

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Académico Profesional de Enfermería

Tesis

**Niveles de estrés y rendimiento académico en
estudiantes de Enfermería de la Universidad
Continental, Huancayo, 2023**

Akemy Susan Ore Zacarias
Edith Milagros Vilchez De la Cruz

Para optar el Título Profesional de
Licenciado en Enfermería

Huancayo, 2024

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



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

INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

A : MA. Claudia Maria Teresa Ugarte Taboada.
Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud

DE : Liliana Mendoza Caballero.
Asesor de trabajo de investigación

ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de trabajo de investigación

FECHA : 16 de Setiembre de 2024

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para saludarlo y en vista de haber sido designado asesor de la tesis titulada: "**Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023**", perteneciente a las estudiantes: **VILCHEZ DE LA CRUZ, Edith Milagros** y **ORE ZACARIAS, Akemy Susan**, de la E.A.P. de Enfermería; se procedió con la carga del documento a la plataforma "Turnitin" y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software dando por resultado 17 % de similitud (informe adjunto) sin encontrarse hallazgos relacionados a plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía SI NO
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores
Nº de palabras excluidas (**en caso de elegir "SI"**): 30 SI NO
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI NO

En consecuencia, se determina que la tesis constituye un documento original al presentar similitud de otros autores (citas) por debajo del porcentaje establecido por la Universidad.

Recae toda responsabilidad del contenido de la tesis sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios de legalidad, presunción de veracidad y simplicidad, expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales – RENATI y en la Directiva 003-2016-R/UC.

Esperando la atención a la presente, me despido sin otro particular y sea propicia la ocasión para renovar las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,

La firma del asesor obra en el archivo original
(No se muestra en este documento por estar expuesto a publicación)

Dedicatoria

Dedico esta tesis a mi madre, quien con su sabiduría, fortaleza y amor incondicional me ha guiado en cada paso de mi vida. Gracias por ser mi luz en mis momentos más oscuros y por creer en mí, este logro es triunfo de las dos.

Akemy Susan

A mis padres, por haberme forjado y educado como la persona que soy en la actualidad, muchos de mis logros se los debo a ustedes, ya que me formaron con libertad sí, pero con reglas. A mis hermanos, por estar a mi lado siempre. A mi familia, por celebrar cada uno de mis triunfos. A mis tíos que no pudieron llegar acompañar en el final de este largo recorrido, sé que desde el cielo me acompañan, los llevo en el corazón. A mis abuelos porque me dieron el amor más puro.

Agradecimientos

A Dios, por habernos dado salud y guiarnos a elegir una carrera destinada a brindar apoyo al prójimo.

A la Universidad Continental, por haber sido nuestra alma mater y habernos formado como buenas profesionales.

A nuestros padres, por el apoyo económico y moral durante la carrera universitaria.

A la Lic. Liliana Mendoza Caballero, porque desde el primer momento que la designaron para que sea nuestra asesora, ha estado a nuestro lado guiándonos y orientándonos en este largo recorrido de titulación.

A nuestros docentes, por haber brindado sus conocimientos y así poder dar lo mejor de nosotras durante la realización de diversas actividades que exige nuestra profesión.

A los alumnos, que dispusieron de su tiempo para poder ayudarnos en la realización de nuestras encuestas así poder culminar esta tesis.

Las autoras

Índice de contenidos

Hoja de presentación.....	1
Dedicatoria.....	ix
Agradecimientos.....	x
Índice de contenidos.....	xi
Índice de tablas.....	xiii
Índice de figuras.....	xiv
Resumen.....	xv
Abstract.....	xvi
Introducción.....	xvii
Capítulo I: Marco teórico.....	19
1.1. Antecedentes de la investigación.....	19
1.1.1. Artículos científicos.....	19
1.1.2. Tesis internacionales.....	20
1.1.3. Tesis nacionales.....	21
1.1.4. Antecedentes locales.....	21
1.2. Bases teóricas.....	22
1.2.1. Niveles de estrés.....	22
1.2.2. Rendimiento académico.....	26
1.3. Definición de términos básicos.....	32
Capítulo II: Materiales y métodos.....	33
2.1. Enfoque de la investigación.....	33
2.2. Tipo de la investigación.....	33
2.3. Nivel de la investigación.....	33
2.4. Métodos de investigación.....	33
2.5. Diseño de la investigación.....	34
2.6. Población y muestra.....	34
2.6.1. Población.....	34
2.6.2. Muestra.....	34
2.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	35
2.7.1. Técnicas.....	35
2.7.2. Instrumentos.....	35
2.8. Técnicas estadísticas de análisis de datos.....	37

2.9. Aspectos éticos	37
Capítulo III: Resultados y discusión	38
3.1. Descripción del trabajo de campo.....	38
3.2. Presentación de resultados.....	38
3.3. Contrastación de resultados	47
3.4. Discusión de resultados	49
Conclusiones	54
Recomendaciones.....	55
Bibliografía.....	56

Índice de tablas

Tabla 1. Resultado sociodemográfico (n=649).....	39
Tabla 2. Resultado del rendimiento académico.....	40
Tabla 3. Resultado de los niveles de estrés	41
Tabla 4. Resultado de los niveles de estresores	42
Tabla 5. Resultado de los niveles de síntomas	42
Tabla 6. Resultado de los niveles de estrategias de afrontamiento.....	43
Tabla 7. Resultado de distribución de frecuencias bidimensional entre la variable niveles de estrés y rendimiento académico	44
Tabla 8. Resultado de distribución de frecuencias bidimensional entre la dimensión estresores y rendimiento académico	45
Tabla 9. Resultado de distribución de frecuencias bidimensional entre la dimensión síntomas y rendimiento académico	46
Tabla 10. Resultado de distribución de frecuencias bidimensional entre de estrategias de afrontamiento y rendimiento académico	46
Tabla 11. Prueba de normalidad	47
Tabla 12. Resultado de la correlación de Spearman entre niveles de estrés y rendimiento académico	47
Tabla 13. Resultado de la correlación de Spearman entre estresores y rendimiento académico.....	48
Tabla 14. Resultado de la correlación de Spearman entre síntomas, reacciones y rendimiento académico	48
Tabla 15. Resultado de la correlación de Spearman entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico	49

Índice de figuras

Figura 1. Resultado porcentual del rendimiento académico	40
Figura 2. Resultado porcentual de los niveles de estrés.....	41
Figura 3. Resultado porcentual de los niveles de estresores.....	42
Figura 4. Resultado porcentual de los niveles de síntomas.....	43
Figura 5. Resultado porcentual de los niveles de estrategias de afrontamiento	44

Resumen

El objetivo de esta tesis es determinar la relación entre los niveles de estrés y el rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de una Universidad Privada en Huancayo durante el año 2023. El estudio es de naturaleza cuantitativa, con un diseño no experimental, nivel relacional de asociación y de corte transversal. La población de estudio consta de 928 estudiantes, de los cuales se seleccionó una muestra de 649 participantes. Se utilizó un cuestionario como técnica de recolección de datos. Para medir la primera variable, se aplicó el inventario SISCO, una herramienta psicométrica diseñada para evaluar el estrés académico. Para la segunda variable, se empleó una ficha de registro, que permitió recoger los resultados del rendimiento académico de los estudiantes proporcionados por la oficina de registros académicos de la universidad. Los resultados obtenidos indican que el nivel medio o regular de estrés académico fue el más frecuente, representando el 72.3 % de la muestra, seguido por el nivel alto (23.7 %) y el nivel bajo (4.0 %). En cuanto al rendimiento académico, el 54.2 % de los estudiantes alcanzó un nivel sobresaliente, seguido por un 18.6 % con un nivel notable, un 19.9 % que desaprobó, y un 7.2 % que alcanzó el nivel aprobado. La prueba de hipótesis reveló una relación significativa entre las variables de estudio (p -valor = 0.000 < 0.05), con una magnitud muy alta y negativa (ρ de Spearman = -0.985). Además, se encontraron relaciones significativas entre los estresores y el rendimiento académico (p < 0.05), entre los síntomas de estrés y el rendimiento (p < 0.05), y entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento (p < 0.05). En conclusión, se determinó que, a mayor nivel de estrés académico, menor es el rendimiento académico.

Palabras claves: estrés académico, rendimiento académico, enfermería.

Abstract

The objective of this thesis is to determine the relationship between stress levels and academic performance in nursing students at a private university in Huancayo during the year 2023. The study is quantitative in nature, with a non-experimental design, relational level of association and cross-sectional. The study population consists of 928 students, from which a sample of 649 participants was selected. A questionnaire was used as a data collection technique. To measure the first variable, the SISCO Inventory was applied, a psychometric tool designed to assess academic stress. For the second variable, a registration form was used to collect the results of the students' academic performance provided by the university's academic records office. The results obtained indicate that the medium or regular level of academic stress was the most frequent, representing 72.3% of the sample, followed by the high level (23.7%) and the low level (4.0%). Regarding academic performance, 54.2% of students achieved an outstanding level, followed by 18.6% with a notable level, 19.9% who failed, and 7.2% who achieved the passing level. The hypothesis test revealed a significant relationship between the study variables (p -value = $0.000 < 0.05$), with a very high and negative magnitude (Spearman's $\rho = -0.985$). In addition, significant relationships were found between stressors and academic performance ($p < 0.05$), between stress symptoms and performance ($p < 0.05$), and between coping strategies and performance ($p < 0.05$). In conclusion, it was determined that the higher the level of academic stress, the lower the academic performance.

Keywords: academic stress, academic performance, nursing.

Introducción

El estrés ha emergido como una preocupación predominante en materia de salud en los tiempos actuales, adquiriendo proporciones que lo sitúan como un asunto de suma importancia e interés en el sector salud. Es de vital importancia fomentar ambientes laborales saludables, no solo con la finalidad de salvaguardar la salud de los empleados, sino también para impactar positivamente en la productividad, el compromiso laboral, el equilibrio emocional y bienestar. Por otro lado, se realizó un sondeo a nivel mundial, el cual reveló que las responsabilidades académicas, junto con la crisis habitacional están generando estrés en un gran número de personas, considerando los aspectos académicos como fuentes significativas de estrés.

En las universidades de todo el mundo, los estudiantes enfrentan crecientes niveles de estrés relacionados con el rendimiento académico, ya que se enfrentan a demandas, desafíos y retos que exigen de recursos físicos y psicológicos diversos. Esta situación conlleva a padecer de agotamiento, desinterés por el estudio y autocritica. El ingreso a la universidad en el Perú implica una serie de cambios que pueden ser factores de riesgo para nuestro desarrollo social, tales como la falta de control sobre un nuevo entorno, lo que potencialmente puede contribuir al fracaso académico. Las actividades académicas universitarias en sí constituyen cargas altas de estrés y ansiedad, pudiendo impactar en su bienestar físico y emocional del alumnado.

En este sentido, el rendimiento académico se refleja en el conocimiento, las habilidades y destrezas aprendidas durante el proceso de aprendizaje, y se manifiesta especialmente en épocas de evaluación. Mientras que el estrés puede presentarse de manera conductual y a través de síntomas físicos, ambos problemas pueden coexistir y manifestarse desde el inicio de vida hasta la vejez.

En la actualidad, el tema del estrés académico y su investigación están ganando una notable popularidad. Los estudiantes recurren a estrategias de afrontamiento, que son métodos cognitivos y conductuales en constante evolución para gestionar las presiones tanto externas como internas que perciben como abrumadoras. Tanto el rendimiento académico y el estrés se encuentran intrínsecamente relacionados a nivel fisiológico y ambiental en los universitarios, lo que se manifiesta en el proceso de aprendizaje y en los conocimientos adquiridos. Además, se considera un tema social que permite comprender y analizar los sucesos que se dan durante la etapa universitaria.

La Universidad Continental en Huancayo se encuentra dentro de las mejores universidades a nivel Junín, teniendo en cuenta que ofrecen una amplia gama de programas académicos, desde Ingeniería, Ciencias de la Salud hasta Humanidades y Ciencias Sociales, brindando un entorno propicio para el aprendizaje, con los recursos naturales, además de oportunidades de intercambio académico internacional. Por ello, la mayoría de las personas que viven en distintas provincias llegan a estudiar en esta universidad.

En un estudio que se realizó recientemente en esta misma universidad sobre “Estrés académico y afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Huancayo - 2022”, se propuso determinar la relación entre las variables del estudio. En lo metodológico, el enfoque fue cuantitativo, correlacional, no experimental y transeccional, contando con la participación de 7 447 estudiantes de psicología. Sus resultados fueron como sigue el 63.7% de los participantes presentan un nivel severo de estrés académico (1).

Las razones expuestas conllevaron a realizar la presente investigación, tiene por objetivo determinar la relación entre niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería, con la finalidad de brindar mayores y recientes elementos de juicio para que los gestores del servicio educativo evalúen la factibilidad y oportunidad de posibles intervenciones psicopedagógicas, estrategias de afrontamiento frente al estrés; de modo que a corto y mediano plazo ayuden a mejorar el rendimiento académico.

Una investigación cuantitativa como la que hoy se presenta se caracteriza porque en lo metodológico es básico, el diseño es no experimental de corte transversal y de nivel relacional de asociación. Se recolectó la información en el mes de noviembre siendo las semanas 13, 14 y 15 del periodo académico 2023 - 20. Teniendo una muestra de 928 alumnos del 2.º al 8.º ciclo y la muestra es de 649 alumnos; además, el análisis estadístico contó con el apoyo del IBM SPSS Statistic 26.0.

En el capítulo I se desarrolla el marco teórico con estudios previos nacionales e internacionales. En el capítulo II se presentan los materiales y método. En el capítulo III se encuentran los resultados descriptivos e inferenciales, los que fueron útiles para la discusión de resultados. Finalmente, conclusiones y recomendaciones.

Capítulo I

Marco teórico

1.1. Antecedentes de la investigación

1.1.1. Artículos científicos

Zarracino et al. (2), en su investigación del año 2022, tuvieron el propósito de determinar la relación del estrés y el rendimiento académico. Ha sido un estudio cuantitativo, correlacional y de corte transeccional. Sus resultados permitieron conocer que el 37,9 % mostró un nivel alto y el 85,5 % presentó un nivel moderado de estrés académico. Además, las variables no se encuentran relacionadas ($p=,142>,05$). En conclusión, no existe relación significativa entre las variables estudiadas.

Huanacuni (3), en el año 2021, se propuso analizar la relación del tecnoestrés con el rendimiento académico. La metodología tuvo un enfoque cuantitativo, correlacional y transeccional, siendo 140 individuos quienes participaron de la investigación. Los resultados permitieron conocer que el 86,4 % posee un nivel medio alto de tecnoestrés y en sus dimensiones, tecno fatiga un 71,43 % con nivel medio alto, tecno ansiedad un nivel medio bajo con 68,57 % y el 63,57 % un nivel medio alto en tecno adicción mientras el rendimiento académico obtuvo un nivel regular siendo el 82,14 %, encontrándose que no existe asociación ($p=,871>,05$). En conclusión, las variables no se relacionan.

Rueda et al. (4), en el año 2021, se propuso establecer la relación entre estrés académico y rendimiento estudiantil. En lo metodológico, fue descriptivo, analítico y de corte transeccional, teniendo como muestra 735 estudiantes. Los resultados mostraron que el 99 % de los participantes presentan un nivel moderado de estrés, y uno de los factores

estresores principales resultaron ser la fatiga crónica (82 %) y los problemas de concentración. En conclusión, el nivel de estrés moderado debe ser supervisado.

Shariffard et al. (5), en el año 2020, realizaron una investigación donde se propusieron explorar la relación de la motivación, la autoeficacia, el estrés y el rendimiento académico con el agotamiento académico entre alumnos paramédicos y de enfermería. La investigación fue descriptiva-analítica. Teniendo la participación de 264 alumnos. Sus resultados fueron como sigue: la puntuación media de desgaste académico fue $28,52 \pm 15,84$, también las subescalas de rendimiento académico, motivación académica, autoeficacia académica y estrés académico de los estudiantes se relacionaron con el desgaste académico ($p < 0,05$) y el 50 % de los cambios de varianza se delimitaron en el desgaste académico. Se concluye que la motivación interna, la desmotivación y la gestión del trabajo familiar son factores de disminución considerados importantes del desgaste académico.

1.1.2. Tesis internacionales

Oña (6), en el año 2021, se propuso identificar la relación entre el estrés y el rendimiento académico. En lo metodológico, el enfoque fue cuantitativo, nivel descriptivo y de corte transeccional, siendo 231 personas los que participaron en el estudio. Sus resultados permiten conocer que, en el promedio académico, el 44,64 % alcanzaron un promedio satisfactorio mientras el 82,83 % se ubican con un estrés alto. Además, se encontró un valor $p = ,062$ mayor que el ,05; en consecuencia, no existe una asociación entre las variables. En conclusión, las variables no se encuentran relacionada significativamente.

Marrero (7), en el año 2021, tuvo como objetivo establecer la relación entre burnout, estrés académico y rendimiento académico en Tenerife-España. En lo metodológico, tuvo un enfoque cuantitativo, correlacional y transeccional, considerando a 1195 informantes como participantes del estudio. Se determinó que los alumnos con los resultados académicos más altos tienen un menor nivel de agotamiento y, por otro lado, un mayor nivel de autoeficacia académica. Concluyó que la relación entre estos fenómenos está respaldada por evidencias empíricas y que la mejora del rendimiento universitario podría consolidarse con estrategias de afrontamiento del estrés y el burnout académico.

1.1.3. Tesis nacionales

Gómez (8), en el año 2021, se interesó por determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico. Esta ha sido una indagación de métodos cuantitativos y correlacional, siendo 100 estudiantes los que participaron del estudio. Los resultados evidenciaron que el 54 % de los participantes poseen niveles de estrés bajo y el 86 % posee un nivel medio de rendimiento académico. En conclusión, las variables estudiadas están relacionadas significativamente.

Mallqui y Trujillo (9), en el año 2020, propusieron conocer la influencia del estrés en el rendimiento académico. En lo metodológico, fue un enfoque cuantitativo, correlacional y de corte transeccional, participando 180 educandos. Sus resultados permitieron conocer que el 85,6 % de participantes posee niveles de estrés moderado mientras el 51,7 % detenta un rendimiento académico regular. En conclusión, el estrés no influye en el rendimiento académico (p -valor es mayor que ,05).

Castro y Quiñones (10), en el año 2019, tuvieron como propósito determinar la relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico. En lo metodológico, el nivel fue descriptivo-correlacional, no experimental. En relación a los participantes, se tuvo una muestra de 21 sujetos. Sus resultados fueron como sigue: el 66,67 % de los participantes poseen niveles de estrés alto y el 66,67 % tienen un rendimiento académico bajo, encontrándose mediante rho de Spearman=,632; $p=,000<,05$. En conclusión, las variables se relacionan de manera significativa.

Pariona y Maldonado (11), durante el 2019, propusieron determinar la influencia del estrés laboral en el rendimiento académico. La investigación fue cuantitativa, correlacional y de corte transversal, contando con la participación de 60 individuos. Sus resultados permitieron conocer a partir de las dimensiones del estrés laboral, el agotamiento emocional tuvo un nivel bajo con 75 %, la realización personal fue alta con el 86,17 % mientras que en el rendimiento académico el 70 % logró un “aprobado”. Se concluye las dimensiones mencionadas anteriormente no inciden en el rendimiento académico.

1.1.4. Antecedentes locales

Aguirre (12), durante el 2020, propuso determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en estudiantes. La investigación fue cuantitativa, correlacional y de corte transeccional, siendo 200 personas las que participaron en la investigación. Se obtuvo que el 79,5 % de los participantes presentan un nivel moderado

de estrés y el 53 % posee un nivel alto con respecto al rendimiento académico. Se concluye que las variables mencionadas anteriormente se relacionan entre sí.

Huincho (13), en el año 2020, tuvo el objetivo de determinar la relación entre el estrés y rendimiento académico en estudiantes. La metodología fue con enfoque cuantitativo, correlacional y transeccional, considerando a 84 estudiantes para la investigación. Se obtuvo como resultado que el 69 % de los participantes presentan un nivel regular con respecto al rendimiento académico y el 67.8 % posee un nivel moderado de estrés. En conclusión, las variables guardan relación significativa, por lo cual se confirma la hipótesis alterna.

1.2. Bases teóricas

1.2.1. Niveles de estrés

En esta investigación, se define conceptualmente al estrés como una respuesta adaptativa y esencialmente psicológica frente a determinados eventos adversos, por lo que se realizan actividades que generan afrontamiento para reestablecer el equilibrio perdido (14). Así mismo, el estrés constituye un estado en el que la persona presenta un cuadro complejo en cuanto a la percepción que tiene de una situación que está viviendo. El término estrés está asociado con las consecuencias en la conducta de la persona y los diversos autores señalan que es posible llegar a un consenso a pesar de los diversos enfoques que se pueden proponer (15).

En un sentido orientado a la fisiología y psicología, esta definición ha desarrollado ciertos cambios debido al campo de aplicación y al objeto de estudio, por lo que estas especialidades señalan que el aspecto de tensión refiere, no solamente a un cambio o influencia externa o física, sino sobre todo se establece a nivel psicofisiológico (16). En cuanto a las ciencias físicas y biológicas, el estudio o definición de este término conlleva a una perspectiva conductual, en donde, de alguna u otra forma la resistencia ante la fuerza externa implica una presión lo que genera una condición interna en el individuo (17).

1.2.1.1. Antecedentes históricos

El término estrés tiene su primera aparición a comienzos del siglo XIV, en estos inicios se hacía referencia a la dureza o adversidad que sucedía en la vida de una persona. Posterior a ello, a inicios de siglo XIX y al culminar el siglo XVIII e inicios del XIX comienzan las principales teorías enfocadas en la física, ello hace alusión a la fuerza que se genera de una fuerza externa en otro ente (18). A finales del siglo XIX comienzan las

investigaciones del estrés en un sentido orientado a la medicina, es decir, ya orientado a la salud mental.

En 1932 Walter Cannon identifica que ante este término se puede observar que son los diversos estímulos que influyen en el bienestar de la persona, por ende, la salud mental y física del sujeto se deteriora. En la actualidad Chrousos y Gold determinaron que el estrés se identifica como un estado de homeostasis en amenaza y que se desencadena en respuestas fisiológicas (19).

1.2.1.2. Aproximaciones conceptuales

Se define estrés como un conjunto de estímulos provenientes del ambiente percibidos como amenazantes, por lo que producen tensión. Representante: W. Cannon (20).

Como una respuesta. Centra su atención en la manera en que las personas responden a los factores estresores. Dicha respuesta tiene dos componentes: psicológico y fisiológico. Representante: H. Selye (21).

Como un proceso ya que tiene respuestas ante las situaciones estresantes. A lo que se añade la interacción entre la persona y el ambiente. En tal sentido, lo que será determinante es la percepción o valoración que la persona hace del estrés y como responde a los eventos adversos. Representantes: Lazarus y Folkman (22).

1.2.1.3. Características del estrés

Estas suelen estar asociadas a cambios en la vida o rutina diaria de un individuo en relación con su entorno (23).

- Agotamiento emocional: se refiere al desgaste y disminución de la interacción emocional frente a intereses individuales y en la interacción social.
- Despersonalización o deshumanización: alude al desarrollo de actitudes negativas y la propensión a la irritabilidad, cinismo y enojo frente a una determinada actividad.
- Falta de realización personal: al autoconcepto que tiene el individuo hacia sí mismo que influye en la tendencia a percibir de forma negativa la experiencia profesional y desarrollo de autoestima.
- Síntomas físicos de estrés: estos se identifican como los resultados a través de consecuencia de la falta de ánimo, ello se asocia al cansancio físico, falta de sueño,

inapetencia, pérdida de peso y/o aumento. También suelen ser síntomas visibles como la aparición de caspa, acné y sarpullido.

1.2.1.4. Estrés académico en la formación en enfermería

En la formación en enfermería, el estrés académico es un factor determinante que afecta significativamente tanto el bienestar como el rendimiento de los estudiantes. Este tipo de estrés se manifiesta de diversas formas, siendo la combinación de las prácticas clínicas, la carga de trabajo académico y la gestión del tiempo algunas de las principales fuentes de tensión. Las prácticas clínicas exponen a los estudiantes a escenarios reales en los que deben aplicar sus conocimientos bajo presión, lo que a menudo genera ansiedad y temor al fracaso (24). Además, la carga de trabajo académico, que incluye exámenes, proyectos y otras evaluaciones, se suma a la presión de las prácticas clínicas, incrementando los niveles de estrés. La gestión del tiempo se convierte en un desafío crucial, ya que los estudiantes deben equilibrar las demandas académicas con sus responsabilidades personales, lo que a menudo conduce a un agotamiento mental y físico que puede afectar su desempeño (25).

Las estrategias de afrontamiento son esenciales ya que combate el impacto del estrés académico en los estudiantes de enfermería. Técnicas como la meditación, el ejercicio físico regular y el manejo efectivo del tiempo han demostrado ser útiles en la reducción de los niveles de estrés. Además, la implementación de intervenciones en salud mental, como el acceso a consejería y servicios de apoyo psicológico, puede proporcionar un espacio seguro para que los estudiantes aborden sus preocupaciones y aprendan a manejar el estrés de manera saludable (26). El apoyo social, tanto de familiares como de compañeros y profesores, también desempeña un papel clave en la resiliencia frente al estrés. En la era digital, la tecnología se ha convertido en un recurso doblemente valioso: por un lado, ofrece herramientas que facilitan la organización y la gestión del tiempo; por otro, puede ser una fuente adicional de estrés debido a la sobrecarga de información y las distracciones constantes. Por lo tanto, una comprensión integral del estrés académico en enfermería requiere considerar tanto los factores específicos que lo generan como las estrategias de afrontamiento que pueden ayudar a los estudiantes a superarlo (27).

1.2.1.5. Teorías o enfoques sobre el estrés

- **Teoría fisiológica.** Selye define al estrés como una respuesta no determinada que emite el organismo a determinados estresores. Estos últimos se caracterizan porque

desequilibran la homeostasis del organismo. Con base en ello, se desarrolla el síndrome general de adaptación: a) alarma, b) resistencia, c) agotamiento.

- **Teoría psicológica.** También conocida como la teoría transaccional del estrés que fue planteada por Lazarus y Folkman. Se concentra en la evaluación cognoscitiva siendo este un mecanismo en el cual los individuos aprecian lo que sucede con el bienestar personal.

- **Afrontamiento del estrés.** Se les considera como respuestas conductuales, cognitivas y emocionales que son elegidas para el manejo y tolerancia de este, lográndose la disminución de la preocupación, agotamiento y recuperación del equilibrio (28).

Existe dos tipos de afrontamiento del estrés: los que se focalizan en el problema y, los que se direccionan a la emoción con la finalidad de paliar la angustia experimentada. Algunos estudiosos hallaron que las estrategias del primer tipo son más saludables que las que apuntan a la emoción; otros, en cambio concluyeron que la eficacia del afrontamiento estará en función de la intensidad del estrés, siendo recomendable que se adopten las estrategias del segundo tipo si el estrés no tiene una alta intensidad (29).

- **Teoría del aprendizaje.** El aprendizaje se basa en adquirir nuevos conocimientos, habilidades y aptitudes, lo que se consigue mediante la experiencia, la observación y la instrucción. Algunas de las teorías más destacadas son:

- ✓ **Conductismo.** Es, básicamente, una corriente de pensamiento proveniente de la psicología, centrada por completo en el comportamiento y, por consiguiente, en las conductas observables y medibles. Fue una respuesta desde la preocupación por el análisis de las interrelaciones ambientales y las conductas de los organismos mediante el estímulo-respuesta. Representante: J.B. Watson (30)

- ✓ **Cognitivismo.** Tiene como ideas principales: el estudiante se hace responsable de la obtención del conocimiento, construyéndolo por sí mismo, relacionando la nueva información con sus saberes previos, requiere el apoyo del docente o de un adulto como uno de sus orientadores. Representantes: Piaget y Ausubel (31).

- ✓ **Socio constructivismo.** El estudiante es concebido como ser social, donde la cultura crea y recrea el aprendizaje. Bajo esta premisa, el conocimiento no es un acto individual, sino fundamentalmente una construcción social. Por ese motivo, la etapa de la

enseñanza y aprendizaje debe planificarse con tareas que promuevan la participación activa del alumno junto a sus pares. Representante: Vygotsky (32).

1.2.1.6. Dimensiones del estrés académico

Son establecidas por Arturo Barraza, quien es el creador del instrumento utilizado para medir esta variable y, a su vez, la fuente principal de referencia: 1) Estresores: se refiere a los estímulos que conlleva la exigencia por parte de las instituciones educativas para los estudiantes con el fin de lograr un rendimiento apto; 2) Signos y síntomas: los signos se consideran como respuestas tanto físicas, psicológicas y emocionales ante la situación estresante, a diferencia de los síntomas que está más relacionado con la parte física como los dolores musculares, susceptibilidad que es la parte psicológica y lo emocional que implica el miedo, ansiedad y la ira; 3) Estrategias de afrontamiento: hacen referencia a los mecanismos de defensa que se aplica ante una circunstancia difícil.

1.2.2. Rendimiento académico

1.2.2.1. Aproximaciones conceptuales

Se le puede conceptualizar como la medida de las capacidades correspondientes a los alumnos dentro de un proceso formativo. Esto quiere decir que se determina como la expresión de las capacidades del estudiante frente a alguna asignatura o a un proceso educativo, el cual se expresará posteriormente en un calificativo que puede ser medible. También puede ser reconocido como aquel proceso en el que se intervienen factores cualitativos y cuantitativos desde la enseñanza, ello está orientado al cumplimiento de objetivos académicos propuestos previamente que son establecidos mediante niveles, esto se expresa en los resultados que se obtienen mediante el alumno después de su aprendizaje (33).

El rendimiento académico es la causa del conocimiento adquirido por el alumnado como parte de su aprendizaje académico y la capacidad de este en la evaluación que se enfoquen en los elementos que influyan en su enseñanza. Posteriormente, a partir de herramientas empleadas por el profesor como exámenes, tareas o entrevistas, se realiza el proceso de evaluación en donde el nivel de conocimientos logrados se medirá a través de un sistema de clasificación. Esta suele ser de tipo cuantitativa, en este sentido el docente es aquel que establece los criterios para la evaluación de cada asignatura correspondiente al nivel del estudiante (34).

1.2.2.2. Factores que influyen en el rendimiento académico

Se ha determinado tres factores relevantes que repercuten al rendimiento académico, los que se consideran parte de la enseñanza como en el estudiante, correspondiente a esto ello se ha dividido en factores personales, factores pedagógicos y factores sociales (35).

- **Factores personales.** Se interpretan como aquellas características propias del individuo, es decir, aspectos que pueden favorecer o disminuir el rendimiento en cada estudiante.

- ✓ Aspectos personales. Se denomina a aspectos personales a las cualidades de cada alumno en particular, pueden ser aspectos emocionales o psicológicos y que están constituidos de manera interna del cual se desprenden características propias de cada uno de los estudiantes implicados. Esto incluye factores como el control de emociones, tolerancia a la frustración, resiliencia y toma de decisiones, entre otros. Además, se puede distinguir elementos negativos que influyen el rendimiento académico identificado aspectos negativos que perjudican el rendimiento académico, tales como la falta de interés, la inactividad y la resistencia que tiene el alumnado (36).

- ✓ Condiciones fisiológicas. Hace referencia a la psicomotricidad o comportamiento hacia el aprendizaje desde una condición diagnosticada. Tales como la dislexia y la dislalia y los estudiantes que se consideran neuro-diversos y con dificultades sensoriales. Esto quiere decir estudiantes con habilidades diferentes o con problemas físicos, biológicos o sensoriales que influyen en el proceso de aprendizaje. Otros aspectos también relacionados con este punto son: las enfermedades crónicas que impiden el desarrollo de las tareas encomendadas, etapas de crecimiento, y algunos casos como la tartamudez y estrabismo (37).

- ✓ Capacidad intelectual. Está relacionado con el rendimiento académico debido a su asociación directa ya que la evaluación mediante pruebas permitirá tener conocimiento de la relación que puede existir entre la inteligencia de los estudiantes y la enseñanza que el docente brinda. Existe, entonces, una relación significativa de la capacidad intelectual y el aprovechamiento, puesto que la falta de recursos intelectuales es la razón directa en la falta de éxito académico. Sin embargo, la capacidad intelectual no solamente se asocia a la inteligencia, sino también a las habilidades sociales que permiten que alumnos superdotados caigan en frustración y fracaso académico. Es por ello que dentro de la

capacidad intelectual se identifican ciertos recursos como: la seguridad, la actitud, la tolerancia, la expresión oral y la organización. (38).

✓ Hábitos de estudio. Se refiere a todos los recursos que se le proporciona al estudiante con la finalidad de desarrollar competencias para la retención de información para luego procesar en análisis y sintetizar convirtiéndose en un aprendizaje. Los elementos de un hábito de estudio son: a) Asociar al proceso de interacción de información a través de su contenido. b) Elaboración y planificación de actividades recurrentes y repetitivas para su desarrollo. c) Requerir de condiciones externas que fomenten una secuencialidad para el desarrollo de las actividades. d) Automatizado y ordinario que permita su acondicionamiento rutinario. Debido a lo expuesto, los hábitos de estudios fomentan en el alumno facilidad para expresar lo aprendido en la clase para que se pueda aprovechar el aprendizaje de forma óptima (39).

• **Factores pedagógicos.** Son aquellos identificados desde el emisor del conocimiento absorbido por el estudiante, es decir por el proveedor del aprendizaje, tal es el caso del colegio, el maestro y los medios.

✓ Organización institucional. Es la entidad responsable de los programas de estudios establecidos para cada una de las especialidades y se encuentran diseñadas bajo las directrices del Ministerio de Educación, ello quiere decir que la información proporcionada por el docente se encuentra proporcionado por la institución responsable del conocimiento entregado a los alumnos. Es por ello que la planificación es importante para la adquisición de conocimientos. Es importante tener en cuenta el seguimiento de los planes de las temáticas de las materias, la evaluación y capacitación constante a los docentes (40).

✓ La didáctica. Hace referencia a la manera en la que se enseña, es decir la metodología utilizada para que obtengan un conocimiento adecuado brindado por el maestro hacia el alumno, existe la influencia de esta metodología en la captación de conocimientos, desde la utilización de recursos que ayuden visualmente para una captación de atención valiéndose de diferentes métodos para su ejecución para la influencia en el rendimiento académico (41).

✓ Actitud del docente. El profesor posee un rol relevante en el proceso de enseñanza e influye en el rendimiento académico, puesto que es el intermediario del

conocimiento y el alumno. Así mismo, durante el trabajo por parte del estudiante suele identificarse los siguientes factores: la planificación de las clases, las actividades que se realizan en clase y su impartición; las plataformas relacionadas con la motivación y el desarrollo del aprendizaje según la didáctica moderna; las normas en el aula, la preparación de las evaluaciones y la rigurosidad de estas.

La función del docente es el de proveer al estudiante de manera adecuada los conocimientos y la información requerida para el proceso de aprendizaje. Ello quiere decir que la actitud que tenga el docente debe estar asociado a los valores de integridad y respeto, puesto que actitudes como el autoritarismo o la agresividad, así como también la permisividad, no permiten satisfacer las necesidades (42).

- **Factores sociales**

- ✓ Condiciones de la familia. Está relacionado con el núcleo familiar del alumno. Lo suscitado en sus hogares repercute en el rendimiento académico puesto que la relación que tienen los padres con sus hijos favorece o desprolija la adquisición de conocimiento, la posición que los padres tienen frente a las notas de sus hijos influye en el nivel de tolerancia que tienen los alumnos y el nivel de tensión y angustia que desarrollan (43).

Dentro de estas condiciones suelen identificarse a la motivación que otorga el padre al hijo, la obligatoriedad de las actividades académicas, el nivel sociocultural de la familia, el nivel económico y el nivel emocional de los padres. En otras condiciones también influye el entorno familiar, puesto que un contexto de problemas, discusiones y peleas entre los miembros de la familia no permitirá el aprendizaje o el desarrollo de hábitos de lectura puesto que la mente se verá ofuscada por estos acontecimientos (44).

- ✓ Los amigos y el entorno social. Algunos aspectos que están vinculados al entorno social son: a) Las condiciones de infraestructura y de ambiente para la adquisición de hábitos de aprendizaje, estas deben estar orientadas a la limitación de distracciones y a que el lugar donde realiza sus actividades académicas se encuentre en una zona silenciosa, en un espacio cómodo y limpio. b) El entorno amical dentro de la institución como es el caso de la cooperación y el compañerismo. c) La planificación de la vida social para el equilibrio de trabajo intelectual y espacios de esparcimiento y recreación para que la mente tenga descanso. Es importante recalcar que cada estudiante es un mundo aparte y no todos irán al mismo ritmo, sin embargo, es importante recalcar el papel de los vínculos sociales en función del rendimiento académico (45).

1.2.2.3. Rendimiento académico en la formación en enfermería

El rendimiento académico es un constructo complejo que se ve influido por múltiples factores, tanto internos como externos. En el contexto de la formación en enfermería, es crucial considerar teorías y conceptos que expliquen cómo y por qué los estudiantes alcanzan diferentes niveles de desempeño académico. Una de las teorías fundamentales es la teoría del aprendizaje social de Bandura, que sugiere que el comportamiento de los estudiantes está influenciado tanto por factores personales como ambientales. En este sentido, la autoeficacia, es decir, la creencia de los estudiantes en su capacidad para tener éxito en tareas específicas juega un papel crucial en su rendimiento académico. Los estudiantes con una alta autoeficacia tienden a perseverar en situaciones desafiantes, es decir, tienen un mejor desempeño académico (46). Asimismo, la teoría de la motivación intrínseca y extrínseca también es relevante, ya que aquellos estudiantes que están intrínsecamente motivados, es decir, que encuentran satisfacción en el aprendizaje en sí mismo, suelen rendir mejor que aquellos que dependen únicamente de la motivación extrínseca, como calificaciones o recompensas externas.

Otro enfoque clave para comprender el rendimiento académico en enfermería es el Modelo de Procesamiento de Información, que sugiere que el rendimiento de los estudiantes depende de su capacidad para procesar, retener y aplicar la información correctamente. Este modelo destaca la importancia de las habilidades de estudio, la memoria y la atención en el rendimiento académico (47). Además, el entorno de aprendizaje juega un papel significativo en el rendimiento. Un entorno de apoyo, que fomente el aprendizaje colaborativo y proporcione recursos adecuados, puede mejorar considerablemente el desempeño de los estudiantes. Por otro lado, las barreras como la falta de recursos, las distracciones en el entorno o las tensiones personales pueden obstaculizar el rendimiento académico. Por lo tanto, para entender el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería, es esencial considerar no solo sus capacidades y motivaciones internas, sino también el entorno educativo y los recursos a su disposición (48).

1.2.2.4. Teorías acerca del rendimiento académico

Esta variable suele ser abordada desde: 1) teoría de la autoeficacia: enunciada por Bandura, define autoeficacia como el autoconocimiento de sus habilidades y destrezas para la elaboración de una actividad. creencias que cada sujeto tiene sobre sus propias capacidades para la ejecución de una tarea. De modo que, si son positivas y pueden ser gestionadas eficazmente, se incrementan las posibilidades de alcanzar el nivel deseado;

2) teoría de la motivación-logro: formulada por Dweck en 1986, pero desarrollada por McClelland. Precisamente fue él quien definió a la motivación del logro como un impulso interno por destacar, por lograr una meta lo que legitima el esfuerzo que se realice para ello.

La formación en enfermería exige un alto grado de dedicación y resiliencia por parte de los alumnos. Uno de los aspectos clave de esta formación es la inclusión de prácticas clínicas, las cuales exponen a los estudiantes a situaciones de alta presión y responsabilidad, desde el manejo de pacientes críticos hasta la toma de decisiones rápidas en situaciones de emergencia. Estas experiencias, aunque necesarias para el desarrollo de competencias profesionales, pueden ser una fuente significativa de estrés (49). La responsabilidad que implica el cuidado de la salud de otras personas, sumada a la necesidad de demostrar habilidades técnicas y de comunicación, puede generar una carga emocional y mental que afecta tanto el bienestar como el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería.

El estrés, en este contexto, no solo está asociado a la carga académica, sino también a factores externos que afectan al desempeño de los estudiantes. El apoyo familiar juega un rol fundamental para hacer frente de manera positiva y efectiva al estrés (50). Aquellos que cuentan con un sistema de apoyo sólido, que incluye tanto respaldo emocional como económico, tienen mayores posibilidades de superar los desafíos académicos sin que el estrés tenga un impacto negativo en su rendimiento. A diferencia de los que carecen de este apoyo pueden verse más vulnerables al estrés, lo que puede repercutir en su rendimiento académico y su bienestar general. La relación entre estos factores es compleja y varía entre los individuos, pero su influencia es innegable (51).

Otro aspecto relevante que se debe considerar es el entorno social en el que los estudiantes se desarrollan. Las condiciones socioeconómicas y el acceso a recursos, como bibliotecas, espacios de estudio adecuados y servicios de salud mental, pueden marcar la diferencia en la capacidad de un estudiante para gestionar el estrés. En áreas donde estos recursos son escasos, los estudiantes pueden enfrentar mayores obstáculos para mantener un buen rendimiento académico. Además, la interacción con compañeros y profesores, así como la existencia de redes de apoyo dentro del entorno académico, puede tener un impacto significativo en cómo los estudiantes perciben y manejan el estrés. En resumen, el entorno social y las condiciones socioeconómicas no solo influyen en el

bienestar de los estudiantes, sino que también son factores clave en la relación entre el estrés y el rendimiento académico en la formación en enfermería (52).

Además, el rendimiento académico cuantifica las competencias que una persona obtiene durante su desarrollo en la educación; siendo modificado según la situación tales como, las condiciones ambientales y del entorno. Por otra parte, un tema que interviene e influye en el rendimiento académico son los hábitos saludables, ya que este en su gran mayoría es descuidado por los estudiantes universitarios por considerarse susceptibles debido a los cambios drásticos y constantes que hay en esta etapa académica, como las horas extras que toma para estudiar por largas horas sin conciliar el sueño, clases con horarios distribuidos en diferentes turnos, por lo cual acrecienta la vida nocturna cuando este debería ser utilizado para descansar y rendir bien al día siguiente y la escasez en el ámbito económico en muchos de los casos es crucial, ya que al no contar con dinero no se alimentan bien.

1.3. Definición de términos básicos

- **Afrontamiento del estrés.** Esfuerzo cognitivo o conductual que se realiza en pos de manejar situaciones evaluadas como potencialmente estresantes.
- **Estrés.** Según la Organización Mundial de la Salud, son reacciones fisiológicas que predisponen al cuerpo hacia una acción.
- **Estresor.** Es el motivo por el cual se da del estrés, vulnera el bienestar del sujeto y se considera un estímulo tanto psicológico, físico, emocional o cognitivo.
- **Evaluación.** Proceso pedagógico, sistemático y participativo con el fin de lograr el éxito en el aprendizaje dentro de la educación institucionalizada.
- **Rendimiento académico.** Según el Ministerio de Educación del Perú, expresa el nivel de conocimiento que el educando alcanza en una determinada área del saber materia de evaluación.

Capítulo II

Materiales y métodos

2.1. Enfoque de la investigación

El enfoque es cuantitativo, puesto que considera que la muestra en estudio es medible ya que la información que se reunió fue numérica porque los datos fueron recolectados en la Universidad Continental y son procesados de manera estadística intentando la generalización de resultados a escenarios parecidos (53).

2.2. Tipo de la investigación

El tipo es de una investigación básica, porque no tiene fines prácticos inmediatos, sino se centra en la profundización del conocimiento teórico mediante la contrastación de teorías (54).

2.3. Nivel de la investigación

Su nivel es relacional, es decir, de asociación lo que indica la presencia de una cierta tendencia o patrón de emparejamiento entre los diversos valores de esas variables (55).

2.4. Métodos de investigación

El método es hipotético deductivo, ya que la hipótesis ha sido respaldadas o cuestionadas con los resultados inferenciales, siguiendo una ruta deductiva (56).

2.5. Diseño de la investigación

El diseño es no experimental, las variables solo son materia de observación por parte de las investigadoras, sin ser modificadas. Además, su corte temporal fue transversal, ya que los datos fueron recolectados en un solo momento y lugar (57).

2.6. Población y muestra

2.6.1. Población

La población estuvo constituida por 928 estudiantes de la carrera de Enfermería del segundo al octavo ciclo de la Universidad Continental.

2.6.2. Muestra

La muestra estuvo conformada por 649 estudiantes. De la población total, 164 estudiantes no desearon participar en el estudio, 100 no terminaron de completar las encuestas y 15 alumnos dejaron a la mitad del semestre. Todos ellos cumplieron los siguientes criterios:

- **Criterios de inclusión**

- ✓ Estudiantes que registren matrícula y que estén asistiendo regularmente al momento de la encuesta.
- ✓ Estudiantes que acepten voluntariamente participar en el estudio.
- ✓ Estudiantes que rindieron examen parcial y/o final en el décimo ciclo.

- **Criterios de exclusión**

- ✓ Estudiantes que no desearon participar.
- ✓ Estudiantes que no firmaron el consentimiento informado.
- ✓ Estudiantes que registren matrícula, pero no terminaron el ciclo.

- **Muestreo**

Para la selección de la muestra se utilizó muestreo no probabilístico intencionado, ya que se tomaron las encuestas en las semanas 13, 14 y 15 del periodo académico 2023 - 20.

2.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

2.7.1. Técnicas

La técnica fue la encuesta, pues se trata de un procedimiento estandarizado que nos facilitó como investigadoras la gestión de un apreciable volumen de información.

2.7.2. Instrumentos

El instrumento es el cuestionario, que se basa en una serie de ítems o preguntas que se derivan de los indicadores de cada una de las variables.

a) Diseño

• Ficha técnica N°1

Instrumento:	Inventario SISCO del estrés académico adaptado en el año 2019
Autor:	Arturo Barraza Macías
Lugar:	Durango, México
Ítems:	45 ítems.
Administración:	Autoadministración
Tiempo:	10 minutos
Dimensiones:	Estresores, síntomas o reacciones y estrategias de afrontamiento
Escala:	Ordinal
Niveles y rangos:	De 0 a 33% nivel de estrés leve De 34% a 66% nivel de estrés moderado De 67% al 100% nivel de estrés severo

• Ficha técnica N°2

Instrumento:	Ficha de registro del rendimiento académico
Autores:	Cesi Pariona y Mirian Maldonado, 2019
Lugar:	Lima-Perú
Administración:	Investigador
Tiempo:	15 minutos
Escala:	Ordinal
Niveles y rangos:	Sobresaliente (1-20) Notable (15-17) Aprobado (11-14) Desaprobado (0-10)

El inventario SISCO (inventario sistémico cognoscitivista) es una herramienta psicométrica desarrollada para evaluar los niveles de estrés en estudiantes, particularmente en contextos académicos. Ha demostrado ser un instrumento válido y confiable para medir el estrés académico. Su proceso de validación ha incluido pruebas rigurosas de contenido, constructo y criterio, así como pruebas de consistencia y estabilidad, lo que respalda su uso en la evaluación del estrés en estudiantes en diferentes contextos educativos.

El SISCO ha sido validado en diversos contextos educativos (secundaria, preparatoria, universidad) y en diferentes países, lo que ha permitido generalizar sus resultados y establecer su utilidad en distintos entornos culturales. Diversos estudios han sido publicados en revistas científicas que documentan la validación del SISCO, proporcionando evidencia empírica sobre su eficacia como herramienta de evaluación del estrés académico.

b) Confiabilidad

- **Resultados de confiabilidad en Alfa de Cronbach**

	Versión preliminar (41 ítems)	Versión definitiva (31 ítems)
Confiabilidad Alfa de Cronbach (general)	.92	.90
Confiabilidad Alfa de Cronbach (dimensión estresores)	.85	.85
Confiabilidad Alfa de Cronbach (dimensión síntomas)	.91	.91
Confiabilidad Alfa de Cronbach (dimensión estrategias de afrontamiento)	.72	.69

En un artículo del año 2019, Barraza-Macías (58) en la página 153 consigna “una confiabilidad en alfa de Cronbach de 0,91 y en el análisis de consistencia interna realizado por el estadístico r de Pearson, evidenciando que los ítems se correlacionaron positivamente (con un nivel de significación $<0,001$)”. Asimismo, en un artículo del año 2021, Olivas-Ugarte y colaboradores (59) obtuvieron una confiabilidad de 0,90 logrando demostrar que el Inventario SISCO tiene las propiedades psicométricas para el estudio de estrés académico en universitarios peruanos. Por otra parte, Yglesias et al. (2023) en su artículo de investigación tuvieron como resultado una confiabilidad omega de manera puntual y por intervalo del 95 % de confianza, en el Inventario SISCO con una población de universitarios de Trujillo; conociendo que el coeficiente omega a nivel general es de 0.95

y en las dimensiones posee coeficientes con valores que varían entre 0.75 y .84, respectivamente, reconociendo el instrumento con una confiabilidad aceptable.

c) Validez

En el año 2020, Cabellos (60) aportó la validez de contenido del inventario SISCO, mediante el juicio de expertos informantes. La totalidad de los ítems obtiene los índices de acuerdo (IA) de 1,00 y ($p < 0,05$), indicando que los enunciados tienen un sentido y se consideran válidos. Además, se encontró un 100% en claridad de los ítems, es decir que las palabras se interpretan de manera sencilla, llegando a la conclusión, que estos son válidos. Finalmente, se halló unanimidad entre los expertos con respecto a la relevancia por ende los ítems deben ser incluidos (p. 18). Por otra parte, se tuvo como resultado una confiabilidad omega de manera puntual y por intervalo del 95% de confianza, en el Inventario SISCO con una población de universitarios de Trujillo; conociendo que el coeficiente omega a nivel general es de 0.95 y en las dimensiones posee coeficientes entre 0.75 y .84, respectivamente, reconociendo el instrumento con una confiabilidad aceptable (61).

2.8. Técnicas estadísticas de análisis de datos.

Las técnicas corresponden al análisis descriptivo e inferencial. El primero permitió conocer las frecuencias de las variables y sus dimensiones por separado, mientras que con el segundo se hizo con el propósito de analizar la normalidad y la comprobación de la hipótesis. describir con que paquete estadístico se procesó la información.

Al término de la obtención de datos estos fueron analizados y procesados en el programa IBM SPSS 26, para la elaboración de las tablas y figuras respectivamente.

2.9. Aspectos éticos

En la presente investigación se cumplió con el estilo o normas de Vancouver, lo que brindó validez y confiabilidad al autor en cada cita y referencia empleada. Luego, de manera rigurosa se cumple con el lineamiento del estudio, preservando el cuidado del anti-plagio y así no perjudique al sustento científico. Además, en la tesis se consideró cuatro principios éticos, tales como la confidencialidad, la beneficencia, la autonomía y la veracidad (62) con la finalidad de salvaguardar la dignidad, integridad y derechos de todos los participantes de esta investigación. Asimismo, se contó con la aprobación del Comité de Ética institucional.

Capítulo III

Resultados y discusión

3.1. Descripción del trabajo de campo

Para la etapa de recolección de datos se realizó una solicitud dirigida a la directora de la Carrera Profesional de Enfermería: Dra. Isabel Orcón Vílchez, solicitando el permiso para realizar la aplicación del instrumento (inventario SISCO) en los estudiantes del 2.º al 8.º ciclo de la EAP de Enfermería de la UC. Se tuvo que coordinar con los docentes de carrera profesional de Enfermería a partir de las semanas 13, 14 y 15 del periodo académico 2023 - 20 para la aplicación del instrumento de recolección de datos en los alumnos y para aplicar el instrumento se hizo mediante una base de datos en el programa IBM SPSS Statistic 26.

Asimismo, se envió solicitud a dirección de la EAP Enfermería para que registros académicos facilitaran la base de datos de los estudiantes, con los datos ya obtenidos, se tuvo que seleccionar solo los promedios finales, y así obtener como resultado el rendimiento académico de cada uno de los participantes de la presente tesis.

3.2. Presentación de resultados

Tabla 1. Resultado sociodemográfico (n=649)

	Frecuencia	Porcentaje
Edad		
17 a 25 años	629	96.9%
26 a 30 años	15	2.3%
31 a más	5	0.8%
Sexo		
Femenino	541	83.4%
Masculino	108	16.6%
Ocupación		
Solo estudio	448	69.0%
Trabajo y estudio	201	31.0%
Estado civil		
Soltero	624	96.1%
Conviviente	19	2.9%
Casado	6	0.9%
Tenencia de hijos		
Si	36	5.5%
No	613	94.5%
Número de hijos		
Sin hijos	622	95.8%
1-3 hijos	26	4.0%
4 a más	1	0.2%
Convivencia familiar		
Sólo	218	33.6%
Con sus padres	358	55.2%
Con su esposo(a) e hijos	17	2.6%
Con otros familiares o amigos	56	8.6%
Total	649	100.0%

Nota. Procesamiento estadístico usando SPSS 26.0

Interpretación

Según la tabla 1, predomina el sexo femenino en 83,4 % y masculino en 16,6 %. En cuanto la edad, predomina el rango de 17 a 25 años en 96,9 %, seguido del rango de 26 a 30 años en 2,3 %, y de 31 a más años en 0,8 %. En la ocupación, predomina solo estudia en 69 % y trabajo y estudia en 31 %. En estado civil sobresale soltero en 96,1 %, seguido de conviviente en 2,9 % y casado en 0,9 %. En la tenencia de hijos predomina el “no” en 94,5 % y el “sí” en 5,5. En el número de hijos predomina sin hijos en 95,8 %, seguido de 1 a 3 hijos en 4,0 % y 4 a más hijos en 0,2 %. En la convivencia familiar sobresale con sus padres en 55,2 %, seguido de solo con 33,6 %, con otros familiares o amigos con 8,6 % y con su esposo(a) e hijos en 2,6 %, en alumnos de la carrera de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023.

Tabla 2. Resultado del rendimiento académico

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Desaprobado	129	19,9
Aprobado	47	7,2
Notable	121	18,6
Sobresaliente	352	54,2
Total	649	100,0

Nota. Procesamiento estadístico usando SPSS 26.0

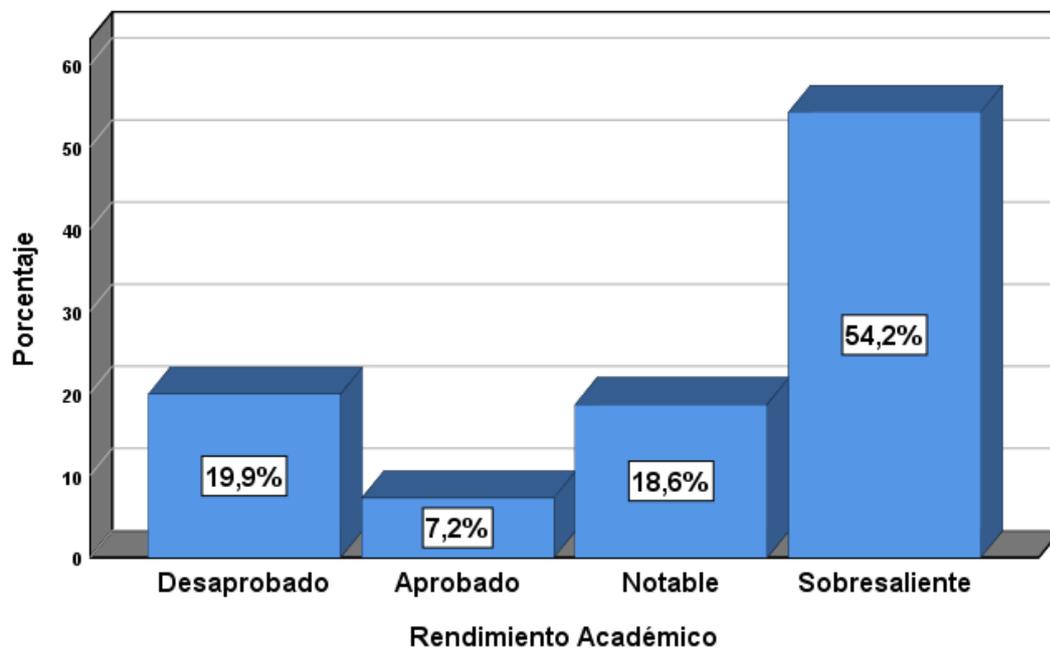


Figura 1. Resultado porcentual del rendimiento académico

Interpretación

Según la tabla 2 y figura 1, predomina un rendimiento académico sobresaliente en 54,2 %, seguido nivel desaprobado en 19,9 %, notable en 18,6 % y aprobado en 7,2 %, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023.

Por otro lado, el rendimiento académico muestra lo que el alumno ha ido adquiriendo en el proceso de pedagógico, es decir el alumno cuenta con la capacidad de responder a los estímulos provenientes del sistema educativo.

Tabla 3. Resultado de los niveles de estrés

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	26	4,0
Medio	469	72,3
Alto	154	23,7
Total	649	100,0

Nota. Procesamiento estadístico usando SPSS 26.0

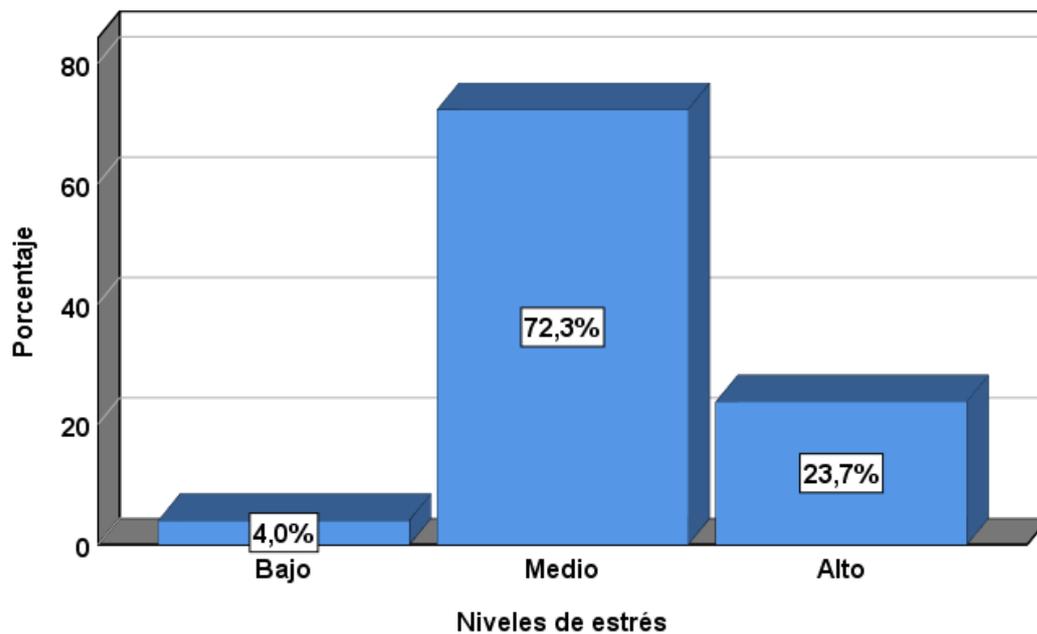


Figura 2. Resultado porcentual de los niveles de estrés

Interpretación

Según la tabla 3 y figura 2, predomina la variable niveles de estrés en medio con 72,3 %, seguido nivel alto en 23,7 %, y bajo con 4,0 %, en alumnos de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023. Por ende, los alumnos presentan cuadros de estrés debido a diversos factores, especialmente al ámbito académico afectando su salud mental y desencadenando comportamientos desadaptativos que involucren su bienestar psicológico.

Tabla 4. Resultado de los niveles de estresores

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	40	6,2
Medio	417	64,3
Alto	192	29,6
Total	649	100,0

Nota. Procesamiento estadístico usando SPSS 26.0

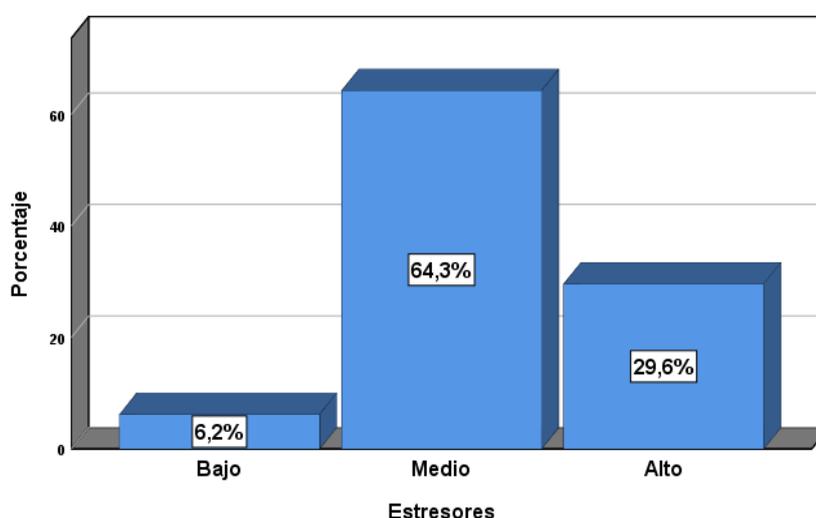


Figura 3. Resultado porcentual de los niveles de estresores

Interpretación

Según la tabla 4 y figura 3, predomina la dimensión estresores en medio con 64,3 %, seguido nivel alto en 29,6 %, y bajo con 6,2 % en estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023. Esto quiere decir que si la cantidad de estresores es mayor el alumno se verá más afectado en su rendimiento académico. No obstante, esto último no excluye la posibilidad de que el alumno no se vea afectado ya que eso dependerá del contexto y de la población.

Tabla 5. Resultado de los niveles de síntomas

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	113	17,4
Medio	354	54,5
Alto	182	28,0
Total	649	100,0

Nota. Procesamiento estadístico usando SPSS 26.0

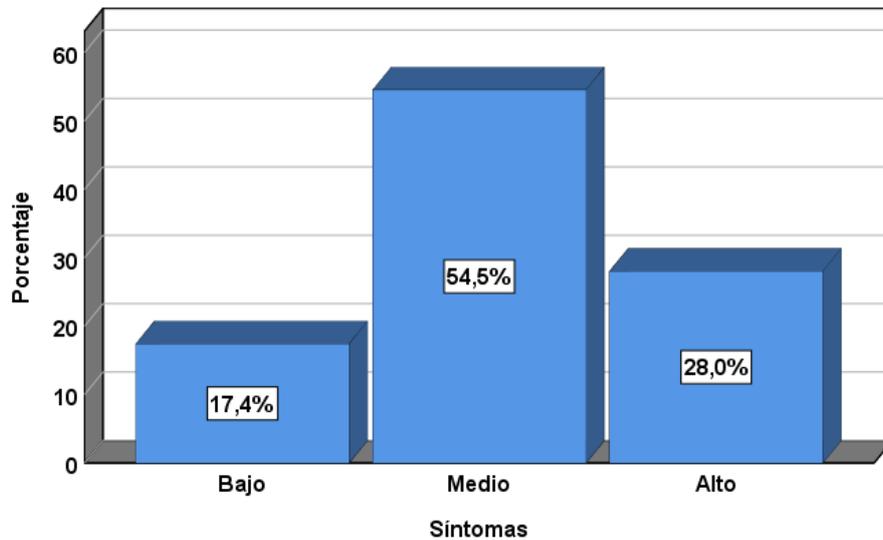


Figura 4. Resultado porcentual de los niveles de síntomas

Interpretación

Según la tabla 5 y figura 4, predomina la dimensión síntomas en medio con 54,5 %, seguido nivel alto en 28,0 %, y bajo con 17,4 % en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023. Es decir, presentan síntomas de padecimiento de estrés, debido a diferentes situaciones difíciles que el estudiante pueda experimentar, sin embargo, se debe tener en cuenta que si se combate con los síntomas se pueden prevenir enfermedades que la misma trae consigo tales como: un infarto, ansiedad, diabetes y entre otras.

Tabla 6. Resultado de los niveles de estrategias de afrontamiento

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	52	8,0
Medio	401	61,8
Alto	196	30,2
Total	649	100,0

Nota. Procesamiento estadístico usando SPSS 26.0.

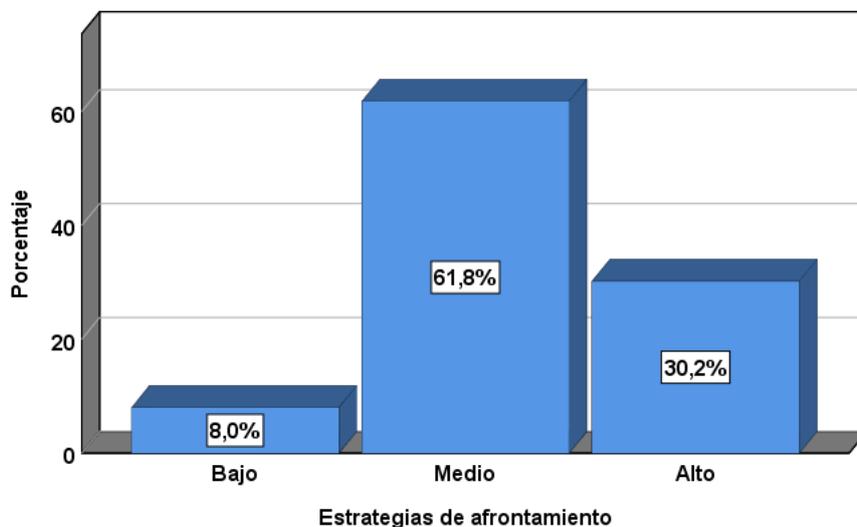


Figura 5. Resultado porcentual de los niveles de estrategias de afrontamiento

Interpretación

Según la tabla 6 y figura 5, predomina la dimensión estrategias de afrontamiento en un nivel medio con 61,8 %, seguido nivel alto en 30,2 %, y bajo con 8,0 % en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023. Por ende, se considera que los participantes al contar con más estrategias de afrontamiento tienen mayores posibilidades de combatir el estrés de manera efectiva.

Tabla 7. Resultado de distribución de frecuencias bidimensional entre la variable niveles de estrés y rendimiento académico

		Rendimiento Académico					Total
		Desaprobado	Aprobado	Notable	Sobresaliente		
Niveles de estrés	Bajo	Recuento	0	0	0	26	26
		% del total	0,0%	0,0%	0,0%	4,0%	4,0%
	Medio	Recuento	1	21	121	326	469
		% del total	0,2%	3,2%	18,6%	50,2%	72,3%
	Alto	Recuento	128	26	0	0	154
		% del total	19,7%	4,0%	0,0%	0,0%	23,7%
Total	Recuento	129	47	121	352	649	
	% del total	19,9%	7,2%	18,6%	54,2%	100,0%	

Nota. Procesamiento estadístico usando SPSS 26.0

Interpretación

Se visualiza la relación entre la variable niveles de estrés y rendimiento académico, predominando un nivel de estrés medio y rendimiento académico sobresaliente en 50,2 %, seguido de nivel de estrés alto y rendimiento académico desaprobado en 19,7 %, un nivel de estrés medio y rendimiento académico notable en 18,6 %, y un nivel de estrés alto y rendimiento académico aprobado en 4,0 % en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023. Por ende, se evidencia que el estrés repercute en el rendimiento de los estudiantes, es decir a menor estrés mayor será el rendimiento de cada uno de los estudiantes.

Tabla 8. Resultado de distribución de frecuencias bidimensional entre la dimensión estresores y rendimiento académico

		Rendimiento Académico					
		Desaprobado	Aprobado	Notable	Sobresaliente	Total	
Estresores	Bajo	Recuento	0	0	2	38	40
		% del total	0,0%	0,0%	0,3%	5,9%	6,2%
	Medio	Recuento	27	27	80	283	417
		% del total	4,2%	4,2%	12,3%	43,6%	64,3%
	Alto	Recuento	102	20	39	31	192
		% del total	15,7%	3,1%	6,0%	4,8%	29,6%
Total		Recuento	129	47	121	352	649
		% del total	19,9%	7,2%	18,6%	54,2%	100,0%

Nota. Procesamiento estadístico usando SPSS 26.0

Interpretación

Se visualiza la relación entre la dimensión estresores y rendimiento académico, predominando un nivel medio de estresores y rendimiento académico sobresaliente en 43,6 %, seguido de un nivel alto de estresores y rendimiento académico desaprobado en 15,7 %, un nivel medio de estresores y rendimiento académico notable en 12,3 %, y un nivel medio de estresores y rendimiento académico aprobado en 4,2 %. Por otra parte, los estresores representan el conjunto de estímulos que conlleva la exigencia por parte de las instituciones educativas para los estudiantes con el fin de lograr un rendimiento. Es decir, a menores estresores, mayor será el rendimiento de los alumnos.

Tabla 9. Resultado de distribución de frecuencias bidimensional entre la dimensión síntomas y rendimiento académico

		Rendimiento Académico					Total
		Desaprobado	Aprobado	Notable	Sobresaliente		
Síntomas	Bajo	Recuento	0	0	4	109	113
		% del total	0,0%	0,0%	0,6%	16,8%	17,4%
	Medio	Recuento	23	23	81	227	354
		% del total	3,5%	3,5%	12,5%	35,0%	54,5%
	Alto	Recuento	106	24	36	16	182
		% del total	16,3%	3,7%	5,5%	2,5%	28,0%
Total		Recuento	129	47	121	352	649
		% del total	19,9%	7,2%	18,6%	54,2%	100,0%

Interpretación

Se visualiza la relación entre la dimensión síntomas y rendimiento académico, predominando un nivel medio de síntomas y rendimiento académico sobresaliente en 35,0 %, seguido de un nivel alto de síntomas y rendimiento académico desaprobado en 16,3 %, un nivel medio de síntomas y rendimiento académico notable en 12,5 %, y un nivel alto de síntomas y rendimiento académico aprobado en 3,7 % en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023. Por otro lado, los síntomas que está más relacionado con la parte física como los dolores musculares, es por lo que se considera importante minimizar los síntomas del estrés para que no se vea afectado el rendimiento académico del alumno.

Tabla 10. Resultado de distribución de frecuencias bidimensional entre de estrategias de afrontamiento y rendimiento académico

		Rendimiento Académico					Total
		Desaprobado	Aprobado	Notable	Sobresaliente		
Estrategias de afrontamiento	Bajo	Recuento	0	1	1	50	52
		% del total	0,0%	0,2%	0,2%	7,7%	8,0%
	Medio	Recuento	49	23	80	249	401
		% del total	7,6%	3,5%	12,3%	38,4%	61,8%
	Alto	Recuento	80	23	40	53	196
		% del total	12,3%	3,5%	6,2%	8,2%	30,2%
Total		Recuento	129	47	121	352	649
		% del total	19,9%	7,2%	18,6%	54,2%	100,0%

Nota. Procesamiento estadístico usando SPSS 26.0

Interpretación

Se visualiza la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y rendimiento académico, predominando un nivel medio de estrategias de afrontamiento y rendimiento académico sobresaliente en 38,4 %, seguido de un nivel alto de estrategias de afrontamiento y rendimiento académico desaprobado en 12,3 %, un nivel medio de estrategias de afrontamiento y rendimiento académico notable en 12,3 %, y un nivel medio y alto de estrategias de afrontamiento y rendimiento académico aprobado en 3,5 % cada uno. Por lo que se considera fundamental en el desarrollo ya que este permitirá desarrollar mecanismos de defensa ante una circunstancia difícil. Es decir, a mayores estrategias de afrontamiento tenga el alumno, mejor será su rendimiento académico.

- **Análisis de normalidad**

Tabla 11. Prueba de normalidad

Variables y dimensiones	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Rendimiento académico	,272	649	,000
Niveles de estrés	,042	649	,009
Estresores	,050	649	,001
Síntomas	,049	649	,001
Estrategias de afrontamiento	,058	649	,000

Nota. Procesamiento estadístico usando SPSS 26.0

La variable rendimiento académico y niveles de estrés no tienen normalidad en sus datos ($p < 0.05$). Por lo tanto, se aplicó la prueba no paramétrica para correlacionar dos variables Rho de Spearman

3.3. Contrastación de resultados

- **Estadística inferencial**
- ✓ **Hipótesis general**

Tabla 12. Resultado de la correlación de Spearman entre niveles de estrés y rendimiento académico

			Niveles de estrés	Rendimiento Académico
Rho de Spearman	Niveles de estrés	Coeficiente de correlación	1,000	-,985**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	649	649
Rendimiento Académico	Rendimiento Académico	Coeficiente de correlación	-,985**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	649	649

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

Se observa que la significancia producto del análisis inferencial es menor que 0,05, además el coeficiente rho de Spearman es -0,985. Lo hallado permite afirmar que existe relación significativa entre estrés y rendimiento académico en la muestra de estudio; es decir que, es alta la probabilidad de que esta relación no sea fortuita o casual. Además, esta relación tiene signo negativo y una magnitud muy alta. Entonces, a mayor estrés, menor será el rendimiento académico de los estudiantes encuestados.

✓ **Hipótesis específica 1**

Tabla 13. Resultado de la correlación de Spearman entre estresores y rendimiento académico

		Rendimiento		
		Estresores	Académico	
Rho de Spearman	Estresores	Coeficiente de correlación	1,000	-,722**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	649	649
Rendimiento Académico	Rendimiento Académico	Coeficiente de correlación	-,722**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	649	649

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

Se observa que, siguiendo un razonamiento similar al anterior (ver tabla 12) existe una relación estadísticamente significativa entre las dos variables analizadas. A diferencia de la tabla 12, acá la magnitud de la relación solo es alta. La ocasión es propicia para aclarar que la significación estadística es un término exclusivamente matemático y no una garantía necesaria de calidad. Un ejemplo de ello es que, bajo ciertas circunstancias, puede encontrarse relaciones estadísticamente significativas, pero conceptualmente espurias.

✓ **Hipótesis específica 2**

Tabla 14. Resultado de la correlación de Spearman entre síntomas, reacciones y rendimiento académico

		Síntomas y reacciones		Rendimiento Académico
Rho de Spearman	de Síntomas y reacciones	Coeficiente de correlación	1,000	-,815**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	649	649
Rendimiento académico	Rendimiento académico	Coeficiente de correlación	-,815**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	649	649

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

Según el coeficiente rho de Spearman las variables muestran una correlación inversa y muy alta ($\rho = -0,815$) y significativa ($p \text{ valor} = 0,000 < 0,05$). Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula, concluyendo que existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión síntomas y reacciones y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023. En otras palabras, se considera decisivo para la asociación con el rendimiento académico de los estudiantes ya que este se puede ver afectado si existen mayores síntomas de estrés.

✓ Hipótesis específica 3

Tabla 15. Resultado de la correlación de Spearman entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico

			Estrategias de afrontamiento	Rendimiento Académico
Rho de Spearman	de Estrategias de afrontamiento	de Coeficiente de correlación	1,000	-,566**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	649	649
	Rendimiento Académico	de Coeficiente de correlación	-,566**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	649	649

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

Según el coeficiente rho de Spearman las variables muestran una correlación inversa y moderada ($\rho = -0,566$) y significativa ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$). Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula, concluyendo que existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023. Esto quiere decir que, las variables tienen asociación una con la otra, es decir si el alumno cuenta con mayores estrategias de afrontamiento, por ende, su rendimiento será óptimo, logrando mejores resultados en el ámbito académico.

3.4. Discusión de resultados

En relación al objetivo general, debe determinarse si existe relación entre niveles de estrés y rendimiento académicos en estudiantes de Enfermería de una universidad de Huancayo, 2023. El resultado de la tabla 12 exhibe que hay una relación significativa ($p = 0,000 < 0,05$), negativa y muy alta ($\rho \text{ de Spearman} = -0,985$) entre esas variables. Esto no concuerda con Zarracino et al. (1), quienes encontraron un p-valor igual a 0,142 lo que es

mayor que 0,05; por ello en su investigación se aceptó la hipótesis nula. Tampoco concuerda con Huanacuni (2) que, luego de su prueba de hipótesis, halló $p\text{-valor}=0,871>0,05$. Esta discrepancia podría deberse a que, generalmente, el rendimiento académico es un evento difícil y multidimensional, por lo que el desarrollo de capacidades cognitivas y actitudinales no necesariamente se relaciona con el estrés académico.

Es de conocimiento público que el estrés surge cuando existe un desequilibrio entre las demandas del entorno y los recursos personales que tiene el sujeto para hacerles frente. En el ámbito académico, los alumnos pueden experimentar estrés cuando sienten que las exigencias del trabajo escolar, los exámenes, las tareas y otras responsabilidades académicas superan sus habilidades, tiempo y apoyo disponibles. Este desequilibrio se da de diferentes maneras, así como la ansiedad, frustración, agotamiento e incluso problemas de salud física y mental.

Por otro lado, la teoría del procesamiento de la información se considera una perspectiva fundamental para entender el rendimiento académico, que se sostiene en la premisa de que los estudiantes procesan la información de manera activa y selectiva, y que este proceso influye directamente en su aprendizaje y rendimiento. Según esta teoría, se considera que los alumnos son participantes activos en la construcción de significado tomando en cuenta la información que tienen. Además, se enfoca en cómo procesan, almacenan y usan la información que tienen para resolver situaciones problemáticas, tomar decisiones y tener nuevas definiciones. Así mismo, la teoría del procesamiento de la información destaca la relevancia de las estrategias de aprendizaje, tales como la atención selectiva, la organización de la información, la elaboración de esta y la recuperación activa y el logro académico.

Según el primer objetivo específico, debe identificarse la relación entre estresores y rendimiento académico en la muestra y lugar mencionados anteriormente. El resultado de la tabla 13 exhibe que hay una relación significativa ($p=,000<0,05$), negativa y alta (ρ de Spearman= $-,722$) entre esas variables. Esto concuerda con Rueda et al. (3), quienes encontraron que el estrés académico afecta las notas de los participantes de la muestra, por lo que se ve una constante en ocho semestres con promedios moderados. Asimismo, coincide con Sharififard et al. (4) que determinaron que el estrés académico se asocia con la autoeficacia y la motivación de logro.

Por otro lado, la teoría del afrontamiento es una perspectiva psicológica que se centra en cómo las personas enfrentan y gestionan el estrés en sus vidas, incluido el estrés

académico. Esta teoría sugiere que el estrés se da cuando el individuo nota que la situación escapa de las posibles soluciones. En el contexto académico, los estudiantes pueden experimentar estrés cuando se enfrentan a una carga de trabajo abrumadora, plazos ajustados, exámenes exigentes o expectativas elevadas. El afrontamiento hace referencia a la parte cognitiva y conductual que una persona emplea para enfrentar y manejar el estrés. Existen diferentes estrategias de afrontamiento que los alumnos pueden utilizar para hacer frente al estrés académico. Estas estrategias pueden ser adaptativas o desadaptativas (26).

Las estrategias adaptativas incluyen buscar apoyo social, establecer metas realistas, utilizar técnicas de relajación, como el conteo, respiración y meditación. Por otro lado, las estrategias desadaptativas pueden incluir la evitación, la negación, el consumo de sustancias para aliviar el estrés o la procrastinación, que pueden proporcionar un alivio temporal pero no abordan efectivamente las causas subyacentes del estrés. Es importante destacar que no todas las estrategias de afrontamiento son igualmente efectivas, y su efectividad puede variar según el individuo y la situación. Por ejemplo, mientras que la búsqueda de apoyo social puede ser útil para algunos estudiantes, otros pueden preferir abordar el estrés de manera más independiente. Además, las estrategias de afrontamiento influyen en el bienestar general del estudiante y en su capacidad para enfrentar futuros desafíos académicos (30).

Prosiguiendo con el segundo objetivo específico, hay que identificar la relación entre síntomas-reacciones y el rendimiento académico. El resultado de la tabla 14 exhibe que hay una relación significativa ($p=,000<0,05$), negativa y alta (rho de Spearman=-,815) entre esas variables. Esto coincide con Gómez (8) que en el año 2021 informó que sí existe relación significativa entre el estrés académico y el rendimiento ($p<0,05$). Sin embargo, esto difiere de lo reportado por Oña (5), donde el p-valor que obtuvo como parte de su contraste de hipótesis era 0,062 mayor que el valor estándar (0,05). Por ende, al rechazar la hipótesis alterna se vio obligado a aceptar la hipótesis nula. Todo esto a pesar de constatar un promedio satisfactorio en el 44,64 % de su muestra, vio también que el estrés académico fue percibido como alto por el 82,83 %.

La teoría de la motivación es esencial para comprender el rendimiento académico, ya que postula que los estudiantes están impulsados por una variedad de motivaciones que influyen en su compromiso, esfuerzo y persistencia en las tareas escolares. Esta teoría distingue dos tipos de motivación: la intrínseca y la extrínseca. La motivación intrínseca

hace referencia al deseo interno de los alumnos para ser partícipes en actividades académicas por las ganas de aprender y dominar una tarea. Por otro lado, la motivación extrínseca se deriva de factores externos, tales como: las recompensas tangibles (por ejemplo, calificaciones altas, elogios) o evitar castigos (por ejemplo, evitar el fracaso, cumplir con las expectativas de los demás). Los estudiantes que están intrínsecamente motivados tienden a experimentar una mayor satisfacción, persistencia y rendimiento en comparación con aquellos que dependen principalmente de motivaciones extrínsecas (18).

Además, la teoría de la motivación también considera la importancia de la autodeterminación y la percepción de competencia en el rendimiento académico. La autodeterminación se refiere al sentido de control y elección que los estudiantes experimentan en su aprendizaje, mientras que la percepción de competencia se relaciona con la capacidad que el alumno considere tener para poder realizar sus tareas del colegio. Cuando los estudiantes se sienten autónomos y competentes, es más probable que estén intrínsecamente motivados y se comprometan activamente en su aprendizaje. Por lo tanto, promover un sentido de autonomía, competencia y relevancia en el entorno educativo puede fomentar una motivación más sólida y duradera, lo que a su vez puede mejorar el rendimiento académico y el bienestar estudiantil (15).

El tercer objetivo específico, se identifica la relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico. El resultado de la tabla 15 exhibe que hay una relación significativa ($p=,000<0,05$), negativa y moderada (ρ de Spearman= $-,566$) entre esas variables. Esto coincide con Castro y Quiñones (10) que, en una población universitaria, encontraron que entre estrés académico y el rendimiento existe una relación significativa, positiva y moderada (ρ de Spearman= $0,632$). Sin embargo, tal resultado difiere de lo reportado por Mallqui y Trujillo (9) y Pariona y Maldonado (11). En el primero de los estudios realizado en Huaraz no se aprecia relación, por tanto, tampoco hay influencia entre las variables en cuestión ($p>0,05$), al igual que en el segundo acaecido en Lima donde ni el estrés ni el agotamiento emocional ni la despersonalización se asocian con el rendimiento.

La teoría del ambiente de aprendizaje sugiere que el contexto educativo de los estudiantes tiene un rol fundamental en su rendimiento académico. Este enfoque reconoce que el entorno de aprendizaje no solo incluye el salón de clases y los recursos físicos, sino también aspectos más amplios como la cultura escolar, las relaciones entre maestros y estudiantes, el clima emocional y el apoyo social. Un ambiente de aprendizaje positivo se

caracteriza por la presencia de recursos adecuados, una enseñanza de alta calidad que fomente la participación de los estudiantes, relaciones sólidas y respetuosas entre maestros y alumnos, así como un clima escolar que promueva el respeto, la confianza y la inclusión. Este tipo de entorno puede estimular la motivación intrínseca de los estudiantes, mejorar su autoeficacia y autoconcepto (22).

Por otro lado, un ambiente de aprendizaje negativo puede obstaculizar el rendimiento académico y el bienestar estudiantil. A su vez, la falta de recursos adecuados, una enseñanza inadecuada o poco estimulante, relaciones conflictivas entre maestros y estudiantes, y un clima escolar poco acogedor pueden generar desmotivación, alienación y estrés en los estudiantes. Además, un ambiente de aprendizaje negativo puede dificultar la concentración y el compromiso de los estudiantes, lo que puede dañar sus habilidades para poder aprender y tener resultados favorables en lo académico. Por lo tanto, comprender y mejorar el ambiente de aprendizaje es fundamental para promover un rendimiento académico óptimo y el bienestar general de los estudiantes. Esto implica no solo proporcionar recursos adecuados, sino también cultivar relaciones positivas, fomentar una cultura escolar inclusiva y apoyar el desarrollo socioemocional de los alumnos (24).

Conclusiones

1. El estrés y el rendimiento académicos en estudiantes de Enfermería de una universidad de Huancayo, 2023, tienen una relación significativa ($p=,000<0,05$), negativa y muy alta (rho de Spearman=-,985). En otras palabras, a mayor estrés académico menor será el rendimiento de los estudiantes.
2. Los estresores y el rendimiento académico en la muestra en cuestión tienen una relación significativa ($p=,000<0,05$), negativa y alta (rho de Spearman=-,722). Es decir, mientras mayores e intensos sean los estresores menores serán las calificaciones correspondientes al rendimiento académico de los estudiantes encuestados en una universidad de Huancayo, 2023.
3. Los síntomas-reacciones y el rendimiento académico tienen una relación significativa ($p=,000<0,05$), negativa y alta (rho de Spearman=-,815). Dicho de otra manera, mientras mayores e intensas sean los síntomas-reacciones propias del estrés académico, menor será el rendimiento de los estudiantes sondeados de esta muestra.
4. Las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico tienen una relación significativa ($p=,000<0,05$), negativa y moderada (rho de Spearman=-,566); es decir que, si las estrategias de afrontamiento son parte de una decisión equivocada, menor será el rendimiento evaluado en el tamaño muestral en cuestión.

Recomendaciones

1. A la Universidad Continental, a través de la EAP de Enfermería, promover y fomentar programas dirigidos a estudiantes sobre estrategias de afrontamiento y manejo del estrés: técnicas de relajación, ejercicio regular, hábitos de sueño y alimentación saludable, gestión del tiempo y apoyo social a través de las tutorías personalizadas y sostenibles en el tiempo de formación profesional.
2. A la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Continental, es necesario que sus áreas y comités tengan un mayor monitoreo del estrés académico, promocionar la realización de tamizajes para así poder detectar a tiempo un cuadro de estrés estudiantil que permita organizar actividades donde se promueva la práctica de conductas sanas por medio de talleres y asesorías grupales e individuales.
3. Al personal docente, en especial aquel personal adscrito a la EAP de Enfermería, comprender y mejor las necesidades de sus estudiantes y ajustar las exigencias académicas, coordinar entre sus pares para que las fechas de las evaluaciones y entrega de informes no se acumule en unas cuantas fechas.
4. A los alumnos, se les recomienda que lleven talleres virtuales vivenciales sobre administración del tiempo libre, organización y como enfrentar la procrastinación para que de esa manera no puedan acumularse de trabajos sobre todo en las semanas de exámenes.

Bibliografía

1. Castro CL, Millan R. Estrés académico y afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Huancayo - 2022. 2024. [Tesis de pregrado]. Huancayo: Universidad Continental; 2024. Disponible en: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/14080/2/IV_FHU_501_TE_Castro_Millan_2024.pdf
2. Zarracino-de la Cruz K, Sandoval JA, Orosio-Méndez MA. Estrés y rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad del Istmo. *Rev Cuba Tecnol la Salud* [Internet]. 2022; 13(3): 87–97. Disponible en: <https://revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/article/view/3936>
3. Huanacuni Llanque R. Tecnoestrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería en tiempos de COVID-19. *Investig e Innovación Rev Científica Enfermería* [Internet]. 2021 Dec 28;1(2):21–7. Disponible en: <https://doi.org/10.33326/27905543.2021.2.1218>
4. Rueda García DE, Borja Cevallos LT, Flores Villacís MS, Carvajal Andrade L de J. Relación entre estrés y rendimiento académico de estudiantes de enfermería de una universidad ecuatoriana. *Rev científica Digit INSPILIP* [Internet]. 2021 Sep 5;5(1). Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/26566>
5. Sharififard F, Asayesh H, Mohammad Hossein MH, Sepahvandi M. Motivation, self-efficacy, stress, and academic performance correlation with academic burnout among nursing students. *J Nurs Midwifery Sci* [Internet]. 2020;7(2):88–93. Disponible en: <https://www.jnmsjournal.org/article.asp?issn=2345-5756;year=2020;volume=7;issue=2;spage=88;epage=93;aulast=Sharififard>
6. Oña L. Asociación entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la carrera de enfermería de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador en el periodo de julio – agosto del 2020 [Tesis de pregrado]. Ecuador: Pontificia Universidad Católica del Ecuador; 2021. Disponible en: <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/18927>
7. Marrero M. Burnout y estrés académico y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de psicología [Tesis de pregrado]. Tenerife: Universidad de La Laguna; 2021. Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/24023>
8. Gómez W. Estrés y rendimiento académico en los estudiantes del programa de segunda especialidad en enfermería: cuidado enfermero en emergencias y desastres en una Universidad Privada de Lima 2020 [Tesis de posgrado]. Lima: Universidad Privada Norbert Wiener; 2021. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/5725>

9. Mallqui E, Trujillo K. Influencia del estres en el rendimiento academico de los estudiantes de la escuela profesional de enfermeria Universidad Santiago Antunez de Mayolo Huaraz 2019 [Tesis de pregrado]. Huaraz: Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo; 2020. Disponible en: <http://repositorio.unasam.edu.pe/handle/UNASAM/4153>
10. Castro S, Quiñones L. Nivel de estrés y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería del VII semestre en la Universidad Privada de Huancayo “Franklin Roosevelt” 2016 [Tesis de pregrado]. Huancayo: Universidad Franklin Roosevelt; 2019. Disponible en: [http://repositorio.uroosevelt.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/ROOSEVELT/155/INFORME_FINAL_DE_TESIS%28Castro Maldonado Stephany Lheya y Quiñones Zambrano Lenka Zulema%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uroosevelt.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/ROOSEVELT/155/INFORME_FINAL_DE_TESIS%28Castro%20Maldonado%20Stephany%20Lheya%20y%20Quiñones%20Zambrano%20Lenka%20Zulema%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
11. Pariona C, Maldonado M. Influencia del estrés laboral en el rendimiento académico de los estudiantes de la segunda especialidad en enfermería en el área neonatal de la universidad Norbert Wiener 2019 [Tesis de posgrado], Universidad Privada Norbert Wiener; 2019]. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/3514>
12. Aguirre E. Estrés y rendimiento académico en estudiantes de Ingeniería de Minas de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo - 2020 [Tesis de pregrado] Huancayo: Universidad Nacional del Centro del Perú. Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.12894/9683>
13. Huincho P. Estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú Huancayo 2018 [Tesis de pregrado] Huancayo: Universidad Peruana del Centro. Disponible en: <http://repositorio.upecen.edu.pe/handle/20.500.14127/226>.
14. Barraza A. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Rev Electrónica Psicol Iztacala [Internet]. 2006;9(3):110–29. Disponible en: <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/principal.html>
15. Rajesh Kumar, Roshan Lal. Study of Academic Achievement in Relation to Family Environment among Adolescents. Int J Indian Psychol [Internet]. 2014; 2(1): 9–14. Disponible en: http://www.bestjournals.in/view_archives.php?year=2014_73_2&id=73&jtype=2&page=2
16. Vallejo L, Arévalo M, Vallejo J. Estudiantes universitarios de la Ciudad de Medellín durante la época de confinamiento por Covid-19. Poliantea [Internet]. 2020;15(27):67–77. Disponible en: <https://journal.poligran.edu.co/index.php/poliantea/article/view/1701>

17. García P, Jiménez A, García L, Gracia G, Cano L, Abeldaño R, et al. Estrés laboral en Enfermeras de un hospital público de la zona fronteriza de México, en el contexto de la pandemia Covid-19. *Rev Salud pública*, [Internet]. 2020;65–73. Disponible en: https://repositoriosdigitales.mincyt.gob.ar/vufind/Record/RDUUNC_1507de8720fd9080163de812f013b9fb
18. García L, Carrión K. Carga laboral y nivel de estrés del personal de enfermería en León, Nicaragua. *Rev Española Enfermería Salud Ment* [Internet]. 2019;(6):42–50. Disponible en: <http://www.reesme.com/index.php/REESMAEESME/article/view/44>
19. Espinosa J. Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Arch Venez Farmacol y Ter* [Internet]. 2019;39(1):1–8. Disponible en: <https://biblat.unam.mx/hevila/Archivosvenezolanosdefarmacologiayterapeutica/2020/vol39/no1/14.pdf>
20. Brooks C, McKozumi K, Pinkerten O. (Eds.). *The life and contributions of W. B. Cannon 1871–1945*. New York: State University of New York, Downstate Medical Center; 1975.
21. Selye H. *Stress in health and disease*. Boston: Butterworths; 1976.
22. Lazarus R, Folkman S. *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company Inc., 1984.
23. Alvarez L, Herrera P, Lániz C, González J. Estrés laboral docente, e-learning y tiempos de COVID-19. *Podium* [Internet]. 2022; 41(6): 105-118. Disponible en: <https://doi.org/10.31095/podium.2022.41.7>
24. Okechukwu F, Ogba K, Nwifo J, Ogba M, Onyekachi B, Nwanosike C, Onyishi A. Academic stress and suicidal ideation: moderating roles of coping style and resilience. *BMC psychiatry* [Internet]. 2022; 22(1), 546. [citado 14 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04063-2>
25. Zhu X, Haegele J, Liu H, Yu F. Academic stress, physical activity, sleep, and mental health among Chinese adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [Internet]. 2021; 18(14), 7257. [citado 14 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph18147257>
26. Zhang C, Shi L, Tian T, Zhou Z, Peng X, Shen Y, Li Y, Ou J. Associations between academic stress and depressive symptoms mediated by anxiety symptoms and hopelessness among Chinese college students. *Psychology Research and Behavior Management* [Internet]. 2022; 547-556. [citado 14 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.2147/PRBM.S353778>
27. Jiang S, Ren Q, Jiang C, Wang L. Academic stress and depression of Chinese adolescents in junior high schools: Moderated mediation model of school burnout and self-esteem. *Journal of Affective Disorders* [Internet]. 2021; 295, 384-389. [citado 14

- de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.08.085>
28. Valdivieso L, Lucas S, Tous J, Espinoza M. Estrategias de afrontamiento el estrés académico universitario: educación infantil-primaria. *Educación XXI* [Internet]. 2020; 23(2): 165-186. Disponible en: <https://doi.org/10.5944/educxx1.25651>
 29. Lanuque A. Revisión sistemática del afrontamiento del estrés universitario en momentos de presión. *CdVS. Calidad de Vida & Salud* [Internet]. 2020; 13(6): 130-142. Disponible en: <http://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/267>
 30. Watson J. *Behaviorism*. New York:Norton; 1930.
 31. Piaget J. *El mecanismo del desarrollo mental*. Madrid: Editora Nacional; 1979.
 32. Vygotsky L. *El juego como factor de desarrollo*. Madrid: Síntesis; 2008.
 33. Licht V, Soto SN, Ángulo R. Nivel de estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios que trabajan y los que no. *Espacios* [Internet]. 2021;42(07):82–90. Disponible en: <https://www.revistaespacios.com/a21v42n07/a21v42n07p06.pdf>
 34. Silva M, Lopez J, Columba M. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investig Cienc* [Internet]. 2020;28(79):75–83. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>
 35. Vigo Y, Chávez J. Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios, Chachapoyas, Perú, 2019. *Rev Científica UNTRM Ciencias Soc y Humanidades* [Internet]. 2020;3(2):61. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.25127/rcsh.20203.584>
 36. Valdivieso M, Burbano V, Burbano A. Percepción de estudiantes universitarios colombianos sobre el efecto del confinamiento por el coronavirus, y su rendimiento académico. *Espacios* [Internet]. 2020;41(42):269–81. Disponible en: https://matematicas.netlify.app/publication/2020-11-05_percepcion_estudiantes_coronavirus/
 37. Chambi A, Manrique J, Espinoza T. Estilos de aprendizaje y rendimiento académico en internos de enfermería de una universidad nacional del Perú. *Rev la Fac Med Humana* [Internet]. 2020;20(1):43–50. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S230805312020000100043&script=sci_arttext#:~:text=Sobre%20los%20estilos%20de%20aprendizaje%2C%20en%20los%20internos%20de%20enfermer%C3%ADa,El%20promedio%20ponderal%20de%20R.A.
 38. Antonio I, Rodríguez A, Revuelta L. El impacto del apoyo social y la inteligencia emocional percibida sobre el rendimiento académico en Educación Secundaria. *Eur J Investig Heal Psychol Educ* [Internet]. 2019;9(2):109–18. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7109638>
 39. Vásquez A. Estrategias de aprendizaje de estudiantes universitarios como predictores de su rendimiento académico. *Rev Complut Educ* [Internet]. 2021;32(2):159–70.

Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/68203>

40. Gutiérrez J, Garzón J, Segura A. Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Form Univ* [Internet]. 2021;14(1):13–24. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/formuniv/v14n1/0718-5006-formuniv-14-01-13.pdf>
41. Arntz J, Trunce S. Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios de nutrición. *Investig en Educ Médica* [Internet]. 2019;8(31):82–91. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2019.31.18130>
42. Cervantes M, Llanes A, Peña A, Cruz J. Estrategias para potenciar el aprendizaje y el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Rev Venez Gerenc* [Internet]. 2020 ;25(90) :579–94. Disponible en : <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29063559011%0APDF>
43. Martínez G, Torres M, Ríos V. El contexto familiar y su vinculación con el rendimiento académico. *IE Rev Investig Educ la REDIECH* [Internet]. 2020;11:1–17. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=521662150008>
44. Vega M. Estilos de Crianza Parental en el Rendimiento Académico. *Podium* [Internet]. 2020;37:89–106. Disponible en: <http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/podium/n37/2588-0969-podium-37-89.pdf>
45. Hernández R, Mendoza C. Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México: McGraw Hill Interamericana; 2018.
46. Carhuanchu M, Nolasco F, Sicheri L, Guerrero M, Casana K. Metodología para la investigación holística [Internet]. Guayaquil: Universidad Internacional del Ecuador; 2019. Disponible en: <https://repositorio.uide.edu.ec/handle/37000/3893>
47. Cohen N, Gómez G. Metodología de la investigación, ¿para qué? La producción de los datos y los diseños [Internet]. Buenos Aires: Editorial Teseo; 2019.
48. Sánchez H, Reyes C, Mejía A. Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. Lima: Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Ricardo Palma; 2018.
49. Arispe C, Yangali S, Guerrero M, Lozada R, Acuña L, Arellano C. La investigación científica. Una aproximación para los estudios de pregrado. Quito: Universidad Internacional del Ecuador; 2020. Disponible en: <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4310/1/LA%20INVESTIGACI%c3%93N%20CIENT%c3%8dFICA.pdf>
50. Camacho J, Slemp G, Pekrun R, Loderer K, Hou H, Oades L. Activity achievement emotions and academic performance: A meta-analysis. *Educational Psychology Review* [Internet]. 2021; 33(3), 1051-1095. [citado 14 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09585-3>

51. Owen K, Foley B, Wilhite K, Booker B, Lonsdale C, Reece L. Sport participation and academic performance in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *Medicine & Science in Sports & Exercise* [Internet]. 2022; 54(2), 299-306. [citado 14 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.1249/mss.0000000000002786>
52. Deng Y, Cherian J, Khan N, Kumari K, Sial M, Comite U, Popp J. Family and academic stress and their impact on students' depression level and academic performance. *Frontiers in psychiatry* [Internet]. 2022; 13, 869337. [citado 14 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.869337>
53. Yağcı M. Educational data mining: prediction of students' academic performance using machine learning algorithms. *Smart Learning Environments* [Internet]. 2022; 9(1), 11. [citado 14 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s40561-022-00192-z>
54. Iglesias S, Hernández Á, Chaparro J, Prieto J. Emergency remote teaching and students' academic performance in higher education during the COVID-19 pandemic: A case study. *Computers in human behavior* [Internet]. 2021; 119, 106713. [citado 14 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106713>
55. Lei W, Wang X, Dai D, Guo X, Xiang S, Hu W. Academic self-efficacy and academic performance among high school students: A moderated mediation model of academic buoyancy and social support. *Psychology in the Schools* [Internet]. 2022; 59(5), 885-899. [citado 14 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.1002/pits.22653>
56. Mandasari B. The impact of online learning toward students' academic performance on business correspondence course. *EDUTECH: Journal of Education and Technology* [Internet]. 2020; 4(1), 98-110. [citado 14 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.29062/edu.v4i1.74>
57. Arias-González J, Holgado-Tisoc J, Tafur-Pittman T, Vásquez M. Metodología de la investigación: el método ARIAS para realizar un proyecto de tesis [Internet]. Lima: Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C; 2022. [Consultado el 10 de junio de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.35622/inudi.b.016>
58. Barraza-Macías A. Estrés académico en alumnos de tres niveles educativos. Un estudio comparativo. *Praxis Investigativa ReDIE* [Internet]. 2019; 11(21): 149-163. [Consultado el 10 de junio de 2024]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7145135>
59. Olivas-Ugarte L, Morales S, Solano M. Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Propósitos y*

- Representaciones [Internet]. 2021; 9(2): 647. [Consultado el 10 de junio de 2024]. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v9n2/2310-4635-pyr-9-02-e647.pdf>
60. Cabellos E. Análisis psicométrico del Inventario SISCO del estrés académico en universitarios de la ciudad de Piura, 2020 [Tesis de pregrado]. Piura: Universidad César Vallejo; 2020. [Consultado el 10 de junio de 2024]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/56963/Cabellos_CAE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
61. Yglesias L, Estrada L, Lizarzaburu L, Miranda A, Díaz J. Evidencias de validez estructural y fiabilidad del Inventario de estrés académico SISCO en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Estadística* 5(1): 66 -77 (2023) [Internet] Trujillo: Universidad Nacional de Trujillo.
62. Moli P, O'Hara L, Tah P, Street C, Maras A, Ouakil DP, et al. A systematic review of the literature on ethical aspects of transitional care between child- and adult-orientated health services. *BMC Medical Ethics* [Internet] 2018 Jul 18;19. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1186/s12910-018-0276-3>

Anexos

Anexo 1

Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	VARIABLES	Metodología
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variables:	Método:
¿Cuál es la relación entre niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023?	Determinar la relación entre niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023.	Existe relación significativa entre niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023.	Variable 1: Niveles de estrés académico	Hipotético deductivo Tipo: Básica Nivel: Relacional de asociación Diseño: No experimental Población y Muestra: Población: 928 estudiantes Muestra: 649 estudiantes Técnicas e instrumentos recolección de datos: Técnica Cuestionario
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas		
¿Cuál es la relación entre la dimensión estresores y el rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023?	Identificar la relación entre la dimensión estresores y el rendimiento académico.	Existe relación significativa entre la dimensión estresores y el rendimiento académico.		
¿Cuál es la relación entre la dimensión síntomas-reacciones y el rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023?	Identificar la relación entre la dimensión síntomas-reacciones y el rendimiento académico.	Existe relación significativa entre la dimensión síntomas-reacciones y el rendimiento académico.		
¿Cuál es la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Continental, Huancayo 2023?	Identificar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico.	Existe relación significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico.		

Anexo 2

Instrumentos de recolección de datos

Inventario de SISCO del estrés académico

(Creado por Barraza en 2006 y actualizado el 2019)

Presentación: el propósito de la investigación es conocer el nivel de estrés de los estudiantes de enfermería, su respuesta será fundamental y útil para el estudio. Resaltar que la información que no proporcione será anónima ya que solo se evidenciará en los resultados generales. Así mismo, la participación es voluntaria

Instrucciones: lea de manera detenida y complete los espacios en blanco e indique con una (X) la que sea de tu preferencia.

Datos sociodemográficos

Edad: ____ años Sexo: Masculino () Femenino ()

Ocupación: solo estudio () trabajo y estudio ()

Estado civil: soltero () conviviente () casado ()

Tiene hijos: Si () No () Número de Hijos: ____

Usted vive: solo () con sus padres () con su esposo(a) e hijos ()
con otros familiares o amigos ()

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

Sí ()

No ()

Si usted marco la opción "No", el cuestionario se da por concluido, sin embargo, si optó por la opción "Sí", usted debe continuar con el llenado del resto del instrumento.

Con la idea de conseguir con mayor exactitud el nivel de preocupación o nerviosismo señale con una X, donde 1 es poco y 5 mucho.

1	2	3	4	5

1. Dimensión estresores

Indique con qué frecuencia cada uno de los siguientes aspectos te genera estrés.

N.º	Ítems	Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	La competitividad al interior del equipo de trabajo						
2	El exceso de actividades que realizo a diario.						
3	La forma de ser de mis profesores						
4	La calificación que dan los docentes						
5	Los criterios de evaluación del profesorado.						
6	El producto académico solicitado.						
7	Que la exposición de los profesores sean muy estructuradas,						
8	La proactividad en clases						
9	El poco tiempo que tengo para realizar algo.						
10	Dar un examen						
11	Exponer frente a mis compañeros						
12	La escasa claridad sobre lo que requieren los docentes.						
13	La falta de preparación de los maestros.						
14	Participar de clases lineales o monótonas.						
15	No comprender los temas en clase.						

2. Dimensión síntomas

Señale la frecuencia de cada una de los síntomas frente a una situación de estrés.

N.º	Ítems	Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
16	Trastornos en el sueño						
17	Fatiga crónica						
18	Dolores de cabeza						
19	Dificultad a nivel digestivo						
20	Ansiedad, morderse las uñas						
21	Más ganas de dormir						
22	Inquietud						
23	Decaído y triste						
24	Ansiedad, angustia o desesperación.						
25	Desconcentración						
26	Aumento de irritabilidad						
27	Discusiones						
28	Aislamiento de los demás						
29	Falta de entusiasmo para realizar una tarea.						
30	Aumento y disminución de los alimentos seleccionados.						

3. Dimensión estrategias de afrontamiento

Coloque la frecuencia que utilizó en las estrategias de afrontamiento ante una circunstancia estresante.

N.º	Ítems	Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
31	Asertividad						
32	Ver televisión						
33	Buscar la solución de un problema						
34	Animarme ante una situación que me preocupa						
35	La religiosidad						
36	Indagar sobre la situación problema						
37	Pedir apoyo a mi familia o amistades						
38	Confidencialidad						
39	Crear alternativas de solución ante un problema.						
40	Ver lo bueno y lo malo de las posibles soluciones ante un conflicto.						
41	Habilidad asertiva						
42	Buscar soluciones que anteriormente hay utilizado.						
43	Practicar algún deporte						
44	Diseñar un plan de estrategias de solución de conflicto.						
45	Sacar el lado positivo de las cosas que me preocupan.						

Gracias por su participación.

Ficha de registro del rendimiento académico

I. Datos generales:

a. Código del estudiante:

b. Edad: _____ años

De 21 a 30 años () De 31 a 40 años () Mayor de 40 años ()

c. Sexo: F () M ()

II. Datos académicos:

Promedio final del estudiante según clasificación de acuerdo a la escala establecida en el Reglamento de Evaluación de la Universidad donde estudia la especialidad:

S= Sobresaliente (18 – 20)

N= Notable (15 – 17)

A= Aprobado (11 – 14)

D= Desaprobado (00 – 10)

Rendimiento académico		
Código del Estudiante	Nota final	Clasificación según escala

Anexo 3

Aprobación del Comité de Ética



“Año de la unidad, la paz y el desarrollo”

Huancayo, 12 de agosto del 2023

OFICIO N°0470-2023-CIEI-UC

Investigadores:

VILCHEZ DE LA CRUZ EDITH MILAGROS
ORE ZACARIAS AKEMY SUSAN

Presente-

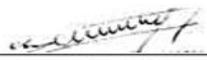
Tengo el agrado de dirigirme a ustedes para saludarles cordialmente y a la vez manifestarles que el estudio de investigación titulado: **NIVELES DE ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD CONTINENTAL, HUANCAYO 2023.**

Ha sido **APROBADO** por el Comité Institucional de Ética en Investigación, bajo las siguientes precisiones:

- El Comité puede en cualquier momento de la ejecución del estudio solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas.
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

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

Atentamente




Walter Calderón Gerstein
Presidente del Comité de Ética
Universidad Continental

C.c. Archivo.

ucontinental.edu.pe

Arequipa

Av. Los Incas S/N,
José Luis Bustamante y Rivero
(054) 412 030

Calle Alfonso Ugarte 607, Yanahuara
(054) 412 030

Huancayo

Av. San Carlos 1980
(064) 481 430

Cusco

Urb. Manuel Prado - Lote B, N°7 Av. Collasuyo
(084) 480 070

Sector Angostura KM. 10,
carretera San Jerónimo - Saylla
(084) 480 070

Lima

Av. Alfredo Mendicla 5210, Los Olivos
(01) 213 2760

Jr. Junín 355, Miraflores
(01) 213 2760

Anexo 4

Carta de la directora de carrera con la aceptación para aplicar encuesta



"Año de la Unidad, La Paz y el Desarrollo"

Huancayo, 14 de setiembre del 2023.

CARTA N°075-2023-EAP-ENF- UC

Señoritas:
Akemy Susan Oré Zacarias
Edith Milagros Vilchez De La Cruz

PRESENTE.-

Es grato dirigirme a usted, con la finalidad de hacerle llegar el cordial saludo de la **Escuela Académico Profesional de Enfermería**, así mismo indicar que se **ACEPTA** desarrollar su tesis y aplicar su instrumento de recolección de datos para su titulado:

**"RELACIÓN ENTRE NIVELES DE ESTRÉS Y RENDIMIENTO
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD CONTINENTAL,
HUANCAYO 2023"**

Sin otro en particular me suscribo de usted.

Atentamente,




Isabel Orcon Vilchez
Directora
E.A.P. Enfermería
Universidad Continental

C.c. Archivo.

Anexo 5

Evidencias fotográficas





