesis Nula	No existe relación entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

TABLA VIII: Correlaciones entre la somnolencia diurna y el estrés académico

			EPWORTH	SISCO SV-21
Rho de Spearman	EPWORTH	Coefficiente de correlación	1,000	,367**
	Somnolencia diurna	Sig. (bilateral)	.	,001
		N	82	82
SISCO SV-21	Estrés académico	Coefficiente de correlación	,367**	1,000
		Sig. (bilateral)	,001	.
		N	82	82

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

El nivel de significancia bilateral (sig.) para la correlación entre la somnolencia diurna y el estrés académico es de (0,001) siendo menor a 0,05, por lo que se rechaza la Hipótesis nula, entonces: sí existe una correlación altamente significativa entre somnolencia diurna y estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022. Además, el coeficiente de correlación es 0,367 existiendo una relación directa y moderada.

**Hipótesis específica 1:**

H <sub>1</sub> : Hipótesis investigador	Sí existe relación entre la dimensión normal de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.
H <sub>0</sub> : hipótesis nula	No existe relación entre la dimensión normal de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

TABLA IX: Correlaciones entre la somnolencia diurna normal y el estrés académico

EPWORTH TOTAL			Somnolencia diurna normal	Estrés académico
NORMAL	Rho de Spearman	EPWORTH	1,000	-,145
		Coefficiente de correlación		
		Sig. (bilateral)	.	,520
		N	22	22
		SISCO SV-21	-,145	1,000
		Coefficiente de correlación		
		Sig. (bilateral)	,520	.
		N	22	22

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

El nivel de significancia bilateral (sig.) para la correlación entre la dimensión normal de somnolencia diurna y estrés académico es de (0,520) siendo mayor a 0,05, entonces: no existe relación directa entre la dimensión normal de somnolencia diurna y estrés académico estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

**Hipótesis específica 2:**

H <sub>1</sub> : Hipótesis investigador	Sí existe relación entre la dimensión leve de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.
H <sub>0</sub> : hipótesis nula	No existe relación entre la dimensión leve de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

TABLA X: Correlaciones entre la somnolencia diurna leve y el estrés académico

EPWORTH TOTAL			Somnolencia diurna leve	Estrés académico	
LEVE	Rho de Spearman	EPWORTH	Coeficiente de correlación	1,000	,312*
			Sig. (bilateral)	.	,035
			N	46	46
		SISCO SV-21	Coeficiente de correlación	,312*	1,000
			Sig. (bilateral)	,035	.
			N	46	46

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

El nivel de significancia bilateral (sig.) para la correlación entre la dimensión leve de somnolencia diurna y estrés académico es de (0,035) siendo menor a 0,05, entonces: si existe relación directa entre la dimensión leve de somnolencia diurna y estrés académico estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

### Hipótesis específica 3:

H <sub>1</sub> : Hipótesis investigador	Sí existe relación entre la dimensión moderada de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.
H <sub>0</sub> : hipótesis nula	No existe relación entre la dimensión moderada de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

TABLA XI: Correlaciones entre la somnolencia diurna moderado y el estrés académico

EPWORTH TOTAL			Somnolencia diurna moderado	Estrés académico	
MODERADO	Rho de Spearman	EPWORTH	Coeficiente de correlación	1,000	-,095
			Sig. (bilateral)	.	,748
			N	14	14
		SISCO SV-21	Coeficiente de correlación	-,095	1,000
			Sig. (bilateral)	,748	.
			N	14	14

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

El nivel de significancia bilateral (sig.) para la correlación entre la dimensión moderado de somnolencia diurna y estrés académico es de (0,748) siendo mayor a 0,05, entonces: no existe relación directa entre la dimensión moderado de somnolencia diurna y estrés académico estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

#### Hipótesis específica 4:

H <sub>1</sub> : Hipótesis investigador	Sí existe relación entre la dimensión severa de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.
H <sub>0</sub> : hipótesis nula	No existe relación entre la dimensión severa de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.

No hay resultado, porque no presentó el grado severo de la somnolencia diurna en estudiantes universitario de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022, por carencia de base de dato en grado severo no se aplicó Rho de Spearman para la prueba de hipótesis específica 4.

### 4.3. Discusión de resultados

Después de haber obtenido el resultado final del presente estudio sobre la relación entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener, se pudo confirmar que si existe la relación entre dos variables a través de la escala de somnolencia diurna Epworth e inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems (SISCO SV-21), según el coeficiente de correlación de Rho de Spearman es 0,367 y el nivel de significancia bilateral es 0.001 donde el p valor es menor a 0,05 que aceptó la hipótesis alterna y que rechazó la hipótesis nula. Mientras que según antecedente nacional Díaz (2019) en su estudio tuvo 0,376 en el coeficiente de correlación de Rho de Spearman y el nivel de significancia 0,000 donde el p valor es menor a 0.05 que aceptó la hipótesis alterna y que rechazó la hipótesis nula. (14)

Al comparar el resultado con el antecedente nacional Díaz (2019) y de presente estudio (2022) se pudo observar que obtuvieron los resultados muy cercano entre ambos estudios que aceptaron la hipótesis alterna tanto en la época de la pandemia (2022) y antes de la pandemia (2018) aun que ambos estudios usaron misma escala de somnolencia Epworth, pero el estudio de Díaz correlacionó el estrés académico a la somnolencia diurna usando SISCO que tenía 35 ítems que es una versión antigua de Arturo Barraza; en cambio, el presente estudio se correlacionó partiendo de la somnolencia al estrés académico aplicando SISCO SV-21 que es una versión actualizada de mismo autor del instrumento, Arturo Barraza.

En relación a la somnolencia diurna, en presente estudio se obtuvo una media de  $9,05 \pm 3,839$ , cuyo valor es casi similar al obtenido de Díaz (2019) con una media de  $9,56 \pm 3,78$ , respecto al grado de somnolencia diurna en el cual destacado fue 56,1% de grado leve, mayor al 50,2% que encontró Sanchez (2021), al 13,9% Maldonado (2020) y al 15,7% Antezana (2018) en sus investigaciones; pero menor que Chero (2020) en su investigación con 69,65% y Díaz (2019) con 62%; así también en grado moderado de la somnolencia diurna de presente estudio 17,1%, mayor al de Antenaza (2018) con 4,9%, Díaz (2019) con 15% y Chero (2020) con 12,5%, pero menor al de Maldonado (2020) con 40,4% y de Sánchez (2021) con 30,7%.

Con respecto en la relación al estrés académico, el presente estudio usando el SISCO SV-21 se obtuvo una media de  $54,93 \pm 11,786$ , cuyo el resultado fue diferente al encontrado de Díaz (2019) usando el SISCO con una media de  $44,57 \pm 13,74$ . Así también respecto al estrés académico que usó el SISCO SV-21 de presente estudio el nivel leve es 26,8%, nivel moderado es 39% y nivel severo es 34,1%, mientras que Díaz (2019) que había usado el SISCO obtuvieron el nivel leve fue 21%, nivel moderado fue 71% y nivel severo fue 8% de los cuales nivel leve es menor, la cifra de moderado es mayor e inferior la cifra de severo y Estrada (2021) que había aplicado el SISCO presentaron el nivel leve fue 15,1%, nivel moderado fue 37,8% y nivel severo fue 47,1% de los cuales la cifra de nivel leve fue menor, la cifra de nivel moderado fue menor y la cifra de nivel severo fue superior.



## **CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **5.1.Conclusiones**

Se concluye que existe una correlación positiva baja entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia.

Respecto a la somnolencia normal y estrés académico, se concluye que no existe una relación directa entre dos variables mencionados en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia.

Respecto a la somnolencia leve y estrés académico, se concluye que existe una relación directa entre dos variables en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia.

Respecto a la somnolencia diurna moderada, se concluye que no existe una relación directa entre la dimensión moderado de somnolencia diurna y estrés académico estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia.

Respecto a la somnolencia diurna severa, se concluye que no se conoce la relación entre la dimensión severo de somnolencia diurna y estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, ya que en base de datos no se presentaron variables alto de la somnolencia diurna en estudiantes, por lo tanto no hay resultado a correlacionar ni concluir.

## 5.2.Recomendaciones

Se recomienda aplicar la escala de somnolencia Epworth y el inventario SISCO SV-21 para el estrés académico en los estudiantes de diferentes carreras en el pregrado para conocer la prevalencia de dichas variables, y así los docentes puedan incluir en su metodología de enseñanza realizando los talleres informativos, enseñando las estrategias de afrontamiento del estrés y pautas de buena higiene del sueño.

Respecto a la somnolencia normal y estrés académico, se recomienda enseñar prevención de dichas enfermedades para que pueda evitar la sobrecarga de la actividad académica en los estudiantes, trasnochar y/o uso excesivo de psicotrópico.

Para los estudiantes que sufren la somnolencia diurna leve y el estrés académico, los docentes o profesionales de la salud puedan recomendar una guía del manejo y pautas para que pueda aplicar en su vida cotidiana, así para que pueda acondicionarse su estilo de vida, la salud física y mental.

Si hay estudiante que requiere mayor atención como la somnolencia diurna grado moderado y el estrés académico que el centro educativo pueda brindar las informaciones necesarias y recomendar a profesional de salud con la especialidad correspondiente.

Finalmente respecto para la somnolencia diurna severa y el estrés académico, si hay nuevos estudios relacionados y artículos científicos con una buena evidencia para el manejo de la somnolencia diurna y el estrés académico se recomienda actualizar el conocimiento, pero si no hay estudios nuevos se recomienda realizar nuevos estudios relacionado de dichas variables.

## REFERENCIAS

### Referencia bibliográfica:

1. Alania RD, Chanca A, Condori M, Fabián E, Rafaele de la Cruz M, Ortega DID, et al. Baremación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV adaptado al contexto de COVID-19 en una población universitaria peruana. SL [Internet]. 3 de enero de 2021 [citado 6 de noviembre de 2021]; 5(1):242-60. Disponible en: <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/814>
2. Edwin G. Araoz E, Mamani M, Néstor A. Ramos G, Helen J, et al. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19 2021.Rev.Med.Per [Internet]. 2021 Abril.9 [citado 2021 Nov.6]; 88-93. Disponible en: [https://zenodo.org/record/4675923#.YYaa\\_2DMKUK](https://zenodo.org/record/4675923#.YYaa_2DMKUK)
3. Campos M. EL ESTRÉS ACADÉMICO: QUÉ ES. 2021. [31 de Mayo 2021] Disponible en: <https://www.mariajesuscampos.es/el-estres-academico-que-es/>
4. García F. J. (2020). El sistema universitario ante la COVID-19: Corto, medio y largo plazo. En: Universidad. Disponible en: <https://bit.ly/2YPUeXU>
5. Adrià MA, Israel VS, Gonzalo MT. Estudio descriptivo sobre las diferencias de género en el estrés académico derivado del contexto COVID-19 en población universitaria española (Descriptive study on gender differences in academic stress derived from the COVID-19 context in a Spanish unive. Retos [Internet]. 16sep.2021 [citado 6 nov.2021]; 43:845-51. Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/88968>

6. Rodríguez I, Fonseca GM, Aramburú G. Estrés Académico en Alumnos Ingresantes a la Carrera de Odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. Int. J. Odontostomat. [Internet]. 2020 Dic [citado 2021 Nov 06]; 14( 4 ): 639-647. Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-381X2020000400639&lng=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-381X2020000400639&lng=es). <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-381X2020000400639>.
7. Asenjo JA, Linares O, Díaz YY. Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. Rev Peru Investig Salud [Internet]. 7 de abril de 2021 [citado 6 de noviembre de 2021]; 5(2):59-66. Disponible en: <http://revistas.unheval.edu.pe/index.php/repis/article/view/867>
8. Antezana AN., Vallejos R, Encinas M, Antezana EV, Antezana AO. Somnolencia diurna excesiva en estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Mayor de San Simón. Gac Med Bol [Internet]. 2018 Dic [citado 2021 Oct 24]; 41( 2 ): 14-17. Disponible en: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1012-29662018000200004&lng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1012-29662018000200004&lng=es)
9. Chero S, Díaz A, Chero Z, Casimiro G. La somnolencia diurna y su relación con la inteligencia emocional en estudiantes universitarios. Lima, Perú. Medisur [revista en Internet]. 2020 [citado 2021 Nov 06]; 18(2):[aprox. 7 p.]. Disponible en: <http://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/4569>
10. Sabillón LN, Peñalva DM, Valle E. Calidad de sueño y somnolencia diurna en estudiantes de medicina y cirugía de una universidad de San Pedro Sula, Honduras. Revista médica de la universidad de costa rica [revista en la Internet].

2020 Abril - Octubre [citado 2021 Oct 25]; 14(1):6. Disponible en:

<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/medica/article/view/42002>

11. Portilla S, Dussán C, Montoya DM, Taborda-Chaurra Javier, Nieto-Osorio Luz Stella. CALIDAD DE SUEÑO Y SOMNOLENCIA DIURNA EXCESIVA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE DIFERENTES DOMINIOS. Hacia promoc. Salud [Internet]. 2019 Junio [citado 2021 Oct 22]; 24( 1 ): 84-96. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-75772019000100084&lng=en](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772019000100084&lng=en): <https://doi.org/10.17151/hpsal.2019.24.1.8>.
12. Rosales E, Rey De Castro MJ. Somnolencia: Qué es, qué la causa y cómo se mide. Acta méd. peruana [Internet]. 2010 Abr [citado 2021 Dic 01]; 27( 2 ): 137-143. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1728-59172010000200010&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172010000200010&lng=es).
13. Pin Arboledas G. Introducción: ¿Qué es la excesiva somnolencia diurna? Causas, prevalencia y clínica. En: AEPap ed. Curso de Actualización Pediatría 2008. Madrid: Exlibris Ediciones; 2008. p. 59-65.
14. Díaz A. El estrés académico y su relación con la somnolencia diurna en estudiantes de terapia física de la Universidad Norbert wiener, 2018. [Tesis de posgrado]. Universidad Privada Norbert Wiener; 2019. [citado en 24/11/2021]. Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/3033>
15. Allende FR, Acuña JH, Correa LE, De La Cruz JA. Estrés académico y calidad del sueño en tiempos de pandemia por COVID-19 en estudiantes de medicina de una universidad del Perú. Rev. Fac. Med. [Internet]. 2021Jul.30 [citado 2021 Nov.6];

70(3):e93475. Disponible en:

<https://revistas.unal.edu.co/index.php/revfacmed/article/view/93475>

16. Sánchez S, Solarte WE, Correa ST, Imbachí DY, Anaya ML, Mera AY, et al. Factores relacionados con la calidad del sueño y la somnolencia diurna en universitarios del suroccidente colombiano. *Duazary* [Internet]. 2 de agosto de 2021 [citado 21 de octubre de 2021]; 18(3):232-46. Disponible en: <http://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/4230>
17. Ibáñez V, Silva J, et al. A survey on sleep questionnaires and diaries. Vol.42:90-96. [Internet]. 2018. [citado en 01/12/2021]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S138994571730401X?via%3Dihub>
18. Murray J. A new method for measuring daytime sleepiness: the Epworth sleepiness scale. *Sleep*, 14(6), 540–545. [Internet]. 1991. [citado en 01/12/2021]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1798888/>
19. Schlosshan, D., & Elliott, M. W. Sleep. 3: Clinical presentation and diagnosis of the obstructive sleep apnoea hypopnoea syndrome. *Thorax*, 59(4), 347–352. [Internet]. 2004. [citado en 01/12/2021]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1763828/>
20. Rosales E. Estudio de validez y confiabilidad de la Escala de Somnolencia de Epworth en población peruana y modificación de la escala para población que no conduce vehículos motorizados. [Tesis de maestría]. Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2009. [citado en 01/12/2021]. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/235220463\\_Estudio\\_de\\_validez\\_y\\_confia](https://www.researchgate.net/publication/235220463_Estudio_de_validez_y_confia)

[bilidad de la Escala de Somnolencia de Epworth en poblacion peruana y modificación de la escala para poblacion que no conduce vehiculos motorizados](#)

21. Barraza A. Características del estrés académico en los alumnos de Educación Media Superior. [Internet]. Universidad Pedagógica de Durango; 2005. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/28285958\\_Caracteristicas\\_del\\_estres\\_academico\\_en\\_los\\_alumnos\\_de\\_Educacion\\_Media\\_Superior](https://www.researchgate.net/publication/28285958_Caracteristicas_del_estres_academico_en_los_alumnos_de_Educacion_Media_Superior)
22. Martínez E, Díaz D. Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*. [Internet]. 2007. [citado en 01/12/2021]. 10(2), 11-22. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0123-12942007000200002&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-12942007000200002&lng=en&tlng=es).
23. Barraza A. Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems. Books-©ECORFAN- México, Durango. 2018. ISBN: 978-607-8534-80-7.
24. Olivas L, Morales S, et al. Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. Propósitos y Representaciones, [Internet]. 2021. [citado en 01/12/2021]. 9(2), e647. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2307-79992021000200001&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2307-79992021000200001&script=sci_arttext)
25. Sánchez F. Fundamentos Epistémicos de la Investigación Cualitativa y Cuantitativa: Consensos y Disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*. [Internet]. 2019. [citado en 01/12/2021]. 13(1), 102-122. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-25162019000100008](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-25162019000100008)

26. Popper K. La lógica de la investigación científica. 1ed. Madrid. Editorial Tecno. 2008. ISBN:84-309-0711-4
27. Kerlinger F. Investigación del comportamiento. 4ed. México D.F. McGraw-Hill. 2002. ISBN 10: 9701030702 / ISBN 13: 9789701030707.
28. Sánchez H, Reyes C, et al. Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. 1ed. Lima, Perú. Universidad Ricardo Palma Vicerrectorado de investigación. 2018. ISBN N° 978-612-47351-4-1.
29. Hernández R, Fernández C, et al. Metodología de la investigación. 6ed. México D.F. Mc Graw Hill/Interamericana Editores S.A. 2014. ISBN: 978-1-4562-2396-0.
30. Hernández R, Mendoza C (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta, Ciudad de México, México: Editorial Mc Graw Hill Education, Año de edición: 2018, ISBN: 978-1-4562-6096-5, 714 p.
31. García FM. La encuesta. En: García M, Ibáñez J, Alvira F. El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de Investigación. Madrid: Alianza Universidad Textos, 1993; p. 141-70.
32. Casas J, Repullo J, et al. La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). [Internet]. 2003. [citado en 04/12/2021]. 31(8):527-38. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-la-encuesta-como-tecnica-investigacion--13047738>



## ANEXOS

### Anexo 1: Matriz de consistencia

**Título de investigación: “SOMNOLENCIA DIURNA Y SU RELACIÓN AL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA EN EL TIEMPO DE PANDEMIA, 2022”**

<b>Formulación del problema</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>Población y muestra</b>	<b>VARIABLES, Técnicas e instrumentos</b>	<b>Diseño metodológico</b>
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?</p> <p>Problemas específicas</p> <p>¿Cuál es la prevalencia de somnolencia diurna en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?</p> <p>¿Cuál es la prevalencia del estrés académico en estudiantes de fisioterapia de</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar cuál es la relación que existe entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Determinar cuál es la prevalencia de somnolencia diurna en estudiantes de fisioterapia.</p> <p>Determinar cuál es la prevalencia del estrés académico en estudiantes de fisioterapia.</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Existe relación entre la somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.</p> <p>Hipótesis específica 1</p> <p>Existe relación entre la dimensión normal de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.</p> <p>Hipótesis específica 2</p>	<p>Población:</p> <p>La población está conformada por 103 estudiantes de VI a X ciclo de estudio de la escuela de Terapia Física y Rehabilitación de la Universidad Norbert Wiener.</p> <p>Muestra:</p> <p>Muestreo no probabilístico.</p> <p>La muestra está conformada por 82 estudiantes de VI a X ciclo de la escuela de</p>	<p>VARIABLE 1: Somnolencia diurna</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Normal (0-6)</p> <p>Leve (7-13)</p> <p>Moderado (14-19)</p> <p>Severo (20-24)</p> <p>Técnica: Encuesta Instrumentos:</p> <p>La escala de somnolencia Epworth</p> <p>VARIABLE 2:</p> <p>Estrés académico Dimensiones:</p> <p>0 - 48% nivel leve del estrés</p>	<p>El método de presente investigación es hipotético deductivo</p> <p>El enfoque de presente investigación es cuantitativo</p> <p>El tipo de presente investigación es de tipo básico</p> <p>El nivel de presente investigación es descriptivo</p>

<p>la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión normal de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión leve de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión moderada de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión severa de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima - 2022?</p>	<p>Determinar cuál es la relación entre de la dimensión normal de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia.</p> <p>Determinar cuál es la relación entre la dimensión leve de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia.</p> <p>Determinar cuál es la relación entre la somnolencia diurna en dimensión moderada y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia.</p> <p>Determinar cuál es la relación entre la dimensión severa de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia.</p>	<p>Existe relación entre la dimensión leve de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.</p> <p>Hipótesis específica 3</p> <p>Existe relación entre la dimensión moderada de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.</p> <p>Hipótesis específica 4</p> <p>Existe relación entre la dimensión severa de somnolencia diurna y el estrés académico en estudiantes de fisioterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener en tiempo de pandemia, Lima – 2022.</p>	<p>Terapia Física y Rehabilitación de la Universidad Norbert Wiener y que cumplen con los criterios de inclusión.</p>	<p>49% - 60% nivel moderado del estrés</p> <p>61% - 100% nivel severo del estrés</p> <p>Técnica: Encuesta Instrumento: SISCO SV-21.</p>	<p>El diseño de presente investigación es no experimental</p> <p>El diseño de presente investigación es corte transversal</p> <p>El diseño de presente investigación es correlacional</p>
--	--	--	---	---	---

## Anexo 2: Instrumentos (La escala de somnolencia Epworth)

### **Escala de Somnolencia Epworth (Versión Peruana Modificada)**

¿Qué tan probable es que usted **cabecee** o **se quede dormido** en las siguientes situaciones? Considere los últimos meses de sus actividades habituales. No se refiere a sentirse cansado debido a actividad física. Aunque no haya realizado últimamente las situaciones descritas, considere como le habrían afectado. Use la siguiente escala y marque con una X la opción más apropiada para cada situación:

- ★ Nunca cabecearía
- ★ Poca probabilidad de cabecear
- ★ Moderada probabilidad de cabecear
- ★ Alta probabilidad de cabecear

Situación	Probabilidad de cabecear			
	Nunca	Poca	Moderada	Alta
Sentado leyendo				
Viendo televisión				
Sentado (por ejemplo en el teatro, en una reunión, en el cine, en una conferencia, escuchando la misa o el culto)				
Como pasajero en un automóvil, ómnibus, micro o combi durante una hora o menos de recorrido				
Recostado en la tarde si las circunstancias lo permiten				
Sentado conversando con alguien				
Sentado luego del almuerzo y sin haber bebido alcohol				
Conduciendo el automóvil cuando se detiene algunos minutos por razones de tráfico				
Parado y apoyándose o no en una pared o mueble				

¿Usted maneja vehículos motorizados (auto, camioneta, ómnibus, micro, combi, etc)?:

( ) SI      ( ) NO

**Gracias por su cooperación**

## Anexo 2: Instrumentos (El inventario SIStemático COgnositiva para el estrés académico segunda versión con 21 ítems SISCO SV-21)

### Ficha técnica del Inventario SISCO SV-21

**Nombre:** Inventario SIStemático COgnositivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems

**Nombre abreviado:** Inventario SISCO SV-21

**Autor:** Arturo Barraza Macías

**Estructura:** este instrumento está constituido por 23 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (si-no), permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario. En caso de que el investigador lo considere puede utilizar este dato para reportar el nivel de presencia del estrés académico en la población encuestada.
- Un ítem que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho), permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico. Este dato el investigador lo puede utilizar como variable monoítem para medir la intensidad del estrés o, en su defecto, eliminarlo.
- Siete ítems que, en un escalamiento tipo Likert de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.
- Siete ítems que, en un escalamiento tipo Likert de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones ante un estímulo estresor.
- Siete ítems que, en un escalamiento tipo Likert de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.

**Administración:** el cuestionario fue diseñado para ser autoadministrado y puede ser aplicado de manera individual o grupal.

**Duración:** sin tiempo limitado para su resolución; su aplicación dura entre 20 y 25 minutos.

**Población objeto de estudio:** alumnos de educación media superior (bachillerato), superior (licenciatura) y posgrado (especialización, maestría y doctorado).

**Propiedades Psicométricas:** este instrumento reporta las siguientes propiedades psicométricas:

- **Confiabilidad:** el inventario en su totalidad presenta una confiabilidad en alfa de Cronbach de .85. La dimensión de estresores presenta una confiabilidad de .83; la de síntomas presenta una confiabilidad de .87; y la de estrategias de afrontamiento una de .85. Todas ellas también en alfa de Cronbach. Todos estos niveles de confiabilidad pueden ser considerados muy buenos de acuerdo a la escala de valores propuesta por DeVellis (2011) y al ser el alfa de Cronbach un procedimiento basado en la consistencia interna se puede afirmar la homogeneidad de los ítems con relación al constructo “estrés académico” que los integra.
- **Análisis de consistencia interna:** los resultados muestran que todos los ítems correlacionaron positivamente ( $p < .01$ ) con el puntaje global obtenido por cada encuestado, siendo el valor  $r$  de Pearson menor de .280 y el mayor de .671; así mismo, cada ítem correlaciona de manera positiva ( $p < .01$ ) con el puntaje obtenido, en su dimensión correspondiente, por cada encuestado, siendo el valor  $r$  de Pearson menor de .662 y el mayor de .801 Este resultado confirma la homogeneidad de los ítems alrededor del constructo “estrés académico” y la direccionalidad única de los ítems.

- Análisis de grupos contrastados: los resultados muestran que todos los ítems permiten discriminar ( $p < .01$ ) entre los alumnos que presentan un nivel bajo de estrés de los que presentan un nivel alto; así mismo permiten discriminar ( $p < .01$ ) entre una baja y alta presencia de cada uno de los componentes sistémico procesuales del estrés.
- El Análisis Factorial Exploratorio permitió identificar tres factores que explican el 47% de la varianza total; estos tres factores se corresponden con los componentes sistémico procesuales que establece el Modelo Sistémico Cognoscitivista: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

**Instrumento:**

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

- Si
- No

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

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

1	2	3	4	5

3.-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 que frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

¿Con qué frecuencia te estresa :

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días						
La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases						
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
El nivel de exigencia de mis profesores/as						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as						

4.- Dimensión síntomas (reacciones)

*Instrucciones:* A continuación se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

**Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:**

Síntomas	N	CN	RV	AV	CS	S
Fatiga crónica (cansancio permanente)						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
Ansiedad, angustia o desesperación						
Problemas de concentración						
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
Desgano para realizar las labores escolares						

**5.- Dimensión estrategias de afrontamiento**

*Instrucciones:* A continuación se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

**¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:**

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucionaré						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

**Codificación:** se recomienda utilizar para la codificación de las respuestas los siguientes valores numéricos:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S
0	1	2	3	4	5

**Control de calidad:** para determinar como válidos los resultados de cada cuestionario, y por lo tanto aceptarlo e integrarlo a la base de datos, éste debe estar respondido en un porcentaje mayor al 70%. En ese sentido, se considera necesario que el cuestionario tenga contestados por lo menos 16 ítems de los 23 que lo componen, en caso contrario se anulará ese cuestionario en lo particular.

**Clave de corrección:** para su interpretación es necesario obtener la media general; se recomiendan los siguientes pasos:

- Se toman para el análisis únicamente los ítems de las preguntas tres, cuatro y cinco.
- A cada respuesta de la escala se le asigna los valores ya recomendados para su codificación (vid supra).
- Se obtiene la media por cada ítem, de cada sección y posteriormente se obtiene la media general.
- Se transforma la media en porcentaje, sea a través de regla de tres simple o multiplicando la media obtenida por 20.
- Una vez obtenido el porcentaje se puede interpretar con dos baremos: uno normativo u otro indicativo; el investigador decide cual utilizar y lo reporta.

**Baremo normativo centrado en la población en que se validó:**

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

**Baremo indicativo centrado en el valor teórico de la variable:**

- De 0 a 33% nivel leve del estrés
- De 34% a 66% nivel moderado del estrés
- Del 67% al 100% nivel severo de estrés

### **Anexo 3: Validez y confiabilidad del instrumento**

**Resultados:**  
Pruebas de normalidad

*Resumen de procesamiento de casos*

	Casos					
	Válido		Perdidos		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
Somnolencia diurna	82	100,0%	0	0,0%	82	100,0%
Estrés académico	82	100,0%	0	0,0%	82	100,0%

*Pruebas de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Somnolencia diurna	,103	82	,033	,971	82	,057
Estrés académico	,078	82	,200 <sup>a</sup>	,985	82	,477

\*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

**. Prueba de normalidad para la variable Somnolencia diurna:** según la tabla de prueba de normalidad observamos que el gl es de 82 por lo que se utilizará la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov a su vez el Pvalor es de 0.033 lo cual determina que la distribución de datos no tiene normalidad.

La normalidad aceptada en la prueba de K-S con la corrección Lilliefors es un valor de Sig. (P>0,05).

**. Prueba de normalidad para la variable Estrés académico:** según la tabla de prueba de normalidad observamos que el gl es de 82 por lo que se utilizará la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov a su vez el Pvalor es de 0.200 lo cual determina que la distribución de datos tiene normalidad.

La normalidad aceptada en la prueba de K-S con la corrección Lilliefors es un valor de Sig. (P>0,05).

**Confiabilidad y validez del instrumento**

Somnolencia diurna/estrés académico

**Observación/ conclusión**

- Se empleó el coeficiente de **Alfa de Cronbach** para medir la fiabilidad de una escala de medida.

Criterio para la evaluación del Coeficiente Alfa de Cronbach	
0 a 0.2	Muy baja
0.2 a 0.4	Baja
0.4 a 0.6	Moderado
0.6 a 0.8	Buena
0.8 a 1.0	Alta

- Se evaluó la prueba piloto con una muestra total de 20 estudiantes.
- El coeficiente de **Alfa de Cronbach** obtenido para somnolencia diurna fue de **0.766** dando la consistencia del instrumento como **buena** y para estrés académico **0.877** dando la consistencia del instrumento como **alta**.

**Anexo 4: Aprobación de comité de ética**



Lima, 02 de febrero de 2022

Investigador(a):  
**Kyunghoon Bok**  
**Exp. N° 1530-2022**

---

Cordiales saludos, en conformidad con el proyecto presentado al Comité Institucional de Ética para la investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener, titulado: **“Somnolencia diurna y su relación al estrés académico en estudiantes de una universidad privada en el tiempo de pandemia, 2022” V02**, el cual tiene como investigador principal a **Kyunghoon Bok**.

Al respecto se informa lo siguiente:

El Comité Institucional de Ética para la investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener, en sesión virtual ha acordado la **APROBACIÓN DEL PROYECTO** de investigación, para lo cual se indica lo siguiente:

1. La vigencia de esta aprobación es de un año a partir de la emisión de este documento.
2. Toda enmienda o adenda que requiera el Protocolo debe ser presentado al CIEI y no podrá implementarla sin la debida aprobación.
3. Debe presentar 01 informe de avance cumplidos los 6 meses y el informe final debe ser presentado al año de aprobación.
4. Los trámites para su renovación deberán iniciarse 30 días antes de su vencimiento juntamente con el informe de avance correspondiente.

Sin otro particular, quedo de Ud.,

Atentamente



---

**Yenny Marisol Bellido Fuentes**  
Presidenta del CIEI- UPNW

**Anexo 5: Formato de consentimiento informado**

Estamos invitando a usted a participar en un estudio llamado: “Somnolencia diurna y su relación al estrés académico en estudiantes de una universidad privada en el tiempo de pandemia, 2022”. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener, **Lima, 2022**. El propósito de este estudio es determinar correlación entre la somnolencia diurna y el estrés académico en los estudiantes universitarios. Su ejecución ayudará/permitirá a medir el grado de somnolencia diurna, el estrés académico y su relación entre dos variables mencionados.

**Procedimientos:**

Si Usted decide participar en este estudio se le realizará lo siguiente:

- Deberá responder todas las preguntas de los dos cuestionarios: El primer cuestionario consta de 23 preguntas sobre el estrés académico y el segundo cuestionario de 12 preguntas sobre somnolencia diurna.
- La participación de este estudio es totalmente voluntaria, toda la información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Si tiene alguna pregunta o duda sobre este proyecto en cualquier momento sin que se perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas de encuestas le parece incómodas, tiene derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderías, quedando excluido del estudio.
- Esta investigación no tiene riesgo de generar afección salud mental, emocional ni a nivel físico.

La entrevista/encuesta puede demorar unos 30 minutos y (2 o 3 minutos para responder escala de Epworth y 20 a 25 minutos en responder el inventario SISCOV21). Los resultados de las encuestas se le entregaran a Usted en forma individual o almacenaran respetando la confidencialidad y el anonimato.

**Costos e incentivos**

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

**Confidencialidad:**

Nosotros guardaremos la información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de Usted. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.

**Derechos del paciente:**

Si usted se siente incómodo durante participar este estudio, podrá retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin perjuicio alguno. Si tiene alguna inquietud y/o molestia, no dude en preguntar al personal del estudio. Puede comunicarse con el Kyunghoon Bok, Cel. + 51 931 257 660 o al Comité que validó el presente estudio, Dra. Yenny M. Bellido Fuentes, presidenta del Comité de Ética para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, telf. Cel. +51 924 569 790. Email: comité.etica@uwiener.edu.pe

**CONSENTIMIENTO**

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo que cosas pueden pasar si participo en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar, aunque yo haya aceptado y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

**Anexo 6: Informe del asesor de turnitin**

## SD - STRESS

### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>15%</b> INDICE DE SIMILITUD	<b>15%</b> FUENTES DE INTERNET	<b>8%</b> PUBLICACIONES	<b>12%</b> TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------	---------------------------------------

### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>Submitted to Universidad Peruana Cayetano Heredia</b> Trabajo del estudiante	<b>4%</b>
<b>2</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.uwiener.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>4</b>	<b>es.slideshare.net</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>5</b>	<b>redie.mx</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>6</b>	<b>Submitted to Universidad Marcelino Champagnat</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>repositorio.uta.edu.ec</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>Submitted to Ministerio de Educación de Perú - COAR</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>9</b>	<b>repositorio.upla.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>10</b>	<b>www.researchgate.net</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>

Excluir citas  
Excluir bibliografía

Activo  
Activo

Excluir coincidencias < 1%