

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Relación entre estrés académico y apoyo social
percibido en estudiantes de Psicología de una
universidad particular - 2021**

Jesus Miguel Caciano Donayre

Para optar el Título Profesional de
Licenciado en Psicología

Huancayo, 2023

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

Dedicatoria

A mi madre, Yvonne, por su cariño, esfuerzo y siempre darme un espacio para expresar lo que siento.

A mi padre, Miguel, por su cariño, esfuerzo y siempre creer que puedo dar un poco más de mí.

A Mirtha, por apoyarme, confiar en mí y permitir que me conozca y sea feliz con lo que soy y quiero en la vida.

A mí, porque difícilmente me reconozco lo que hago.

Agradecimientos

A la Mg. Bina Beatriz Ojeda Ramírez, por enseñarme y orientarme con los conocimientos necesarios para la elaboración de la presente tesis.

A los docentes y autoridades que me brindaron las facilidades y los espacios requeridos para ejecutar mi investigación.

A los estudiantes que participaron en el presente estudio y me brindaron su confianza.

A la Universidad Continental, por permitirme dar un paso más para llegar a ser el profesional que quiero.

A mi primera casa de estudios, por brindarme las experiencias que me permitieron comprender y amar la carrera.

Índice general

Dedicatoria.....	ii
Agradecimientos.....	iii
Índice general.....	iv
Resumen.....	viii
Abstract.....	ix
Introducción.....	x
Capítulo 1 Planteamiento del Estudio.....	12
1.1. Planteamiento y Formulación del Problema.....	12
1.1.1. Planteamiento del problema.....	12
1.1.2. Formulación del problema.....	5
1.2. Determinación de Objetivos.....	5
1.2.1. Objetivo general.....	5
1.2.2. Objetivos específicos.....	5
1.3. Justificación e Importancia del Estudio.....	6
1.4. Limitaciones de la presente investigación.....	8
Capítulo 2 Marco Teórico.....	10
2.1. Antecedentes del Problema.....	10
2.2. Bases teóricas.....	16
2.2.1. Estrés.....	16
2.2.2. Estrés académico.....	18
2.2.3. Apoyo social.....	20
2.2.4. Apoyo social percibido.....	22

2.3.	Definición de Términos Básicos	23
2.3.1.	Estrés	23
2.3.2.	Estrés Académico	24
2.3.3.	Estresores	24
2.3.4.	Síntomas	24
2.3.5.	Estrategias de afrontamiento	24
2.3.6.	Apoyo Social	24
2.3.7.	Apoyo Social Percibido	24
2.3.8.	Apoyo emocional.....	25
2.3.9.	Ayuda tangible.....	25
2.3.10.	Interacción social positiva	25
2.3.11.	Apoyo afectivo	25
	Capítulo 3 Diseño Metodológico.....	26
3.1.	Tipo de Investigación.....	26
3.2.	Población y Muestra	27
3.2.1.	Población	27
3.2.2.	Muestra	27
3.3.	Operacionalización de variables	29
3.4.	Técnicas de recojo de información	29
3.4.1.	Prueba psicológica	29
3.5.	Instrumentos de recolección de datos	30
3.5.1.	Inventario SISCO de Estrés Académico.....	30
3.5.2.	Cuestionario MOS de Apoyo Social Percibido	31
3.5.3.	Procedimiento de recolección de datos	33
3.6.	Técnicas de análisis de datos	33

Capítulo 4 Resultados	34
4.1. Presentación de Resultados Descriptivos.....	34
4.2. Contrastación de Hipótesis	36
4.2.1. Hipótesis de normalidad	36
4.2.2. Hipótesis de correlación	38
Capítulo 5 Discusión	45
Conclusiones.....	50
Recomendaciones	52
Referencias bibliográficas	53
Anexos	59

Índice de tablas

Tabla 1. Operacionalización de variables.....	29
Tabla 2. Frecuencia de estudiantes según grupo etario	34
Tabla 3. Frecuencia de estudiantes según sexo	34
Tabla 4. Frecuencia de estudiantes según año de estudios	35
Tabla 5. Frecuencia de estudiantes según niveles de estrés académico	35
Tabla 6. Frecuencia de estudiantes según niveles de apoyo social percibido	36
Tabla 7. Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para una muestra de las variables de estrés académico y de apoyo social percibido.....	37
Tabla 8. Prueba Rho de Spearman para las variables de estrés académico y apoyo social percibido.....	39
Tabla 9. Prueba Rho de Spearman para la variable de estrés académico y la dimensión de apoyo emocional de la variable de apoyo social percibido.....	40
Tabla 10. Prueba Rho de Spearman para la variable de estrés académico y la dimensión de ayuda tangible de la variable de apoyo social percibido.....	41
Tabla 11. Prueba Rho de Spearman para la variable de estrés académico y la dimensión de interacción social positiva	42
Tabla 12. Prueba Rho de Spearman para la variable de estrés académico y la dimensión de apoyo afectivo de la variable de apoyo social percibidoitiva de la variable de apoyo social percibido.....	43

Resumen

La presente investigación se realizó con el propósito de determinar la relación entre estrés académico y apoyo social percibido entre estudiantes de psicología de una universidad particular durante el período académico 2021-II. Se utilizó un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo-correlacional. La muestra se conformó por 386 estudiantes de psicología. Asimismo, los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron el Inventario SISCO de Estrés Académico y el Cuestionario MOS de Apoyo Social Percibido. Para el análisis de la correlación se utilizó el coeficiente de Rho de Spearman. Los resultados obtenidos muestran valores de $\rho_{(386)} = -.024$, $p = .644$ entre el estrés académico y el apoyo social percibido, mientras que para la relación con las dimensiones del apoyo social percibido se obtienen valores de $\rho_{(386)} = -.001$, $p = .986$ para el apoyo emocional; $\rho_{(386)} = -.039$, $p = .450$ para la ayuda tangible; $\rho_{(386)} = -.048$, $p = .349$ para la interacción social positiva; y $\rho_{(386)} = -.047$, $p = .352$ para el apoyo afectivo. Se concluye que no se encontró relación significativa entre el estrés académico y la variable de apoyo social percibido o sus dimensiones.

Palabras clave: estrés académico, apoyo social percibido, emocional, ayuda tangible, interacción social positiva, afectivo, estudiantes universitarios, Inventario SISCO, Cuestionario MOS

Abstract

The present research was conducted with the purpose of determining the relationship between academic stress and perceived social support among psychology students at a particular university during the academic period 2021 - II. A quantitative approach and a descriptive-correlational design were used. The sample consisted of 386 psychology students. The instruments used for data collection were the SISCO Inventory of Academic Stress and the MOS Questionnaire of Perceived Social Support. Spearman's Rho coefficient was used for correlation analysis. The results obtained show values of $\rho(386)=-.024$, $p=.644$ between academic stress and perceived social support, while for the relationship with the dimensions of perceived social support values of $\rho(386)=-.001$, $p=.986$ for emotional support; $\rho(386)=-.039$, $p=.450$ for tangible help; $\rho(386)=-.048$, $p=.349$ for positive social interaction; and $\rho(386)=-.047$, $p=.352$ for affective support. It is concluded that no significant relationship was found between academic stress and the perceived social support variable or its dimensions.

Keywords: academic stress, perceived social support, emotional, tangible help, positive social interaction, affective, college students, SISCO Inventory, MOS Questionnaire

Introducción

La presente investigación surgió en el contexto de la pandemia por COVID-19, la cual representó una serie de cambios drásticos para la sociedad a nivel personal y social, en diferentes ámbitos de la vida cotidiana, tales como el académico y laboral.

Ante tal situación se generó el interés por identificar aquellos factores que podrían influir en los niveles de estrés académico en estudiantes universitarios de Perú en el contexto actual. García (2017), Barrera-Herrera, Neira-Cofré, Raipán-Gómez, Riquelme-Lobos y Escobar (2019), Moran (2019) y Chachapoya y Díaz (2020) encontraron correlaciones significativas entre el estrés en ámbitos universitarios y el apoyo social (y/o algunas de sus dimensiones).

En la misma línea, el presente estudio planteó como objetivo analizar la relación entre estrés académico y apoyo social percibido entre los estudiantes de psicología de una universidad particular, durante el período académico 2021-II.

Para ello se realizó un estudio descriptivo-correlacional con el fin de conocer las características de ambas variables en la población seleccionada y determinar qué relación presentan entre sí. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario SISCO del Estrés Académico y el Cuestionario MOS de Apoyo Social Percibido.

Mediante el presente documento, se describe el proceso de investigación realizada desde el planteamiento del problema y la investigación bibliográfica, hasta la discusión de resultados y las conclusiones a las que se llegó.

En el primer capítulo se describen las condiciones en las cuales se planteó el problema del presente estudio, la justificación para llevarlo a cabo, así como la importancia de los resultados que se obtuvieron, mencionando también algunas limitaciones que se presentaron al momento de su ejecución.

El segundo capítulo describe antecedentes relevantes sobre los estudios llevados a cabo por otros investigadores sobre las variables que fueron analizadas en la presente investigación. Del mismo modo, se presenta información sobre aspectos teóricos y conceptuales que sirvieron de base para una mejor comprensión del tema que se trata.

El tercer capítulo expone la metodología utilizada, el proceso de selección de la muestra, la operacionalización de variables, las propiedades de los instrumentos de recolección de datos, así como las técnicas empleadas para el análisis.

El cuarto capítulo muestra los resultados obtenidos tanto mediante la descripción de algunas características sociodemográficas de la muestra, los niveles obtenidos en estrés académico y apoyo social percibido, así como a través del análisis de los coeficientes de correlación entre ambas variables y algunas de sus dimensiones. También, se describe el proceso de contrastación de hipótesis.

El quinto capítulo presenta la discusión de los resultados, resalta la información más relevante, señala algunas de las fortalezas, debilidades y errores metodológicos del estudio, e identifica las necesidades para futuros estudios.

Por último, se señala las diferentes conclusiones que permiten dar respuesta a los objetivos planteados para la investigación, a partir de ello, también se ofrecen algunas recomendaciones. Cabe mencionar que la realización del presente estudio permitirá despejar algunas dudas respecto a las variables de investigación en el contexto actual.

Capítulo 1

Planteamiento del Estudio

1.1. Planteamiento y Formulación del Problema

1.1.1. Planteamiento del problema

El estrés es uno de los fenómenos más estudiados por la psicología debido, principalmente, a su impacto en la sociedad. Las múltiples demandas a las que se enfrenta una persona en los diferentes ámbitos de su vida (personal, académica, laboral, social, etc.) se consideran posibles fuentes de estrés, por tanto, es difícil ignorar su influencia en el comportamiento humano.

De acuerdo con Weiss y Molitor (2017, citado en Espinoza et al., 2018), el estrés es “una condición psicológica y física que altera el estado normal del cuerpo, generan afecciones o cambios notorios en la persona, cuyos efectos inciden en la salud física y mental, en el rendimiento laboral y académico, provocando preocupación y angustia” (p. 700).

Las diversas situaciones que pueden generar estrés no se limitan a una etapa de vida o un ámbito en particular, debido a que también dependerá de la historia personal del individuo y al contexto en el que se desarrolle. La tendencia a clasificar el estrés según el ámbito en el que se presenta estaría relacionada con la facilidad para identificar los factores comunes que puedan generar estrés en un ámbito en específico.

El ámbito académico puede ser considerado como una de las principales fuentes de estrés, junto al ámbito laboral. Flores (2019) menciona que algunos de los factores generadores de estrés en el área académica son la temporada de exámenes, la actitud del profesor y las tareas acumuladas, además que la carrera que se estudia genera variaciones en los niveles de estrés.

A partir de ello, surge el interés de investigar sobre aquellas variables que puedan ayudar a enfrentar el estrés con el fin de evitar que llegue a niveles en que las consecuencias sean negativas para la salud del individuo.

De acuerdo con Osorio (2019), desde la perspectiva sistémica, el apoyo social percibido permite a las personas utilizar diferentes estrategias para afrontar una misma situación problemática dependiendo de las ideas y experiencias que resultan de sus procesos de interacción social. De esa manera, la interacción social de la persona tiene la oportunidad de generar recursos que ayudarían a enfrentar diferentes problemas que, de no ser manejados adecuadamente, podrían provocar síntomas de estrés.

Actualmente, la población mundial se enfrenta al impacto sanitario, económico y social provocado por la pandemia del COVID-19. La preocupación que ha generado la mencionada enfermedad respondería a que sus principales características son la facilidad de contagio. Ante ello, a nivel mundial se han propuesto directrices que buscan prevenir la propagación de la infección viral, entre ellas el cierre de fronteras, la cuarentena y el distanciamiento social (Pérez-Rodrigo et al., 2020).

Ante tal situación, se han producido cambios drásticos en el desarrollo de la vida cotidiana de las personas. Uno de los principales es que se puede apreciar la forma en que nos movilizamos en las calles, debido a que las medidas sanitarias exigen el uso de mascarillas y mantener distancia física (dos metros aproximadamente) al interactuar con otras personas.

Las medidas de confinamiento han obligado a gran parte de la población a cambiar las rutinas diarias de movilización desde la vivienda a los centros educativos o laborales y, viceversa, por la permanencia en su domicilio para evitar contagiarse de la enfermedad.

No obstante, a pesar de la implementación de las estrategias antes descritas, también es cierto que han surgido diversos fenómenos a los que tiene que enfrentarse una sociedad afectada por la pandemia.

Huarcaya (2020) afirma que ante el incremento acelerado de casos y muertes producto de la enfermedad por COVID-19, la salud psicológica de los ciudadanos y el personal sanitario se ha afectado de manera seria, y se manifiesta principalmente en problemas de ansiedad, depresión y estrés.

De acuerdo con la nota técnica “Protección de la infancia durante la pandemia de coronavirus” (2019) de la Alianza para la Protección de la Infancia en la Acción Humanitaria, la pandemia del COVID-19 y las medidas restrictivas presentan algunos riesgos para la protección de niños y adolescentes, entre las cuales se mencionan las siguientes: maltrato emocional y físico, violencia basada en género, estrés psicosocial y trastornos mentales, trabajo infantil, niños solitarios y separados, y exclusión social.

Por otra parte, Brooks et al. (2020) indican algunos de los principales factores de estrés asociados a la cuarentena, entre ellos están los siguientes: la duración del confinamiento, el miedo a la enfermedad, la frustración y tedio, recursos inadecuados (comida, agua, vestimenta, etc.), información inadecuada, problemas financieros y el estigma por la enfermedad.

Según la UNESCO, el cierre de instituciones educativas afectó a más del 91 % de alumnos del mundo, equivalente a 1570 millones de niños, niñas y jóvenes (Abufhele y Jeanneret, 2020). Asimismo, la adaptación a entornos virtuales se planteó como la solución para que la vida académica y laboral de las personas continúe durante el período que dure la cuarentena y demás medidas restrictivas.

Sin embargo, la población estudiantil, entre ellas la universitaria, también se ha visto afectada ante el impacto de la pandemia y la adaptación a las nuevas formas de vivir. En China, diversos estudios han señalado la presencia de síntomas de ansiedad, depresión y estrés agudo en población universitaria (Ma et al., 2020; Sun, et al., 2021; Yu et al., 2021).

Por otra parte, Odriozola-González et al. (2020) encontraron puntuaciones de moderadas a extremas en casos de ansiedad, depresión y estrés en estudiantes de una universidad de España. Asimismo, Kaparounaki et al. (2020) han reportado un incremento en la ansiedad, depresión, pensamientos suicidas y problemas de sueño en estudiantes universitarios de Grecia.

De igual manera, Rosario-Rodríguez et al. (2020) descubrieron que los estudiantes universitarios de Puerto Rico presentaron problemáticas relacionadas a la educación virtual durante la pandemia por COVID-19, entre ellas, la sobrecarga de tareas, mala implementación, falta de orientación de sus universidades, profesores poco flexibles, entre otros.

En ese contexto surge la presente investigación, que busca aportar al conocimiento del impacto de la pandemia en la población universitaria peruana, mediante un estudio de los niveles estrés académico y apoyo social percibido entre los estudiantes de psicología de una universidad particular, así como el establecimiento de la relación que tienen ambas variables entre sí.

De esa manera, se busca contribuir al reconocimiento de aquellos factores sociales que se deben tener en consideración al momento de afrontar la problemática del estrés en ámbitos universitarios.

1.1.2. Formulación del problema

A. Problema general

¿Cuál es la relación entre el estrés académico y el apoyo social percibido en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)?

B. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y el apoyo emocional en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)?
- ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la ayuda tangible en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)?
- ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la interacción social positiva en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)?
- ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y el apoyo afectivo en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)?

1.2. Determinación de Objetivos

1.2.1. Objetivo general

Describir la relación entre el estrés académico y el apoyo social percibido en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).

1.2.2. Objetivos específicos

- Definir la relación entre el estrés académico y el apoyo emocional en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).
- Definir la relación entre el estrés académico y la ayuda tangible en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).

- Definir la relación entre el estrés académico y la interacción social positiva en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).
- Definir la relación entre el estrés académico y el apoyo afectivo en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).

1.3. Justificación e Importancia del Estudio

La presente investigación se desarrolla en un contexto de pandemia en la que la población ha tenido que adaptarse a una serie cambios en su vida diaria con el fin de prevenir el contagio de la enfermedad, entre ellas, las nuevas modalidades virtuales de trabajo y estudio.

Según Guerrero (2017, citado en Marín et al., 2019), el estrés académico es una reacción fisiológica y psicológica que se produce ante estresores académicos que pueden ser físicos (el ambiente físico), psicológicos (emociones), internos (características individuales) y externos (sobrecarga de tareas, competitividad grupal, etc.). Además, Sandín (2003) indica que “las personas no sólo pueden percibir de forma diferente las amenazas de las situaciones estresantes, sino que también emplean diferentes habilidades, capacidades y recursos, tanto personales como sociales (familia, amigos, etc.)” (p. 152).

Precisamente, los estudiantes universitarios en Perú se encuentran expuestos a una serie de factores de estrés relacionados con el cambio del entorno presencial al entorno virtual, las reacciones emocionales ante tales cambios y la preocupación que supone el riesgo de contagio y muerte, además del esfuerzo que supone enfrentar las demandas de la vida académica en tal contexto mientras utilizan los recursos disponibles para ello, los cuales pueden variar de persona a persona.

Por ello, surge la necesidad de identificar la presencia de problemas de salud mental, como el estrés, en la población universitaria del Perú, así como aquellos factores que podrían contribuir a solucionar dicha problemática.

El apoyo social se refiere tanto a los recursos con los que una persona cuenta en caso de necesitar ayuda, así como a la percepción de la disponibilidad de dichos recursos (Caplan, 1974, citado en Rodríguez y Enrique, 2007). Es decir, que al apoyo social lo constituye aquellos recursos objetivos y subjetivos que le permitirían al individuo enfrentar las demandas del entorno de manera eficaz. De acuerdo con Bronfenbrenner (2005, citado en Fernández et al., 2019) existen tres fuentes de apoyo social que resultan positivas para la adaptación al entorno académico: familia, compañeros y profesores.

El efecto amortiguador del apoyo social (Cohen y Wills, 1985) se ha estudiado como un proceso que permitiría disminuir los efectos negativos del estrés en el bienestar de las personas. Ma et al. (2020) han resaltado algunos factores que influyen en la salud mental de los estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19, tales como la infección de un familiar, exposición a los medios de comunicación, poco apoyo social, último año de la carrera y problemas previos de salud mental. Sun, et al. (2021) y Yu et al. (2021) también resaltan la importancia del apoyo social en la intervención a estudiantes afectados por la pandemia.

Por otra parte, algunos estudios han mostrado resultados diversos sobre el efecto amortiguador del apoyo social sobre la salud mental de las personas (Barrón y Chacón, 1992; Fukuoka y Hashimoto, 1997; Martínez, García y Maya, 2001; Zhang, 2017 y Szkody et al., 2020).

Por todo lo expuesto, la presente investigación resulta de importancia por la necesidad de ampliar el conocimiento sobre aquellos factores que influyen en la salud mental de la población universitaria en el contexto de la pandemia por COVID-19.

Asimismo, la investigación cuenta con justificación teórica, ya que aportará más datos sobre la relación entre las variables de estrés académico y apoyo social percibido, a la vez que dicha información servirá para analizar el constructo teórico del efecto amortiguador del apoyo social. De igual manera, los datos recopilados aportarán información actual sobre dichas variables analizadas desde el contexto de la pandemia.

Por último, la justificación práctica de la investigación se presenta debido a los beneficios de identificar los niveles de estrés académico entre los estudiantes de psicología de una universidad particular, así como proporcionar información sobre la influencia del apoyo social como posible componente a tener en cuenta en la implementación de estrategias de intervención.

1.4. Limitaciones de la presente investigación

La investigación presenta algunas limitaciones para su desarrollo, entre ellas la falta de información reciente sobre el estudio de la relación entre ambas variables en el contexto de la pandemia.

Por otra parte, las medidas de inmovilización social en el Perú obligan a usar métodos de evaluación no presencial para el estudio, lo que podría influir en los resultados finales, debido a que se trata de condiciones diferentes a las presentadas durante el proceso de construcción y estandarización de los instrumentos seleccionados para la recolección de datos.

Una posible limitación sería que la percepción del contexto real de algunos participantes del estudio podría verse influida por ciertas condiciones médicas y/o psicológicas tales como

las siguientes: trastornos de personalidad, depresión, cáncer e incluso la enfermedad por coronavirus (COVID-19) o el apoyo que tuvo que brindar a un familiar cercano que haya padecido esta enfermedad, además de otras características del comportamiento individual.

Capítulo 2

Marco Teórico

2.1. Antecedentes del Problema

En esta sección se presentan algunos antecedentes internacionales y nacionales sobre el estrés académico, el apoyo social percibido y la relación entre ambas variables.

García (2017), en su trabajo de integración final titulado *Estrés académico y apoyo social percibido en universitarios*, presentado a la Universidad Argentina de la Empresa, se planteó como objetivo evaluar la relación entre estrés académico y apoyo social percibido. La muestra se conformó de 259 estudiantes de universidades privadas de Capital Federal. El tipo de estudio correlacional de corte transversal. La evaluación se realizó a través de un cuestionario sociodemográfico, el Inventarios SISCO del Estrés Académico y el Cuestionario MOS de Apoyo Social. Los resultados concluyeron lo siguiente: 1) no se halló correlación entre el estrés académico y el apoyo social percibido. 2) Se encontró correlación entre el total de apoyo social, el apoyo emocional e interacción positiva y la dimensión de estrategias de afrontamiento del estrés académico. 3) Existen diferencias significativas según sexo, debido a que las mujeres presentaron mayor percepción de apoyo social del entorno. 4) Existen diferencias entre la etapa de la carrera, ya que los estudiantes que están finalizando presentan mayores estrategias de afrontamiento. Este antecedente contiene información sobre la relación entre las dos variables de la presente investigación, además de los instrumentos de evaluación que serán utilizados.

Vega, Gómez-Escobar, Rodríguez, y Gálvez (2017), en su artículo titulado “Estrés, apoyo social académico y rezago escolar en estudiantes universitarios”; publicado en la *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, tuvieron por objetivo caracterizar a estudiantes del Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia (SUAYED) en la relación entre el apoyo social

académico percibido, situaciones de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes con o sin rezago escolar. La población consistió en 58 estudiantes del SUAyED de la FES Iztacala. El estudio fue de tipo descriptivo y se utilizó un diseño transversal. Se utilizó el Inventario de Apoyo Social Académico (IASA) y el Inventario de Estrés Académico (IEA). Los investigadores llegaron a las siguientes conclusiones: 1) En el IASA, tanto el promedio del apoyo percibido como recibido de compañeros, profesores, familiares e institución se encuentran en un rango moderado. 2) Tanto el grupo de estudiantes que presentan rezago como aquellos que no lo presentan hay un apoyo percibido y recibido moderado, sin presentar alguna diferencia significativa a través de la prueba t de Student. 3) Respecto a las situaciones estresantes se obtuvo un promedio que corresponde a un nivel moderado de estrés. Este antecedente contiene información sobre las variables de la presente investigación.

Flores (2018), en su tesis titulada *Estrés académico y apoyo social percibido en estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Mayor de San Andrés*, presentada a esta universidad, propuso el objetivo de determinar cuál era la relación entre el estrés académico y el apoyo social percibido en los estudiantes de Psicología de la esa casa de estudios. La población se constituyó por 108 estudiantes del tercer año de la carrera de Psicología. Se empleó un diseño de tipo correlacional. Asimismo, se utilizó el Inventario SISCO de Estrés Académico y el Cuestionario MOS de Apoyo Social percibido para la recolección de datos. Se concluyó que no existe una asociación entre el nivel de apoyo social percibido y el estrés académico en la población estudiada. Este antecedente contiene información acerca de la relación entre las dos variables planteadas en el presente estudio, así como de los instrumentos de evaluación seleccionados.

Barrera-Herrera, Neira-Cofré, Raipán-Gómez, Riquelme-Lobos, y Escobar (2019), en su artículo titulado “Apoyo social percibido y factores sociodemográficos en relación con los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en universitarios chilenos”; publicado en la *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, plantearon el objetivo de determinar la influencia del apoyo social percibido y factores sociodemográficos en relación con la sintomatología de la ansiedad, depresión y estrés. Utilizaron un diseño no experimental y transversal en un grupo de 449 estudiantes chilenos. Los instrumentos utilizados fueron un Cuestionario Sociodemográfico, las Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) y la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido. (MSPSS). Los resultados revelaron que el apoyo social percibido se relaciona inversamente con síntomas psicopatológicos y que el apoyo familiar es mejor predictor de la aparición de síntomas. Al final del estudio se llegó a las siguientes conclusiones: 1) no encontraron diferencias significativas en la sintomatología depresiva entre varones y mujeres; no obstante, sí se encontraron en la sintomatología del estrés y la ansiedad, siendo las mujeres quienes presentaron mayores niveles. 2) Se encontraron diferencias significativas respecto a la salud mental y el nivel socioeconómico, siendo los del nivel alto quienes presentaban mayores puntajes. 3) No se encontraron diferencias significativas en el género respecto al apoyo social percibido, mientras que sí se encontraron diferencias en el apoyo social percibido entre el nivel socioeconómico medio cuyo nivel es mayor que los de aquellos en nivel socioeconómico bajo. 4) Las tres fuentes de apoyo social percibido (amigos, familia y otros) se relacionan significativa e inversamente con la sintomatología depresiva y ansiosa, así como parcialmente con la del estrés. Este antecedente contiene información relacionada con las variables estudiadas en la presente investigación.

Luna, García-Reyes, Soria-González, Avita-Rojas, Ramírez-Molina, García-Hernández, Meneses-González (2020), en su artículo titulado “Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico”; publicado en la *Revista Investigación en Educación Médica*, tuvieron por objetivo identificar los niveles de estrés académico y su relación con el apoyo social, el pensamiento positivo y el bienestar psicológico. El tipo de estudio fue descriptivo de corte transversal. Asimismo, la población se conformó por 146 estudiantes de Odontología del Instituto Politécnico Nacional. Se utilizó el Cuestionario de Estrés Académico en la Universidad CEAU, la Escala reducida de Apoyo Social Percibido, Familiar y de Amigos (AFA-R), la Escala de Positividad (EP) y la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A). Los resultados concluyeron que, en el caso de las mujeres, el estrés académico correlacionó negativamente con el bienestar psicológico ($r=-0.41$) y con el apoyo social ($r=-0.29$). Este antecedente contiene información sobre la relación entre las variables estudiadas en la presente investigación.

Cortez y Velásquez (2017), en su tesis titulada *Apoyo social y estrés en estudiantes universitarios-Pimentel 2016*, presentada a la Universidad Señor de Sipán; tuvieron el objetivo de identificar la relación existente entre el apoyo social y el estrés en universitarios de Pimentel, Lambayeque. El diseño de la investigación fue descriptivo correlacional causal. Asimismo, la población se conformó por 262 estudiantes de octavo y noveno ciclo de Administración de la Universidad Señor de Sipán, de los cuales se evaluó a 254. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario MOS de Apoyo Social Percibido y el Inventario de Autoevaluación del Estrés. Los resultados concluyeron que el apoyo social y el estrés en estudiantes universitarios no presentan evidencia estadística que sugiera una relación entre ambas variables, sin embargo, sí se encontró relación entre el componente afectivo del apoyo social y la dimensión ambiente del

estrés. Este antecedente contiene información sobre la relación entre las dos variables de la presente investigación, además de que emplea uno de los instrumentos seleccionados para la recolección de datos.

Alfaro (2019), en su tesis titulada *Autoeficacia académica, apoyo social percibido y afrontamiento del estrés en estudiantes de universidades de Lima Metropolitana*, presentada a la Universidad Femenina del Sagrado Corazón, tuvo por objetivo analizar la capacidad predictiva entre la autoeficacia académica, el apoyo social percibido y el afrontamiento del estrés. La investigación fue de tipo descriptivo y explicativo, de diseño transeccional correlacional-causal. La población estuvo conformada por 506 estudiantes universitarios. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Autoeficacia Académica General, el Cuestionario de Apoyo Social Percibido y la Escala de Afrontamiento del Estrés A-CEA. El estudio concluyó lo siguiente: 1) la autoeficacia académica predice el 25 % de la varianza del afrontamiento del estrés académico ($r^2=,25$; $p=,000$). 2). Se encontró que la autoeficacia académica y el apoyo social percibido predicen el afrontamiento del estrés académico, utilizando un análisis de regresión simple ($B = .60$; $p = .000$; $B = .24$; $p = .000$). Este antecedente contiene información relacionada con las variables estudiadas en la presente investigación.

Morán (2019), en su tesis titulada *Estrés académico y apoyo social en estudiantes que migran a Lima por estudios universitarios*, presentada a la Pontificia Universidad Católica del Perú; trazó el objetivo de establecer la relación entre el estrés académico y el apoyo social en estudiantes de provincias que migraron a Lima. La población estuvo conformada por 53 estudiantes que provenían de provincias. El instrumento utilizado fue el Inventarios SISCO del Estrés Académico y la Escala Multidimensional del Apoyo Social Percibido. Se concluyó lo siguiente: 1) los estudiantes presentaban un nivel entre mediano y alto de estrés académico. 2)

La sobrecarga de tareas, el tiempo limitado y las evaluaciones fueron las situaciones que generaban estrés con más frecuencia. 3) La somnolencia, la fatiga crónica y los sentimientos de depresión y tristeza fueron los síntomas más frecuentes. 4) Respecto a la relación entre variables, se encontró que la dimensión de síntomas psicológicos se relacionó negativamente con la dimensión global de apoyo social y todas las de soporte. 5) El soporte global, el específico de amigos y de familia se relacionaron negativamente con los síntomas del estrés. Este antecedente contiene información sobre la relación entre las dos variables de la presente investigación, además de un instrumento de evaluación que será utilizado.

Raygada (2019), en su tesis titulada *El apoyo social y estrés percibido en jóvenes adultos gays de Lima Metropolitana*, presentada a la Pontificia Universidad Católica del Perú; planteó el objetivo de identificar la relación entre el estrés y el apoyo social en personas homosexuales jóvenes que residían en Lima Metropolitana. La población se conformó por 53 personas cuya edad oscilaba entre 18 y 32 años y cuyo grado de instrucción era universitaria incompleta y/o completa para un 67.9 % de los participantes. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Estrés Percibido EEP y el Cuestionario MOS de Apoyo Social. Se concluyó que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables, no obstante, se encontró una correlación directamente proporcional entre el apoyo social estructural con la interacción social positiva ($r=.28$, $p<0.05$) y el apoyo emocional ($r=.48$, $p<0.01$). Este antecedente contiene información sobre la relación entre el apoyo social percibido y el estrés. Aunque no se analizó en el contexto académico, la población presenta características similares a la seleccionada para el presente estudio, específicamente, en la edad y el grado de instrucción. También, se utiliza el mismo instrumento para la evaluación del apoyo social percibido

Chachapoyas y Díaz (2020), en su trabajo de investigación titulado *Estrés académico y apoyo social en estudiantes universitarios de provincias que migran a Lima*, presentado a la Universidad Peruana Unión, tuvo por objetivo analizar la relación entre estrés académico y apoyo social. La población consistió en 270 estudiantes de provincias de una universidad de Lima. Se utilizó como instrumentos el Inventario SISCO del Estrés académico y la Escala Multidimensional del Apoyo Social Percibido MSPSS, a través la adaptación a formulario virtual (Google Forms). Se concluyó lo siguiente: 1) Existe una relación inversa y altamente significativa entre el estrés académico y la dimensión familia ($\rho = -.250$; $p < .01$). 2) No existe relación significativa entre la dimensión amigos y el estrés académico ($\rho = -.098$; $p > .05$). 3) La dimensión otros significativos presentó una relación inversa y altamente significativa con el estrés académico ($\rho = .190$; $p < .01$), lo que implica la existencia ciertos factores del entorno que propician menos estrés. Este antecedente contiene información sobre la relación entre las dos variables de la presente investigación, además de un instrumento de evaluación que será utilizado.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Estrés

Perspectiva biológica del estrés

Hans Selye (1936) es reconocido por brindar una de las primeras definiciones de estrés, la cual describió como aquellos reflejos adaptativos del ser humano que se presentan ante determinados factores estresantes (Flores, 2019).

La definición del estrés, desde la perspectiva biológica, hace énfasis en las respuestas fisiológicas del organismo ante el evento estresante, tal y como se observa en las fases del síndrome de adaptación (Espinoza, Pernas y González, 2018):

- Fase de alarma, se caracteriza por una respuesta inicial de alerta ante un agente nocivo.
- Fase de resistencia, en la que desaparecen los síntomas iniciales y se produce un aumento en la actividad autónoma del organismo que busca adaptarse el agente nocivo.
- Fase de agotamiento, que implica la reaparición de los síntomas ante el mantenimiento del estresor, lo que produce daño e interfiere con los procesos de recuperación, lo que podría llevar a la muerte.

Las definiciones de estrés que provienen desde la perspectiva biológica iniciada por Selye también hacen una diferenciación entre dos tipos fundamentales de estrés: el eutrés y el distrés. Asimismo, Flores (2019) los describe de la siguiente manera:

- Eutrés o estrés positivo: definido así cuando no causa daño al organismo al presentarse en una cantidad adecuada para la adaptación.
- Distrés o estrés desagradable: definido así cuando el esfuerzo es excesivo en relación con la carga y ocasiona daño progresivo y acumulable en el organismo.

Perspectiva psicológica del estrés

Desde la perspectiva psicológica se destaca el modelo transaccional del estrés propuesto por Lazarus y Folkman en 1986, que define al estrés como la interacción entre el individuo y su entorno basada en la evaluación de este último como amenazante ante los recursos que tiene la persona para afrontarlo (González y Landero, 2006).

Según Vega, Gómez, Gálvez y Rodríguez (2017), existen dos niveles de valoración de la situación:

- Valoración primaria, que valora la posibilidad de daño, amenaza, desafío o beneficio que pueda representar la relación con el entorno.
- Valoración secundaria, que valora los recursos para afrontar una situación percibida como dañina o amenazante.
- A partir de la interacción entre ambas valoraciones se determina el grado de estrés percibido y la reacción emocional correspondiente.

2.2.2. Estrés académico

Según Berrío y Mazo (2011, citado en Flores, 2019), el estrés académico consiste en un proceso sistémico, psicológico y adaptativo que se manifiesta en contextos educativos cuando el estudiante se enfrenta a una serie de demandas que bajo su propia valoración pueden considerarse como estresores.

Por otro lado, Román y Hernández (2011) definen el estrés académico de la siguiente manera:

(...) Es el proceso de cambio en los componentes del proceso de enseñanza y Aprendizaje, a través de un conjunto de mecanismos adaptativos individuales e institucionales, producto de la demanda desbordante y exigida en las experiencias de enseñanza y aprendizaje que se desarrollan en las Instituciones de Educación Superior, con el propósito de mantener el estado estacionario (estado dinámico del sistema donde se producen entradas y salidas sin modificar de manera considerable las características y propiedades de este) en el proceso educativo (p. 11).

De igual manera, Barraza (2006) considera al estrés académico como un proceso sistémico, psicológico y de carácter adaptativo, que se presenta en tres momentos:

- Primero, el alumno se ve sometido a una serie de demandas valoradas como estresores (*input*).
- Segundo, los estresores provocan un desequilibrio sistémico que se manifiesta en una serie de síntomas.
- Tercero, el alumno realiza acciones de afrontamiento (*output*) para restaurar el equilibrio sistémico.

Modelo Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico

De acuerdo con este modelo planteado por Barraza (2006), el estrés académico responde a un flujo de entrada (estresores), que puede generar un desequilibrio sistémico (síntomas) y que lleva a la ejecución de acciones para lograr el equilibrio (afrontamiento). Asimismo, el mismo Barraza (2007) explica cada uno de los componentes de la siguiente manera:

- Estresores. Acontecimientos con repercusión negativa que pueden tener presencia objetiva (mayores) o depender de la valoración del individuo. Pueden ser competitividad grupal, sobrecarga de tareas, exceso de responsabilidad, etc.
- Síntomas. Indicadores del desequilibrio sistémico que pueden manifestarse a nivel físico (insomnio, temblores musculares, migrañas, etc.), psicológicos (problemas de concentración, bloqueo mental, inquietud, etc.) y comportamentales (aislamiento, absentismo académico, cambios en el hábito alimenticio, etc.).
- Afrontamiento. Estrategias que se ponen en marcha para restaurar el equilibrio académico. Pueden ser elogios a sí mismo, confidencias, habilidad asertiva, etc.

Representación del proceso

El proceso del flujo input-desequilibrio sistémico-output propuesto por Barraza (2006) seguiría la siguiente secuencia:

- a) Se presenta un conjunto de demandas en el entorno.
- b) La persona somete las demandas a un proceso de valoración.
- c) Las demandas que sobrepasan los recursos de acuerdo con el proceso de valoración son calificadas como estresores.
- d) Los estresores interactúan con el sistema provocando un desequilibrio sistémico entre la persona y el entorno.
- e) El desequilibrio lleva a una segunda valoración de la capacidad de la persona para afrontar los estresores.
- f) Se emplean las estrategias de afrontamiento consideradas en el segundo proceso de valoración para enfrentar las demandas del entorno.
- g) Si se tiene éxito se recupera el equilibrio sistémico. Si no, se procede a una tercera valoración para ajustar las estrategias y lograr el éxito en el afrontamiento y restauración del equilibrio.

2.2.3. Apoyo social

El apoyo social se ha estudiado ampliamente como un constructo que tiene diversos componentes.

De acuerdo con Abu-Kaf et al. (2018), el constructo de apoyo social ha sido interpretado de diferentes maneras: número de personas en la red de apoyo, satisfacción general con el apoyo social, diversidad de formas de disponibilidad o los tipos de apoyo (informativo/emocional, tangible, afectivo y de interacción social positiva).

Una clasificación del apoyo social que se basa en el tipo de abordaje es propuesta por Riquelme (1977, citado en Rodríguez y Enrique, 2007):

- Perspectiva estructural. Se refiere a las características cuantitativas y objetivas de la red de apoyo (tamaño, densidad, dispersión geográfica, etc.) y de los contactos que forman parte de ella.
- Perspectiva funcional. Se refiere al análisis de las consecuencias que señalan a la persona el acceso y conservación de las relaciones sociales presentes en su red de apoyo.

Según Rosa-Rodríguez et al. (2015), son diversos los autores cuya distinción principal del apoyo social se basa en una dimensión objetiva y otra subjetiva. En otras palabras, se diferencia entre el apoyo real que recibe una persona y el apoyo percibido como disponible.

Caplan (1974, citado en Rodríguez y Enrique, 2007) describe al apoyo social objetivo como los recursos o transacciones tangibles que pueden ser utilizados en caso de necesidad, mientras que apoyo social percibido se refiere a la evaluación de la ayuda que una persona considera tener para sí misma.

Por otra parte, para Feldman et al. (2008) el apoyo social es “un fenómeno que envuelve tanto elementos objetivos (eventos actuales y actividades) como elementos subjetivos (en términos de la percepción y significado otorgado por el individuo)” (p. 741).

De tal manera, el apoyo social puede entender como el conjunto de recursos disponibles que posee una persona para enfrentar los problemas que se le presentan.

2.2.4. Apoyo social percibido

Apoyo social percibido vs. apoyo social recibido

Hegelson (1993) refiere que el apoyo percibido sería un mejor predictor de la adaptación que el apoyo recibido, explicando que eso se debería a diferencias individuales en las necesidades de apoyo, lo que haría que la recepción de apoyo no necesariamente represente las mismas percepciones del apoyo disponible.

De igual manera, Cohen y Wills (1985) sostienen que la interpretación del factor de estrés y el conocimiento de recursos de afrontamiento serían mediadores cognitivos de apoyo social, por lo que la amortiguación de los efectos del estrés sería sensible ante la percepción del apoyo disponible.

Por tales motivos, es común que en diversos estudios sobre el apoyo social se opte por centrarse en el apoyo funcional, subjetivo y percibido en lugar del apoyo estructural, objetivo y recibido.

Componentes del apoyo social percibido

Partiendo de la idea de que el aspecto más relevante del apoyo social es la percepción de la ayuda disponible, Sherbourne y Stewart (1991) propone una serie de componentes para la medición del apoyo social:

- Emocional. Expresión de sentimientos y comprensión empática.
- Informacional. Consejo, orientación, información y retroalimentación.
- Tangible. Asistencia conductual y ayuda material.
- Interacción social positiva. Disponibilidad para compartir actividades divertidas.
- Afectivo: Expresiones de amor y afecto.

- Un componente estructural adicional basado en el número de amigos y parientes, así como el estado civil.

Sin embargo, de acuerdo con Rosa-Rodríguez et al. (2015), en una versión de Rodríguez y Espinola (2007), se agruparon las dimensiones emocional e informacional al descubrir una coincidencia entre sus reactivos, por lo que las dimensiones consideradas para esa versión serían: emocional/informacional, tangible, interacción social positiva y afectivo.

Efecto amortiguador del apoyo social

Los procesos mediante los cuales el apoyo social percibido contribuía al bienestar de la persona fueron clasificados por Cohen y Wills (1985) según dos tipos de efectos:

- Efecto principal del apoyo social. Descrito como el proceso que el apoyo social tiene sobre el bienestar general de la persona independientemente de la presencia de situaciones de estrés.
- Efecto amortiguador del apoyo social. Descrito como el proceso que el apoyo social ejerce para atenuar las consecuencias de una situación estresante sobre las respuestas del organismo.

De tal manera, el apoyo social sería un elemento clave para comprender la variación en las reacciones a una misma situación estresante.

2.3. Definición de Términos Básicos

2.3.1. Estrés

Es la respuesta fisiológica del organismo ante la percepción de la falta de recursos necesarios para enfrentar las demandas del entorno (Selye, 1936 citado en Flores, 2019 y Espinoza, Pernas y Gonzáles. 2019; Lazarus y Folkman, 1986, citados en Gonzáles y Landero, 2006).

2.3.2. Estrés Académico

Es un proceso de interacción entre el estudiante y las demandas del entorno académico, las cuales pueden generar síntomas si no se poseen las estrategias de afrontamiento adecuadas para la demanda específica (Barraza, 2006).

2.3.3. Estresores

Acontecimientos objetivos o subjetivos que repercuten de manera negativa según la valoración del individuo (Barraza, 2007).

2.3.4. Síntomas

Indicadores físicos, psicológicos y comportamentales del desequilibrio sistémico del organismo ante la valoración de un acontecimiento como estresor (Barraza, 2007).

2.3.5. Estrategias de afrontamiento

Acciones orientadas a restablecer el equilibrio sistémico del organismo ante los acontecimientos estresantes (Barraza, 2007).

2.3.6. Apoyo Social

Es el conjunto de recursos recibidos o percibidos que la persona puede emplear para enfrentar las demandas del entorno en los que necesite dichos recursos (Rosa-Rodríguez; Negrón, Maldonado, Quiñones y Toledo, 2015; Caplan, 1974; y Feldman, Goncalves, Chacón, Puignau, Zaragoza, Bagés, De Pablo, 2008; Riquelme, 1977).

2.3.7. Apoyo Social Percibido

Es el conjunto de valoraciones sobre los recursos emocionales, materiales, de interacción social y afectivos que la persona considera disponibles para emplear antes las demandas estresantes del entorno (Caplan, 1974; Feldman, Goncalves, Chacón, Puignau, Zaragoza, Bagés, De Pablo, 2008; Riquelme, 1977).

2.3.8. Apoyo emocional

Disponibilidad de recursos para que la persona exprese sus emociones y sienta que son comprendidos por otros (Sherbourne y Stewart, 1991).

2.3.9. Ayuda tangible

Disponibilidad de ayuda física y material para llevar a cabo acciones para asegurar el bienestar y la salud (Sherbourne y Stewart, 1991).

2.3.10. Interacción social positiva

Disponibilidad de personas para compartir actividades de ocio y distracción con ellas (Sherbourne y Stewart, 1991).

2.3.11. Apoyo afectivo

Disponibilidad de recursos para expresar afecto hacia otras personas, así como para recibirlo (Sherbourne y Stewart, 1991).

Capítulo 3

Diseño Metodológico

3.1. Tipo de Investigación

La presente investigación utilizó el enfoque cuantitativo de la investigación, lo que significa que buscó la medición de las variables sobre la base de magnitudes y sus datos fueron representados en cantidades numéricas y analizados mediante métodos estadísticos (Hernández et al., 2014).

Según el propósito intrínseco, la presente investigación fue de alcance correlacional, por lo que el objetivo fue determinar la relación entre dos variables. Las variables analizadas en el presente estudio fueron el estrés académico y el apoyo social percibido en los estudiantes de psicología de una universidad particular.

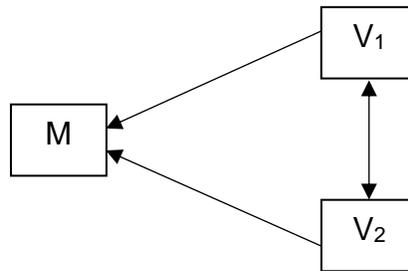
Según el propósito extrínseco, la presente investigación fue aplicada, ya que buscó cubrir la necesidad de conocer las características del estrés académico y el apoyo social percibido, así como la relación entre ambas variables a fin considerarla para futuros estudios o estrategias de intervención.

Según las fuentes de información utilizada, la presente fue una investigación de campo, lo que implica que los datos recopilados fueron obtenidos de los mismos participantes mediante el uso de técnicas e instrumentos previamente seleccionadas.

Según el método de investigación, la presente fue una investigación sobre la base de encuestas, debido a que los instrumentos de recojo de información se basaron en preguntas directas e indirectas y los datos fueron susceptibles de analizarse cuantitativamente.

La investigación se realizó en un período determinado en un grupo específico, por lo que el estudio coincide el diseño transversal, como lo explica Martínez et al. (2013).

Específicamente, se trató de un diseño correlacional, que buscó describir la correlación entre dos variables (Hernández et al., 2014). Por lo tanto, el diseño se representó de la siguiente manera:



M: Muestra

V₁: Estrés académico

V₂: Apoyo social percibido

3.2. Población y Muestra

3.2.1. Población

La población estuvo conformada por 422 estudiantes de psicología de una universidad particular, durante el período académico 2021-II, quienes aceptaron participar en la investigación y respondieron a los cuestionarios presentados.

3.2.2. Muestra

El muestreo no probabilístico por conveniencia es descrito por Niño (2011) como la técnica para escoger la muestra que es más conveniente para el estudio según un conjunto de criterios preestablecidos. Para la presente investigación se seleccionó a aquellos participantes que cumplían los siguientes criterios:

Criterios de inclusión

- Estudiantes de psicología de una universidad particular seleccionada.

- De ambos sexos, masculino y femenino.
- Cuya edad fue mayor o igual a 18 años.
- Que aceptaron participar voluntariamente en el estudio.

Criterios de exclusión

Estudiantes que respondieron “no” a la pregunta “¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso del último semestre?” del Inventario SISCO del Estrés Académico.

De tal manera, de los 422 estudiantes que completaron los cuestionarios se excluyó a 32 estudiantes que respondieron “no” a la primera pregunta del Inventario SISCO del Estrés Académico, así como a 4 estudiantes que tenían menos de 18 años al momento de aplicar los cuestionarios.

Por lo tanto, la muestra final estuvo conformada por 386 estudiantes de Psicología de una universidad particular.

3.3. Operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalización de variables

Variable	Dimensión	Indicadores
Estrés académico	Estresores	Ítems: 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.8
	Síntomas	Ítems: 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 4.10, 4.11, 4.12, 4.13, 4.14, 4.15
	Estrategias de afrontamiento	Ítems: 5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6
Apoyo social percibido	Apoyo emocional	Ítems: 3, 4, 8, 9, 13, 16, 17, 19
	Ayuda tangible	Ítems: 2, 5, 12, 15
	Interacción social positiva	Ítems: 7, 11, 14, 18
	Apoyo afectivo	Ítems: 6, 10, 20

3.4. Técnicas de recojo de información

3.4.1. Prueba psicológica

De acuerdo con Gregory (2012), la prueba psicológica es “un procedimiento estandarizado para obtener una muestra de la conducta y describirla con base en categorías o puntuaciones” (p. 2).

Mediante el uso de dos pruebas psicológicas se obtendrán puntuaciones para estimar la magnitud de las variables contempladas dentro del estudio y sus respectivas dimensiones y, posteriormente, definir la relación que existe entre ellas.

Debido al contexto actual de la pandemia y las medidas de confinamiento, las pruebas fueron adaptadas a la aplicación web “Formularios de Google” (ver anexos 4 y 5).

Adicionalmente, el formulario empleado para la investigación tuvo un apartado para obtener datos sociodemográficos de los estudiantes (edad, sexo y año de estudios) (ver Anexo 6).

3.5. Instrumentos de recolección de datos

3.5.1. Inventario SISCO de Estrés Académico

Es un instrumento desarrollado por Barraza (2007) y tiene el fin es ofrecer una medida de las características del estrés en estudiantes de educación media superior y superior, a través de las dimensiones contempladas en el Modelo Sistémico Cognoscitivo del Estrés Académico de Barraza (2006). La prueba evalúa los siguientes componentes:

- Estresores
- Síntomas de estrés (físico, psicológico y comportamental)
- Estrategias de afrontamiento

La aplicación de la prueba es individual o colectiva, la duración estimada es de 10 a 15 minutos.

Confiabilidad y validez del instrumento

La prueba presentó una confiabilidad de 0.90 según el coeficiente de alfa y una confiabilidad por mitades de 0.87 (Barraza, 2007). Por otra parte, Jabel (2017) también obtiene una confiabilidad de 0.842 en el coeficiente de alfa y una confiabilidad por mitades de 0.720. De igual manera, Manrique-Millones, Millones-Rivalles y Manrique-Pino (2019) encontraron una confiabilidad de 0.69 a 0.88 en el Rho de Jöreskog para todas las sub-escalas. Los resultados anteriores indican una adecuada confiabilidad.

Respecto a la validez, la prueba presentó una validez de contenido de 0.80 según la V de Aiken, así como una $p < 0.05$ según la prueba binomial; además se obtuvieron seis

dimensiones independientes que explicaban el 54.863 % de la varianza, por lo que también presentó validez de constructo (Jabel, 2017).

Para la presente investigación se obtuvo una puntuación del coeficiente alfa de 0.898, lo que indican una adecuada confiabilidad por consistencia interna del instrumento. Asimismo, en la prueba de validez realizada, los resultados de la medida KMO (0.872) y la prueba de esfericidad de Barlett ($p=0.000$; $p<0.05$) determinaron que era adecuado realizar el análisis factorial, en el cual se encontró que seis factores explicaban el 60.15 % de la varianza, además de que presentó coeficientes entre 0.514 y 0.825 para 26 de los 29 ítems, por lo que se considera que posee evidencias adecuadas de validez basada en el constructo.

3.5.2. Cuestionario MOS de Apoyo Social Percibido

Es un instrumento desarrollado por Sherbourne y Stewart (1991), cuyo fin es ofrecer una medida multidimensional del apoyo social, se basa en la clasificación de apoyo social estructural y apoyo social funcional. El apoyo estructural se mide a través del primer ítem, mientras que el apoyo funcional se mide a través de 19 ítems distribuidos en 4 dimensiones:

- Apoyo emocional
- Ayuda tangible
- Interacción social positiva
- Apoyo afectivo

La medida ofrece una puntuación de apoyo global general, así como una puntuación para cada dimensión funcional. La aplicación es individual o colectiva, la duración estimada es de 15 a 20 minutos.

Confiabilidad y validez del instrumento

La prueba presenta un coeficiente de alfa de 0.97 en el índice global de apoyo social, mientras que en las dimensiones se presentaron coeficientes entre .91 y .96, por lo que la prueba presenta una adecuada confiabilidad (Sherbourne y Stewart, 1991). Estudios posteriores han mostrado una consistencia en estos resultados, como Rodríguez y Enrique (2007), con una puntuación de 9.19 para el índice total y puntuaciones entre 0.802 y 0.876 para las dimensiones. De igual manera, Baca (2016) una puntuación de 0.94 para el total y puntuaciones entre 0.708 y 0.908 para las dimensiones.

Respecto a la validez de constructo, por un lado, el estudio de Sherbourne y Stewart (1991) mostró coeficientes entre 0.72 y 0.88 con el modelo original de cuatro dimensiones, mientras que el estudio de Baca (2016) logró explicar un 54.420 % de la varianza mediante un modelo de tres dimensiones. El mismo Baca menciona otros estudios en los que se presentan tales incongruencias (Costa et al., 2007; Revilla et al. 2005, Rodríguez y Enrique, 2007; Alonso et al., 2012 y Londoño et al. 2013), señalando que se deberían a factores socioculturales.

Para la presente investigación se obtuvo una puntuación del coeficiente alfa de 0.976, lo que indican una adecuada confiabilidad por consistencia interna del instrumento.

Asimismo, en la prueba de validez realizada, los resultados de la medida KMO (.962) y la prueba de esfericidad de Barlett ($p=0.000$; $p<0.05$) determinaron que era adecuado realizar el análisis factorial, en el cual que se encontró que dos factores explicaban el 76.45 % de la varianza, además de que presentó coeficientes entre 0.542 y 0.868 para los 19 ítems, por lo que se considera que posee evidencias adecuadas de validez basada en el constructo.

3.5.3. Procedimiento de recolección de datos

Para el proceso de recolección de datos se solicitó el permiso para aplicación de los instrumentos de recolección de datos en la institución respectiva (ver anexo 3).

Posteriormente se envió el plan de tesis al Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Humanidades para su aprobación (ver anexo 1).

A partir de la aprobación del plan de tesis se empezó a contactar con los docentes y estudiantes de los diferentes ciclos de la carrera de psicología para la difusión del formulario elaborado a través de la herramienta web Formularios de Google (ver anexos 2, 4, 5 y 6).

3.6. Técnicas de análisis de datos

Para el análisis de datos se utilizó el programa estadístico IBM SPSS Statistics versión 28. Las pruebas utilizadas fueron la prueba de Kolmogorov-Smirnov para analizar la normalidad de la distribución de los datos de las variables, mientras que para la correlación se empleó la prueba Rho de Spearman.

De igual manera, para el análisis de la confiabilidad y validez de los instrumentos utilizados se seleccionó el coeficiente alfa para evaluar la confiabilidad por consistencia interna y el análisis factorial para la evidencia de validez basada en el constructo.

Por otra parte, también se utilizaron tablas de frecuencia para los datos descriptivos del estudio, entre los que se menciona: edad, sexo, año de estudios, nivel de estrés académico, nivel de apoyo social percibido.

Capítulo 4

Resultados

4.1. Presentación de Resultados Descriptivos

En los resultados descriptivos se presentan algunas características sociodemográficas de la muestra: edad, sexo y año de estudios. De igual manera, se presenta la frecuencia de estudiantes según el nivel de estrés académico y nivel apoyo social percibido.

Tabla 2

Frecuencia de estudiantes según grupo etario

Edad	Frecuencia	Porcentaje
18-29 años	370	95.9 %
30 años a más	16	4.1 %
Total	386	100 %

En la tabla 2 se muestra la cantidad de estudiantes según grupo etario. De 386 estudiantes, el 95.9 % (370) eran jóvenes entre 18 y 29 años, lo que representó la mayoría de la muestra, mientras que el 4.1 % (16) de estudiantes eran adultos de 30 años a más.

Tabla 3

Frecuencia de estudiantes según sexo

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Mujer	288	74.6 %
Varón	88	25.4 %
Total	386	100 %

La tabla 3 detalla la distribución de estudiantes según el sexo. Se observó que la mayoría fueron mujeres, siendo un 74.6 % (288) de la muestra, mientras que los varones representaron un 25.4 % (88) de estudiantes.

Tabla 4

Frecuencia de estudiantes según año de estudios

Año de estudios	Frecuencia	Porcentaje
1.º	28	7.3 %
2.º	58	15.0 %
3.º	92	23.8 %
4.º	124	32.1 %
5.º	84	21.8 %
Total	386	100 %

Según el año de estudios, se aprecia en la tabla 4 que un 32.1 % (124) de estudiantes pertenecía al 4.º año, lo que representa la mayoría de la muestra. Por otra parte, le siguió el 3.º y 5.º año, con un porcentaje de 23.8 % (92) y 21.8 % (84), respectivamente; mientras que el segundo año representó un 15 % de estudiantes y el primer año un 7.3 % (28).

Tabla 5

Frecuencia de estudiantes según niveles de estrés académico

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Leve	28	7.3 %
Moderado	298	77.2 %
Profundo	60	15.5 %

Total	386	100 %
-------	-----	-------

En la tabla 5 se presenta la cantidad de estudiantes según el nivel de estrés. Se observa que la mayoría mostró un nivel moderado de estrés académico, el 77.2 % (298). Por otro lado, en menor cantidad, un 15.5 % (60) de estudiantes presentó un nivel profundo de estrés y el 7.3 % (28) obtuvo un nivel leve.

Tabla 6

Frecuencia de estudiantes según niveles de apoyo social percibido

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Adecuado	276	71.5 %
Escaso	110	28.5 %
Total	386	100 %

En la tabla 6 se evidencia que la mayoría de los estudiantes mostró un nivel adecuado de apoyo social percibido, siendo un 71.5 % (276) del total de la muestra. Por otra parte, un 28.5 % (110) de estudiantes presentó un nivel escaso.

4.2. Contrastación de Hipótesis

4.2.1. Hipótesis de normalidad

Prueba de normalidad

H₀: La distribución de datos de la variable es una distribución normal.

H₁: La distribución de datos de la variable no es una distribución normal

Tabla 7

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para una muestra de las variables de estrés académico y de apoyo social percibido

		Estrés académico	Apoyo social percibido
N		386	386
Parámetros normales	Media	61.05	68.28
	Desviación estándar	15.83	18.96
Máximas diferencias extremas	Absoluta	0.038	0.079
	Positiva	0.038	0.079
	Negativa	-0.037	-0.077
Estadístico de prueba		0.038	0.079
Sig. asintótica (bilateral)		0.200	<.001

Nota. “Sig. asintótica (bilateral)” = valor de significancia estadística o valor p.

En primer lugar, se realizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para determinar si los datos de ambas variables presentaron una distribución normal y, a partir de ello, seleccionar la prueba de correlación correspondiente.

La regla de decisión establece que si el valor de significancia estadística o valor p es menor a 0.05, se rechaza la hipótesis nula (H0); en caso contrario, se acepta la hipótesis alternativa (H1).

La tabla 7 muestra los resultados de la prueba de normalidad, donde la variable de estrés académico presentó un valor de $p = 0.200$, que es mayor a 0.05 , por lo que se aceptó la hipótesis nula de normalidad. Por otro lado, en la variable de apoyo social percibido se obtuvo un valor $p < 0.001$, por lo que se rechazó la hipótesis nula de normalidad y se aceptó la hipótesis alternativa. De esa manera, se concluyó que la distribución de datos para la variable de estrés académico es normal, mientras que para la variable de apoyo social percibido no se obtuvo una distribución normal.

Por consiguiente, debido a que una de las variables no evidenció normalidad en la distribución de datos se optó por realizar la prueba Rho de Spearman para el análisis de la correlación entre ambas variables.

4.2.2. Hipótesis de correlación

Hipótesis general

H0: “No existe una relación significativa entre el estrés académico y el apoyo social percibido entre los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

H1: “Existe una relación significativa entre el estrés académico y el apoyo social percibido entre los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

Tabla 8

Prueba Rho de Spearman para las variables de estrés académico y apoyo social percibido

			Estrés académico	Apoyo social percibido
Rho de Spearman	Estrés académico	Coefficiente de correlación	-	-0.024
		Sig. (bilateral)	-	0.644
		N	386	386
	Apoyo social percibido	Coefficiente de correlación	-0.024	-
		Sig. (bilateral)	0.644	-
		N	386	386

Nota. “Sig. (bilateral)” = valor de significancia estadística o valor p.

Se realizó el análisis de la correlación entre las variables de estrés académico y apoyo social percibido mediante la prueba Rho de Spearman. Tal como se muestra en la tabla 8, el índice de correlación entre ambas variables fue de -0.024, lo que indica una correlación negativa muy débil. Por otra parte, el valor de la significancia estadística fue mayor a 0.05 ($p = 0.644$), lo que implicó aceptar la hipótesis nula.

Por lo expuesto, se determinó lo siguiente:

“No existe una relación significativa entre el estrés académico y el apoyo social percibido en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

Hipótesis específica 1

H0: “No existe una relación significativa entre el estrés académico y el apoyo emocional en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

H1: “Existe una relación significativa entre el estrés académico y el apoyo emocional en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

Tabla 9

Prueba Rho de Spearman para la variable de estrés académico y la dimensión de apoyo emocional de la variable de apoyo social percibido

			Estrés académico	Apoyo emocional
Rho de Spearman	Estrés académico	Coefficiente de correlación	-	-0.001
		Sig. (bilateral)	-	.986
		N	386	386
	Apoyo emocional	Coefficiente de correlación	-0.001	-
		Sig. (bilateral)	0.986	-
		N	386	386

Nota. “Sig. (bilateral)” = valor de significancia estadística o valor p.

En la tabla 9 se observa que para la correlación entre estrés académico y la dimensión de apoyo emocional se obtuvo un coeficiente de 0.001, lo cual indica una correlación negativa muy débil entre el estrés académico y el apoyo emocional, mientras que el valor de significancia estadística fue mayor a 0.05 ($p=0.986$), lo que indicó que se debía aceptar la hipótesis nula.

Por lo tanto, se concluyó lo siguiente:

“No existe una relación significativa entre el estrés académico y el apoyo emocional en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

Hipótesis específica 2

H0: “No existe una relación significativa entre el estrés académico y la ayuda tangible en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

H1: “Existe una relación significativa entre el estrés académico y la ayuda tangible en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

Tabla 10

Prueba Rho de Spearman para la variable de estrés académico y la dimensión de ayuda tangible de la variable de apoyo social percibido

			Estrés académico	Ayuda tangible
Rho de Spearman	Estrés académico	Coefficiente de correlación	-	-0.048
		Sig. (bilateral)	-	0.450
		N	386	386
	Ayuda tangible	Coefficiente de correlación	-0.039	-
		Sig. (bilateral)	0.450	-
		N	386	386

Nota. “Sig. (bilateral)” = valor de significancia estadística o valor p.

Se evidencia en la tabla 10 que la correlación entre la variable de estrés académico y la dimensión de ayuda tangible del apoyo social percibido presentó un coeficiente de -0.039, lo que indica una correlación negativa muy débil. Además, la significancia estadística obtuvo un valor mayor a 0.05 ($p=0.450$), por lo que se aceptó la hipótesis nula.

Por lo tanto, se concluyó lo siguiente:

“No existe una relación significativa entre el estrés académico y la ayuda tangible en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

Hipótesis específica 3

H0: “No existe una relación significativa entre el estrés académico y la interacción social positiva en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

H1: “Existe una relación significativa entre el estrés académico y la interacción social positiva en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

Tabla 11

Prueba Rho de Spearman para la variable de estrés académico y la dimensión de interacción social positiva de la variable de apoyo social percibido

			Estrés académico	Interacción social positiva
Rho de Spearman	Estrés académico	Coefficiente de correlación	-	-0.048
		Sig. (bilateral)	-	0.349
		N	386	386
	Interacción social positiva	Coefficiente de correlación	-0.048	-
		Sig. (bilateral)	0.349	-
		N	386	386

Nota. “Sig. (bilateral)” = valor de significancia estadística o valor p.

La tabla 11 muestra los resultados de la correlación entre estrés académico e interacción social positiva, en los que se obtuvo un índice de -0.048, indicando una correlación negativa muy débil. Por otra parte, se obtuvo un valor de significancia estadística mayor a 0.05 ($p=0.349$), lo que sugirió la aceptación de la hipótesis nula.

Por lo anterior, se concluyó lo siguiente:

“No existe una relación significativa entre el estrés académico y la interacción social positiva en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

Hipótesis específica 4

H0: “No existe una relación significativa entre el estrés académico y el apoyo afectivo en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

H1: “Existe una relación significativa entre el estrés académico y el apoyo afectivo en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

Tabla 12

Prueba Rho de Spearman para la variable de estrés académico y la dimensión de apoyo afectivo de la variable de apoyo social percibido

			Estrés académico	Apoyo afectivo
Rho de Spearman	Estrés académico	Coefficiente de correlación	-	-0.047
		Sig. (bilateral)	-	0.352
		N	386	386
	Apoyo afectivo	Coefficiente de correlación	-0.047	-
		Sig. (bilateral)	0.352	-
		N	386	386

Nota. “Sig. (bilateral)” = valor de significancia estadística o valor p.

En la tabla 12 se presentan los resultados del análisis de correlación entre la variable de estrés académico y la dimensión de apoyo afectivo de la variable de apoyo social percibido. Se obtuvo un coeficiente de -0.047, lo que señaló una correlación negativa muy débil. Por otra parte, el valor de significancia estadística fue mayor a 0.05 ($p=0.352$), lo que indicó la aceptación de la hipótesis nula.

Por lo anterior, se concluyó lo siguiente:

“No existe una relación significativa entre el estrés académico y el apoyo afectivo en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)”.

Capítulo 5

Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo principal el analizar la relación entre el estrés académico y el apoyo social percibido en los estudiantes de psicología de una universidad particular durante el semestre académico 2021-II. De igual manera, también se estableció como propósito analizar la relación entre el estrés académico y las dimensiones del apoyo social percibido. Sobre la base de ello, se discuten los resultados obtenidos a través de la investigación.

La muestra se conformó por 386 estudiantes, los cuales fueron, en su mayoría, jóvenes de 18 a 29 años (95.9 %); mientras que una cantidad menor (4.1 %) representaba a los adultos de 30 años a más. De acuerdo con el sexo, se presentó un mayor porcentaje de mujeres (74.6 %) en comparación al de hombres (25.4 %). Además, según el año de estudios, se observó que la mayoría de estudiantes pertenecía al cuarto año (32.1 %), seguido por el tercer (23.8 %) y el quinto año (21.8 %), respectivamente; mientras que el segundo (15 %) y primer año (7.3 %) representaron un porcentaje menor.

Los resultados de la recolección de datos evidencian que la mayoría de estudiantes presentaron un nivel moderado de estrés académico (77.2 %), lo que indica que casi siempre suelen enfrentarse a situaciones de estrés, presentando reacciones físicas y psicológicas ante tales situaciones y recurren al uso de estrategias disponibles para enfrentarlas.

Por otro lado, los resultados también señalan que la mayoría de los estudiantes presentaron un nivel adecuado de apoyo social percibido (71.5 %), lo que indica que ante situaciones que resultan demandantes suelen percibir apoyo social en su entorno.

Respecto al objetivo principal se obtuvieron resultados de una correlación negativa débil entre ambas variables ($\rho(386)=-0.024, p=0.644$), por lo que no existe evidencia suficiente

para concluir que el nivel de apoyo social percibido se relaciona con los niveles de estrés en el ámbito académico de los estudiantes de psicología evaluados.

Tales datos coinciden en lo encontrado por Cortez y Velásquez (2017), García (2017), Flores (2018) y Raygada (2019), quienes tampoco encontraron relación entre estrés académico y apoyo social en sus respectivos estudios. De manera similar, Morán (2019) tampoco encontró relación entre el apoyo social y la dimensión de síntomas psicológicos del estrés.

No obstante, los resultados difieren parcialmente con los datos de Luna et al. (2020), quienes sí encontraron una correlación negativa baja entre el estrés académico y el apoyo social ($r=-0.29$). En ese sentido también cabe mencionar que en la investigación de Alfaro (2019) se describe que el apoyo social percibido puede actuar como un predictor del afrontamiento del estrés académico.

Por otra parte, los datos obtenidos por Chachapoyas y Díaz (2020) muestran que sí hay relación entre el estrés académico y el apoyo social cuando la fuente de apoyo reside en la familia ($\rho=-.250$; $p<.01$) u otras personas significativas ($\rho=.190$; $p<.01$), pero no cuando proviene de los amigos ($\rho=-.098$; $p>.05$).

Del mismo modo, para los objetivos específicos se encontró resultados de correlaciones negativas muy débiles entre el estrés académico y las dimensiones de apoyo emocional ($\rho(386)=-0.001$, $p=0.986$), ayuda tangible ($\rho(386)=-0.039$, $p=0.450$), interacción social positiva ($\rho(386)=-0.048$, $p=0.349$) y apoyo afectivo ($\rho(386)=-0.047$, $p=0.352$), por lo que tampoco se observan evidencias de relación entre el estrés académico y las diferentes formas de apoyo percibido por los estudiantes.

Dichos resultados contrastan parcialmente con lo presentado por García (2017), quien sí encontró evidencias de correlación para las dimensiones de apoyo emocional e interacción

social positiva con una de las dimensiones del estrés académico, específicamente, las estrategias de afrontamiento. También se resalta lo presentado por Cortez y Velásquez (2017), quienes encontraron que el componente de apoyo afectivo tendría relación con una dimensión del estrés relacionada con el ambiente.

A partir de lo expuesto, no se ha encontrado evidencia que respalde la confirmación de una relación entre estrés académico y apoyo social percibido en los estudiantes de psicología de la universidad particular.

En ese sentido, resultan relevantes los datos obtenidos por Barrera-Herrera et al. (2019), los cuales sugerirían que el apoyo social se asocia más con la sintomatología ansiosa y/o depresiva y no tanto con la del estrés. Otro aspecto que considerar es que la posible relación entre ambas variables se enfocaría específicamente en la relación entre apoyo social y un componente de afrontamiento del estrés (García, 2017; Alfaro, 2019).

Entre las fortalezas del estudio respecto al resultado central se señala que permite corroborar parcialmente lo encontrado por otros autores, ya que al igual que en sus hallazgos, tampoco se ha identificado una relación relevante entre el estrés académico y el apoyo social percibido. Sin embargo, también se debe mencionar que una de las debilidades del estudio es que los resultados de la significancia estadística promovieron la aceptación de hipótesis nulas de investigación.

Por otra parte, otra debilidad del estudio radica en que, si bien las evidencias de validez de constructo fueron adecuadas para ambos instrumentos, la agrupación de factores difiere respecto a las agrupaciones obtenidas en sus análisis originales.

En el caso del Inventario SISCO de Estrés Académico, la agrupación de los ítems se dio en seis factores, lo cual es diferente a la agrupación de tres componentes del estudio original de

Barraca (2007); no obstante, el mismo autor señala que aquellos ítems que presentaban una saturación ambigua se ubicaron en alguno de los tres componentes tomando como referencia el modelo teórico utilizado en la elaboración del inventario.

Respecto al otro instrumento, el Cuestionario MOS de Apoyo Social presentó una agrupación de dos factores que contrastan con los cuatro factores encontrados por Sherbourne y Stewart (1991), lo cual sugeriría que utilizar un instrumento con una estructura factorial de dos componentes podría aportar más validez aún. Dicha observación también explicaría porque se han obtenido resultados diferentes en aquellos estudios que han utilizado otro cuestionario (Moran, 2019, Chachapoyas y Díaz, 2020).

Entre los errores metodológicos del estudio se puede mencionar que el procedimiento de recolección de datos podría haber estado influido por el contexto actual de la pandemia por COVID-19. Si bien se ha adaptado el proceso de aplicación de instrumentos al contexto de virtualidad, también debe señalarse que las pruebas psicométricas aplicadas se han elaborado en condiciones diferentes a la realidad en la que se desarrolló el estudio, por lo que podría existir una fuente relevante de sesgo para los resultados de la presente investigación. Sin embargo, cabe mencionar que tras el proceso de recolección de datos se han encontrado evidencias de confiabilidad según consistencia interna para el Inventario SISCO de Estrés Académico (coeficiente alfa=0.898) y para el Cuestionario MOS de Apoyo Social (coeficiente alfa=0.976), por lo que ambos instrumentos resultaron confiables en su aplicación durante el estudio.

Por lo expuesto anteriormente, se identifica la necesidad de realizar nuevos estudios sobre el estrés académico y otros factores con los que podría tener mayor relación, tales como la carrera profesional, condición socioeconómica, estado de salud, rasgos de personalidad,

estilos de crianza, entre otros. También, se sugeriría investigar sobre la posible relación entre el apoyo social percibido y otras condiciones de salud mental como la depresión y/o la ansiedad.

Además, a partir de las evidencias de validez de los instrumentos empleados para el presente estudio se señala la posibilidad de realizar nuevas investigaciones que utilicen instrumentos para evaluar el apoyo social cuyas dimensiones se estructuren según la fuente de apoyo (Escala Multidimensional del Apoyo Social Percibido) en lugar del tipo de apoyo (Cuestionario MOS de Apoyo Social Percibido).

Otra opción viable sería la elaboración de instrumentos que contemplen tales observaciones y también el contexto actual de pandemia por COVID-19, al momento de su construcción y estandarización.

Conclusiones

Primera. La relación entre el estrés académico y el apoyo social percibido en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021) se define como una correlación negativa débil y estadísticamente no significativa. Lo que significa que una mayor percepción de apoyo social global no necesariamente implica menores niveles de estrés académico.

Segunda. La relación entre el estrés académico y la dimensión apoyo emocional en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021) se define como una correlación negativa débil y estadísticamente no significativa. A partir de ello se concluye que, a pesar de tener recursos para la expresión emocional, los estudiantes aún pueden presentar niveles elevados de estrés académico.

Tercera. La relación entre el estrés académico y la dimensión ayuda tangible en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021) se define como una correlación negativa débil y estadísticamente no significativa. Por ello, tener disponibilidad de ayuda material y/o física puede resultar insuficiente para disminuir o regular los niveles de estrés académico en los estudiantes.

Cuarta. La relación entre el estrés académico y la dimensión interacción social positiva en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021) se define como una correlación negativa débil y estadísticamente no significativa. A partir de lo anterior, se concluye que tener personas disponibles para compartir actividades no necesariamente se traduce en niveles bajos de estrés académico.

Quinta. La relación entre el estrés académico y la dimensión apoyo afectivo en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021) se define como una correlación negativa débil y estadísticamente no significativa. Lo que indica que contar con personas para

expresar y recibir afecto no sería suficiente para reducir los niveles de estrés académico en los estudiantes.

Recomendaciones

Primera. Realizar nuevos estudios enfatizando la relación entre el apoyo social y el afrontamiento del estrés, así como dirigirlos al estudio de variables como la ansiedad, la depresión entre otros.

Segunda. De igual manera, considerar la posibilidad de emplear otros instrumentos de evaluación del apoyo social percibido en futuros estudios.

Tercera. Difundir los resultados a la escuela profesional correspondiente para que tengan conocimiento sobre los niveles de estrés académico y apoyo social percibido en sus estudiantes.

Cuarta. Aplicar las estrategias necesarias para vigilar, controlar y reducir los niveles de estrés en los estudiantes de psicología evaluados.

Quinta. Realizar charlas y talleres sobre apoyo social percibido para fortalecer los conocimientos sobre el tema y promover redes de apoyo entre los estudiantes.

Referencias bibliográficas

- Abufhele, M., y Jeanneret, V. (2020). Puertas Adentro: La otra cara de la pandemia. *Revista chilena de pediatría*, 91(3), 319-321. <https://dx.doi.org/10.32641/rchped.v91i3.2487>
- Abu-Kaf, S., Shahar, G., Noyman-Veksler, G., y Priel, B. (2018). Role of perceived social support in depressive and somatic symptoms experienced by Bedouin Arab and Jewish Israeli undergraduates. *Transcultural Psychiatry*, 56(2), 1-20 <https://doi.org/10.1177/1363461518808948>
- Alfaro, R. M. (2019). *Autoeficacia académica, apoyo social percibido y afrontamiento del estrés en estudiantes de universidades de Lima Metropolitana*. Tesis de doctorado, Universidad Femenina del Sagrado Corazón, Escuela de Posgrado. http://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/678/Alfaro%20V%20%a1squez%20%20De%20Casabona%20%20Rosa%20Mar%20%20ada_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Baca, R. D. (2016). Confiabilidad y validez del cuestionario de apoyo social en pacientes con cáncer de Trujillo. *Revista de Investigación en Psicología*, 19(1), 177-190. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v19i1.12452>
- Barrera-Herrera, A., Neira-Cofré, M., Raipán-Gómez, P., Riquelme-Lobos, P. y Escobar, B. (2019). Apoyo social percibido y factores sociodemográficos en relación con los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en universitarios chilenos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24, 105-115. DOI: <https://doi.org/10.5944/rppc.23676>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129. <https://www.researchgate.net/publication/228457746> Un modelo conceptual para el estudio del estres academico
- Barraza, A. (2007). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Revista Psicología Científica.com*, 9-13. <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas>
- Barrón, A. y Chacón, F (1992) Perceived social support: its protective effect in stressful events. *International Journal of Social Psychology*, 7(1), 53-59. DOI: <https://doi.org/10.1080/02134748.1992.10821654>
- Briones, M. L. (2019). *El estrés*. Tesis de segunda especialidad, Universidad Nacional de Tumbes, Facultad de Ciencias Sociales. Lima, Perú. <http://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/UNITUMBES/1407/MIRIAM%20LUCRECIA%20BRIONES%20VELASQUEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Brooks, S., Webster, R., Smith, L., Woodland, L., Wessely, S., Greenber, N. y Rubin, G. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395, 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Chachapoyas, A. G., Díaz, R. B. (2020). *Estrés académico y apoyo social en estudiantes universitarios de provincias que migran a Lima*. Trabajo de investigación. Universidad Peruana Unión, Facultad de Ciencias de la Salud. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/3781/Alvaro_Trabajo_Bachiller_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cohen, S., Wills, T. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357. http://lhc.ucsd.edu/MCA/Mail/xmcamail.2012_11.dir/pdfYukILvXsL0.pdf
- Cortez, N. E. y Velásquez, L. Y. (2017). *Apoyo social y estrés en estudiantes universitarios-Pimentel 2016*. Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán, Facultad de Humanidades. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/3191>
- Espinoza, A. A., Pernas, I. A. & González Maldonado, R. (2018). Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. *Humanidades Médicas*, 18(3), 697-717. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202018000300697&lng=es&tlng=es.
- Feldman, L., Goncalves, L., Chacón-Puignau, G., Zaragoza, J., Bagés, N. y De Pablo, J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Universitas Psychologica*, 7(3), 739-752. <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v7n3/v7n3a11>
- Fernández-Lasarte, O., Ramos-Díaz, E., Goñi, E. y Rodríguez-Fernández, A. (2019). Estudio comparativo entre educación superior y educación secundaria: efecto del apoyo social percibido, el autoconcepto y la reparación emocional en el rendimiento académico. *Educación XXI*, 22(2), 165-185. <https://doi.org/10.5944/educXX1.22526>
- Flores, M. A. (2018). *Estrés Académico y Apoyo Social percibido en estudiantes de la Carrera de Psicología de la Universidad Mayor de San Andrés*. Tesis de maestría, Universidad Mayor de San Andrés, Centro Psicopedagógico y de Investigación en Educación Superior. <http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/15305>
- Flores, L. F. (2019). *Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios*. Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María, Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/9691/76.0404.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Fukuoka, Y. y Hashimoto, T. (1997). Stress-buffering effects of perceived social supports from family members and friends: a comparison of college students and middle-aged adults. *Shinrigaku Kenkyu*, 68(5), 403-9. <https://doi.org/10.4992/jjpsy.68.403>
- García, F. G (2017). *Estrés académico y apoyo social percibido en estudiantes universitarios*. Trabajo de integración final, Universidad Argentina de la Empresa, Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales. <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/6576/GARCIA.F.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- González, M. y Landero, R. (2006). Síntomas psicósomáticos y teoría transaccional del estrés. *Ansiedad y estrés*, 12(1), 45-61. https://www.researchgate.net/publication/309968092_Sintomas_psicosomaticos_y_teor%C3%ADa_transaccional_del_estres
- Gregory, R. J. (2012). *Pruebas psicológicas. Historia, principios y aplicaciones*. México: Editorial Pearson.
- Hegelson, V. (1993). Two Important Distinctions in Social Support: Kind of Support and Perceived Versus Received. *Journal of Applied Social Psychology*, 23(10), 825-845. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1993.tb01008.x>
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2), 327-34. <https://doi.org/10.17843/rpmpes.2020.372.5419>
- Jabel, M. G. (2017). *Estandarización del Inventario de Estrés Académico SISCO en estudiantes de dos universidades de Villa El Salvador*. Tesis de licenciatura. Universidad Autónoma del Perú, Facultad de Humanidades. http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/417/3/TESIS_%20-%20MARIA_%20JABEL.pdf
- Kaparounaki, C. K., Patsali, M. E., Mousa, D. V., Papadopoulou, E., Papadopoulou, K., y Fountoulakis, K. N. (2020). University students' mental health amidst the COVID-19 quarantine in Greece. *Psychiatry research*, 290. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113111>
- Luna, D., García-Reyes, S., Soria-González, E. A., Avila-Rojas, M., Ramírez-Molina, V., García-Hernández, B. y Meneses-González, F. (2020). Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico. *Investigación en Educación Médica*, 9(35), 8-17. <https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2020.35.20205>
- Ma, Z., Zhao, J., Li, Y., Chen, D., Wang, T., Zhang, Z., Chen, Z., Yu, Q., Jiang, J., Fan, F. y Liu, X. (2020). Mental health problems and correlates among 746 217 college students

- during the coronavirus disease 2019 outbreak in China. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 29, 1-10. <https://doi.org/10.1017/S2045796020000931>
- Manrique-Millones, D., Millones-Rivalles, R., & Manrique-Pino, O. (2019). The SISCO Inventory of Academic Stress: Examination of its psychometric properties in a Peruvian sample. *Ansiedad y Estrés*, 25(1), 28-34. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.03.001>
- Marín, J. A., Solano Yasno, L. J., Morales Portela, V. A. (2019). *Dos modelos psicológicos para la intervención del estrés en estudiantes universitarios*. Trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios, Programa de Psicología. https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/7536/UVDTP_MarinJorgeAdrian_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Martínez, M. F., García, M. y Maya, I. (2001). El efecto amortiguador del apoyo social sobre la depresión en un colectivo de inmigrantes. *Psicothema*, 13(4),605-610. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72713412.pdf>
- Martínez, M., Briones, R., Cortés, J. (2013). *Metodología de la investigación para el área de la salud*. México D.F., México: Editorial McGraw Hill Education.
- Moran, L. M. (2019). *Estrés académico y apoyo social en estudiantes que migran a Lima por estudios universitarios*. Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú, Facultad de Psicología. http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14615/Moran_Paucar_Estr%C3%A9s_acad%C3%A9mico_apoyo_social1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Niño, V. (2011). *Metodología de la investigación. Diseño y ejecución*. Bogotá, Colombia: Ediciones de la U.
- Odrizola-González, P., Planchuelo-Gómez, Á., Irurtia, M. J., y de Luis-García, R. (2020). Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university. *Psychiatry research*, 290. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113108>
- Osorio, E. F. (2019). *Relaciones intrafamiliares y apoyo social percibido en estudiantes universitarios*. Tesis de segunda especialidad, Universidad Nacional Federico Villarreal, Facultad de Psicología. http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3116/UNFV_OSORIO%20LLAJA_ERICK%20FRANK_SEGUNDA_ESPECIALIDAD_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Pérez-Rodrigo, C., Gianzo Citores, M., Hervás Bárbara, G., Ruiz Litago, F., Casis Sáenz, L., Aranceta-Bartrina, J., Grupo Colaborativo de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) (2020). Cambios en los hábitos alimentarios durante el período de

- confinamiento por la pandemia COVID-19 en España. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 26(2), 101-111. <https://doi.org/10.14642/RENC.2020.26.2.5213>
- Raygada, H. J. (2019). *El apoyo social y estrés percibido en jóvenes adultos gays de Lima Metropolitana*. Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú, Facultad de Letras y Ciencias Humanas. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/14578>
- Rodríguez, S., y Enrique, H. C. (2007). Validación Argentina del Cuestionario MOS de Apoyo Social Percibido. *Psicodebate*, 7, 155-168. <https://doi.org/10.18682/pd.v7i0.433>
- Román, C., Hernández, Y., (2011). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(2), 1-14. <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol14num2/Vol14No2Art1.pdf>
- Rosa-Rodríguez, Y., Negrón, N., Maldonado, Y., Quiñones, A., y Toledo, N. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(1), 31-43. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79933768003>
- Rosario-Rodríguez, A., González-Rivera, J. A., Cruz-Santos, A. y Rodríguez-Ríos, L. (2020). Demandas tecnológicas, académicas y psicológicas en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19. *Revista Caribeña de Psicología*, 4(2), 176-185. <https://doi.org/10.37226/rcp.v4i2.4915>
- Sandín, B. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1), 141-157. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33730109>
- Sherbourne, C. D., & Stewart, A. L. (1991). The MOS social support survey. *Social Science & Medicine*, 32(6), 705–714. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(91\)90150-B](https://doi.org/10.1016/0277-9536(91)90150-B)
- Sun, S., Goldberg, S. B., Lin, D., Qiao, S. y Operario, D. (2021). Psychiatric symptoms, risk, and protective factors among university students in quarantine during the COVID-19 pandemic in China. *Globalization and Health* 17, 1-14. <https://doi.org/10.1186/s12992-021-00663-x>
- Szkody, E., Stearns, M., Stanhope, L. y McKinney, C. (2021), Stress-Buffering Role of Social Support during COVID-19. *Family Process*, 1-14. <https://doi.org/10.1111/famp.12618>
- UNICEF (2019). Alianza para la Protección de la Infancia en la Acción Humanitaria, “Nota técnica: Protección de la infancia durante la pandemia de coronavirus”, versión 1, marzo de 2019: https://www.unicef.org/media/66276/file/SPANISH_Technical_%20Note:%20Protection_%20of_%20Children_%20during_%20the_%20COVID-19_%20Pandemic.pdf

- Vega, C., Gómez-Escobar, G., Rodríguez, E. y Gálvez, F. (2017). Estrés, apoyo escolar académico y rezago escolar en estudiantes universitario. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(1), 19-33 <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2017/epi172k.pdf>
- Yu, M., Tian, F., Cui, Q. y Wu, H. (2021). Prevalence and its associated factors of depressive symptoms among Chinese college students during the COVID-19 pandemic. *BMC Psychiatry* 21, 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03066-9>
- Zhang, R. (2017). The stress-buffering effect of self-disclosure on Facebook: An examination of stressful life events, social support, and mental health among college students. *Computers in Human Behavior* 75, 527-537. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.05.043>

Anexos

Anexo 1: Acta de Aprobación del Comité de Ética en Investigación

Huancayo, 12 de julio del 2021

OFICIO N° 057-2021-CE-FIL-UC

Señor:

JESUS MIGUEL CACLANO DONAYRE

Presente-

EXP. 057-2021

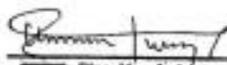
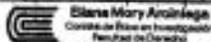
Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y a la vez manifestarle que el estudio de investigación titulado: "RELACIÓN ENTRE ESTRÉS ACADÉMICO Y APOYO SOCIAL PERCIBIDO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR – 2021"

Ha sido **APROBADO** por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Humanidades, bajo las siguientes observaciones:

- El Comité de Ética puede en cualquier momento de la ejecución del trabajo solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas (mantener la confidencialidad de datos personales de los individuos entrevistados).
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

Aprovechamos la oportunidad para renovar los sentimientos de nuestra consideración y estima personal.

Atte,



Elena Mary Acuña
Comité de Ética en Investigación
Facultad de Ciencias
Universidad Católica

Anexo 2: Consentimiento informado

El presente formulario es un instrumento de recolección para la investigación titulada “Relación entre estrés académico y apoyo social percibido en estudiantes de psicología de una universidad particular”, realizada por el Bachiller en Psicología Jesus Miguel Caciano Donayre, tesista de la Universidad Continental.

Para responder dudas o consultas acerca del presente estudio, comunicarse al correo electrónico 78204514@continental.edu.pe o al número de celular 932134848.

Propósito:

Recolectar información para un estudio correlacional entre el estrés académico y el apoyo social percibido en estudiantes de psicología de una universidad particular.

El presente formulario contiene una adaptación de los siguientes instrumentos de evaluación:

1. Inventario SISCO del Estrés Académico
2. Cuestionario MOS de Apoyo Social Percibido

Riesgos:

La aplicación del instrumento no demandará ningún riesgo para su salud.

Beneficios:

La participación en el estudio no confiere ningún beneficio directo. No obstante, se le puede brindar educación sobre el tema si así lo desea.

Costos y compensación:

No se requiere pago alguno para participar en el estudio. De igual manera, tampoco recibirá algún incentivo económico ni de otra índole por su participación.

Confidencialidad:

Los datos recolectados son de carácter anónimo, por lo que no se publicará ningún dato de identificación personal.

Derechos del participante:

La participación en el estudio es voluntaria, puede retirarse en cualquier momento o no participar sin que ello represente algún perjuicio para usted.

Declaración y/o consentimiento:

¿Entiende y acepta voluntariamente las condiciones de participación en el estudio? *

- Entiendo y acepto

Consentimiento informado

El presente formulario es un instrumento de recolección de información para la investigación titulada "Relación entre estrés académico y apoyo social percibido en estudiantes de psicología de una universidad particular - 2021", realizada por el Bachiller en Psicología Jesus Miguel Caciano Donayre, tesista de la Universidad Continental

Para responder dudas o consultas acerca del presente estudio, comunicarse al correo 78204514@continental.edu.pe o al número de celular 932134848

Propósito:
Recolectar información para un estudio correlacional entre el estrés académico y el apoyo social percibido en estudiantes de psicología de una universidad particular.
El presente formulario contiene una adaptación de los siguientes instrumentos de evaluación:
1. Inventario SISCO del Estrés Académico
2. Cuestionario MOS de Apoyo Social Percibido.

Riesgos:
La aplicación del instrumento no demandará ningún riesgo para su salud.

Beneficios:
La participación en el estudio no confiere ningún beneficio directo. No obstante, se le puede brindar educación sobre el tema si así lo desea.

Costos y compensación:
No se requiere pago alguno para participar en el estudio. De igual manera, tampoco recibirá algún incentivo económico ni de otra índole por su participación.

Confidencialidad:
Los datos recolectados son de carácter anónimo, por lo que no se publicará ningún dato de identificación personal.

Derechos del participante:
La participación en el estudio es voluntaria, puede retirarse en cualquier momento o no participar sin que ello represente algún perjuicio para usted.

Declaración y/o consentimiento *
¿Entiende y acepta voluntariamente las condiciones de participación en el estudio?

Entiendo y acepto

Siguiente Página 1 de 5 [Borrar formulario](#)

Nunca envíes contraseñas a través de Formularios de Google.

Este formulario se creó en Organización Educativa Continental. [Notificar uso inadecuado](#)

Google Formularios

**Pregunta obligatoria en el formulario elaborado mediante la herramienta web "Formularios de Google"*

Nota: El presente instrumento será adaptado a la herramienta web "Formularios de Google" para su aplicación. Enlace del formulario: <https://forms.gle/RowXyPZ4wIvh194F9>

**Anexo 3: Carta de autorización para recolección de datos en la Escuela Académico
Profesional de Psicología**

UNIVERSIDAD CONTINENTAL

"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Huancayo, 21 de junio de 2021

CARTA N° 011

Señores.

Comité de ética

Presente. -

De mi especial consideración:

Tengo el agrado de dirigirme a usted, con la finalidad de hacerle llegar el saludo cordial de la Dirección de la Carrera Profesional de Psicología y a la vez presentarle al:

Bach. Jesús Caciano Donayre

, quien desarrollará el Proyecto de Investigación titulado "**Estrés académico y apoyo social percibido en estudiantes universitarios**" En virtud a lo mencionado se **AUTORIZA** aplicar el programa en la EAP de Psicología, y en mérito a lo manifestado se le brindará las facilidades del caso para que pueda recabar la información que necesita con los lineamientos éticos correspondientes.

Agradeciendo anticipadamente su gentil atención, aprovecho la oportunidad para expresarle las muestras de mi especial deferencia y estima personal.

Atentamente,



Mg. Jorge Salcedo Chuquimantari
Director de la Carrera Profesional de Psicología

Anexo 4: Inventario SISCO del Estrés Académico*

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suelen acompañar a los estudiantes de educación superior:

1. ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso del último semestre?

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 el resto de preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5, señala tu nivel de preocupación o nerviosismo. En la escala propuesta (1) es poco y (5) es 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 académicos					
La personalidad y el carácter el 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 clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra (especificar):					

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 académicas					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otra (especificar):					
	(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					
Religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					

Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra (especificar):					

**Adaptado de: Barraza Macías, A. (2007). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. Revista Psicología Científica.com, 9-13.*

Nota: El presente instrumento será adaptado a la herramienta web “Formularios de Google” para su aplicación. Enlace del formulario: <https://forms.gle/RowXyPZ4wIvh194F9>

Anexo 5: Cuestionario MOS de Apoyo Social*

A continuación, se presentan algunas preguntas sobre el apoyo que está disponible para usted:

1. ¿Cuántos amigos y familiares cercanos tienes? (Personas con las que te sientes cómodo y a quien puedes acudir para apoyarte en algún problema)

Amigos cercanos: ____

Familiares cercanos: ____

Marca con una “X” la respuesta que considere que describe mejor su situación en las siguientes preguntas:

	¿Cuenta usted con alguien...?	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
2.	Que le ayude cuando tenga que reposar en cama					
3.	Con quien pueda contar cuando necesite hablar					
4.	Que le aconseje cuando tiene problemas					
5.	Que le lleve al médico si lo necesita					
6.	Que le muestre amor y afecto					
7.	Con quien pasar un buen rato					
8.	Que le informe y le ayude a entender la situación					
9.	En quien confiar o con quien hablar de usted mismo y sus preocupaciones					
10.	Que le abrace					
11.	Con quien pueda relajarse					
12.	Que le prepare la comida si no puede hacerlo					
13.	Cuyo consejo realmente desee					
14.	Con quien hacer cosas que le ayuden a olvidar los problemas					
15.	Que le ayude en las tareas domésticas					
16.	Con quien pueda compartir sus temores y problemas personales					
17.	Que le aconseje sobre cómo resolver sus problemas personales					
18.	Con quien divertirse					

19.	Que comprenda sus problemas					
20.	A quien amar y sentirse querido					

**Adaptado de: Sherbourne, C. D., & Stewart, A. L. (1991). The MOS social support survey. Social Science & Medicine, 32(6), 705–714.*

Nota: El presente instrumento será adaptado a la herramienta web “Formularios de Google” para su aplicación. Enlace del formulario: <https://forms.gle/RowXyPZ4w1vh194F9>

Anexo 6: Datos sociodemográficos

- **Edad**

—

- **Sexo**

Varón

Mujer

- **Año de estudios**

1.º

2.º

3.º

4.º

5.º

Nota: El presente instrumento será adaptado a la herramienta web Formularios de Google para su aplicación. Enlace del formulario: <https://forms.gle/RowXyPZ4w1vh194F9>

Anexo 8: Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable	Metodología
<p>General:</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y el apoyo social percibido en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)?</p>	<p>General:</p> <p>- Describir la relación entre el estrés académico y el apoyo social percibido en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).</p>	<p>General:</p> <p>- Existe una relación significativa entre el estrés académico y el apoyo social percibido entre los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Estrés académico</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estresores - Síntomas - Estrategias de afrontamiento <p>Variable 2:</p> <p>Apoyo social percibido</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apoyo emocional - Ayuda tangible - Interacción social positiva - Apoyo afectivo 	<p>Enfoque:</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Nivel:</p> <p>Correlacional</p> <p>Diseño:</p> <p>Transversal descriptivo-correlacional</p> <p>Población: 422 estudiantes de Psicología de una universidad particular</p> <p>Muestra: No probabilística por conveniencia, 386 estudiantes de Psicología de una universidad particular</p> <p>Recolección de datos: Inventario SISCO del Estrés Académico, Cuestionario MOS de Apoyo Social</p> <p>Análisis de datos: Coeficiente alfa, Análisis factorial, Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, Rho de Spearman</p>
<p>Específicos</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y el apoyo emocional en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)?</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la ayuda tangible en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)?</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la interacción social positiva en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)?</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y el apoyo afectivo en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021)?</p>	<p>Específicos:</p> <p>- Definir la relación entre el estrés académico y el apoyo emocional en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).</p> <p>- Definir la relación entre el estrés académico y la ayuda tangible en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).</p> <p>- Definir la relación entre el estrés académico y la interacción social positiva en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).</p> <p>- Definir la relación entre el estrés académico y el apoyo afectivo en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).</p>	<p>Específicas:</p> <p>- Existe una relación significativa entre el estrés académico y el apoyo emocional en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).</p> <p>- Existe una relación significativa entre el estrés académico y la ayuda tangible en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).</p> <p>- Existe una relación significativa entre el estrés académico y la interacción social positiva en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).</p> <p>- Existe una relación entre el estrés académico y el apoyo afectivo en los estudiantes de psicología de una universidad particular (2021).</p>		