



Universidad
Norbert Wiener

ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA

Tesis

Estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una
universidad privada de Lima, 2025

Para optar el Grado Académico de
Maestro en Docencia Universitaria

Presentado por:

Autora: Quispe Nina, Jhosely


Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7402-3035>

Asesora: Dra. Herrera Álvarez, Angela María

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6399-3850>

Lima – Perú

2025

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

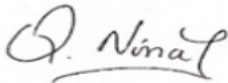
FECHA: 08/11/2022

Yo, Jhosely Quispe Nina Egresado(a) de la Escuela de Posgrado de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que la tesis “Estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025” Asesorado por el docente: Angela Maria Herrera Álvarez Con DNI 42130286 Con ORCID 0000-0002-6399-3850 tiene un índice de similitud de (16) (dieciséis)% con código oid: **14912:544923883** verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

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

En caso se supere el porcentaje de similitud máximo establecido (mayor a 20%), tanto general como por fuente primaria, afirmo que dicho excedente corresponde al marco metodológico del documento. Procedo a detallar y justificar del mismo:



.....
 Firma de autor 1
 Jhosely Quispe Nina
 DNI: 47593505

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



.....
 Firma
 Angela Maria Herrera Álvarez
 DNI: 42130286

Lima, 9 de enero de 2026

Dedicatoria

El presente trabajo de investigación quiero dedicárselo a Dios, a mi madre que siempre me motiva a seguir creciendo en mi desarrollo profesional y personal, a mi familia por estar conmigo en cada paso que doy. Y a mis amistades más cercanas que siempre me motivan a lograr mis sueños y a creer en mí.

Agradecimiento

Agradezco a mi asesora Dra. Angela María, Herrera Álvarez, por su apoyo constante, la paciencia, motivación y estímulos permanentes para avanzar mi tesis y ser mejor cada día.

También agradezco a mis docentes Dr. Santos y Dra.

Yajaira por sus consejos en seguir avanzando cada día, a no detenerme y seguir creciendo en el ámbito profesional y personal, porque todo se puede lograr con perseverancia, compromiso y no existen límites con los sueños.

ÍNDICE

Caratula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice	iv
Índice de tablas	vii
Índice de figuras	viii
Resumen	ix
Abstract	x
Introducción	xi
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	3
1.2.1 Problema general	3
1.2.2 Problemas específicos	3
1.3. Objetivos de la investigación	4
1.3.1. Objetivo general	4
1.3.2. Objetivos específicos	4
1.4. Justificación de la investigación	4
1.4.1. Teórica	4
1.4.2. Metodológica	5
1.4.3. Práctica	5
1.5. Limitaciones de la investigación	5

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación	6
2.1.1. Antecedentes internacionales	6
2.1.2. Antecedentes nacionales	9
2.2. Bases Teóricas	12
2.3. Formulación de hipótesis	21
2.3.1. Hipótesis general	21
2.3.2. Hipótesis específicas	21

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación	23
3.2. Enfoque de investigación	23
3.3. Tipo de investigación	23
3.4. Diseño de la investigación	24
3.5. Población, muestra y muestreo	24
3.6. Variables y operacionalización	26
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	29
3.7.1 Técnica	29
3.7.2 Descripción	29
3.7.3 Validación	32
3.7.4 Confiabilidad	33
3.8. Procesamiento y análisis de datos	33
3.9. Aspectos Éticos	34

CAPÍTULO IV: PRESENTACION Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados	36
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados	36
4.1.2. Prueba de hipótesis	42
4.1.3. Discusión de resultados	47

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones	51
-------------------	----

5.2. Recomendaciones	53
----------------------	----

REFERENCIAS	54
--------------------	----

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia	64
Anexo 2: Instrumentos	65
Anexo 3: Validez del instrumento	70
Anexo 4: Confiabilidad del instrumento	71
Anexo 5: Aprobación del Comité de Ética	72
Anexo 6: Formato de consentimiento informado	73
Anexo 7: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos	75
Anexo 8: Reporte de similitud de Turnitin	77

INDICE DE TABLAS

Tabla 1	26
<i>Matriz operacional de la variable 1</i>	26
Tabla 2	28
<i>Matriz operacional de la variable 2</i>	28
Tabla 3	30
<i>Ficha técnica del inventario SISCO</i>	30
Tabla 4	32
<i>Ficha técnica del cuestionario CHAEA</i>	32
Tabla	
5	;E
rror! Marcador no definido.	
<i>Estadística Descriptiva</i>	36
Tabla 6	37
<i>Distribución de frecuencia y porcentaje de estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.</i>	37
Tabla 7	38
<i>Distribución de promedio según el estilo de aprendizaje</i>	38
Tabla 8	39
<i>Distribución frecuencia y porcentaje según el sexo</i>	39
Tabla 9	40
<i>Distribución frecuencia y porcentaje según la edad</i>	40
Tabla10	42
Prueba de normalidad.....	42
Tabla 11	43
<i>Análisis de correlación entre las variables de estrés académico y estilos de aprendizaje los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025</i>	43
Tabla 12	44
<i>Análisis de correlación entre las variables estresores académicos y estilos de aprendizaje de los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025</i>	44
Tabla 13	45
<i>Análisis de correlación entre las variables de síntomas del estrés académico y estilos de aprendizaje los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025</i>	45

Tabla 14.	46
<i>Análisis de correlación entre las variables de estrategias de enfrentamiento y estilos de aprendizaje los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025</i>	46

INDICE DE FIGURAS

Figura 1	37
<i>Nivel de estrés académico</i>	37
Figura 2.	39
<i>Promedio de estilos de aprendizaje</i>	39
Figura 3.	40
<i>Distribución porcentual del sexo</i>	40
Figura 4.	41
<i>Distribución porcentual de la edad</i>	41

RESUMEN

El estrés es la tensión que se presenta frente a una situación que escapa de las posibilidades de la persona para afrontarla, también, se presentan a causa de una preocupación incesante o por exceso de carga de actividades y demandas del entorno, puede afectar en gran medida la salud física, mental y académico. Objetivo: Determinar la relación entre estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios. Material y métodos: Se realizó una investigación científica en 110 estudiantes universitarios de pregrado de ambos sexos femenino 73.6% y masculino 26.4%, de acuerdo a las características que efectuaron con criterios de inclusión, de la Carrera Profesional de Terapia Física y Rehabilitación de una universidad privada de Lima, su método fue hipotético deductivo, con enfoque cuantitativo - descriptivo de tipo correlacional, estudio básica, no experimental, como instrumentos de medición se empleó el inventario de SISCO para estrés académico y el cuestionario Honey y Alonso de estilos de aprendizaje CHAEA. Resultado: El nivel de significancia para estrés académico y estilos de aprendizaje es de 0,019, la correlación entre ambos instrumentos es 0,833. Además, el nivel de estrés leve 32.2% y nivel moderado 68.8%, el promedio de estilos de aprendizaje teórico 14,94, activo 12,99, reflexivo 16,2 y pragmático 14,75 respectivamente. Conclusión: Se logró determinar que, si existe correlación de nivel positivo alto entre estrés académico y estilos de aprendizaje en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.

Palabras claves: Estrés académico, estilos de aprendizaje, estudiantes universitarios.

ABSTRACT

Stress is the tension experienced when faced with a situation beyond a person's ability to cope. It can also arise from incessant worry or an excessive workload and demands from the environment, and can significantly affect physical, mental, and academic health. Objective: To determine the relationship between academic stress and learning styles in university students. Materials and methods: A scientific study was conducted with 110 undergraduate university students (73.6% female and 26.4% male) enrolled in the Physical Therapy and Rehabilitation program at a private university in Lima, Peru. The study included 110 students who met the inclusion criteria, the method used was hypothetical-deductive, with a quantitative-descriptive, correlational approach. This was a basic, non-experimental study. The SISCO inventory for academic stress and the Honey and Alonso Learning Styles Questionnaire (CHAEA) were used as measurement instruments. Results: The significance level for academic stress and learning styles was 0.019, and the correlation between the two instruments was 0.833. Furthermore, 32.2% of the students experienced mild stress and 68.8% experienced moderate stress. The average scores for learning styles were 14.94 (theoretical), 12.99 (active), 16.2 (reflective), and 14.75 (pragmatic). Conclusion: The study determined that a strong positive correlation exists between academic stress and learning styles among university students at a private university in Lima, 2025.

Keywords: Academic stress, learning styles, university students.

INTRODUCCIÓN

El estrés académico se caracteriza por presentar tensión que los alumnos universitarios experimentan en su etapa educativa, a causa de diferentes desafíos que desatan dificultades en el equilibrio global, asimismo, se ha visualizado en el comportamiento del estudiante signos y síntomas, el cual demanda al estudiante tener que afrontar estas situaciones, con la finalidad de restablecerse del proceso.

La presente investigación fue desarrollada a través de cinco capítulos, el cual se detalla a continuación: El primer capítulo, menciona referente al planteamiento del problema, formulación del problema, objetivo general y específicos, justificación teórica, metodológica y práctica. También las limitaciones que se expusieron en el desarrollo de la investigación.

En el capítulo dos, incluye los precedentes de manera nacional e internacional de ambas variables líneas arriba mencionadas, también se colocó fundamentos teóricos con los cimientos referente a la presión académica y estilos de aprender, más aún, la elaboración de conjeturas de la investigación. Dentro del capítulo tres, comprende el abordaje metodológico que se utiliza en el estudio, respecto al método, enfoque, tipo, diseño, corte y nivel. Asimismo, el grupo de ciudadanos y muestra que contribuyeron en el trabajo de investigación. Incluso, la cuantificación de variables, la técnica y cuestionarios de recabar información de datos, validación, confiabilidad, protocolo de procesamiento y análisis de registros finalizando con consideraciones éticas.

En el capítulo cuatro, explica los resultados con debate y en el punto cinco culmina con los hallazgos finales y sugerencias de la presente investigación de tesis.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

La educación de calidad perteneciente al cuarto objetivo de Desarrollo Sostenible (Naciones Unidas, 2023) busca que el 60% de los jóvenes que aún no cursan estudios superiores logren matricularse en algún programa de formación superior técnica o universitaria (UNESCO, 2022) y que a su vez la educación a la que logren acceder sea de calidad. Entendiendo como calidad educativa, la posibilidad de recibir herramientas que le permitan incrementar sus habilidades profesionales, recursos que le permitan la movilización académica; así como el desarrollo de habilidades blandas, habilidades de resolución de conflictos, persistencia, resiliencia, autocontrol (IESALC, 2020) que lo doten de herramientas para poder enfrentarse a las diversas situaciones que deberá afrontar durante su etapa de formación como por ejemplo el estrés académico.

En Corea del Sur la presión frente a los estudios, incluso antes de su ingreso genera tal grado de estrés que conlleva a que 11 de cada 100 jóvenes hayan pensado en el suicidio y que 8 de ellos logren hacerlo (Corporación de Radio y Televisión Española, 2023); en España una de las dos principales causas de estrés en jóvenes, es causado por los estudios con un porcentaje del 53.7% de nivel de estrés alto; 28.9% de nivel medio y 14.3% del nivel bajo (Kuric et al., 2023); en Estados Unidos parte de los alumnos que conforman el 87% de jóvenes con estrés, son aquellos que cursan el segundo año de la formación universitaria (El periódico USA, 2022).

Parte de las causas del estrés en los estudiantes son factores como el tipo de área en el que estudian, se ha demostrado que las áreas de ciencias puras y de salud puntúan un mayor

grado de estrés; otro factor es el grado de organización con la que cuenta el alumno para cumplir sus diversas actividades; además de la gran carga de tareas que este presenta, dependiendo el grado de estudios y la ansiedad que esto les genere (Silva-Ramos et al., 2020).

Una investigación realizada en Iberoamericanos demostró que el estrés presenta mayor prevalencia de acuerdo a las condiciones y estilos de vida, repercutiendo de forma negativa en la salud, ya que se presentaría enfermedades que van en crecimiento, pudiendo derivar otras patologías (Jurado et al., 2021).

Otro estudio realizado en Perú en el año 2019 demostró que el 19.1% presentaron nivel de estrés alto y el 18.7% nivel bajo, asimismo referente a los estilos de aprendizaje se evidenció nivel alto el 25.3% del estilo activo, 28.2% del estilo reflexivo, 20.7% del estilo teórico y 22% del estilo pragmático (Guzmán et al., 2019)

Como evidencia el nivel de estrés académico genera síntomas físico-psicológicos en quienes lo padecen como cansancio excesivo, alteraciones de sueño, inquietud, periodos de ansiedad, disminución de la concentración (Zambrano et al., 2022) lo que en consecuencia origina la afectación de las estrategias de aprendizaje, de los procesos cognitivos y la alteración de la autoestima del alumno (Barrón & Armenta, 2021) dando como resultado una disminución de su rendimiento académico.

En consecuencia, el estrés académico que padecen los estudiantes de la etapa universitaria puede generar problemas psicológicos desde la depresión, la ansiedad hasta incluso el suicidio o la muerte; por lo que generar estilos de aprendizaje les ayudara a manejar la ansiedad que genere esta etapa de formación sobre todo en los primeros años, en situaciones de formación y en años previos al egreso previniendo consecuencias graves. Por este motivo es

realmente trascendental ejecutar este estudio que lleva de título: Estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es la relación entre los estresores académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025?

¿Cuál es la relación entre los síntomas del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025?

¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

1.3.2. Objetivos específicos

Identificar la relación entre los estresores académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

Identificar la relación entre los síntomas del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

Identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

El presente estudio se justificó a nivel teórico de acuerdo a la implicancia que tuvo la formación integral del futuro profesional en relación a brindar una calidad académica que aborde el bienestar estudiantil y personal al alumno tal como lo menciona EL “Sistema Nacional de Evaluación, Acreditación y Certificación Educativa” (SINEACE, 2022). Por lo que la identificación de problemas de estrés fue necesario para poder prevenir y tomar medidas correspondientes a nivel de la Gestión de bienestar universitario que aseguren la calidad educativa de los futuros profesionales de la salud.

1.4.2. Metodológica

En la justificación metodológica se determinó el uso de instrumento reconocidos internacionalmente para la medición de las variables de estudio y se contrastó las hipótesis planteadas que permitieron tomar medidas en relación al aseguramiento de la calidad educativa desde el aporte de la gestión del bienestar universitario como lo indica el SINEACE (SINEACE, 2022).

1.4.3. Práctica

La justificación práctica de esta investigación fue poder determinar la correlación existente entre las variables de estrés académico y estilos de aprendizaje para poder crear medidas de prevención, promoción y de educación a los estudiantes y profesores acerca del estrés académico y dejar un plan de intervención para que el área de bienestar universitario tome en cuenta las características presentes en su población estudiantil y pueda crear planes de mejoría en pro de la calidad educativa como lo es justificación estadística sobre el aporte y la importancia de las aulas de simulación profesional (Arriola de Pimentel, 2022).

1.5. Limitaciones de la investigación

En el presente trabajo de investigación la limitación que se presentó fue que al momento de la realización de las encuestas algunos estudiantes presentaron dificultades para llegar a tiempo a sus clases, por ende, hubo demoras en responder, también estaban ocupados realizando trabajos de la universidad.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes internacionales

Tirado–Amador et al. (2023) se llevó a cabo una investigación cuyo objetivo fue “Analizar estrés académico, factores sociodemográficos y familiares en estudiantes de Odontología en Escuela privada de Cartagena”. El estudio en mención fue descriptivo de corte transversal aplicado a una muestra de 158 participantes. Se utilizaron 3 instrumentos; un cuestionario sociodemográfico para el factor sociodemográfico, el APGAR familiar para el factor familiar, inventario de SISCO en estrés académico. Los resultados fueron que la edad promedio de la muestra fue de 21 años con predominio en el sexo femenino y estrato económico medio; la mayoría también eran solteros y el 80% de ellos venía de una familia nuclear. Por otro lado, casi el 50% de la muestra tenía una familia disfuncional y aproximadamente la tercera parte no tenía un soporte de amigos, el 40% sentía estrés casi siempre frente a la sobrecarga de trabajos, más del 30% presentaba dolores de cabeza y somnolencia frente a su estímulo estresor, el 28.8% aumentaban o disminuían sus alimentos, el 100% presento estrés académico. Se concluyó que el pertenecer a semestres académicos básicos, ser de sexo femenino y la disfuncionalidad familiar sumado a la preocupación moderada fueron factores de riesgo de disminución del estado de salud del estudiante, así como del rendimiento académico.

Guzmán-Castillo et al. (2022) tuvieron como objetivo “Corroborar lo reportado previamente en base a un análisis psicométrico del SISCO – EA en universitarios chilenos” en un estudio cuantitativo, no experimental realizado a 1126 alumnos de segundo y tercer año de universidad. El instrumento utilizado para medir el nivel de estrés fue SISCO – EA y para el

análisis psicométrico se utilizó el Análisis Factorial Exploratorio (AFE) y el Análisis Factorial Confirmatorio (AFC). Como resultados obtuvieron que la mayoría de estudiantes fueron mujeres con un 74.51%, sus edades comprendían entre los 18 y 50 años de los cuales la población femenina era la más jóvenes con edades entre 21 y 24 años, se identificaron además 4 subescalas del test: Estresores, reacciones físicas y mentales, reacciones del comportamiento social y afrontamiento. Con todo esto concluyeron en que el test permite medir todas las escalas, sin embargo, la última parte sobre afrontamiento presentó características mínimas por lo que se sugiere elaborar un test más específico para la medición de dicho ítem.

Mandiola et al. (2022) desarrollaron el objetivo de “Analizar las distintas dimensiones del perfeccionismo, la ansiedad social y el estrés académico, asociados al riesgo de padecer un trastorno alimenticio (TA) en mujeres estudiantes de medicina”. El estudio realizado fue transversal y utilizaron una muestra de 163 estudiantes las variables estudiadas fueron el perfeccionismo evaluado con la Escala Multidimensional de perfeccionismo (MPS), la ansiedad medida con la “Escala de ansiedad social de Liebowitz” (LSAS), el estrés académico medido con el inventario SISCO y las actitudes alimentarias evaluadas con el Test de actitudes Alimentarias – 26 (EAT-26). Los resultados encontrados fueron que el 23.9% tuvo riesgo de padecer TA, las variables se correlacionaron entre sí, salvo la de mecanismo de afrontamiento del estrés ya que tuvo una correlación baja con ansiedad social; por lo demás todas las variables explicaban el riesgo de padecer TA, salvo la de percepción del estrés académico y la dimensión de estándares personal del perfeccionismo. Se concluyó que las mujeres estudiantes de la carrera de medicina corrían un alto riesgo de padecer un TA y que los factores de riesgo fueron la percepción de estrés académico y los estándares de perfeccionismo por lo que se sugiere que además de la

formación profesional, el estudiante sea abordado integralmente desde un enfoque de prevención y promoción de relaciones saludables y compasivas entre sus pares.

Caballero et al. (2020) realizaron una investigación cuyo objetivo principal fue “Identificar la relación entre los estilos de aprendizaje y el rendimiento académico de estudiantes de primer año, carrera de enfermería en la asignatura primeros auxilios con simulación clínica”. Fue un estudio de enfoque numérico con diseño descriptivo correlacional y fue aplicado a una muestra de 68 alumnos conformados por hombres y mujeres. Las variables estudiadas fueron rendimiento académico y estilos de aprendizaje evaluados con los instrumentos de Honey – Alonso CHAEA, inventario de los estilos de aprendizaje de Kolb y el rendimiento académico fue evaluado mediante los resultados de las pruebas teóricas y de los talleres de simulación clínica. Sus resultados demostraron que la edad promedio fue de 19.6 años, el 92.65% era soltero, 17.65% de los participantes trabajaban, la mayoría con una cifra de 80.88% fueron mujeres, el promedio de notas de los alumnos fue de 5.4 y el promedio del taller en simulación clínica (SC) fue de 6.4 y el promedio de nota solemne fue de 5.63. Referente al estilo activo solo el 52.90 lo considero con una preferencia moderada, el mayor predominio lo puntuó el estilo reflexivo y teórico. Así mismo el estilo de aprendizaje con mayor puntaje según Kolb fue de tipo acomodador con 42.65%. Concluyeron que el estilo de aprendizaje que predominó fue el teórico, pragmático, acomodador y convergente. No se observó relación entre los estilos de aprendizaje y las notas; sin embargo, los alumnos con estilo de aprendizaje pragmático y activo obtuvieron las mejores calificaciones.

Orejarena (2020) tuvo como objetivo “Correlacionar la inteligencia emocional, estilos de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes universitarios”. Realizaron un estudio correlacional, de diseño no experimental, transversal, con enfoque cuantitativo y alcance

descriptivo, siendo la muestra 145 estudiantes del primer, segundo y tercer semestres académico. Utilizaron los instrumentos el Cuestionario de Aprendizaje de Honey y Alonso (CHAEA) para medir el estilo de aprendizaje y para medir Inteligencia emocional se aplicó el cuestionario de Trait-Meta Mood Scale-24 (TMMS-24), también usaron el reporte académico para cuantificar el rendimiento académico. Obtuvieron como resultados preferencia moderada sobre los estilos de aprendizaje, el estilo más resaltante de aprendizaje fue el reflexivo con 14.18 puntos, asimismo mencionar que no se encontraron estadísticas reveladoras entre inteligencia emocional y rendimiento académico, mucho menos entre estilos de aprendizaje y rendimiento académico, cabe resaltar que si presento relación moderada y negativa entre las variables estilo reflexivo y la comprensión de sentimientos. Por consiguiente, se concluye que no hay relación entre las variables evaluadas, pero si entre el estilo reflexivo y la comprensión de sentimientos.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Orco et al. (2022), se plantearon como objetivo “Evaluar la asociación entre estrés y procrastinación en una muestra piloto de estudiantes de medicina en una universidad de Lima, Perú” por lo que realizaron un estudio observacional, transversal, analítico a una muestra de 91 estudiantes entre hombres y mujeres. Las variables estudiadas fueron la de estrés y procrastinación medidas con la “Escala de estrés académico” de SISCO y “Escala de procrastinación académica para estudiantes” (PASS) respectivamente. Se pudo encontrar que más de la mitad (51.34%) fueron mujeres, el 81.32% obtuvo un resultado mayor a 67% en el cuestionario SISCO y el 67.03% obtuvo un resultado negativo para la escala PASS. Por lo que se concluyó que existía correlación de las variables, procrastinación académica y el estrés académico además de las variables de sexo y edad; por lo que se sugirió ampliar el estudio a más estudiantes peruanos.

Solano et al. (2022) ejecutaron un estudio cuyo objetivo fue “Estudiar la relación entre los hábitos de estudio y el estrés académico predominantes en los estudiantes de la facultad de ciencias Matemáticas de una universidad estatal”. Aplicaron un estudio cuantitativo, no experimental, transaccional, descriptivo y correlacional. Se aplicó a una muestra de 316 estudiantes; las variables estudiadas fueron de estrés académico medido con el Inventario de SISCO y para los hábitos de estudio se consideró el inventario de Hábitos de Estudio CASM – 85- revisión 2014. Dentro de los resultados se encontró que la mayoría de estudiantes de sexo masculino presentaban estrés leve o moderado en contraste con las mujeres, quienes presentaron un estrés profundo; fueron los jóvenes, adolescentes y adultos los que presentaban un estrés moderado; más de la mitad de participantes de ambos sexos tenían hábitos de estudio de tendencia negativa y que ambas variables estaban relacionadas de manera moderada. Se concluyó que el estrés académico fue de carácter moderado, siendo el que predominó entre los participantes y que aquellos estudiantes con hábitos de estudio de tendencia negativa presentaron un estrés académico profundo o moderado.

Medina y Negrón (2022) en su investigación se plantearon como objetivo “Determinar la relación de los factores sociodemográficos asociados al estrés en estudiantes de psicología de una universidad peruana”. El enfoque del estudio fue cuantitativo, de característica no experimental, transversal. El grupo de estudio fue de 214 participantes; las variables estudiadas fueron las de estrés académico y características sociodemográficas cuyos instrumentos fueron el Inventario de SISCO y la Ficha sociodemográfica respectivamente. En el estudio se encontró que los hombres correspondieron al 71% de la muestra; el 57% de ellos contaba con una edad entre 19 a 22 años; el 41.1% cursaba del primero al quinto ciclo de formación; los varones presentaron un nivel de estrés más fuerte (64%); y que el rango de edad de los participantes con

un nivel de estrés académico fuerte fue de 19 a 22 años; así mismo los estudiantes de primero a quinto ciclo fueron los de mayor rango de estrés académico alto; por ende, se evidenció la correlación entre el nivel de estrés académico con respecto a la dimensión de estresores en mujeres (40.2%); con respecto a la dimensión síntomas, no tuvo relación y tampoco existió relación entre el sexo y las estrategias. Por lo que concluyeron que el estrés académico se asoció a la edad, sexo y ciclo de estudios.

Dávila (2020) en la presente investigación tuvo como objetivo “Determinar la inteligencia emocional y los estilos de aprendizaje de los estudiantes universitarios”. Realizó un estudio cuantitativo transeccional, de tipo descriptivo, siendo la muestra de 66 estudiantes. Se aplicaron dos instrumentos, para estilos de aprendizaje se aplicó el cuestionario de CHAEA de Honey-Alonso, para inteligencia emocional se aplicó el cuestionario de Bernaola, respectivamente. Como resultados obtuvieron que la inteligencia emocional presentó un nivel bueno y los estilos de aprendizaje también presentaron un nivel bueno, por lo tanto, coexiste relación entre las dimensiones estilos de aprendizaje e inteligencia emocional. Por lo expuesto, Concluyeron que existe correlación según el coeficiente de Rho Spearman cuyo valor es 0.918 entre ambas variables mencionadas.

Guzman et al. (2019) buscó en su investigación “Determinar la relación entre estrés académico y los estilos de aprendizaje que presentan los estudiantes de una universidad particular de Lima Metropolitana”. Realizaron un estudio no experimental, transversal y correlacional a 429 estudiantes que cursan los primeros semestres de la escuela de psicología, siendo la muestra 241 estudiantes, asimismo el muestreo fue no probabilístico intencional siendo 70% mujeres y 30% varones. Obteniendo como resultado referente al estrés académico que el 62% presenta nivel medio, 18.77% nivel bajo y 19.1% nivel alto, también referente a estilos de

aprendizaje se encontro que en los niveles del estilo Activo el 52.7% evidencio nivel medio, el 25.3% presento nivel bajo y alto;asimismo, se evidencio referente al estilo reflexivo que el 51% presenta nivel medio, 20.7% presenta nivel bajo y 28.2% de nivel alto; referente al estilo teorico el 57.3% presenta nivel medio, el 22% presenta nivel bajo y 20.7% presento nivel alto de la muestra total. Por consiguiente, se observo referente a los niveles del estilo Pragmatico, siendo el 60.2% en el nivel medio, el 27.8% para el nivel bajo y 22% para el nivel alto de la muestra total. Por consiguiente, Concluyeron que si existe relacion significativa entre la variable estrés academico y estilo teorico.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Estrés académico: Concepto

Entender sobre el estrés académico se debe conceptualizar primero el estrés de forma global. El estrés es aquel estado de tensión o preocupación frente a una situación que escapa de las posibilidades de la persona para afrontarla (OMS, 2023); el tipo de estrés percibido responde a varios factores y se puede dividir en tres: el estrés agudo, el cual proviene de una situación reciente y causan irritabilidad, ansiedad, enojo, frustración, dolor de cabeza, de estómago, aumento de la presión sanguínea entre otros; estrés agudo episódico, son aquellos episodios que se presentan periódicamente a causa de una preocupación incesante por situaciones supuestas o por exceso de carga de actividades generando también cambios físicos como aumento de la frecuencia cardíaca, migrañas persistentes, problemas cardiacos, etc. Por último, se encuentra el estrés de tipo crónico el cual se prolongan durante meses incluso años y es donde quien lo padece no ve solución alguna por lo que puede llevar a consecuencias graves como el suicidio (Association, American Psychological, 2010).

Por otro lado, el estrés puede deberse a diversos contextos en los que se presenta como por ejemplo en el aprendizaje académico por lo tanto se denomina estrés académico. El Estrés académico es aquel que experimentan las personas en etapa de formación académica en respuesta a la presión y demandas del entorno lo cual de no saber manejarse afectará en gran medida su salud física, mental y académico (Barraza, 2007). Por lo tanto, el estrés académico se originará por el hecho de que el individuo no se siente capaz de superar la demanda a la que se ve expuesto (Cassareto, 2021) por lo que como respuesta adaptativa generará cambios fisiológicos, emocionales, cognitivos y conductuales (Berrio, 2011) afectando su entorno; siendo en caso del estrés académico el entorno de formación educativa (Cassareto, 2021).

2.2.1.1. Causas del estrés académico

Dentro de las causas del estrés sufrido por los estudiantes se encuentran factores relacionados al mismo estudiante, al área de estudio y a factores externos relacionados al estudio como, por ejemplo (Maceo et al., 2013, Campos, 2021):

- El exceso número de tareas
- La competitividad
- La exigencia de parte del alumno por sobresalir o cumplir expectativas de terceros
- La exigencia del mismo proceso de formación y del desempeño académico
- Los contenidos y formas de evaluación de los cursos
- La parte financiera para poder costear los estudios
- Falta la organización
- La culminación de los estudios para lograr graduarse

2.2.1.2. Consecuencias del estrés académico

Las principales consecuencias del estrés académico se observan en tres aspectos:

Aspecto físico: disminuye la capacidad de conciliar el sueño y que este sea de calidad (al, 2022), aumenta la frecuencia cardiaca, la sudoración y la tensión en los músculos de brazos y piernas, alteración del ritmo respiratorio, cansancio crónico, dolor de cabeza, problemas en la articulación temporomandibular o del sistema digestivo (Gutierrez & Amador, 2016)

Aspecto mental: es causante de depresión, ansiedad e incluso deseos de muerte (Corporación de Radio y Televisión Española, 2023).

Aspecto académico: se pudo comprobar que genera disminución de las calificaciones y de los logros que debería obtener el estudiante por lo que su nivel de rendimiento académico se ve gravemente afectado (Calatayud, 2022.) pudiendo incluso causar repetición de la materia cursada o deserción estudiantil.

2.2.1.3. Teorías del estrés

a) Teoría basada en estímulos: El ambiente juega un rol fundamental, podría causar desorganización o alteraciones en el desarrollo de las funciones del organismo (Berrío y Mazo, 2011). Holmes y Rahe formularon esta teoría, pues proponen la existencia de algunas circunstancias de carácter ambiental que conllevan a tensión o sensación de amenaza, a esto se le denomina estresores (Vidal, 2019), Entonces, el estrés que, provocado por el ambiente, referente a las situaciones o contextos externos a la persona, son estímulos que provocan un efecto estresor en las personas, pero de diferentes maneras según la sensibilidad y percepción del individuo (Berrío y Mazo, 2011).

b) Teorías basadas en la respuesta: Esta teoría describe el estrés crónico en el cuerpo, para Selye, los estresores pueden liberar una respuesta general del cuerpo, en consecuencia, la adaptación automática para recuperar el equilibrio conocida como síndrome general de adaptación, distribuyó esta respuesta en tres etapas: la primera reacción de alarma, el cual es un periodo corto de activación corporal, pre actividad vigorosa, el segundo es la etapa de resistencia, donde los estresores son extensos permitiendo una activación moderada, el tercero es la etapa de agotamiento, donde la duración de los estresores con excesivamente prolongados e acelerados provocando el agotamiento del organismo (Gerrig y Zimbardo, 2005; Selye, 1959).

c) Teoría basada en la interacción: El creador de esta teoría es Richard Lazarus, el indica que la relación de factores psicológicos y cognitivos son determinantes en la respuesta del estrés, considerando que la persona se encuentre propenso al origen de estrés (Berrío y Mazo, 2011). El estrés es interpretado por la parte la parte cognitiva a alguna situación estresante, valorando consecutivamente los acontecimientos, permite relacionar la satisfacción personal y todos los recursos en lo que se puede apoyar para resolver y afrontar situaciones estresantes (Lazarus, 2000; Vidal, 2019).

2.2.1.4. Instrumento inventario SISCO

De acuerdo con Barranza (2007) aquel instrumento identifica las dimensiones de estrés académico en alumnos con educación superior, el cual consta de 31 ítems para evaluar diferentes componentes de estrés y se distribuye de la siguiente manera:

- Comienza con una pregunta de respuesta dicotómica (sí o no) la cual funciona como filtro enfocado en el transcurso del periodo de estudio correspondiente para corroborar momentos de preocupación o nerviosismo, evaluando si es apto o no para continuar con el cuestionario.

- Acto seguido, se presenta una pregunta escala tipo Likert de cinco puntos, desde “poco” hasta “mucho”, con el objetivo de medir la intensidad percibida del estrés.

- Posteriormente, se incluyen ocho ítems para la identificación de agentes agresores, con respecto a las fuentes que generan estrés en el entorno académico, como sobrecargas, presión del tiempo o exigencias de rendimiento.

- A continuación, quince ítems para explorar la sintomatología relacionada al estrés, mediante manifestaciones físicas, emocionales y cognitivas, como la ansiedad, fatiga, insomnio, irritabilidad o déficit de atención.

- Finalmente, seis ítems orientados a reconocer las estrategias de afrontamiento del estudiante ante el manejo de estrés, tales como organización de tiempo, apoyo social, actividades recreativas o técnicas de relajación.

2.2.1.5. Dimensiones del estrés académico

En este sentido, dichas dimensiones permitirán comprender este fenómeno desde un enfoque integral, en donde se considera tanto sus causas como efectos y las respuestas adaptativas (Barraza, 2006):

- En primer lugar, aborda los agentes agresores, refiriéndose a ciertas situaciones o estímulos del entorno académico percibidos como amenazas, generando diversas reacciones emocionales o conductuales.

- En segundo lugar, abarca la sintomatología, enfocándose en las manifestaciones existentes como resultado de una exposición prolongada a dichos estresores, que pueden ser de tipo físico (fatiga o insomnio), psicológico (ansiedad o irritabilidad) o conductuales (bajo rendimiento o al evitar responsabilidades).

- Por último, refiere a las estrategias de afrontamiento, el cual gira en torno a los recursos cognitivos, emocionales o conductuales por parte del estudiante para hacer frente al estrés y restablecer el equilibrio personal, sobretodo en métodos de autorregulación emocional.

2.2.2. Estilos de aprendizaje

2.2.2.1. Conceptos

Según Kolb (1984) menciona que el estilo de aprendizaje se define, así como, el estado prolongado y sólido de configuraciones consistentes de los intercambios de la persona y el medio ambiente.

Según Alonso y Gallego (1997) refiere que existen modos de aprendizaje que presentan características cognoscitivas, afectuosas y funcionales que son de uso para los indicadores aproximadamente estables, asimismo de como los estudiantes pueden percibir, interaccionar y brindan su respuesta en base a su ambiente de aprendizaje.

Según Almasri (2022) mencionó que los modos de aprendizaje brindan el conocimiento del estudiante con su ambiente, debido a que son interacciones cognitivas el cual fue incorporado a modelos de la personalidad, logrando formar una interrelación sociocognitiva.

2.2.2.2. Teorías del estilo de aprendizaje

a) Teoría constructivista

Adimabua (2021) menciona que el constructivismo es el movimiento filosófico de nacimiento en los griegos: Sócrates y Platón; debido que la persona es la que construye el conocimiento. Por consiguiente, se considera precursor del constructivismo a Piaget, debido a su presunción evolutiva, puesto que, a través de la maduración biológica se desarrolla las estructuras cognitivas, permitiendo facilitar la relación con el ambiente en el que interactúa el estudiante.

Alonso et al (1994) tiene como principal objetivo lograr que los estudiantes realicen aprendizajes significativos por sí mismo (aprender a aprender), logrando cambiar esquemas de conocimiento que tienen mediante una actividad intensa del estudiante, teniendo relación con contenidos nuevos, cabe resaltar que deberá de usar métodos de evaluación para el proceso de construcción y reconstrucción del conocimiento. También permitirá buscar innovaciones educativas mediante la teoría, la práctica e investigación en base al trabajo cooperativo.

b) Teoría de Kolb

Planteo cuatro episodios que se realizaron de la siguiente manera:

Experiencia concreta, observación activa, conceptualización abstracta y experimentación activa; siendo estos cuatro puntos la base para combinación y de esta manera se pueda plantear los estilos de aprendizaje, dando por descubierto cuatro estilos de aprendizaje los cuales son: convergente, divergente, asimilador y acomodador. (Kolb, 1984). Asimismo, se pretende una afiliación de la educación que está fundada en conocimiento práctico dentro de los procedimientos en estudiantes superiores con la finalidad de que las nociones abstractas e

intangibles hayan logrado en el desarrollo de instrucción y aprendizaje de los docentes se tornen llevados al contexto y a la experiencia diaria.

c) La teoría Humanística de Rogers

La Teoría de Carl Rogers está centrado en los discentes mediante la constancia de la individualización y personificación del aprendizaje, obteniendo mayor aprendizaje a través de practica y participación responsable del discente (Alonso et al., 1994).

2.2.2.3. Dimensiones del estilo de aprendizaje

Según Alonso et al. (1997) menciona referente a los estilos lo siguiente:

a) Estilo de aprendizaje activo

Se sitúan en práctica la participación y las funciones dinámicas de los docentes, logrando que las funciones se impulsen y se pueda desarrollar: animar, improvisar, descubrir, arriesgar y de actuar ante el público de forma natural (primero proceden, después piensas en el desenlace).

Según Johnson et al. (2022) los estudiantes de mente libre tienen disposición de comenzar nuevos retos son fervor, sin aprensión frente a experiencias recientes, residen el presente e incrementan su estímulo ante los originales desafíos. También le incomoda desempeñarse en proyectos a prolongado tiempo y prefieren ocuparse en agrupaciones de manera colaborativa.

b) Estilo de aprendizaje reflexivo

Los estudiantes desarrollan el análisis mediante la observación de actividades donde se tienen en consideración los resultados que se obtienen de diversas actividades. Se exhiben las cualidades de una información que tiene en atención el tiempo en el cual se van a ejecutar ciertas acciones, donde exponen sus saberes, no solo en las tareas habituales, sino en el sentir de las distintas interpretaciones, con el fin de almacenar una base de datos previo a que se exprese una opinión relacionada de algún asunto, también, prefieren ser discretos y analizar bien previo al actuar. A estos estudiantes de acuerdo con Zaman et al. (2022) les agrada observar y escuchar, muchas veces se exhiben discretos y callados e inclusive se muestran aislados. Para los estudiantes es indispensable recolectar información de datos que sean de variedad y luego se realice un análisis meticuloso, por ende, se complican en adquirir conocimientos, de acuerdo a la rapidez de una acción a otra.

c) Estilos de aprendizaje teórico

Se desarrolla a través de técnicas evaluativas del fundamento teórico, obteniendo en atención el momento práctico de una forma mínima. Se les facilita la resolución de los problemas a través del uso de los procedimientos lógicos y la organización de distintos resultados. Estos entendimientos que se permite analizar la falta de lo enigmático y se apoyan en la lógica evidenciando varios metódicos, lógicos, críticos, con la evolución de procedimientos de clasificación. Para Johnson et al. (2022) el progreso de actividades lógicas se instaura en la producción de datos para examinar de modo organizado, también pueden ser cuidadosas. De la misma forma, les obstaculizan prepararse en el momento de presentar procedimientos sin contar con justificación teórico.

d) Estilos de aprendizaje pragmático

Esta herramienta de análisis recurre a una afirmación de dominio de equilibrio, debido que, se exponen las funciones concedoras y en un mínimo porcentaje la parte teórica, asimismo, la ejecución procedimental se basa en la experiencia de cada persona, la practica basándose en hechos reales. A los estudiantes les satisface innovar conocimientos, teorética y técnicas modernas, y demostrar lo que aprenden, por ende, se agobian por debates del mismo motivo. Por lo que les obstaculiza instruirse cuando no encuentran alguna relación con sus necesidades inmediatas y la realidad (Zaman et al., 2022).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Hi: Existe relación entre estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.

Ho: No existe relación entre estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.

2.3.2. Hipótesis específicas

Hi1: Existe relación entre los estresores académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.

Ho1: No existe relación entre los estresores académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.

Hi2: Existe relación entre los síntomas del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

H₀₂: No existe relación entre los síntomas del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

H_{i3}: Existe relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

H₀₃: No existe relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Metodología de la investigación

El método de investigación fue hipotético - deductivo, porque el objetivo del presente estudio fue afirmar o falsear las hipótesis, cabe mencionar que se contrastó con la realidad luego de la obtención de las conclusiones con la finalidad de debatir con los hechos, asimismo, se pudo analizar y comprobar de manera experimental y de esta manera adquirir nuevos conocimientos (Arispe et al., 2020).

3.2. Enfoque investigativo

En la presente investigación se llevó a cabo un enfoque de tipo cuantitativo, debido que permitió medir, explicar las causas, y por consiguiente nos permitió obtener hechos reales y así poder formular hipótesis nuevas que se presentaron durante la investigación, asimismo, permitió buscar datos recolectados mediante los instrumentos en mención, de los cuales fueron utilizados en la estadística, cabe resaltar que la medición estadística logro generar teorías brindando una mayor objetividad, confiabilidad y validez (Baena, 2017).

3.3. Tipo de investigación

El tipo de investigación fue básica, debido que estuvo orientada a la búsqueda y reconocimiento de nuevos conocimientos, por ende, se logró aportar y dar soluciones a las necesidades presentadas, también permitió enriquecer el conocimiento científico, debido que, estuvo dirigido a problemas actuales, brindando soluciones actuales, también permitió la indagación de conocimientos actuales y fue muy enriquecedor para el aporte científico (Baena, 2017).

3.4. Diseño de la investigación

La presente investigación se realizó bajo el diseño no experimental, debido que, no hubo manipulación de las variables, ya que se observó de forma natural con la finalidad de ser analizados, cabe mencionar que las variables son de vital utilidad debido a cuestiones éticas (Arispe et al., 2020). Asimismo, tiene un nivel correlacional y transversal ya que permitió describir las cualidades de la población en la investigación en un determinado tiempo, también existió la relación entre dos variables para la medición de la población en mención (Bernal, 2010).

3.5 Población, muestra y muestreo

Población

Este estudio analizo una población constituida por 110 estudiantes universitarios del sexo masculino y femenino en una Universidad Privada de Lima, asimismo, mencionar que los alumnos son de pregrado, de la Facultad de Ciencias de la Salud y del Programa de Terapia Física y Rehabilitación, se llevó a cabo entre los meses de enero-abril durante el año 2025. Cabe resaltar que Según Hernández-Sampieri y Mendoza Torres (2018), refiere que la población es aquella en donde cada acontecimiento estipula una progresión de manifestaciones.

Muestra

Este estudio estuvo conformado por una muestra de 87 estudiantes del VII ciclo del Programa de Terapia Física y Rehabilitación, de una Universidad Privada de Lima. Cabe señalar que para la muestra se aplicó la fórmula de (Cochran,1977). Asimismo, mencionar que Según Hernández-Sampieri y Mendoza Torres (2018), refieren que la muestra represento parte de la población, obtener la muestra permito disminuir el tiempo de investigación.

$$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_a^2 \times p \times q}$$

Muestreo

El tipo de muestreo fue probabilístico aleatorio simple, debido a la accesibilidad y proximidad que se tiene a la población a fin de poder seleccionar a los participantes al azar, asimismo, al investigador le permitió seleccionar de manera aleatoria, cabe mencionar que fue de forma voluntaria y decisión del investigado (Otzen y Manterola, 2017).

Criterios de inclusión:

- Alumnos de la Universidad Privada.
- Alumnos del VII ciclo de terapia física y rehabilitación.
- Alumnos que aceptaron formar parte del presente estudio de manera voluntaria.
- Alumnos que completaron de formar adecuada los instrumentos, brindando su conformidad y el consentimiento.

Criterios de exclusión:

- Alumnos en desacuerdo con la participación voluntaria de la presente investigación.
- Alumnos que consumieron medicamentos relajantes.
- Alumnos que llevaron asesoría con psicología para mejorar los estilos de aprendizaje.
- Alumnos que consumieron medicamentos para dormir.
- Alumnos que no asistieron regularmente a clases.

3.6. Variables y operacionalización

Variable 1: Estrés Académico

Definición operacional: es un desequilibrio que se da de manera interna, afectando la función psicológica y fisiológica o emocional, también genera afecciones de la conducta, debido que la persona buscara la manera de adaptarse a la presión interna o externa (Castillo et al., 2018). Fue medido por el instrumento de SISCO cuyos valores finales de la variable son: estrés académico leve, estrés académico moderado y estrés académico severo (Barraza, 2007).

Tabla 1

Matriz operacional de la variable 1

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escalas y Valores
Variable 1: Estrés Académico	Proceso sistémico, de temperamento versátil y emocional, presentado como el estudiante se muestra sumiso, en contextos educativos, a una sucesión de peticiones siendo menor su valoración, son considerados estresores (input); cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (Barraza, 2007).	Es aquella respuesta frente a una disposición El cual generar a cambios estresantes en nuestro cuerpo y el ser interior. Aquellas interacciones presentan cambios en el ámbito físico, conductual y psicológico.	Estresores académicos Síntomas de estrés académico Estrategias de afrontamiento	La competencia entre estudiantes. “Sobrecarga de tareas y trabajos escolares. La personalidad y el carácter del profesor”. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.). Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo). Sentimientos de depresión y	Ordinal / Estrés académico leve. Estrés académico moderado . Estrés académico severo.

abatimiento
(decaído).
Ansiedad,
angustia o
desesperación.
Problemas de
concentración.

Apuros o
refutar
distanciamiento
-o de las otras
personas. Falta
de motivación
para ejecutar
tareas del
colegio.
incremento o
disminución de
ingesta de
nutrientes.

Variable 2: Estilos de aprendizaje

Definición operacional: Se define como los rasgos cognitivos, afectivos y fisiológicos que sirven como indicadores relativamente estables, cómo los alumnos perciben, interaccionan y responden a sus ambientes de aprendizaje (Alonso et al., 1997). También mencionar que fue medido con el instrumento del cuestionario Honey – Alonso el cual presenta una escala valorativa de bajo, medio y alto.

Tabla 2

Matriz operacional de la variable 2

Variables	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escalas y Valores
Variable 2: Estilos de aprendizaje	Son las distintas maneras de como la persona, aprende, adquiere conocimiento, procesa, relaciona con la información y las experiencias durante su proceso educativo (Kolb, 1984).	Cada ser humano tiene la peculiaridad de aprender, algunos son entusiastas, primero actúan y después piensan, comprenden los significados, describe procesos, gusta reunir datos para argumentar, algunos son analíticos, perfeccionista; y el pragmático busca lo positivo de las ideas nuevas (Alonso et al., 1995).	Activo Reflexivo Teórico Pragmático	Animador arriesgado, Espontáneo, Descubridor, Improvisador. Receptivo, analítico, ponderado, exhaustivo. Crítico, Lógico, Metódico, Estructurado. Práctico, Eficaz, Directa, Experimentador	Ordinal / Alto Medio Bajo

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica que se aplicó en estudio fueron cuestionarios (encuesta), asimismo es definido como “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” (Casas et al., 2003). Cabe señalar que las fuentes se pueden dar de forma directa siendo primarias o de forma secundaria cuando ya se encuentran datos establecidos (Arispe et al., 2020).

3.7.1 Técnica

En la presente investigación se utilizó la técnica de encuesta, logrando la recolección de datos, el cual es claro y preciso, se utilizó un lenguaje directo y simple (Arispe et al., 2020). Cabe resaltar que se aplicó los siguientes instrumentos: El inventario SISCO del estrés académico y el cuestionario Honey – Alonso correspondiente a estilos de aprendizaje CHAEA.

3.7.2 Descripción

Los instrumentos nos facilitaron en la recolección de datos, cabe mencionar que se hizo uso de instrumentos documentales, debido que, se aplicó cuestionarios (Supo, 2015), por lo tanto, los instrumentos que se aplicaron en el presente estudio son cuestionario SISCO el cual mide el estrés académico y el cuestionario Honey - Alonso mide los estilos de aprendizaje.

- Cuestionario SISCO para estrés académico:

Fue elaborado por Barraza en México en la ciudad de Durango, consta de 31 ítems, presenta una escala Likert, el cual ostenta 5 valores permitiendo identificar el nivel de estrés, de

los cuales son: nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre. Los ítems son distribuidos de acuerdo a las dimensiones de: reacciones físicas, psicológicas, comportamentales y estrategias para afrontar las situaciones. Asimismo, mencionar que presenta términos dicotómicos (si – no) logrando determinar si el encuestado esta apto para contestar o no el cuestionario (Barraza, 2007).

Tabla 3

Ficha técnica del inventario SISCO

Ficha técnica	
Nombre	Inventario SISCO del Estrés Académico
Autores	Arturo Barraza Macias
Aplicación	Individual
Tiempo de aplicación	20 - 30 minutos
Dirigido	Estudiantes que tengan el bachiller culminado, licenciatura y postgrado
Valor	La evaluación es de estructura sumatoria, debido al tipo de escala Likert, el cual presentándose por diferentes dimensiones o en la totalidad del inventario siendo: “Nunca=1, Rara vez= 2, Algunas veces=3, Casi siempre=4, Siempre=5”. Se obtendrá la media por cada ítem el cual será transformado a porcentaje el cual se interpretará: - 0 a 33% = Leve - 34% a 66% = Moderado - 67% a 100%= Profundo
Descripción del instrumento	El cuestionario consta de dimensiones los cuales son: Estresores: El desafío de estudiantes. Aumento de carga de ocupaciones y trabajos universitarios. La identificación y labor del docente. Las estimaciones de los docentes son exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc. “Síntomas: Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo). Sentimientos de depresión y tristeza (decaído). Ansiedad,

angustia o desesperación. Problemas de concentración”.

Estrategias de afrontamiento: Problemas o predisposición a polemizar o discutir, aislamiento de los demás. Desgano para realizar las labores escolares. Acrecentamiento o disminución de ingesta de alimentos.

- **Cuestionario Honey – Alonso (CHAEA) de estilos de aprendizaje**

Este cuestionario evalúa el estilo de aprendizaje según las aportaciones teóricas de Kolb en 1984, por Honey y Mumford en 1986., quienes llegaron a un acuerdo respecto a la definición y desarrollo de los procesos de aprendizaje, el cual está dividido en cuatro etapas, siendo las de porcentaje alto las experiencias vividas, contextos del medio ambiente y lo adquirido. Asimismo, mencionar que el instrumento consta de 80 preguntas, 20 corresponden a cada estilo de aprendizaje, siendo los: Activo, reflexivo, teórico y pragmático. Cabe resaltar que la forma de calificación es de manera dicotómica siendo de acuerdo o en desacuerdo, la suma de las respuestas afirmativas permite obtener el puntaje total para cada estilo, el cual se compara con los baremos respectivos (Escrura, 2011).

Tabla 4*Ficha técnica del cuestionario CHAEA*

Ficha Técnica	
Nombre	Cuestionario de Estilos de Aprendizaje – CHAEA
Autores	Honey y Alonso 1994
Aplicación	Individualizado
Tiempo de duración	20 min.
Dirigido	Estudiantes
Valor	Ordinal de tipo dicotómica (Si=1, No=0)
Descripción del instrumento	Estilo de aprendizaje: activo, reflexivo, teórico, pragmático.

3.7.3 Validación

La validación de los instrumentos es un aspecto que tiene mucha importancia en una investigación, ya que está definida como la garantía y seguridad que, al aplicar los instrumentos, el reporte de datos obtenidos midió las variables que se pretendieron medir (López et al., 2019), asimismo es importante tener una conveniente organización del cuestionario y del diseño de los ítems.

– **Cuestionario SISCO del estrés académico**

En Colombia, fue validado por Malo et al. (2010) en adultos jóvenes, alumnos de formación universitaria, quienes mostraron un alfa apropiada para la confiabilidad y tasación pertinente para la validación (análisis factorial y grupos contrastados).

– **Cuestionario Honey-Alonso (CHAEA) de estilos de aprendizaje**

Según Velarde Ocharan y Lucas Videira (2016), mencionan que fue adaptado para la población peruana señalando que este cuestionario cuenta con 46 la validez de contenido.

Igualmente, Garay (2015), refieren que a través de juicio de expertos se logró realizar la validación, mencionado que el instrumento se encuentra normalizado.

3.7.4 Confiabilidad

Según Sánchez et al. (2018) menciona que, la seguridad y confianza son pilares para generar estabilidad en los resultados, por consiguiente, el instrumento luego de ser utilizado de manera constante con la misma persona tiende a ser igual. Por lo tanto, la confiabilidad es un elemento esencial previo a la aplicación de la muestra en estudio.

– Cuestionario SISCO del estrés académico

Según Barraza (2007), reportó consistencia de Alpha de Cronbach de 0.9 para la confiabilidad global y un 0.87 para la confiabilidad por mitades.

– Cuestionario Honey Alonso (CHAEA) de estilos de aprendizaje

Escurra (2011) evaluó a 1260 alumnos universitarios de Lima, Perú, teniendo el valor de confiabilidad del CHAEA de entre 0,78 y 0,83 para los estilos: teórico y activo, siendo el análisis factorial afirmativo exponiendo una correcta estructuración y validez del instrumento.

3.8. Procesamiento y análisis de datos

En la presente investigación el plan de procesamiento y análisis de datos se empleó diferentes softwares con la finalidad de codificar los datos de cada participante mediante códigos numéricos, asimismo, se proporcionó herramientas de vital importancia y necesaria (Peña, 2017). Por lo expuesto, para recolectar datos se desarrolló una base de datos con códigos en el Software Excel última versión, consecuentemente con el programa estadístico SPSS V27, en el cual los datos conseguidos fueron procesados mediante cálculos estadísticos y corroborar las hipótesis

del presente estudio, estos son presentados en tablas para su respectiva interpretación de resultados.

El análisis de normalidad de las variables a estudiar se ejecutó con la prueba de Kolmogorov - Smirnov, se obtuvo como resultado que los datos de ambas variables no tienen normalidad, esto permitió definir emplear el coeficiente estadístico no paramétrico Rho de Spearman, la confiabilidad de los instrumentos se analizó mediante la prueba de consistencia Alfa de Cronbach. Por último, los resultados fueron evidenciados en tablas y gráficos para su interpretación.

3.9. Aspectos éticos

Este estudio consideró los principios éticos de la persona, puesto que, está orientada a las motivaciones, los valores, las consecuencias y las causas del comportamiento propio de cada persona (Salazar et al.,2018). Esta investigación está comprometida con el cumplimiento del código de ética de la UPNW, a la vez, tuvo como sustento las bases de los principios de Helsinki, los cuales son: beneficencia, maleficencia, autonomía y justicia (Arguedas, 2010), asimismo, se hizo uso del consentimiento informado de cada participante para el presente estudio, cabe señalar que fue de manera voluntaria, ya que lograron decidir si aceptan o no participar en la investigación señalada, o en caso considere no continuar con la investigación y retirarse (Salazar et al.,2018). En la presente investigación se tuvo en cuenta la información científica, evitando el plagio, debido que, se tomó en cuenta cada referencia de los autores y la interpretación fue a criterio personal.

Por último la presente investigación no tuvo riesgos hacia los participantes, tampoco se vio afectado su integridad, puesto que, se encuentra asegurado la confidencialidad y el

anonimato de los participantes voluntarios a través de un código para su registro en la base de datos (CONCYTEC, 2023), cabe resaltar que solo el investigador principal cuenta con los datos obtenidos y la información tiene una clave secreta, posterior a ser analizados e interpretados los resultados, se realizó la eliminación de la información a fin de proteger los datos de acuerdo al artículo N° 29733 (El Peruano, 2023).

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de resultados

Al analizar el objetivo general, determinar la relación entre estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.

Estadística Descriptiva

		Estadísticos descriptivos	
		Estrés académico	Estilos de aprendizaje
N	Válido	87	87
	Perdidos	0	0
Media		84.02	73.59
Mediana		83.00	72.50
Desv. Desviación		15.587	8.280
Mínimo		29	55
Máximo		125	96

En la tabla 5 se muestra el resultado promedio del puntaje de estrés académico es de 84.02, puntos de los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025, con una desviación estándar de $\pm 15,587$, donde la mayoría de estudiantes tienen 83 puntos, además el puntaje mínimo es de 29 y el máximo de 125 puntos, agregado a ello, el resultado promedio del puntaje de estilos de aprendizaje es de 73.59, puntos de los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025, con una desviación estándar de ± 8.280 , donde la mayoría de estudiantes tienen 72.50 puntos, además el puntaje mínimo es de 55 y el máximo de 96 puntos.

Tabla 6

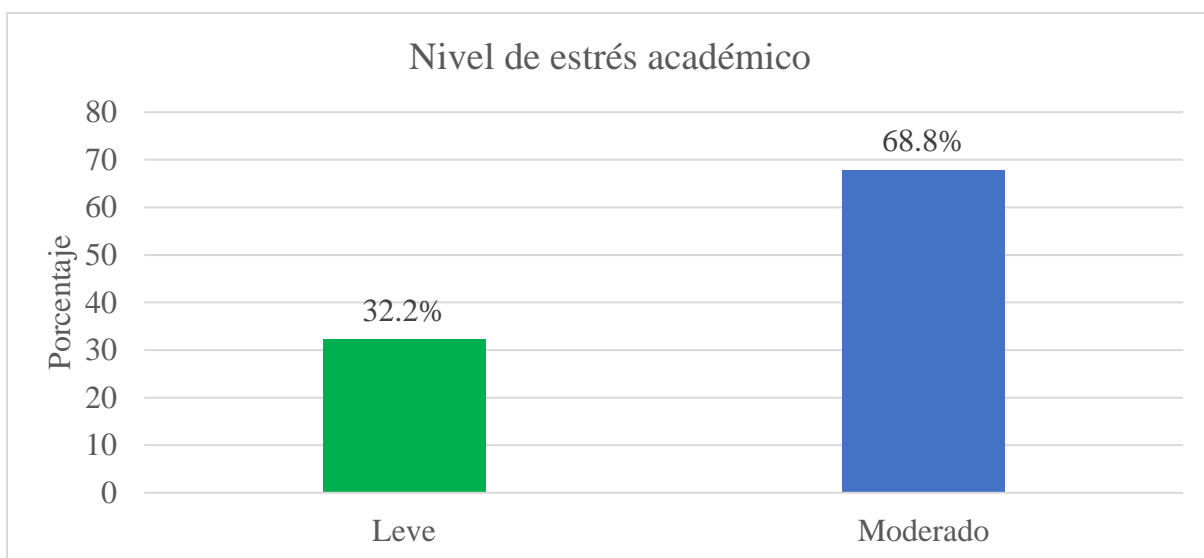
Distribución de frecuencia y porcentaje de estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

		Nivel de estrés académico	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Leve	28	32.2
	Moderado	59	67.8
	Total	87	100.0

En la tabla 6 se muestra el nivel de estrés de los alumnos universitarios de una universidad privada de Lima, 2025. Está representado por el 32.2% con nivel de estrés leve y frecuencia de 28 estudiantes, el 67.8% con estrés moderado y frecuencia de 59 estudiantes respectivamente.

Figura 1

Nivel de estrés académico



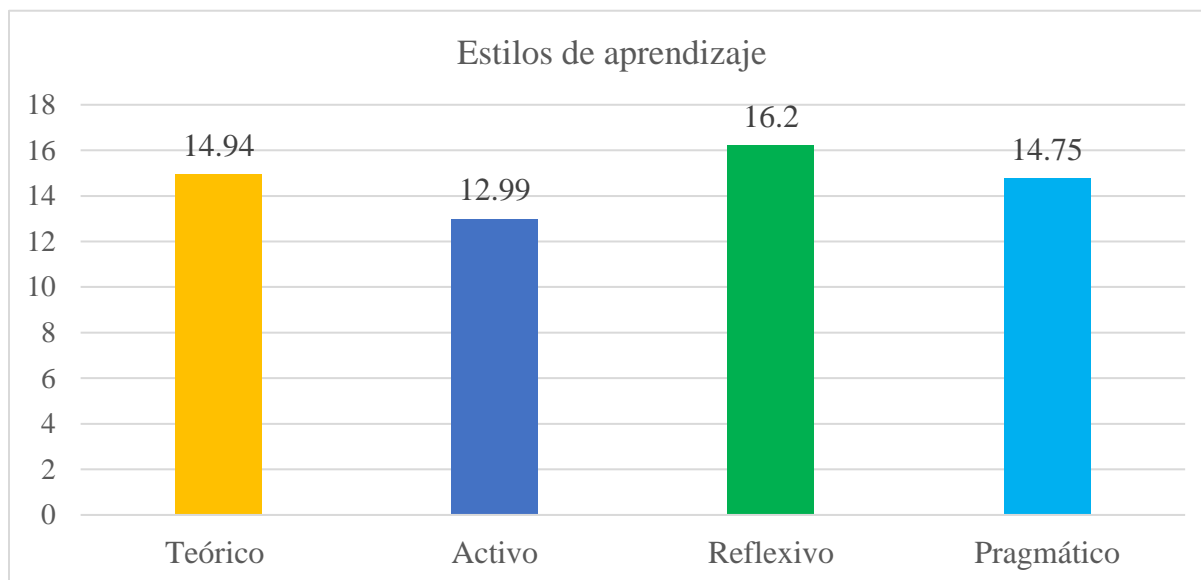
En la figura 1 se puede denotar que el nivel moderado (68.7%) tiene más influencia en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025, seguido del nivel leve (32.2%).

Tabla 7

Distribución de promedio según el estilo de aprendizaje

Promedio de estilos de aprendizaje			
Teórico	Activo	Reflexivo	Pragmático
14.94	12.99	16.2	14.75

En la tabla 7 se puede verificar el promedio de puntaje distribuido por cada estilo de aprendizaje de los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025. Con 14.94 puntos para el estilo teórico, 12.99 para el estilo activo, 16.2 para el estilo reflexivo y 14.74 para el estilo de aprendizaje pragmático.

Figura 2*Promedio de estilos de aprendizaje*

La figura 2 presenta el estilo asociado a los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025, se puede denotar que el estilo reflexivo es predominante y se asocia al estilo teórico, obteniendo como resultado que los estudiantes de la presente investigación son Reflexivo – Teórico.

Tabla 8*Distribución frecuencia y porcentaje según el sexo*

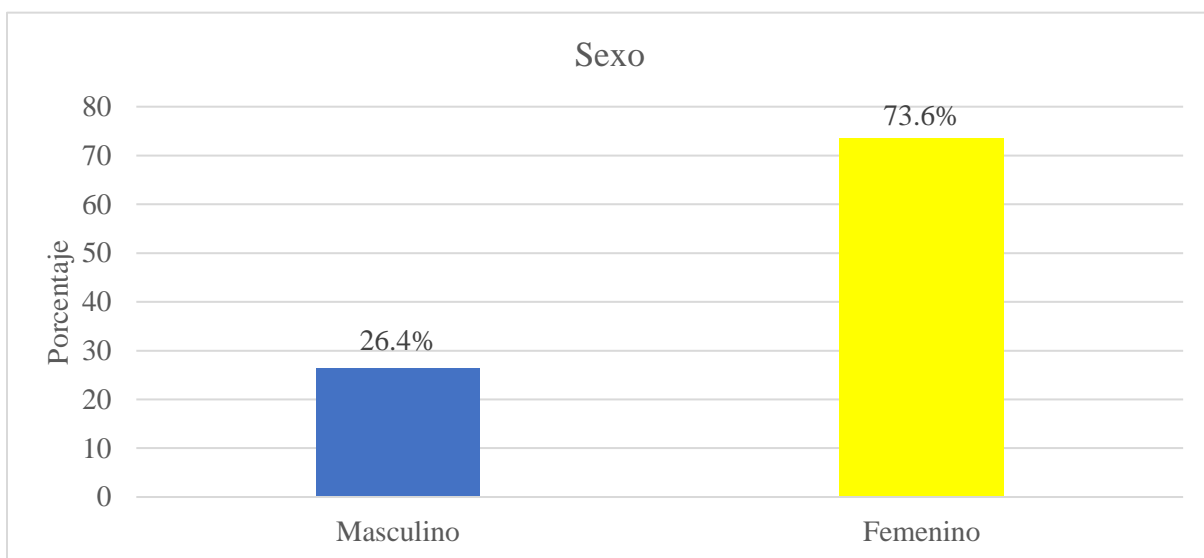
		Sexo	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Masculino	23	26.4
	Femenino	64	73.6
	Total	87	100.0

En la tabla 8 se puede identificar la frecuencia y porcentaje de sexo de los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025, el 26.4% son del sexo masculino y el

73.6% de sexo femenino, además la frecuencia del sexo masculino es 23 estudiantes mientras que el sexo femenino tiene 64 estudiantes.

Figura 3

Distribución porcentual del sexo



En la figura 3 se denota que el sexo femenino tiene más participación 73.6% y 26.4% para el sexo masculino

Tabla 9

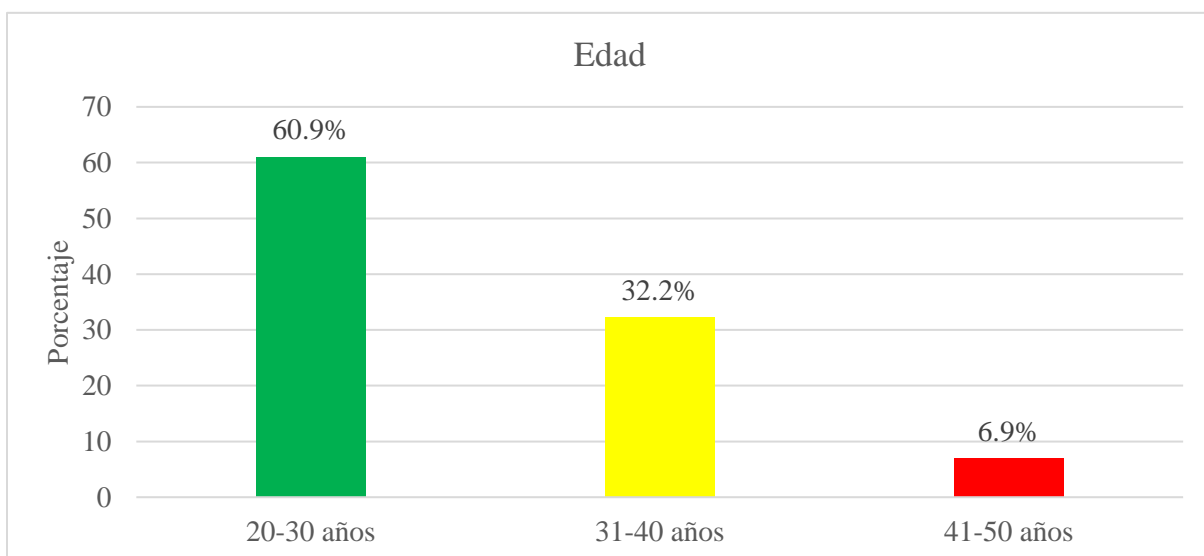
Distribución frecuencia y porcentaje según la edad

	Edad	
	Frecuencia	Porcentaje
20-30 años	53	60.9
31-40 años	28	32.2
41-50 años	6	6.9
Total	87	100.0

La tabla 9 describe la distribución de porcentaje y frecuencia de estudiantes, de 20 a 30 años hay 60.9% (53 estudiantes), 32.2% (28 estudiantes) de 31 a 40 años y de 41 a 50 años es el 6.9% (6 estudiantes) respectivamente.

Figura 4

Distribución porcentual de la edad



En la figura 4 se puede diferenciar el porcentaje de participantes según el rango de edad, donde existe más cantidad de estudiantes en el rango de 20 a 30 años, (60.9%) y el grupo más ínfimo es de 41 a 50 años (6.9%).

4.1.2. Prueba de hipótesis

4.1.2.1. Análisis de normalidad

Tabla 10

Prueba de normalidad

Pruebas de normalidad			
	Estadístico	Kolmogorov-Smirnov gl	Sig.
Estrés académico	0.134	87	0.001
Estilos de aprendizaje	0.070	87	0.002

Nivel de significancia de 5% ($p < 0.05$)

Considerando las siguientes hipótesis:

Ho: Las variables tienen distribución normal

H1: Las variables no tienen una distribución normal

Se aplica el coeficiente estadístico Kolmogorov-Smirnov para comprobar la normalidad de la variable Estrés académico, como resultado se obtuvo que el grado de libertad (gl) es 87 y un valor P de 0.00, asimismo, para la variable de Estilos de aprendizaje como resultado obtuvo un grado de libertad de 87 y un valor de P de 0.001, por ende, se determinó que las variables no tienen una distribución normal por lo que se resolvió emplear el coeficiente de correlación no paramétrica Rho de Spearman, para valorar la existencia de correlación entre las variables de estudio

4.1.2.2. Prueba de hipótesis general

- Hi: Existe relación entre el estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.

- Ho: No existe relación entre el estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.

Tabla 11

Análisis de correlación entre las variables de estrés académico y estilos de aprendizaje los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

Correlaciones				
			Estrés académico	Estilos de aprendizaje
Rho de Spearman	Estrés académico	Coefficiente de correlación	1.000	,833*
		Sig. (bilateral)		0.019
	Estilos de aprendizaje	N	87	87
		Coefficiente de correlación	,833*	1.000
		Sig. (bilateral)	0.019	
		N	87	87

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

En la tabla 11 se representa el nivel de significancia bilateral (sig.) para estrés académico y estilos de aprendizaje es de 0,019 menor a 0,05 por lo tanto se rechaza la hipótesis nula y se determina qué; Existe relación entre estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima 2025. Además, el coeficiente de correlación es 0,833 emitiendo una correlación positiva alta según criterio de Rho Spearman.4.1.3. Discusión de resultados.

Hipótesis específica 1

- Hi: Existe relación entre estresores académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.
- Ho: No existe relación entre estresores académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.

Tabla 12

Análisis de correlación entre las variables estresores académicos y estilos de aprendizaje de los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

Correlaciones				
		Estresores académicos		Estilos de aprendizaje
Rho de Spearman	Estresores académicos	Coeficiente de correlación	1.000	,783**
		Sig. (bilateral)		0.001
		N	87	87
	Estilos de aprendizaje	Coeficiente de correlación	,783**	1.000
Sig. (bilateral)		0.001		
	N	87	87	

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

La tabla 12 indica el nivel de significancia bilateral (sig.) para estresores académicos y estilos de aprendizaje es de 0,001 menor a 0,05 por lo tanto se rechaza la hipótesis nula y se determina qué; Existe relación entre los estresores académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima. 2025. Además, el coeficiente de correlación es 0,783 emitiendo una correlación positiva alta según criterio de Rho Spearman.

Hipótesis específica 2

- Hi: Existe relación entre los síntomas de estrés académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.
- Ho: No existe relación entre los síntomas de estrés académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.

Tabla 13

Análisis de correlación entre las variables de síntomas del estrés académico y estilos de aprendizaje los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

Correlaciones				
			Síntomas del estrés académico	Estilos de aprendizaje
Rho de Spearman	Síntomas del estrés académico	Coeficiente de correlación	1.000	,831*
		Sig. (bilateral)		0.032
	Estilos de aprendizaje	N	87	87
		Coeficiente de correlación	,831*	1.000
		Sig. (bilateral)	0.032	
		N	87	87

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

En la tabla 13 se correlacionan el nivel de significancia bilateral (sig.) para síntomas del estrés académico y estilos de aprendizaje es de 0,032 menor a 0,05 por lo tanto se rechaza la hipótesis nula y se determina qué; Existe relación entre los síntomas del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025. Además, el coeficiente de correlación es 0,831 emitiendo una correlación positiva alta según criterio de Rho Spearman.

Hipótesis específica 3

- Hi: Existe relación entre las estrategias de afrontamiento de estrés académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.
- Ho: No existe relación entre las estrategias de afrontamiento de estrés académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.

Tabla 14

Análisis de correlación entre las variables de estrategias de enfrentamiento y estilos de aprendizaje los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025

Correlaciones			Estrategias de enfrentamiento	Estilos de aprendizaje
Rho de Spearman	Estrategias de enfrentamiento	Coeficiente de correlación	1.000	,852**
		Sig. (bilateral)		0.001
	Estilos de aprendizaje	N	87	87
		Coeficiente de correlación	,852**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.001	
		N	87	87

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

La tabla 14 denota el nivel de significancia bilateral (sig.) para estrategias de enfrentamiento y estilos de aprendizaje es de 0,001 menor a 0,05 por lo tanto se rechaza la hipótesis nula y se determina qué; “Existe relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de

Lima”, 2025. Además, el coeficiente de correlación es 0,852 emitiendo una correlación positiva alta según criterio de Rho Spearman.

4.1.3. Discusión de resultados

La hipótesis general del presente estudio menciona que: Existe relación entre el estrés académico y los estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025. Luego de la recolección de datos y su análisis, se halló una correlación positiva alta ($r = 0.833$; $p = 0.019$) entre las variables. Esto significa que, a mayor nivel de estrés académico, es más probable que los estudiantes presenten ciertos estilos de aprendizaje, evidenciándose una interacción significativa. Al respecto, Guzmán et al. (2019), en un estudio con 241 estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, concluyeron que el 62% presentó un nivel medio de estrés académico, encontrando relación significativa con el estilo teórico, corroborando nuestros hallazgos. Pese a que su muestra estuvo centrada en primeros ciclos de psicología, los resultados fueron similares en cuanto a la prevalencia de estrés y su asociación con estilos definidos. Asimismo, Orejarena (2020) halló una preferencia por el estilo reflexivo con 14.18 puntos, lo cual, si bien no fue estadísticamente significativo con el rendimiento académico, muestra tendencias de relación entre variables cognitivas. Teóricamente, Cassareto (2021) sostiene que el estrés académico altera funciones mentales y comportamentales que, según Kolb (1984), se manifiestan a través de estilos específicos de aprendizaje. Por lo tanto, los resultados evidencian que ambas variables están conectadas funcionalmente, confirmando también la pertinencia de considerar los estilos de aprendizaje al diseñar estrategias para afrontar el estrés académico. Finalmente, se recomienda adaptar métodos pedagógicos según el estilo predominante del estudiante para disminuir la carga emocional y fortalecer el rendimiento académico.

La primera hipótesis específica fue identificar si existe relación entre los estresores académicos y los estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad de Lima, 2025. El análisis evidenció una correlación positiva alta ($r = 0.783$; $p = 0.001$), el cual implicó que los estudiantes que reportan mayor presión por tareas o exámenes, tienden a activar ciertos estilos de aprendizaje, lo que puede condicionar su rendimiento y adaptación. En un estudio nacional, Medina y Negrón (2022) reportaron que el 64% de varones presentaron estrés académico fuerte, y en mujeres, la dimensión de estresores alcanzó un 40.2%, lo que respalda la influencia de los factores externos sobre el proceso de aprendizaje. Por su parte, Solano et al. (2022) identificaron que el 67.8% de estudiantes con hábitos de estudio negativos presentaron estrés profundo o moderado, relacionándose directamente con una mayor percepción de estresores académicos. Según Barraza (2007), estos estresores son desencadenantes clave del estrés académico, al romper el equilibrio del estudiante en su entorno formativo. En paralelo, Alonso y gallego (1997) sostienen que los estilos de aprendizaje actúan como configuraciones cognitivas estables que se activan ante ciertas exigencias contextuales. Por ello, se reafirma que los estresores no solo afectan el bienestar emocional, sino también el estilo en que el estudiante internaliza. Se sugiere, por tanto, monitorear los factores académicos que generan presión excesiva, ajustando la planificación curricular y promoviendo espacios de apoyo adaptados a los estilos de aprendizaje más vulnerables.

Respecto a la segunda hipótesis específica, se planteó identificar si existe relación entre los síntomas del estrés académico y los estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025. El análisis arrojó una correlación positiva alta ($r = 0.831$; $p = 0.032$), lo cual sugiere que síntomas como fatiga, cefalea, irritabilidad, influyen en la forma en que los estudiantes aprenden o enfrentan el entorno académico. En ese sentido, Tirado-Amador

et al. (2023) encontraron que más del 30% de estudiantes presentó dolores de cabeza y somnolencia, y que el 40% sentía estrés casi siempre ante sobrecarga de trabajos, reflejando sintomatologías similares a la hallada en la presente investigación. Asimismo, Mandiola et al. (2022) concluyeron que el estrés académico y los síntomas como la ansiedad social, estaban correlacionados con riesgo de trastorno alimentario en estudiantes de medicina, aunque los mecanismos de afrontamiento mostraron baja correlación, destacando la relevancia de los síntomas como manifestación directa del estrés. Según Berrio (2011), estas reacciones físicas y psicológicas son respuestas adaptativas del cuerpo ante elevada demanda académica, mientras que Zaman et al. (2022) sugieren que estudiantes con estilos reflexivos se ven más afectados por entornos cambiantes, debido a su tendencia a observar antes de actuar. Estos hallazgos respaldan que el estrés modifica no solo el bienestar emocional, también la forma en que se procesa y organiza el conocimiento. Por ello, es clave implementar programas institucionales de detección temprana de sintomatología para adaptar estrategias de enseñanza a las necesidades cognitivas de cada estilo.

La tercera hipótesis específica fue identificar si existe relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y los estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada en Lima, 2025. Se obtuvo una correlación positiva alta ($r = 0.852$; $p = 0.001$), lo cual demuestra una asociación robusta entre la forma de afrontar el estrés y el estilo de aprendizaje que el estudiante emplea. Este resultado indica que aquellos con estilos activos o pragmáticos tienden a buscar soluciones inmediatas, mientras que los de estilo reflexivo o teórico pueden optar por mecanismos más analíticos y planificados. En relación a ello, Guzmán-Castillo et al. (2022) identificaron que, aunque el inventario SISCO – EA mide correctamente las dimensiones de estresores y síntomas, la subescala de afrontamiento mostró debilidades

psicométricas, recomendando la mejora de los instrumentos para una evaluación más precisa. Por su parte, Mandiola et al. (2022) hallaron que el mecanismo de afrontamiento tuvo una correlación baja con la ansiedad social, resaltando su complejidad como dimensión. Según Cassareto (2021), el afrontamiento representa una respuesta emocional y conductual ante el estrés, mientras que Kolb (1984) afirma que los estilos de aprendizaje reflejan cómo se internaliza la experiencia. Al combinar ambas perspectivas, se entiende que las estrategias de enfrentamiento dependen en parte de cómo el individuo procesa el entorno educativo, según su estilo. Por lo tanto, se recomienda fortalecer la educación emocional en el entorno universitario, brindando entrenamientos diferenciados en afrontamiento basados en los perfiles de aprendizaje de los estudiantes.

CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El presente estudio de investigación “Estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima 2025” permitió identificar la relación significativa entre ambas variables y sus dimensiones. A partir de los resultados obtenidos, se presentan a continuación las conclusiones principales y recomendaciones pertinentes que aportan al abordaje del estrés académico y a la mejora del proceso de aprendizaje universitario.

5.1. Conclusiones

Primera: Se corroboró una relación significativa y positiva alta entre el estrés académico y los estilos de aprendizaje en los estudiantes evaluados ($r = 0.833$; $p = 0.019$), según la prueba de Rho Spearman, indicando que, a mayor nivel de estrés académico, se modifica el estilo de aprendizaje del estudiante, afectando cómo capta, procesa y aplica la información. Dicha relación sugiere que el estrés elevado puede impactar negativamente el desempeño académico al dificultar el uso eficaz del estilo de aprendizaje predominante.

Segunda: Se estableció que los estresores académicos (carga de tareas, evaluaciones exigentes o presión por el rendimiento) se relacionan significativamente con los estilos de aprendizaje, con una correlación positiva alta ($r = 0.783$; $p = 0.001$), indicando que el 78.3% de la relación entre ambas variables se explica por la presencia de estresores académicos. Esto demuestra que los estudiantes expuestos con frecuencia a exigencias académicas tienden a modificar su forma de aprender, priorizando estilos menos reflexivos o adaptativos, afectando su desempeño y en la adquisición del conocimiento.

Tercera: Se evidenció una correlación positiva alta ($r = 0.831$; $p = 0.032$) entre los síntomas del estrés académico (como fatiga, ansiedad, somnolencia o dolor de cabeza) y los estilos de aprendizaje, el cual señala que cerca del 83.1% de la relación es explicado por la influencia de estos síntomas sobre la manera en que el estudiante aprende. Así, los efectos físicos y emocionales del estrés pueden interferir con la atención, memoria y procesamiento de la información, alterando el estilo de aprendizaje y, en consecuencia, comprometiendo la eficacia del proceso educativo.

Cuarta: Finalmente, se concluye que existe una relación significativa alta ($r = 0.852$; $p = 0.001$) entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y los estilos de aprendizaje, revelando que el 85.2% de la relación entre ambas variables está determinada por el tipo de estrategias que el estudiante utiliza para manejar el estrés. Esto refleja que el aprendizaje no solo depende del estilo preferido, sino también de la capacidad del estudiante para regular emocionalmente sus respuestas frente a las demandas académicas, favoreciendo estilos más funcionales cuando se emplean estrategias de afrontamiento eficaces.

5.2. Recomendaciones

Primero: Se recomienda a las universidades que implementen programas integrales de acompañamiento académico y emocional que contemplen la relación entre estrés académico y estilos de aprendizaje. Estos programas deben incluir sesiones periódicas de orientación psicoeducativa y formación en técnicas de estudio personalizadas, con el fin de disminuir el impacto negativo del estrés sobre el desempeño académico y potenciar el uso adecuado de los estilos de aprendizaje predominantes en los estudiantes.

Segundo: Se recomienda a los docentes evaluar la carga académica y las exigencias evaluativas impuestas a los estudiantes, identificando estresores frecuentes como tareas excesivas o presión por calificaciones. Asimismo, se recomienda fomentar prácticas pedagógicas que promuevan la autorregulación y autonomía del estudiante, para evitar que estresores alteren negativamente la forma en que aprenden y asimilan contenidos clave durante su formación.

Tercero: Se recomienda a los docentes a fortalecer los servicios de salud estudiantil, orientándolos a la detección y atención temprana de síntomas físicos y emocionales relacionados con el estrés académico mediante talleres sobre gestión del tiempo, control de la ansiedad, técnicas de relajación y cuidado del cuerpo podrían ser incluidos en planes universitarios, ya que estos síntomas interfieren directamente con la atención, memoria y procesamiento de información necesarios para un aprendizaje efectivo.

Cuarto: Se recomienda a los estudiantes considerar en su plan formativo universitario espacios de tiempo donde desarrollen estrategias de afrontamiento saludables y adaptativas frente al estrés académico. Esto puede lograrse asistiendo a charlas o programas extracurriculares sobre inteligencia emocional, afrontamiento resiliente y resolución de conflictos.

REFERENCIAS

- Allende-Rayme, F., Acuña-Vila, J., Correa-López, L., De La Cruz-Vargas, J. (2022). Estrés académico y calidad del sueño durante la pandemia de COVID-19 en estudiantes de medicina de una universidad del Perú. *Revista de la Facultad de Medicina*, 70 (3), <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v70n3.93475>
- Almasri, A. (2022). Simulations for Teaching Science Subjects: Connections Between Student Engagement, Self-Confidence, Satisfaction, and Learning Styles. *Education and Information Technologies*, 27; 7161–7181.
<https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s10639-022-10940-pdf?pdf=button%20sticky>
- Adimabua, A., Yoro, R. (2021). Extending the three-tier constructivist learning model for alternative delivery: ahead the COVID-19 pandemic in Nigeria. *Indonesian Journal of Electrical Engineering and Computer Science*, 21(3), 1673-1682.
<https://pdfs.semanticscholar.org/229a/d9062660c4f4255cbc4ccb42fd0e7dc3f1c0.pdf>
- Alonso, C., Gallego, G., Honey, P. (1994). Los estilos de aprendizaje: procedimientos de diagnóstico y mejora. Ediciones Mensajero. Bilbao, España 7º edición.
https://www.researchgate.net/profile/DomingoGallego/publication/311452891_Los_Estilos_de_Aprendizaje_Procedimientos_de_diagnostico_y_mejora/links/5847158708ae8e63e6308a5d/Los-Estilos-de-Aprendizaje-Procedimientos-de-diagnostico-ymejora.pdf
- Arispe, C., Yangali, J., Guerrero, M., Lozada, O., Acuña, L., Arellano, C. (2020). *Una aproximación para los estudios de post grado*. Guayaquil.
<https://repositorio.uide.edu.ec/handle/37000/4310>

- Arguedas, O. (2010). Elementos básicos de bioética en investigación. *Acta Med. Costarric.* 52(2), 76-78. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0001-60022010000200004
- Barraza, A. (2007). El Inventario SISCO del estrés académico. *Investigación Educativa Duranguense*, (7), 90-93.
- Arriola de Pimentel. (2022). La simulación clínica en la enseñanza de la medicina. *Horizonte Médico*, 22(1). http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-558X2022000100001.
- Association, A. P. (2010). *Los distintos tipos de estrés*. <https://www.apa.org/topics/stress/tipos>.
- Baena, G. (2017). *Metodología de la investigación*. Grupo editorial Patria. https://www.academia.edu/40075208/Metodolog%C3%ADa_de_la_investigaci%C3%B3n_Grupo_Editorial_Patria
- Barraza, A. (2007). *Estrés académico: Un estado de la cuestión*. *Revista Psicología Científica.com*, 9(2). <https://psicologiacientifica.com/estres-academico-un-estado-de-la-cuestion/>
- Barron, M., Armenta, L. (2021). Efectos del Estrés en el Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Licenciatura de Psicología. *Revista de investigacion academica sin frontera*, 36(14). <https://doi.org/10.46589/rdiasf.vi36.388>
- Bernal, C. (2010). *Metodologia de la investigacion*. Pearson education. <https://anyflip.com/vede/ohla/basic>
- Berrio, N., Mazo, R. (2012). Estrés Académico. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*, 3(2), 55–82. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369>

Calatayud, A., Apaza, E., Huaquisto, E., Belizario, G., Inquilla, J. (2022.). *Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú).*

Revista educacion, 46(2).

https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-26442022000200114&lang=es

Caballero, E., Ben-Azul, M., Busquets, P., Hernández, A., Astorga, C. (2020). Estilos de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes de enfermería durante evaluaciones de simulación clínica. *Revista Cubana de Enfermería, 36(4).*

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03192020000400014&script=sci_arttext

Casas, J., Repullo, J., Donado, J. (2003). La encuesta como tecnica de investigacion. Elaboracion de cuestionarios y tratamiento estadistico de los datos (I). *Aten Primaria, 31(8), 527-538.*

<https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-pdf-13047738>

Cassareto, M., Vilela, P., Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit, 27(2).*

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272021000200005

Castillo, I., Barrios, A., Alvis, L. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo, 20(2).*

[https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20\(2018-II\)/145256681002/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20(2018-II)/145256681002/)

CONCYTEC. (2023, 23 de junio). Código Nacional de la Integridad Científica.

<https://portal.concytec.gob.pe>

Cochran, W.G. (1977). *Sampling techniques.* John Wiley & Sons.

- Dávila, J. (2020). *Inteligencia emocional y estilos de aprendizaje de los estudiantes del quinto ciclo de la facultad de educación de la universidad nacional federico Villarreal 2017*. [Tesis de maestría, Universidad Enrique Guzmán y Valle, Perú].
<https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/5432/Juan%20Sebastian%20DAVILA%20JURADO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Española, C. (2023, 07 de noviembre). Corea del Sur, un país en busca de la excelencia: ¿Cómo se convive con la perfección obsesiva? <https://www.rtve.es/noticias/20230502/espanoles-conflictos-perfeccion-obsesiva-corea-sur/2443004.shtml>
- Escurre, L. (2011). Analisis psicometrico del Cuestionario de Honey y Alonso de Estilos de Aprendizaje (CHAEA) con los modelos de la Teoria Clasica de los Test y de Rasch. *Persona, 14*, 71-109. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147122650003.pdf>
- El periodico USA. (2023, 08 de noviembre). Los 3 tipos de estudiantes que sufren mayor estrés academico en la universidad. <https://www.elperiodicousa.com/los-3-tipos-de-estudiantes-que-sufren-mayor-estres-academico-en-la-universidad/>
- Diario oficial del bicentenario El Peruano. (2023, 23 de junio). Ley de proteccion de datos personales. <https://diariooficial.elperuano.pe>
- Field, A. (2018). BUNDLE: Field: Discovering statistics using IBM SPSS statistics.
- Garay, L. (2015). *Estilos de aprendizaje e inteligencias múltiples en estudiantes universitarios. Lima. 2014* [Tesis de pregrado, Universidad de San Martin de Porres, Lima].
- Gerrig, R. y Zimbardo, P. (2005). *Psicología y vida*. Pearson Educación.
https://www.google.com.pe/books/edition/Psicolog%C3%ADa_y_vida/3-

- I4Z1dAxo0C?hl=es419&gbpv=1&dq=teoria+de+selye&pg=PA409&printsec=frontcover
- Gutiérrez, H., Amador, M. (2016). Estudio del estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. *QUIPURAMAYOC*, 24(45), 23-28.
<https://pdfs.semanticscholar.org/0da6/fa57fff158bbeec3d4003a951ef856b2a030.pdf>
- Guzmán-Castillo, A., Bustos, C., Zavala, S., Castillo-Navarrete, J. (2022). Inventario SISCO de estrés académico: revisión de sus propiedades psicométricas en estudiantes universitarios. *Terapia psicológica*, 40 (2), 197-211. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082022000200197>
- Guzmán, L., Llauce, C., Velarde, D. (2019). Estrés académico y estilos de aprendizaje en universitarios peruanos. *PsiqueMag*, 8(2), 46–54.
<https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/psiquemag/article/view/196>
- Hernández-Sampieri, R., Mendoza, P. (2018). Metodología de la Investigación. Editorial Mc GrawHill.
- Instituto Internacional de la UNESCO para la Educación Superior en América Latina y el Caribe. (2020, 07 de noviembre). Hacia el acceso universal a la educación superior: tendencias internacionales. <https://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/11/acceso-universal-a-la-ES-ESPANOL.pdf>.
- Juventud, Salud y Bienestar 2023. Centro Reina Sofía de Fad Juventud.
<https://www.centroreinasofia.org/publicacion/barometro-salud-2023/>
- Jurado, L., Montero, C., Carlosama, D., Tabares, Y. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios de Iberoamérica: una revisión sistemática. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 21(2), pp. 1-18. <https://doi.org/10.18270/chps..v2021i2.3917>

Johnson, S., Mathews, C., Alawam, K., Saeed A., Alshagag, H. y Qasem, H. Learning style preferences assessed by Kolb's learning style inventory among respiratory therapy students in Saudi Arabia. *Indian Journal of Respiratory Care*, 11, 30-34.

https://www.ijrc.in/doi/IJRC/pdf/10.4103/ijrc.ijrc_80_21

Kolb, D. (1984). *Experiential learning experiences as the source of learning development*. Prentice Hall.

Kuric, S., Sanmartin, A., Ballesteros J, P. y Gomez, A. (2023). Barómetro

Lazarus, R. (2000). *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Editorial

Desclée de Brouwer.

<https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/bb9c7ed7d3779dfdf8eb377d37d9734a.pdf>

López, R., Avello, R., Palmero, D., Sánchez, S., Quintana, M. (2019). Validación de instrumentos como garantía de credibilidad en las investigaciones científicas. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 48(2), 441-450.

<http://www.revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/390/331>.

Maceo, O., Maceo, A., Varón, Y., Maceo, M., Peralta, Y. (2013). Estrés académico: causas y consecuencias. *MULTIMED*, 17(2).

<https://revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/302/410#:~:text=Las%20principales%20causas%20del%20estrés%20son%20la%20sobrecarga%20del%20trabajo,curso%20y%20los%20problemas%20financieras>.

Mandiola M. et al. (2022). *Perfeccionismo, estrés académico y ansiedad social en mujeres estudiantes de medicina y riesgo de padecer un trastorno alimentario: un modelo multivariado*. *Rev. méd. Chile*, 150(8).

- https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0034-98872022000801046&script=sci_arttext
- Mandiola, M., Arancibia, M., Elton, V., Madrid, E., Meza, N., Stojanova, J., Lutz, M., Leyton, F. (2022). Perfeccionismo, estrés académico y ansiedad social en mujeres estudiantes de medicina y riesgo de padecer un trastorno alimentario: un modelo multivariado. *Revista médica de Chile*, 150(8), 1046-1053.
- <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/5202/7886>
- Malo, D., Guerty, S., Cáceres, C., Peña, G. (2010). Validación del inventario SISCO del estrés académico y análisis comparativo en adultos jóvenes de la Universidad Industrial de Santander y la Universidad Pontificia Bolivariana, Seccional Bucaramanga, Colombia. *Revista Electrónica de la Red Durango de Investigadores Educativos A C*, 2(3), 26-42.
- Validación del inventario SISCO del estrés académico y análisis comparativo en adultos jóvenes de la Universidad Industrial de Santander y la Universidad Pontificia Bolivariana, Seccional Bucaramanga, Colombia - Dialnet (unirioja.es)
- Naciones Unidas. (2023, 07 de noviembre). Objetivo 4: garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/education/>
- Organización Mundial de la Salud. (s.f.). El estrés . <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>.
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol*, 35 (1), 227 – 232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Orejarena, H. (2020). Relación entre inteligencia emocional, estilos de aprendizaje y rendimiento académico en un grupo de estudiantes de psicología. *Inclusión Y Desarrollo*, 7(2), 22–36. <https://doi.org/10.26620/uniminuto.inclusion.7.2.2020.22-36>

Orco-León, E., Huamán-Saldívar, D., Ramírez-Rodríguez, S., Torres-Torreblanca, J., Villacorta-Ampuero, A., Figueroa-Salvador, L., Mejía, C., Corrales-Reyes, I. (2022). Asociación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes peruanos de segundo año de medicina. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 41.

<https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/704/1092>.

Peña, C. (2017). Análisis de datos. Fondo editorial Areandino.

<https://digitk.areandina.edu.co/handle/areandina/1177?show=full>

Salazar, M., Icaza, M., Alejo, O. (2018). La importancia de la ética en la investigación. *Rev. Cient. De la Univ. De Cienfuegos*, 10(1), 305-311.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-

[36202018000100305#:~:text=La%20conducta%20%C3%A9tica%20es%20importante,S hamoo%20%26%20Resnik%2C%202009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202018000100305#:~:text=La%20conducta%20%C3%A9tica%20es%20importante,S hamoo%20%26%20Resnik%2C%202009)

Sánchez, H., Reyes, C., Mejía, C. (2018). Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. Universidad Ricardo Palma. 1° edición

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

Silva-Ramos, M., Lopez-Cocotle, J., Meza-Zamora, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigacion y Ciencia*, 28.

<https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>

Sistema Nacional de Evaluación, Acreditación y Certificación de la Calidad de Educativa.

(2022). Modelo de Calidad para la Acreditación de programas de estudios de medicina. MINEDU.

<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4149198/Modelo%20de%20Calidad%20>

[para%20la%20Acreditación%20de%20Programas%20de%20Estudios%20de%20Medicina.pdf.pdf](#)

Solano, O., Salas, B., Manrique, S., Nuñez, L. (2022). *Relación entre hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes universitarios del área de Ciencias Básicas de Lima (Perú)*. *Rev. Cienc. Salud*, 20(1), 1-15. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8345852>

Supo, J. (2015). Como empezar una tesis. Tu proyecto de investigación en un solo día. Editorial BIOESTADISTICO EIRL del depósito legal en la Biblioteca Nacional del Perú. [Como empezar una tesis texto.pdf \(slideshare.net\)](#)

Tirado - Amador et al. (s.f.). *Estrés académico autopercibido y factores relacionados en una escuela privada de odontología en Cartagena, Colombia*. Obtenido de 2023. *Universidad y Salud*, 25(1), 1-7. <https://doi.org/10.22267/rus.232501.294>

Ttoruco Paucar, K. O. (2025). *Estrés académico y aprendizaje autorregulado en estudiantes de una universidad privada, Lima-2024*. <https://hdl.handle.net/20.500.13053/13540>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2022, 07 de noviembre). Educación superior. <https://www.unesco.org/es/education/higher-education#:~:text=La%20UNESCO%20es%20el%20único,educación%20de%20calidad%20para%20todos>

Velarde, M., Lucas, W. (2017). Estilos de aprendizaje y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería y nutrición humana de la Universidad Peruana Unión, Lima, 2016[Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión, Lima]. Repositorio Unión

Vidal, V. (2019). El estrés laboral. Análisis y prevención. Prensas de la Universidad de Zaragoza.

[https://www.google.com.pe/books/edition/El_estr%C3%A9s_laboral/AvKRDwAAQBAJ
?hl=es-419&gbpv=1&dq=teorias+del+estres&printsec=frontcover](https://www.google.com.pe/books/edition/El_estr%C3%A9s_laboral/AvKRDwAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=1&dq=teorias+del+estres&printsec=frontcover)

Zambrano-Véliz, W., Tomalá-Chavarría, M. (2022). Diagnóstico de Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 14(2), 42-47.
<https://doi.org/10.37843/rted.v14i2.330>.

Zaman, A., Faysal, L., Mumtaz, S., Malik, A., Iqbal, Y. y Qamar, T. (2022). Determining Students Preferred Learning Styles, Revisited as A Need of Today. *Journal of Islamic Intenational Medical College*, 17(2), 119-124.
<https://journals.riphah.edu.pk/index.php/jiimc/issue/view/91/56>

Anexo 1: Matriz de consistencia

“Estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025”

FORMULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	HIPOTESIS	DISEÑO METODOLOGICO
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>¿Cuál es la relación entre los estresores académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025?</p> <p>¿Cuál es la relación entre los síntomas del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025?</p> <p>¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Identificar la relación entre los estresores académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios.</p> <p>Identificar la relación entre los síntomas del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios.</p> <p>Identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios.</p>	<p>ESTRÉS ACADEMICO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estresores académicos - Síntomas del estrés académico - Estrategias de afrontamiento <p>ESTILOS DE APRENDIZAJE</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estilo de aprendizaje activo - Estilo de aprendizaje reflexivo - Estilo de aprendizaje teórico - Estilo de aprendizaje pragmático 	<p>Hipótesis general</p> <p>Hi: Existe relación entre estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima.</p> <p>Ho: No existe relación entre estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>Hi1: Existe relación entre los estresores académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.</p> <p>Ho1: No existe relación entre los estresores académicos y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025.</p> <p>Hi2: Existe relación entre los síntomas del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025</p> <p>Ho2: No existe relación entre los síntomas del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025</p> <p>Hi3: Existe relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025</p> <p>Ho3: No existe relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025</p>	<p>Tipos de investigación:</p> <p>Básica</p> <p>Método y diseño de investigación:</p> <p>Cuantitativo Descriptivo – correlacional Transversal</p> <p>Población:</p> <p>Estará conformado por 110 estudiantes de pregrado de la Carrera Profesional de Terapia Física y Rehabilitación de una universidad privada de Lima, 2025.</p> <p>Muestra:</p> <p>Se realizará una muestra el cual estará conformado por 87 estudiantes del VII ciclo de pregrado de la Carrera Profesional de Terapia Física y Rehabilitación de una universidad privada de Lima, 2025.</p>

Anexo 2: Instrumentos

Inventario de SISCO para Estrés Académico

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

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

- Sí
 No

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

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

1	2	3	4	5

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras (especifique)					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra _____ (Especifique)					

CHAEA

CUESTIONARIO HONEY - ALONSO DE ESTILOS DE APRENDIZAJE

Instrucciones para responder al cuestionario:

- A continuación, se presenta un conjunto de enunciados acerca de su forma de ser y de estudiar. No es un test de inteligencia, ni de personalidad.
- Preste atención a cada uno de las letras (en la hoja de respuesta) y a su significado para contestar adecuadamente a las preguntas.
- No hay límite de tiempo para contestar el cuestionario.
- No hay respuestas correctas o erróneas. Será útil en la medida que seas sincero/a en tus respuestas.
- Si estás más de acuerdo que en desacuerdo con la sentencia coloca un signo X en la letra A
- Si, por el contrario, estas más en desacuerdo que de acuerdo, coloca un signo X en la letra B

A	De Acuerdo
B	En Desacuerdo

Items	A	B
1. Tengo fama de decir lo que pienso claramente y sin rodeos.		
2. Estoy seguro lo que es bueno y lo que es malo, lo que está bien y lo que está mal.		
3. Muchas veces actúo sin mirar las consecuencias.		
4. Normalmente trato de resolver los problemas metódicamente y paso a paso.		
5. Creo que los formalismos coartan y limitan la actuación libre de las personas.		
6. Me interesa saber cuáles son los sistemas de valores de los demás y con qué criterios actúan.		
7. Pienso que el actuar intuitivamente puede ser siempre tan válido como actuar reflexivamente.		
8. Creo que lo más importante es que las cosas funcionen.		
9. Procuro estar al tanto de lo que ocurre aquí y ahora.		
10. Disfruto cuando tengo tiempo para preparar mi trabajo y realizarlo a conciencia.		
11. Estoy a gusto siguiendo un orden, en las comidas, en el estudio, haciendo ejercicio regularmente.		
12. Cuando escucho una nueva idea en seguida comienzo a pensar cómo ponerla en práctica.		
13. Prefiero las ideas originales y novedosas, aunque no sean prácticas.		

14. Admito y me ajusto a las normas sólo si me sirven para lograr mis objetivos		
15. Normalmente encajo bien con personas reflexivas, analíticas y me cuesta sintonizar con personas demasiado espontáneas, imprevisibles.		
16. Escucho con más frecuencia que hablo.		
17. Prefiero las cosas estructuradas a las desordenadas		
18. Cuando poseo cualquier información, trato de interpretarla bien antes de manifestar alguna conclusión.		
19. Antes de tomar una decisión estudio con cuidado sus ventajas e inconvenientes.		
20. Me crezco con el reto de hacer algo nuevo y diferente.		
21. Casi siempre procuro ser coherente con mis criterios y sistemas de valores. Tengo principios y los sigo.		
22. Cuando hay una discusión no me gusta ir con rodeos		
23. Me disgusta implicarme afectivamente en mi ambiente de trabajo. Prefiero mantener relaciones distantes.		
24. Me gustan más las personas realistas y concretas que las teóricas.		
25. Me cuesta ser creativo/a, romper estructuras.		
26. Me siento a gusto con personas espontáneas y divertidas.		
27. La mayoría de las veces expreso abiertamente cómo me siento.		
28. Me gusta analizar y dar vueltas a las cosas.		
29. Me molesta que la gente no se tome en serio las cosas.		
30. Me atrae experimentar y practicar las últimas técnicas y novedades.		
31. Soy cauteloso(a) a la hora de sacar conclusiones.		
32. Prefiero contar con el mayor número de fuentes de información. Cuantos más datos reúna para reflexionar, mejor		
33. Tiendo a ser perfeccionista.		
34. Prefiero oír las opiniones de los demás antes de exponer la mía.		
35. Me gusta afrontar la vida espontáneamente y no tener que planificar todo previamente.		
36. En las discusiones me gusta observar cómo actúan los demás participantes.		
37. Me siento incómodo con las personas calladas y demasiado analíticas.		
38. Juzgo con frecuencia las ideas de los demás por su valor práctico		
39. Me agobio si me obligan a acelerar mucho el trabajo para cumplir un plazo.		
40. En las reuniones apoyo las ideas prácticas y realistas.		
41. Es mejor gozar del momento presente que deleitarse pensando en el pasado o en el futuro.		
42. Me molestan las personas que siempre desean apresurar las cosas.		
43. Aporto ideas nuevas y espontáneas en los grupos de discusión.		
44. Pienso que son más consistentes las decisiones fundamentadas en un minucioso análisis que las basadas en la intuición.		
45. Detecto frecuentemente la inconsistencia y puntos débiles en las argumentaciones de los demás.		
46. Creo que es preciso saltarse las normas muchas más veces que cumplirlas.		
47. A menudo caigo en la cuenta de otras formas mejores y más prácticas de hacer las cosas.		
48. En conjunto hablo más que escucho.		

49. Prefiero distanciarme de los hechos y observarlos desde otras perspectivas.		
50. Estoy convencido/a que debe imponerse la lógica y el razonamiento.		
51. Me gusta buscar nuevas experiencias.		
52. Me gusta experimentar y aplicar las cosas.		
53. Pienso que debemos llegar pronto al grano, al meollo de los temas.		
54. Siempre trato de conseguir conclusiones e ideas claras.		
55. Prefiero discutir cuestiones concretas y no perder el tiempo con charlas vacías.		
56. Me impaciento con las argumentaciones irrelevantes e incoherentes en las reuniones.		
57. Compruebo antes si las cosas funcionan realmente.		
58. Hago varios borradores antes de la redacción definitiva de un trabajo.		
59. Soy consciente de que en las discusiones ayudo a los demás a mantenerse centrados en el tema, evitando divagaciones.		
60. Observo que, con frecuencia, soy uno de los más objetivos y desapasionados en las discusiones.		
61. Cuando algo va mal, le quito importancia y trato de hacerlo mejor.		
62. Rechazo ideas originales y espontáneas si no las veo prácticas.		
63. Me gusta sopesar diversas alternativas antes de tomar una decisión.		
64. Con frecuencia miro hacia adelante para prever el futuro.		
65. En los debates prefiero desempeñar un papel secundario antes que ser el líder o el que más participa.		
66. Me molestan las personas que no siguen un enfoque lógico.		
67. Me resulta incómodo tener que planificar y prever las cosas.		
68. Creo que el fin justifica los medios en muchos casos.		
69. Suelo reflexionar sobre los asuntos y problemas.		
70. El trabajar a conciencia me llena de satisfacción y orgullo.		
71. Ante los acontecimientos trato de descubrir los principios y teorías en que se basan.		
72. Con tal de conseguir el objetivo que pretendo soy capaz de herir sentimientos ajenos.		
73. No me importa hacer todo lo necesario para que sea efectivo mi trabajo.		
74. Con frecuencia soy una de las personas que más anima las fiestas.		
75. Me aburro enseguida con el trabajo metódico y minucioso.		
76. La gente con frecuencia cree que soy poco sensible a sus sentimientos.		
77. Suelo dejarme llevar por mis intuiciones.		
78. Si trabajo en grupo procuro que se siga un método y un orden.		
79. Con frecuencia me interesa averiguar lo que piensa la gente.		
80. Esquivo los temas subjetivos, ambiguos y poco claros.		

Anexo 3: Validez de instrumentos

Instrumento 1: Inventario de SISCO para Estrés Académico

Durante el presente proyecto el instrumento de encuesta fue validado por el procedimiento de análisis factorial por el proceso de Varimax, en el que se confirmó que los 3 componentes explicaron el 34,35% de la varianza total. Cabe resaltar que en la correlación de extracción de cada ítem se encontró que todos los casos de correlación fueron significativos (Sig. < 0,05) (Malo et al, 2010). Además, se confirmará si el instrumento es multifactorial mediante el grafico de sedimentación de Catell. (Scree Plot) (Field,2018). De este modo se confirmará la validez de la encuesta del Inventario de SISCO para estrés académico mediante el análisis factorial y para la confiabilidad se aplicará el alfa de Cronbach.

Instrumento 2: CHAEA “Cuestionario Honey - Alonso de Estilos de Aprendizaje”

En la versión de (Garay, 2015) el instrumento fue validado por juicio de expertos con la participación de un especialista. Sin embargo, en el presente estudio se realizará la validación factorial con apoyo del software SPSS con lo que se pretende obtener una prueba de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO), con valores mayores o iguales a 0,50 y luego se confirmara si el instrumento es multifactorial mediante el análisis de dimensiones con el grafico de sedimentación de Catell. (Scree Plot) (Field,2018). De esta manera se confirmará la validez del cuestionario mencionado en la muestra seleccionada líneas arriba, además se confirmará la existencia de 4 dimensiones.

Anexo 4: Confiabilidad del instrumento

- Se aplicará 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 evalúa una prueba piloto con una muestra de 40 alumnos.
- El coeficiente de Alfa de Cronbach obtenido fue de 0.825 para estrés académico, al encontrarse en el rango de consistencia del instrumento es **alta**.
- El coeficiente de Alfa de Cronbach obtenido fue de 0.732 para estilos de aprendizaje, al encontrarse en el rango de consistencia del instrumento es **Buena**.

Anexo 5: Aprobación del Comité de Ética



**COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD
CIENTÍFICA**

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 12 de junio de 2025

Investigador(a)
Jhosely Quispe Nina
Exp. N°: 1058-2025

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEIC-UPNW) **evaluó y APROBÓ** los siguientes documentos:

- Protocolo titulado: "ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTILOS DE APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA, 2025" con fecha **06/06/2025**.

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Jhosely Quispe Nina

La APROBACIÓN comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

1. **La vigencia** de la aprobación es de **dos años** (24 meses) a partir de la emisión de este documento.
2. **Toda enmienda o adenda** se deberá presentar al CIEIC-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
3. Si aplica, **la Renovación** de aprobación del proyecto de investigación deberá iniciarse treinta (30) días antes de la fecha de vencimiento, con su respectivo informe de avance.
4. La constancia de aprobación por el **CIEIC** no garantiza la aceptación por parte de las instituciones donde pretende ejecutar el trabajo de investigación.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,

Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta
Presidenta
Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
Universidad Privada Norbert Wiener

Anexo 6: Formato de consentimiento informado

 Universidad Norbert Wiener	FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO(FCI) EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN DEL CIEI-VRI		
	CÓDIGO: UPNW-EES-FOR-068	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 11/08/2022

Título de proyecto de investigación : "Estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025"

Investigadores : Jhosely Quispe Nina

Institución(es) : Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)

Estamos invitando a usted a participar en un estudio de investigación titulado: "*Estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025*". de fecha 24/11/2025 y versión.01. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW).

I. INFORMACIÓN

Propósito del estudio: El propósito de este estudio es Determinar la relación entre estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios. Su ejecución permitirá determinar si existe la relación entre ambas variables.

Duración del estudio (meses): 04 meses

Nº esperado de participantes: 80

Criterios de Inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión:

Estudiantes de la Universidad Privada

Estudiantes del VII ciclo de terapia física y rehabilitación

Estudiantes que acepten formar parte del presente estudio de manera voluntaria

Criterios de exclusión:

Estudiantes que no estén de acuerdo con la participación voluntaria de la presente investigación.

Estudiantes que ingieran medicamentos relajantes.

Estudiantes que lleven asesoría con psicología para mejorar los estilos de aprendizaje.

Procedimientos del estudio: Si Usted decide participar en este estudio se le realizará los siguientes procesos:

- Llenar una ficha de datos sociodemográficos.
- Responder dos cuestionarios el cual tomara un tiempo aproximado de 20 minutos
- Se explicará en que consiste la investigación de manera detallada.

La encuesta puede demorar unos 30 minutos ya que consta de dos cuestionarios. Los resultados de la evaluación se le entregaran a usted en forma individual y se almacenaran respetando la confidencialidad y su anonimato

Riesgos:

Su participación en el estudio no presenta riesgo mínimo ya que se aplicará una encuesta, no le significará ningún riesgo a su salud o seguridad en tanto que no se le pedirá realizar acción adicional al de su participación en el estudio en el que participa.

 Universidad Norbert Wiener	FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO(FCI) EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN DEL CIEI-VRI		
	CÓDIGO: UPNW-EES-FOR-068	VERSION: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 11/08/2022

Beneficios:

Usted se beneficiará del presente proyecto ya que podrá conocer el resultado de la misma, el mismo que le será entregado una vez culminado el estudio.

Costos e incentivos: Usted no pagará ningún costo monetario por su participación en la presente investigación. Así mismo, no recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

Confidencialidad: Nosotros guardaremos la información recolectada con códigos para resguardar su identidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al equipo de estudio.

Derechos del paciente: La participación en el presente estudio es voluntaria. Si usted lo decide puede negarse a participar en el estudio o retirarse de éste en cualquier momento, sin que esto ocasione ninguna penalización o pérdida de los beneficios y derechos que tiene como individuo, como así tampoco modificaciones o restricciones al derecho a la atención médica.

Preguntas/Contacto: Puede comunicarse con el Investigador Principal Jhosely Quispe Nina, con número de teléfono 980906857 y a2023900001@uwiener.edu.pe.

Así mismo puede comunicarse con el Comité de Ética que validó el presente estudio, Contacto del Comité de Ética: Dra. Angelica Karina Minaya Galarreta, presidenta del Comité de Ética de la Universidad Norbert Wiener, para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, Email: comité.etica@uwiener.edu.pe

II. DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

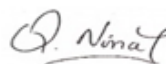
He leído la hoja de información del Formulario de Consentimiento Informado (FCI), y declaro haber recibido una explicación satisfactoria sobre los objetivos, procedimientos y finalidades del estudio. Se han respondido todas mis dudas y preguntas. Comprendo que mi decisión de participar es voluntaria y conozco mi derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que esto me perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

_____ (Firma)

Nombre participante:

DNI:

Fecha: (dd/mm/aaaa)



Nombre investigador: Jhosely Quispe Nina

DNI: 47593505

Fecha: (24/11/2025)

_____ (Firma)

Nombre testigo o representante legal:

DNI:

Fecha: (dd/mm/aaaa)

Nota: La firma del testigo o representante legal es obligatoria solo cuando el participante tiene alguna discapacidad que le impida firmar o imprimir su huella, o en el caso de no saber leer y escribir.

Anexo 7: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos



CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN N° 12-2025-UPNW

Yo, Khristian Vigil Vega, identificado con D.N.I. N° 44025157, en mi calidad de Representante Legal de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A., con R.U.C. N° 20466246370, ubicado en Av. República de Chile N° 388, distrito de Jesús María, provincia y departamento de Lima.

Otorgo la AUTORIZACIÓN, a la Sra. Jhosely Quispe Nina, identificada con D.N.I. N° 47593505, del programa académico de Maestría en Docencia Universitaria de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A., para que aplique su instrumento de recolección de datos en el marco de su investigación titulada "*Estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025*", dentro de las instalaciones de nuestra institución de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A.

Asimismo, autorizo expresamente el uso de la información con fines académicos, contribuyendo con la comunidad educativa.

Sobre la recopilación de información de los correos electrónicos de los estudiantes a quienes le aplicará su instrumento de recolección de datos, es importante señalar que el numeral 6 del artículo 2 de la Constitución Política del Perú¹, reconoce el derecho que toda persona tiene a que los servicios informáticos, computarizados o no, públicos o privados, no suministren informaciones que afecten la intimidad personal y familiar; al respecto, en mérito de dicha disposición fue aprobada la Ley N° 29733, Ley de Protección de Datos Personales (LPDP), que define al titular de los datos personales como la persona natural a quien corresponden los datos personales; asimismo, en su artículo 17 establece que los titulares de los bancos de datos personales están obligados a guardar confidencialidad, a menos que medie consentimiento previo, expreso e inequívoco del titular de los datos personales, resolución judicial consentida o ejecutoriada, o cuando medie razones de defensa nacional, seguridad pública o la sanidad pública². Por lo consiguiente, será el propio estudiante quién deberá brindar su

¹ Constitución Política del Perú de 1993
"Artículo 2.- Toda persona tiene derecho:

(-)

6. A que los servicios informáticos, computarizados o no, públicos o privados, no suministren informaciones que afecten la intimidad personal y familiar."

² Ley N° 29733, Ley de Protección de Datos Personales

"Artículo 17. Confidencialidad de datos personales

El titular del banco de datos personales, el encargado y quienes intervengan en cualquier parte de su tratamiento están obligados a guardar confidencialidad respecto de los mismos y de sus antecedentes. Esta obligación subsiste aun después de finalizadas las relaciones con el titular del banco de datos personales.

El obligado puede ser relevado de la obligación de confidencialidad cuando medie consentimiento previo, informado, expreso e inequívoco del titular de los datos personales, resolución judicial consentida o ejecutoriada, o cuando medie razones fundadas relativas a la defensa nacional, seguridad pública o la sanidad pública, sin perjuicio del derecho a guardar el secreto profesional."



Universidad
Norbert Wiener

autorización para el envío del instrumento de recolección de información mediante su correo personal.

Al respecto, la recolección de información deberá realizarse sin interrumpir las clases de los estudiantes y/o retraso en el dictado de las clases.

Asimismo, se precisa que la Sra. Jhosely Quispe Nina es responsable de salvaguardar el nombre y la reputación de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A., así como de la información recopilada y usada para el desarrollo de su investigación titulada: "*Estrés académico y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2025*".

Finalmente, respecto al uso del nombre y/o cualquier distintivo de la empresa de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A., se determina:

- (X) Mantener en RESERVA el nombre y/o información sensible y/o cualquier distintivo de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A.
- () Autorizo mencionar el nombre y/o información y/o cualquier distintivo de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A.

Lima, 16 de setiembre de 2025.



Universidad
Norbert Wiener

Khristian Vigil Vega
Representante Legal

Universidad Privada Norbert Wiener S.A

Anexo 8: Reporte de similitud de Turnitin

Nina Quispe

ESTRES ACADEMICO Y ESTILOS DE APRENDIZAJE -TESIS 2025_.docx

My Files
My Files
Universidad Wiener

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid::14912:544923820

Fecha de entrega
8 ene 2026, 11:55 p.m. GMT-5

Fecha de descarga
9 ene 2026, 12:01 a.m. GMT-5

Nombre del archivo
ESTRES ACADEMICO Y ESTILOS DE APRENDIZAJE -TESIS 2025_.docx

Tamaño del archivo
2.0 MB

88 páginas

14.034 palabras

84.921 caracteres



Página 2 de 94 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid::14912:544923820

16% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 13% Fuentes de Internet
- 7% Publicaciones
- 14% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.




16% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 7%  Publicaciones
- 14%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 13% Fuentes de Internet
- 7% Publicaciones
- 14% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

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

1	Trabajos entregados uwiener on 2025-05-22	3%
2	Internet repositorio.uwiener.edu.pe	2%
3	Trabajos entregados uwiener on 2025-02-06	1%
4	Internet repositorio.autonoma deica.edu.pe	1%
5	Internet repositorio.unap.edu.pe	<1%
6	Internet hdl.handle.net	<1%
7	Trabajos entregados Universidad Ricardo Palma on 2025-10-01	<1%
8	Internet repositorio.upn.edu.pe	<1%
9	Trabajos entregados uwiener on 2023-11-27	<1%
10	Trabajos entregados Universidad Privada San Juan Bautista on 2025-09-28	<1%
11	Trabajos entregados Universidad Wiener on 2024-02-27	<1%