

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Estrés académico y rendimiento académico en
estudiantes de la Facultad de Sociología de una
universidad pública de Huancayo-2023**

Adelina Liz Espinoza Palacios
Luis Alberto Elescano Guerreros

Para optar el Título Profesional de
Licenciado en Psicología

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 : Decana de la Facultad de Humanidades

DE : Ps. Jorge A. Salcedo Chuquimantari
Asesor de trabajo de investigación

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

FECHA : 16 de Noviembre de 2024

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para informar que, en mi condición de asesor del trabajo de investigación:

Título:

Estrés Académico y Rendimiento Académico en Estudiantes de la Facultad de Sociología de una Universidad Pública de Huancayo-2023.

Autor:

1. Adelina Liz Espinoza Palacios – EAP. Psicología
2. Luis Alberto Elescano Guerreros – EAP. Psicología

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 19 % de similitud 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 SI NO
Nº 20 de palabras excluidas (**en caso de elegir “SI”**): 20
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI NO

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

Recae toda responsabilidad del contenido del trabajo de investigación sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI y en la normativa de la Universidad Continental.

Atentamente,

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

DEDICATORIA

Con esfuerzo y dedicación, este trabajo se erige como un faro en el vasto océano del conocimiento. A nuestros padres, cuyo apoyo inquebrantable ha sido nuestra brújula en este viaje académico. A todos aquellos cuyas contribuciones y palabras han enriquecido estas páginas, les dedicamos este humilde esfuerzo.

Los autores

AGRADECIMIENTO

Queremos expresar nuestro profundo agradecimiento a la Universidad Continental por haber sido el centro de estudios en donde nos formamos profesionalmente.

A la Universidad Nacional del Centro del Perú, por brindarnos la oportunidad de realizar este estudio.

A los estudiantes de la Facultad de Sociología de la UNCP, quienes con su participación enriquecieron el desarrollo de esta investigación. A nuestro respetado asesor, cuya orientación experta y apoyo inquebrantable fueron fundamentales para dar forma a este trabajo, le debemos un profundo reconocimiento.

Adelina y Luis

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO	v
ÍNDICE.....	vi
CONTENIDO DE TABLAS	ix
CONTENIDO DE FIGURAS.....	x
RESUMEN	xi
ABSTRACT	xii
INTRODUCCIÓN	xiii
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	15
1.1. Descripción del problema	15
1.2. Formulación del problema	18
1.2.1. Problema general.....	18
1.2.2. Problemas específicos	18
1.3. Objetivos de la investigación	19
1.3.1. Objetivo general	19
1.3.2. Objetivos específicos	19
1.4. Justificación de la investigación.....	19
1.4.1. Justificación teórica	19
1.4.2. Justificación social.....	20
1.4.3. Justificación metodológica.....	20
1.5. Viabilidad.....	20
CAPÍTULO II.....	22
MARCO TEÓRICO	22
2.1. Antecedentes	22
2.1.1. A nivel internacional	22
2.1.2. A nivel nacional	25
2.2. Bases teóricas.....	31
2.2.1. Estrés Académico.....	31
2.2.2. Rendimiento Académico.....	45

CAPÍTULO III	57
HIPÓTESIS Y VARIABLES	57
3.1. Hipótesis	57
3.1.1. Hipótesis general.....	57
3.1.2. Hipótesis específicas.....	57
3.2. Variables de investigación	57
3.2.1. Variable 1: Estrés académico	57
3.2.2. Variable 2: Rendimiento académico	58
3.3. Operacionalización de las variables	58
CAPÍTULO IV.....	59
METODOLOGÍA	59
4.1. Método de investigación.....	59
4.2. Población y muestra.....	60
4.3. Técnicas de recolección de datos	61
4.4. Aspectos éticos de la investigación	66
CAPÍTULO V.....	67
RESULTADOS	67
5.1. Descripción de resultados	67
5.2. Contrastación de hipótesis	76
DISCUSIÓN.....	86
CONCLUSIONES	91
RECOMENDACIONES	93
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	95
ANEXOS.....	99
Anexo 01: Matriz de consistencia.....	99
Anexo 02: Matriz de operacionalización de variables	100
Anexo 03: Instrumento de investigación.....	102
Anexo 04: Consentimiento Informado	105
Anexo 05: Consentimiento de la Institución.....	106

Anexo 06: Fotos de la aplicación de la encuesta..... 107

CONTENIDO DE TABLAS

Tabla 1. <i>Estresores académicos</i>	33
Tabla 2 <i>Indicadores del estrés académico</i>	34
Tabla 3 <i>Evolución de los síndromes de estrés en la gnoseología norteamericana</i> ..	39
Tabla 4 <i>Plan de estudios de la facultad de sociología.</i>	56
Tabla 5 <i>Operacionalización de variables</i>	58
Tabla 6 <i>Determinación de la población</i>	60
Tabla 7 <i>Resumen de procesamiento de casos</i>	64
Tabla 8 <i>Estadísticas de fiabilidad</i>	64
Tabla 9 <i>Prueba de normalidad</i>	65
Tabla 10 <i>Ciclo en el que se encuentran los estudiantes</i>	67
Tabla 11 <i>Sexo de los estudiantes</i>	68
Tabla 12 <i>Edad de los estudiantes</i>	69
Tabla 13 <i>Variable 1. Estrés académico</i>	71
Tabla 14 <i>Dimensión 1. Estresores</i>	72
Tabla 15 <i>Dimensión 2: Síntomas</i>	73
Tabla 16 <i>Dimensión 3. Estrategias de afrontamiento</i>	74
Tabla 17 <i>V2: Rendimiento académico</i>	75
Tabla 18 <i>Correlación entre Estrés académico y Rendimiento académico</i>	78
Tabla 19 <i>Correlación entre Estresores y Rendimiento académico</i>	80
Tabla 20 <i>Correlación entre Síntomas y Rendimiento académico</i>	82
Tabla 21 <i>Correlación entre Estrategias de afrontamiento y Rendimiento académico</i>	84

CONTENIDO DE FIGURAS

Figura 1 <i>Representación gráfica del modelo sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés académico</i>	35
Figura 2 <i>Ciclo en el que se encuentran los estudiantes</i>	68
Figura 3 <i>Sexo de los estudiantes</i>	69
Figura 4 <i>Edad de los estudiantes</i>	70
Figura 5 <i>V1: Estrés académico</i>	71
Figura 6 <i>D1: Estresores</i>	72
Figura 7 <i>D2: Síntomas</i>	73
Figura 8 <i>D3: Estrategia de afrontamiento</i>	74
Figura 9 <i>V2: Rendimiento académico</i>	76

RESUMEN

La presente investigación titulada *Estrés Académico Y Rendimiento Académico En Estudiantes De La Facultad De Sociología De Una Universidad Pública De Huancayo – 2023*, cuyo **objetivo** principal consistió en determinar la relación que existe entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de Sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023. La **metodología** de investigación es el método científico como método general, como método específico se tiene al método hipotético deductivo, de diseño no experimental, transeccional correlacional. Su población estuvo compuesta por 123 universitarios entre varones y mujeres del I al IV semestre de la carrera de sociología de la UNCP. Por esto, al realizar el muestreo, resultó una cantidad de 94 estudiantes. Como técnica, se tiene a la encuesta y como instrumento al cuestionario, donde, para medir la primera variable, se utilizó el Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO), y para medir el rendimiento académico, se utilizó como técnica la revisión documental y como instrumento la ficha documental, donde se rellenarán las notas promedio de cada estudiante. **Los resultados** muestran un valor p de 0.000, que es menor a $\alpha=0.05$, lo que lleva a rechazar la hipótesis nula. Finalmente, se **concluye** que, mediante el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, se estableció un valor de $Rho = -0,756^{**}$, indicando que existe una correlación negativa considerable entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023. Esto significa que, a medida de que el estrés académico aumenta, el rendimiento académico tiende a disminuir y viceversa. También, los resultados muestran un valor p de 0.000, que es menor a $\alpha=0.05$, lo que lleva a rechazar la hipótesis nula.

Palabras clave: Estrés, rendimiento, estudiantes, sociología.

ABSTRACT

The present research titled: Academic Stress And Academic Performance In Students Of The Faculty Of Sociology Of A Public University Of Huancayo - 2023, whose main objective was to determine the relationship that exists between academic stress and academic performance in students of the Faculty of Sociology of a public university of Huancayo – 2023. The research methodology is the scientific method as a general method, as a specific method there is the hypothetical deductive method, with a non-experimental design, correlational transectional. Its population was made up of 123 university students, men and women, from the I to IV semester of the sociology degree at the UNCP. This is why, when sampling, there were 94 students. The technique is the survey and the instrument is the questionnaire, where, to measure the first variable, the Systemic Cognitivist Inventory for the study of academic stress (SISCO) was used and to measure academic performance, the documentary review was used as a technique. and as an instrument the documentary form, where the average grades of each student will be filled out. The results show a p value of 0.000, which is less than $\alpha=0.05$, which leads us to reject the null hypothesis. Finally, it is concluded that, using Spearman's Rho correlation coefficient, a value of $Rho = -.756^{**}$ was established, indicating that there is a considerable negative correlation between academic stress and academic performance in students of the Faculty of Sociology of a public university of Huancayo – 2023. This means that as academic stress increases, academic performance tends to decrease, and vice versa. Likewise, the results show a p value of 0.000, which is less than $\alpha=0.05$, which leads us to reject the null hypothesis.

Keywords: Stress, performance, students, sociology.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación titulada *“Estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023”*. El estrés académico es una preocupación creciente en la vida de alumnos de todas las edades. A medida de que los retos educativos se vuelven más exigentes y competitivos, muchos estudiantes experimentan una presión significativa para sobresalir en sus estudios. Este tipo de estrés se caracteriza por la tensión mental y emocional derivada de las altas expectativas académicas, la abrumadora carga de trabajo, los plazos ajustados y la atención al desempeño escolar. El objetivo principal de este estudio es determinar la relación que existe entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023.

La metodología de investigación es el método científico como método general; como método específico se tiene al método cuantitativo, de diseño no experimental, transeccional correlacional. Su población está conformada por 123 estudiantes entre varones y mujeres del I al IV semestre de la carrera de sociología de la UNCP. Por esto, al realizar el muestreo, da una muestra de 94 estudiantes. Como técnica, se tiene a la encuesta y como instrumento al cuestionario, en donde para medir la primera variable se utilizará el Inventario Sistemático Cognoscitivista. Para el estudio del estrés académico (SISCO) y para medir el rendimiento académico, se utiliza como técnica la revisión documental y como instrumento la ficha documental, donde se rellenarán las notas promedio de cada estudiante.

El primer capítulo de la investigación describe el problema, la formulación del mismo, y establece los objetivos, la justificación y la viabilidad del estudio. El segundo capítulo recopila toda la literatura pertinente, abarcando el estado del arte y las bases teóricas. El tercer capítulo se enfoca en la hipótesis y la operacionalización de las variables. En el cuarto capítulo, se detalla el método y diseño de investigación, así como la población, la muestra, las técnicas de

recolección, el procesamiento de datos y los aspectos éticos. El quinto capítulo presenta los resultados y la discusión, finalizando con las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del problema

Actualmente, las instituciones de enseñanza superior se enfrentan a retos que afectan al bienestar mental y emocional de aquellos alumnos que, en una fase crucial de su vida, constituyen una población de alto riesgo de padecer ciertos males mentales. Es esencial que las universidades ofrezcan un entorno acogedor y recursos para la detección precoz y el abordaje de estas situaciones problemáticas (Alarcón, 2019). El estrés académico impacta negativamente el rendimiento estudiantil, siendo un factor crucial que afecta tanto su desempeño académico como su bienestar cotidiano (Espinosa et al., 2020). Estos problemas están vinculados con la tensión y la angustia que los estudiantes soportan a causa de las demandas y expectativas académicas impuestas sobre ellos (Barreto y Salazar, 2021).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), el estrés académico hace referencia al estrés escolar que viene a ser la presión psicológica que al alumnado siente debido a las expectativas y exigencias relacionadas con su rendimiento escolar. Puede originarse por exámenes, proyectos, competencia y elevadas expectativas, manifestándose a través de síntomas tanto físicos como emocionales. A pesar de que en cierta medida puede actuar como un impulsor, un estrés académico excesivo podría incidir de manera negativa en la buena salud psicológica de los estudiantes (Barrón y Armenta, 2021). Por otra parte, el rendimiento académico está vinculado a la habilidad de los estudiantes para satisfacer los criterios educativos a través de calificaciones y evaluaciones. Este rendimiento se deriva de la dedicación y el empeño en el ámbito educativo, y se ve influido por factores como la motivación, el respaldo familiar y la salud mental, de tal modo que un desempeño académico destacado proporciona oportunidades en el futuro, aunque su relación con el estrés académico es intrincada, ya que mantener

un equilibrio saludable es esencial para lograr el éxito a largo plazo (León et al., 2019).

A **nivel mundial**, según Rivas y Jiménez (2014), uno de cada cuatro personas experimenta un problema significativo de estrés, y, en entornos urbanos, se calcula que alrededor del 50 % de personas enfrentan un tipo trastorno de salud psicológica de este tipo. Asimismo, este estudio realizado por expertos de CBDolie.nl, sobre los niveles de estrés en países europeos, Grecia ocupa el primer lugar como el país más estresado de Europa, obteniendo una puntuación de 71,8 sobre 100. Esto se debe a que muchas personas reportaron experimentar niveles elevados de estrés y depresión. En el segundo lugar, se encuentra Turquía, con un 71,1 % de los residentes que afirman sentir estrés con frecuencia, lo que los coloca en la posición principal en términos de altos niveles de estrés. Portugal se sitúa en el tercer lugar como el país más estresado de Europa, con un 68,5 % (Lopez, 2023).

En **América Latina**, según Silva et al. (2019), aunque hay variaciones entre diferentes estudios, es común encontrar que una proporción significativa de estudiantes universitarios, superando el 67%, experimenta estrés en niveles moderados. Un estudio de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) indica que cerca del 60% de estos estudiantes sufren estrés académico. La investigación de Silva et al. (2019) señala como causas principales del estrés universitario la dificultad para entender los temas dados en clase (25.3%), la presión de tiempo para cumplir con las asignaciones (23.4%), exceso de carga laboral (21.5%), métodos de evaluación de los profesores (20.9%), la exigencia de participar en clase (15.2%), el tipo de tareas establecidas por los docentes (14.6%), la actitud y personalidad de los mismos (11.4%), y la competencia entre compañeros (8.2%) Toribio y Franco (2016). Se destaca que los principales contribuyentes al estrés son la abrumadora carga de estudios, que constituye el 35%, seguida de

cerca por las evaluaciones de los docentes, que suman el 28%. No hay que subestimar el impacto de la naturaleza y el comportamiento de los docentes, que representan el 20% de la fuente de estrés en el ámbito escolar.

En el Perú, el rector de la UNMSM, Orestes Cachay, ha indicado que se calcula que más del 30% de los alumnos de dicha universidad podrían estar lidiando con problemas vinculados a su salud mental. En un sentido parecido, Cassaretto y Gamarra (2021), en una investigación con 1,801 estudiantes universitarios de seis ciudades peruanas, con un 57.7% de participación femenina y edades entre 18 y 54 años (promedio de edad = 20.79, desviación estándar = 2.69), se constató que el 83% experimentó estrés académico en el transcurso del semestre, con un 38,3% de estrés moderado y un 26,3% de estrés moderado alto. De forma similar, un estudio con 319 alumnos de universidades públicas de la costa central de Perú mostró que el 42.9% enfrentaba estrés moderado y un 27.30% estrés alto (Guerra, 2022).

En conclusión, se ha identificado que, en la carrera de Sociología de la UNCP, se carece de investigaciones objetivas que evalúen el factor estrés académico y su incidencia en el desempeño de los alumnos. Dada la relevancia crítica de estos temas, evidenciada en los apartados anteriores, se ha tomado la decisión de realizar la investigación de tesis la tesis *Estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de primero a cuarto semestre de la facultad de sociología de la UNCP, Huancayo – 2023*.

La realidad problemática que se aborda en el estudio sobre el *Estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la Facultad de Sociología de la UNCP, Huancayo – 2023*, se centra en los retos a los que se enfrentan los universitarios durante su etapa de formación inicial. Este periodo se caracteriza por una transición significativa desde el entorno escolar al

universitario, donde los estudiantes deben adaptarse a nuevas exigencias académicas, responsabilidades personales y expectativas sociales. El estrés académico surge como una consecuencia común de esta transición, que afecta negativamente a la salud mental de los estudiantes, a su integridad emocional y, sobre todo, a su desempeño escolar. La facultad de Sociología, al igual que otras áreas académicas, no está exenta de este fenómeno, lo que hace imperativo comprender cómo el estrés específicamente influye en estos estudiantes en los primeros semestres de su carrera. Esta comprensión profunda de la realidad problemática permitirá desarrollar estrategias efectivas de intervención y apoyo que no solo mitiguen el impacto del estrés, sino que, también, promuevan un entorno educativo más saludable y favorable para el éxito académico del alumnado de la carrera de Sociología.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Qué relación existe entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023?

1.2.2. Problemas específicos

1. ¿Qué relación existe entre los estresores y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023?
2. ¿Qué relación existe entre los síntomas y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023?
3. ¿Qué relación existe entre las estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023

1.3.2. Objetivos específicos

1. Establecer la relación que existe entre los estresores y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023
2. Establecer la relación que existe entre los síntomas y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023
3. Establecer la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Justificación teórica

Este trabajo se justifica teóricamente bajo diversas teorías psicológicas y educativas que exploran cómo el estrés puede influir en el desempeño académico. Teorías como la de la Motivación de Logro de Atkinson y McClelland, y la Teoría de la Autoeficacia de Bandura sugieren que la percepción que tienen los alumnos de su habilidad para lograr objetivos y gestionar el estrés puede repercutir directamente en su rendimiento. Además, la Teoría del Aprendizaje Social de Bandura y la Teoría de la Metacognición de Flavell proporcionan marcos para entender cómo los estudiantes aprenden a manejar el estrés y adaptar sus estrategias de afrontamiento según las demandas académicas. Este estudio pretende integrar estos enfoques teóricos para profundizar en la percepción de la manera en que el estrés académico suele afectar específicamente a los alumnos de sociología en sus primeros

semestres, con el fin de desarrollar intervenciones educativas y de apoyo que mejoren su experiencia académica y promuevan su éxito educativo y profesional.

1.4.2. Justificación social

Este trabajo es socialmente relevante debido a su enfoque en un grupo vulnerable en la transición universitaria. Investigar cómo el estrés incide el desempeño educativo no solo ofrece perspectivas a fin de aumentar el bienestar y la eficacia académica del alumnado, sino que, también, proporciona bases sólidas para desarrollar estrategias institucionales que promuevan un ambiente educativo más saludable y apoyen el desarrollo integral de futuros profesionales en sociología, quienes influirán positivamente en su comunidad y en la sociedad en general.

1.4.3. Justificación metodológica

Metodológicamente, este trabajo resalta la importancia del tema y la necesidad de contar con evidencia empírica en un contexto específico. Se ha optado por un enfoque cuantitativo y se llevará a cabo un muestreo estratificado aleatorio para obtener una muestra representativa. Los instrumentos de medición incluyen la utilización del inventario estandarizado SISCO SV-21 para medir el estrés académico y el uso de las calificaciones ponderadas como medida del rendimiento académico, lo que garantiza la confiabilidad de los datos. En conjunto, esta metodología integral permitirá la obtención de datos sólidos que contribuirán a una mejor comprensión de la asociación del el estrés y el desempeño académico, y orientará posibles intervenciones futuras en la facultad.

1.5. Viabilidad

La factibilidad de este estudio sobre la tensión académica y el rendimiento académico en los alumnos de la carrera de Sociología es factible a partir de factores claves como:

1. Permiso o consentimiento informado de la facultad de sociología

2. Acceso a los estudiantes muestra motivo de estudio
3. Acceso a la información de la muestra
4. Disponibilidad de tiempo de los investigadores
5. Disponibilidad de recursos financieros de los investigadores
6. Enfoque ético y un diseño de investigación sólido

Por consiguiente, el estudio es viable, ya que contamos con una planificación adecuada, la cooperación de la comunidad estudiantil, los tutores de cada semestre y la administración de la facultad.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. A nivel internacional

Andrade y Riera (2021) desarrollaron su estudio titulado *El estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato en tiempos de pandemia por el COVID 19*. Universidad Técnica de Ambato. Tesis de grado. El propósito de este estudio de investigación fue investigar la asociación del estrés académico y el rendimiento escolar de los educandos que participaron en el programa de recuperación de la Escuela de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato en el período de la crisis del COVID-19. Para llevar a cabo este estudio, se utilizó un planteamiento metodológico mixto que combinaba elementos cualitativos y cuantitativos. Su diseño fue de carácter no experimental se calificó de descriptivo y correlacional, lo que permitió recopilar datos pertinentes e información estadística. La unidad de estudio estuvo formada por 160 alumnos pertenecientes a las áreas de Derecho, Trabajo Social y Comunicación. Se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO para medir la variable independiente "Estrés Académico". Además, se utilizó un cuestionario específico para evaluar la variable dependiente "Rendimiento Académico". El análisis efectuado a los datos recolectados reveló que existía una asociación del estrés con el desempeño escolar, y se observó que aproximadamente el 60,63% de los alumnos experimentaba un nivel de estrés considerado moderado. Como parte de las recomendaciones derivadas de este estudio, se sugieren estrategias dirigidas a mejorar tanto el grado de estrés como el rendimiento académico de los alumnos.

Rueda et al. (2021) presentaron su investigación titulada *Relación entre estrés académico y rendimiento académico de estudiantes de enfermería de una*

universidad ecuatoriana. Universidad Nacional del Ecuador. Tesis de grado. La investigación se centró en analizar la asociación del estrés académico y el rendimiento de alumnos de Enfermería en una universidad pública de Quito, durante el periodo 2019-2020. A través de un enfoque descriptivo y analítico, se estudiaron 735 estudiantes utilizando el inventario SISCO para cuantificar el estrés y se compararon con sus promedios académicos. Mediante técnicas de estadística descriptiva y correlación logística, se descubrió que la mayoría de los estudiantes (99%) sufrían estrés de grado moderado a severo, con notas promedio entre 7.90 y 8.55 sobre 10, siendo más bajos en los primeros y sexto semestres. Los factores de estrés más comunes se referían a la saturación de tareas, las dificultades de atención y el cansancio crónico. La mayoría optó por abordar directamente las fuentes de estrés. Los citados hallazgos revelaron que el estrés de moderado a grave tiene un impacto significativo en el desempeño escolar, con una media global de 8,15 sobre 10.

Almeida y Lasluisa (2020) presentaron su estudio *El estrés académico y su relación el rendimiento académico en una muestra de adolescentes*. Pontificia Universidad del Ecuador. Tesis de grado. El propósito de esta investigación se centró en esclarecer el efecto del estrés académico en el desempeño de los alumnos de una institución educativa privada. A fin de realizar este trabajo, se adoptó una metodología empírica de carácter cuantitativo de tipo descriptivo, relacional y de corte transversal. Los participantes en la investigación fueron adolescentes que cursaban el primer año de bachillerato durante el periodo académico 2019-2020. La muestra se seleccionó aplicando criterios específicos de inclusión y exclusión, lo que dio como resultado la intervención de 154 alumnos. Para evaluar el estrés escolar, se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO, que mostró una alta fiabilidad con un coeficiente alfa de 0,90. Además, se utilizó la AUD-DAT Self-Esteem Scale for Adolescents, la cual presentó una aceptable fiabilidad con un coeficiente alfa de

0,645. Tras los hallazgos de esta investigación, se observó que los alumnos experimentan un estrés académico moderado. Sin embargo, un análisis correlacional reveló una asociación muy débil del estrés académico con el desempeño académico. Esto sugiere lo siguiente: el estrés académico no es un factor predictivo significativo del rendimiento académico de los estudiantes. Por el contrario, plantea la posibilidad de que otras variables demográficas, tales como el área de residencia, el género, el grupo familiar y la convivencia con los profesores, desempeñen un papel más significativo en la generación de estrés en los adolescentes.

Valiente y Suárez (2020) elaboraron su trabajo *Rendimiento académico, aprendizaje y estrés académico en alumnado de primaria*. Artículo de revista. Los deberes escolares, tema controvertido y de actualidad, conforman junto con las variables cognitivo-motivacionales del aprendizaje un papel relevante en el rendimiento académico. La finalidad central de este estudio de investigación era analizar la asociación existente de varios factores, como los deberes, las técnicas de aprendizaje, la motivación para aprender, el estrés percibido por los alumnos y su rendimiento escolar en el tercer curso de la enseñanza primaria. La investigación se llevó a cabo mediante un planteamiento cuantitativo no experimental y en ella participaron un total de 519 alumnos. De este grupo, 279 eran chicos (53,8%) y 240 chicas (46,2%), cuya edad media era de 10,74 años. El estudio se realizó en la región de Cantabria. Los principales hallazgos muestran que existe una correlación directa entre el desempeño escolar de los alumnos y factores como el uso de estrategias efectivas de aprendizaje y la motivación para aprender. En cambio, se halló una asociación desfavorable entre el rendimiento académico y el nivel de estrés percibido por los estudiantes. Además, se detectaron notables divergencias en términos de técnicas de enseñanza, metodología, motivación y esfuerzo, en función de los distintos grados de rendimiento académico de los alumnos. Estos

resultados resaltan la importancia de proporcionar a los estudiantes herramientas para elaborar técnicas efectivas de aprendizaje y gestionar el estrés. También, subrayan la necesidad de capacitar a los docentes para abordar la desmotivación y el estrés, ya que estos factores pueden tener una influencia significativa durante la fase de aprendizaje y el rendimiento escolar de los alumnos.

Jaramillo y García (2019) desarrollaron su trabajo titulado *Relación entre el estrés académico y rendimiento académico en dos grupos de estudiantes universitarios, uno que realiza actividades laborales y el otro solo actividades académicas*. Universidad Católica de Pereira. Tesis de grado. Este estudio investigó el efecto del estrés relacionado con la educación en el desempeño académico del alumnado universitario, con una atención particular en la diferencia entre estudiantes que trabajan y estudian simultáneamente y aquellos que se centran solo en sus estudios. La investigación, que se desarrolló en una institución universitaria de Pereira y contó con la participación de 78 estudiantes de diferentes carreras, se basó en métodos cuantitativos y adoptó un diseño no experimental de corte transversal. Para evaluar el estrés académico, se utilizó el Inventario SISCO y se recolectaron datos demográficos adicionales. Los hallazgos indicaron que, a pesar de que los estudiantes que trabajan y estudian informaron sentir más estrés académico, este no parece influir significativamente en el desempeño académico de ningún grupo.

2.1.2.A nivel nacional

Vela y Heredia (2023) elaboraron su tesis sobre el *Estrés Académico Y El Rendimiento Académico De Los Estudiantes De Un Instituto De Educación*. Universidad Privada de Tacna. Tesis de maestría. La finalidad de este estudio fue establecer la asociación del estrés escolar y el rendimiento escolar de los alumnos

del Instituto de Educación Superior Pedagógico Privado Edutek de Tacna, en el transcurso del año 2021. Para llevar a cabo esta investigación, se asumió un planteamiento básico, cuantitativo y sincrónico, con un diseño no experimental, transversal y correlacional. Como población de estudio, se incluyó a todos los estudiantes de la institución y se seleccionó una muestra de 133 estudiantes. Los resultados del análisis de datos revelaron una asociación significativa entre el estrés académico y el rendimiento académico de los alumnos. Esta relación se evidenció mediante la realización de la prueba de Rho-Spearman, que arrojó un coeficiente de correlación (Rho) de -0,630 con un valor de significación inferior a 0,05. El valor negativo del coeficiente de correlación indica una relación invertida y moderada entre las variables estudiadas. En otras palabras, cuando el nivel de estrés académico disminuye, el rendimiento académico tiende a mejorar, y viceversa.

Bolivar y Vitorino (2023) presentaron su investigación *Estrés académico y rendimiento escolar en estudiantes de la institución educativa de aplicación Fortunato Luciano Herrera Cusco 2020*. Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. Tesis de grado. El propósito de este trabajo fue examinar el impacto del estrés académico en el rendimiento escolar, en los alumnos de secundaria en una institución educativa durante el año 2020. Para investigar la relación entre estas variables, se utilizó un método teórico o básico, adoptando un nivel correlacional y un diseño transversal. Como población de referencia, se incluyó a la totalidad de los alumnos de enseñanza secundaria de la entidad, y se eligió una selección de 180 alumnos de 3º, 4º y 5º por el método de conveniencia. Se utilizó un cuestionario para medir el estrés académico, mientras que el rendimiento escolar se evaluó mediante los registros de calificaciones. Según los resultados, existe una asociación moderada y positiva del estrés académico con el rendimiento escolar, con un índice de correlación de Spearman (Rho) de 0,623. La significatividad bilateral de esta relación fue de 0,039, lo que indica que es estadísticamente relevante y que el

estrés académico se asocia de forma significativa con el rendimiento escolar en esta población estudiantil.

Castrejón (2022) alaboró su investigación *Estrés Académico y Rendimiento Académico En Estudiantes De Ingeniería De La Universidad San Pedro – Cajamarca, 2019*. Universidad San Pedro. Tesis de maestría. El propósito de este estudio fue investigar la posible conexión del estrés académico y el rendimiento académico en un grupo de 108 alumnos pertenecientes a la Facultad de Ingeniería de la USP – Cajamarca durante el año 2019. La metodología adoptada en esta investigación se enmarca en un enfoque básico y correlacional, utilizando un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental. Para evaluar el nivel de estrés, se implementó un cuestionario compuesto por 27 ítems. Este cuestionario fue sometido a un proceso de validación llevado a cabo por tres expertos, y su fiabilidad se confirmó mediante un índice de Alpha de Cronbach de 0.876, calculado utilizando el programa IBM SPSS Static. Esto aseguró la confiabilidad del instrumento utilizado en la investigación. Por otro lado, para establecer el rendimiento escolar, se empleó una lista de cotejo, y se analizaron los promedios ponderados proporcionados por la universidad como indicadores de rendimiento. A continuación, los datos recogidos se sometieron a pruebas estadísticas, incluida la de ji-cuadrado para las hipótesis general y específica. Además, se estimó el índice de correlación de Pearson ($R = -0,764^{**}$), con lo que se llegó a la confirmación de que hay una relación inversa significativa entre el nivel de estrés y el desempeño escolar de los alumnos.

Sotero (2021) presentó su estudio *Estrés académico y rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de ingeniería civil en una universidad en Moyobamba, 2021*. Universidad César Vallejo. Tesis de maestría. El objetivo fue determinar una asociación del estrés escolar y el rendimiento escolar. El enfoque de este estudio es aplicado y correlacional. Se utilizó un cuestionario de 44 preguntas,

previamente validado por expertos, y se recopiló información de una composición de muestras de 168 alumnos seleccionados por conveniencia. En cuanto al tratamiento de los datos, se emplearon los programas informáticos SPSS y Excel, aplicando estadísticas descriptivas y pruebas de correlación y de hipótesis. Los resultados revelaron una relación estadísticamente significativa entre el estrés y el rendimiento académico ($p < 0,05$; $R = -0,19$). Estos hallazgos sugieren la importancia de que las universidades aborden el estrés como una cuestión relevante de salud psicológica, especialmente, bajo un entorno en el que la transición a la educación en línea ha agravado este problema, teniendo una influencia significativa en el desempeño de los alumnos.

Yupanqui (2020), en su tesis *El estrés académico y el rendimiento académico de los estudiantes del II ciclo de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Peruana Los Andes 2019*. Universidad Peruana de Ciencias e Informática. Tesis de maestría, afirma que el objetivo principal del estudio fue determinar la asociación del grado de estrés académico con el rendimiento académico de los alumnos que cursan el segundo nivel en la carrera de Medicina Humana de la Universidad Peruana Los Andes durante el año 2019. Se trata de un estudio cuantitativo con un diseño transversal, correlacional aplicado y prospectivo. Se examinó a un conjunto de 125 alumnos inscritos en el curso académico 2019-II, y se seleccionó una muestra de 94 alumnos mediante una fórmula específica de proporciones. La recopilación de información se realizó utilizando el Inventario del Estrés Académico SISCO V2 y registros documentales del rendimiento académico. Los resultados del estudio revelaron que un 69.1% del alumnado tenía un rendimiento académico considerado como regular, el 21.3% presentaba un déficit en su rendimiento y solo el 9.6% mostraba un rendimiento bueno. En términos de estrés académico, se observó cómo el 66% de los estudiantes tenía un grado de estrés medio, el 19,1% experimentaba un grado de estrés alto y el 14,9% tenía un grado de estrés bajo. Se

identificó una notable asociación negativa entre el rendimiento académico y el grado de estrés ($r = -0,573$, $p = 0,008$), sugiriendo que, a mayor nivel de estrés, el rendimiento académico suele disminuir. Además, se observó una asociación entre la duración del estrés y el rendimiento ($r = -0,626$ conforme al índice de correlación de Spearman) al igual que los factores estresantes y el rendimiento ($r = -0,544$), lo cual sugiere que, a mayor estrés, menor rendimiento académico. No obstante, tampoco se observó una asociación significativa de las estrategias de afrontamiento utilizadas por los alumnos con su rendimiento escolar.

Gómez (2020), en su estudio *Estrés académico 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*. Universidad Privada Norbert Wiener. Tesis de maestría, afirma que el propósito de este estudio fue analizar la posible relación del estrés académico y el rendimiento académico en alumnos del segundo programa de especialización en enfermería, con énfasis en cuidados de enfermería en situaciones de emergencia y catástrofe, de una institución universitaria particular de Lima. La investigación se encuadra en la categoría de aplicada y presenta un diseño descriptivo. Un total de 100 estudiantes participaron en el estudio, que se efectuó mediante una encuesta. Mediante el uso del análisis estadístico Chi-cuadrado, se estableció que un 54% del alumnado experimentaba un bajo nivel de estrés, mientras que un 46% presentaba niveles moderados de estrés. Respecto al rendimiento escolar, el 86% del alumnado demostró un desempeño medio, el 13% tuvo un desempeño bajo y sólo el 1% alcanzó un desempeño elevado. La prueba de independencia indicó que hay una correlación importante del estrés con el desempeño académico, con un valor Chi-cuadrado de 18,954 y un valor p de 0,000, que es inferior a 0,01. Esto sugiere que, aunque haya una relación relevante de estrés y rendimiento escolar, esta relación no

está influida por factores conductuales y psicológicos, según los resultados de las pruebas estadísticas realizadas.

Cornelio (2020), en su tesis *Estrés académico y rendimiento académico de los ingresantes 2019 – I en la escuela profesional de Sociología, Facultad de Ciencias Sociales, de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho*. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Tesis de grado. afirma, como propósito de esta iniciativa, establecer la asociación entre el estrés académico y el desempeño académico mediante un enfoque correlacional no experimental. En este enfoque, se observan las variables en su estado natural sin ninguna manipulación. Utilizamos la Escala de Evaluación de Estrés Académico, desarrollada por Patricia Curibancoy en 2008 y adaptada por Cornelio M. en 2019, como instrumento de medición. La recolección de información se realizó en un único momento, siguiendo un diseño transversal, lo que permitió analizar la asociación entre variables en un momento concreto. Para el análisis, el objeto muestral se compuso por 39 alumnos de sociología que participaron en la encuesta. De estos estudiantes, el 36% (14 alumnos) obtuvo un rendimiento académico considerado como bueno, mientras que el 51% (20 estudiantes) obtuvo un rendimiento académico aceptable. En cuanto al estrés académico, el 67% (26 alumnos) presentó un grado moderado, y el 31% (12 alumnos) experimentó un nivel bajo de estrés académico. Tras los hallazgos, se estableció un P_value bilateral significativo de 0.025, que es menor que el umbral de 0.05. Esta diferencia llevó a rechazar la hipótesis nula. La correlación de Spearman fue de -0,458, lo que apunta a una relación inversa significativa de magnitud considerable entre las variables.

Ávila (2019), en su investigación *Estrés Académico y el Rendimiento Académico en el Instituto Superior Tecnológico Público San Francisco de Asís en Villa María del Triunfo, Lima, 2019*. Universidad Nacional de Educación Enrique

Guzmán y Valle. Tesis de grado, presenta como propósito principal el investigar la posible asociación del estrés académico y el rendimiento de los estudiantes de una institución educativa durante el año 2019. La investigación tenía como finalidad establecer la naturaleza de esta conexión, y se asumió la hipótesis de que existía una asociación directa de ambas variables. A fin de efectuar este estudio, se adoptó un planteamiento descriptivo y correlacional, en el que participaron 80 estudiantes como sujetos de la investigación. Con la finalidad de analizar el grado de estrés académico, se utilizó un cuestionario diseñado específicamente para este propósito, por su parte, para establecer el rendimiento escolar se empleó una ficha de observación documental que recopiló la información sobre el desempeño de los alumnos. Según los hallazgos encontrados en el análisis de los datos, existe una correlación negativa significativa (ρ de Spearman = -0,805), lo que parece indicar que, al aumentar el estrés académico, suele disminuir el rendimiento académico, y recíprocamente. La significación estadística obtenida, con un valor de $p=0,000$, inferior a 0,05, señala la existencia de una asociación significativa entre las variables. Por consiguiente, se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis alternativa, lo que confirma la existencia de una asociación inversa y significativa del estrés escolar y el rendimiento escolar de los alumnos.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Estrés Académico

2.2.1.1. Definición

Berrío y Rodrigo (2021) hacen mención todo acerca la investigación del estrés académico. Según Orlandini (1999), el estrés académico se define como una tensión desmedida, que se manifiesta en todas las etapas educativas, desde la educación básica hasta la capacitación de posgrado. En el transcurso de estas etapas de aprendizaje, las personas se enfrentan a menudo a una presión llamada

estrés académico, ya sea en el ámbito del aprendizaje personal o en el entorno educativo.

Pérez y otros (2019), plantea que el estrés alude a la percepción de presión o carga que aparece cuando consideramos que las demandas de una circunstancia específica superan nuestras competencias o recursos disponibles, lo que dificulta nuestra habilidad para manejarla de forma eficaz.. En esencia, una persona se siente abrumada por el estrés cuando cuesta trabajo adaptarse a las demandas del medio que la rodea.

Siguiendo la argumentación anterior, Caldera et al. (2007) denominan estrés académico generado por las demandas del ámbito académico. Así, tanto alumnos como docentes pueden sentirse concernidos por este problema. Finalmente, se presenta la definición de estrés académico propuesta por Barraza (2006), un autor latinoamericano, que ha contribuido de manera significativa en términos de investigación y conceptos relacionados con este tema, afirma que el estrés académico es un fenómeno sistémico y principalmente psicológico. Esto ocurre cuando los estudiantes se enfrentan en entornos educativos a una serie de demandas que, según su propia evaluación, son consideradas como factores estresantes (input); b) estos estresores generan un desequilibrio en el organismo ("cuadro estresor") caracterizado por un conjunto de síntomas (indicadores del desequilibrio); y c) por último, tal desajuste conduce a la adopción de medidas de adaptación (output) con el fin de restablecer el equilibrio del organismo.

2.2.1.2. Modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico

Berrío y Mazo (2021) se refieren a este modelo planteado en Barraza mediante 4 supuestos:

Hipótesis de los componentes sistémicos procesuales del estrés académico: hace hincapié en la noción de un "sistema" que está en constante

interacción con su entorno, lo que implica una relación continua entre el propio sistema y su entorno. Por tanto, los aspectos procesuales y sistemáticos del estrés escolar están relacionados con el flujo continuo de entrada y salida que caracteriza a cada sistema en su búsqueda del punto de estabilidad. Estos elementos del estrés escolar son: los impulsos estresantes (input), los signos (que indican un desajuste del sistema) y las formas de afrontarlo (output).

Hipótesis del estrés académico como estado psicológico: esta condición se caracteriza principalmente como un estado psicológico, dado que involucra tanto estresores significativos (que amenazan la vida del individuo y están más allá de su control) como estresores menos significativos (que se convierten en estresores debido a la percepción que la persona tiene de ellos). De manera general, un factor estresante se define como un entorno o una atmósfera de amenaza que provoca en el individuo una respuesta más genérica que específica (Barraza, 2005).

Tabla 1

Estresores académicos

Barraza (2003)	Polo y otros (1996)
Competitividad grupal	Realización de un examen
Sobrecargas de tareas	Exposición de trabajos en clase.
Exceso de responsabilidad	Intervención en el aula (responsabilidad a una pregunta del profesor, realizar preguntas, participa en coloquios, etc.)
Interrupciones del trabajo.	Subir al despacho del profesor en horas de tutorías
Ambiente físico desagradable	Sobrecarga académica (excesivo número de créditos, trabajos, obligaciones, etc.)
Falta de incentivos	Masificación de las aulas
Tiempo limitado para hacer el trabajo	Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.
Problemas o conflictos con los asesores	Competitividad entre compañeros
Problemas o conflictos con los compañeros	Realización de trabajos obligatorios para aprobar las asignaturas (búsqueda de material necesario, redactar el trabajo, etc.)
Las evaluaciones	La tarea de estudio
Tipo de trabajo que se pide	Trabajar en grupo

Nota. La tabla presenta una recopilación de estresores académicos identificados por especialistas en te tema. Obtenido a partir de Barraza (2005).

c. Hipótesis de los indicadores del desequilibrio sistémico que implica el estrés académico: las señales o expresiones de la situación de desequilibrio (estrés académico) se clasifican en categorías que incluyen reacciones físicas, emocionales y comportamentales.

Tabla 2

Indicadores del estrés académico

Indicadores	Ejemplos
Físicos: Reacciones corporales	Dolores de cabeza, insomnio, problemas digestivos, fatiga crónica, sudoración excesiva, etc.
Psicológicos: relacionados con las funciones cognitivas o emocionales.	Desconocimiento, bloqueo mental, problemas de memoria, ansiedad, depresión, etc.
Comportamentales: Involucran la conducta	Ausentismo de las clases, desgano para realizar las labores, académicas, aislamiento, etc.

Nota. La tabla muestra algunos ejemplos de estresores académicos en base los 3 principales indicadores. Obtenido a partir de Barraza (2005).

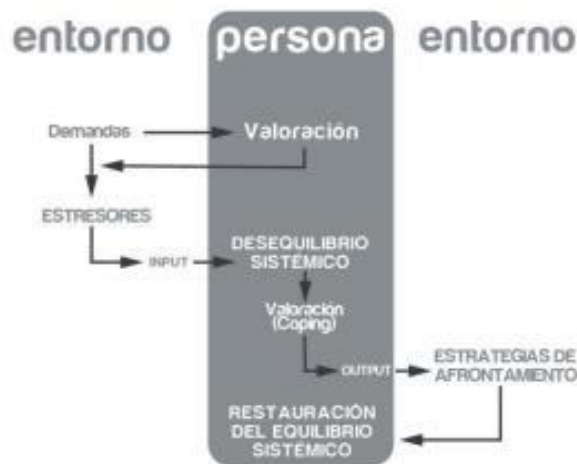
Estos indicadores se combinan de manera única en cada individuo, lo que significa que la manifestación del desequilibrio sistémico será diferente en términos de cantidad y diversidad para cada persona.

d. Hipótesis del afrontamiento como restaurador del equilibrio

sistémico: Frente al desajuste provocado del estrés, la gente utiliza diversas tácticas con el fin de recuperar la armonía del organismo. A pesar de que existen numerosas formas de hacer frente al estrés, Barraza (2008) propone las siguientes: expresar el asertividad, fomentar la autoafirmación, buscar distracción, compartir con otros, recurrir a la religión, buscar información, solicitar apoyo profesional, emplear el humor y planificar y ejecutar tareas. Para completar la representación del estrés académico, la presenta visualmente de acuerdo con lo previamente mencionado

Figura 1

Representación gráfica del modelo sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés académico



Nota. La tabla muestra el esquema que muestra el flujo de las emociones dentro e una persona desde la valoración, hasta la restauración del equilibrio sistémico. Obtenido a partir de Barraza (2005).

El modelo gráfico se interpreta a partir de la esquina superior izquierda y sigue la siguiente lógica de exposición: el medio ambiente impone al individuo una sucesión de demandas o exigencias. El sujeto evalúa esas exigencias y, si estima que superan sus propios medios, las identifica con la categoría de estresores. Dichos agentes estresantes se convierten en el input que entra en el sistema y desencadena un desequilibrio en la relación entre la persona y el ambiente. Dicho desajuste conduce a una segunda evaluación de la habilidad para hacer frente a la presión de la zona de estrés y para determinar la manera más adecuada de enfrentarse a ella. Frente a las exigencias del entorno, el organismo reacciona con una serie de respuestas (output). Si estas estrategias tienen éxito, el sistema restaura su equilibrio; de lo contrario, se realiza una tercera evaluación que conduce a la adaptación de las estrategias para lograr el resultado deseado.

2.2.1.3. El rol de las variables de relación con el estrés Académico

Según Berrío y Rodrigo (2021), los diversos estudios sobre el estrés académico han examinado distintas variables, tales como el sexo, la edad, el nivel de ingresos, la carrera que cursan, el ciclo académico en el que se encuentran, las asignaturas que estudian y el contexto institucional en el que realizan sus estudios. En particular, el género, como una de las principales magnitudes sociodemográficas investigadas en relación con el estrés académico, ha arrojado resultados ambiguos y contradictorios en diferentes estudios.

El sexo

Asimismo, el factor sexo constituye una de las principales variables sociodemográficas en relación con el estrés escolar, siendo el 60,7% de la población estudiada de sexo femenino. Algunas investigaciones sugieren que no hay diferencias significativas entre géneros en cuanto al estrés académico, aunque otras indican que las féminas tienen un grado más alto de estrés académico. Las mujeres tienden a tener mayor vulnerabilidad psicológica y utilizan más el procesamiento emocional en comparación con los hombres. Por su parte, los hombres tienden a emplear más el procesamiento racional y automático. Además, un mayor número de mujeres presenta características de ansiedad y depresión en comparación con los hombres.

En cuanto a las técnicas de superación, en las mujeres, se observa una media más alta, con un dominio de los modos de superación centrados en la emoción y la actividad conductual. Por el contrario, los hombres muestran medias significativamente más bajas en estos estilos. Barraza señala que las mujeres tienden a utilizar más el tipo de relacionarse con otros, acuden en menor medida a la ayuda profesional, tienen menor capacidad de afrontamiento y emplean un mayor

repertorio de estrategias. Por el contrario, los hombres son más propensos a utilizar la distracción para ignorar los problemas.

La edad

En estudios sobre el estrés escolar, diversos estudios han revelado que un 65,10% de los alumnos están afectados hasta los 22 años. La ansiedad y el nerviosismo aumentan con la edad. En cuanto a las respuestas positivas, los alumnos de mayor edad tienen una media superior a la de los más jóvenes. Por otra parte, los estudiantes jóvenes muestran medias más altas en negación y comportamiento de desenganche de las estrategias. Los estudiantes mayores presentan los promedios más altos en el uso de métodos activos, mientras que los estudiantes más jóvenes tienden a tener promedios más altos en el uso del método de evitación. En general, se observa que el repertorio de estrategias de afrontamiento se amplía con la edad.

El ingreso económico

Regularmente se ha estudiado esta dimensión asociada al estrés, ya que los alumnos que estudian trabajan y generan sus propias rentas representan el 5,4% de la masa estudiada. Los resultados de estos estudios no resultan concluyentes, pero indican que los estudiantes con bajos niveles de ingresos experimentan mayores niveles de estrés en comparación con los que tienen ingresos más elevados.

Carrera y ciclo académico que cursan:

Se presentan dos respuestas contrarias: unos sostienen que el nivel o ciclo académico no influye en la presencia de estrés, en tanto que otros afirman que los alumnos experimentan mayor estrés en función del curso o nivel académico en el que se encuentren. Asimismo, se indica que los alumnos de la rama de medicina presentan mayor estrés respecto a los alumnos de las demás carreras, y que los

alumnos de la rama de psicología sufren menos estrés. Por otro lado, se sugiere que el tipo de titulación o especialidad no tiene influencia alguna sobre el grado de estrés auto percibido, los factores estresantes que lo provocan, los cuadros sintomáticos que denotan su permanencia o las diversas formas de afrontamiento. En cuanto a los estilos de afrontamiento, se observan grandes divergencias según la carrera y el ciclo cursado. En los estudiantes de grado, el estrés tiende a ser más prevalente en los primeros semestres. En los alumnos de posgrado, el cuatrimestre cursado no ejerce ninguna presión sobre el nivel de estrés auto percibido, los estresores que lo provocan, los síntomas que indican su presencia o las estrategias utilizadas para afrontarlo.

Respecto a las técnicas de afronte, los estudiantes de primero tienden a usar más las técnicas de rechazo, autocontrol y distancia que los de niveles superiores. Además, en cuanto a los métodos de superación, los alumnos de 1º año tienen la media más alta en el modo de elusión, que se fundamenta en evitar o escapar de las situaciones y/o de sus secuelas.

La repitencia escolar

Es una dimensión escasamente investigada en la comunidad académica universitaria, pero su seguimiento es fundamental como futura herramienta de estudio. Dentro de un trabajo realizado sobre la preponderancia del estrés en universitarios, se reporta que la repetición de curso resultó ser un factor asociado al estrés académico en el 11,1% de los estudiantes.

2.2.1.4. Clasificación de los síndromes de estrés en las gnoseologías oficiales

Berrío y Rodrigo (2021) afirman que, diferencia de otras tipificaciones de enfermedades mentales que se caracterizan como ateóricas y se basan en la sintomatología observada, el DSM-IV incorpora el criterio etiológico entre los criterios definitorios de los cuadros de estrés. Esto implica que no se puede diagnosticar un trastorno por tensión si el elemento desencadenante de la tensión no se halla dentro del cuadro clínico, aunque se cumplan los demás factores diagnósticos clínicos.

Por otra parte, en vez de englobar los síntomas de estrés en una sola categoría, el DSM-IV los divide en varias, lo que puede complicar su comprensión y diagnóstico. Además, la clasificación no ofrece definiciones precisas de conceptos clave como trauma, evento estresante y carga emocional.

La evolución de la tipificación de los síntomas de estrés en el DSM, de acuerdo con González (2001), se resume en la siguiente tabla:

Tabla 3

Evolución de los síndromes de estrés en la gnoseología norteamericana

Estudio	Síndrome
DSM-I (1952)	Reacción aguda de estrés Reacción situacional del adulto
DSM-II	Reacción de adaptación Reacción de adaptación Trastorno de estrés postraumático
DSM-III (1980)	Agudo Crónico Retardado Trastorno de adaptación
DSM-IV (1994)	Trastorno agudo de estrés Trastorno de estrés postraumático Trastorno de adaptación

Nota. La tabla muestra la evolución de los síndromes de estrés según las diversas versiones del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM), Obtenido a partir de Barraza (2005).

En su Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE), la OMS ha establecido categorías similares a las utilizadas en Norteamérica. En la CIE-10 (1992), se incluyen los siguientes trastornos relacionados con el estrés:

- Respuesta breve al estrés
- Trastorno por estrés postraumático
- Alteración de la personalidad tras vivir un evento catastrófico
- Trastornos de acomodación

2.2.1.5. Orientaciones teóricas del estrés

Berrío y Mazo (2021) sostienen que las aproximaciones al estudio de la tensión centradas en la respuesta, como la teoría propuesta por Selye, las centradas en el módulo estímulo, desarrolladas por Holmes y Rahe, y las relacionadas con la valoración cognoscitiva de la tensión, formuladas por Lazarus, han tenido una influencia considerable en el avance de la formulación de la teoría general de la tensión y su aplicación en el campo de la Psicopatología.

Teorías basadas en la respuesta

Según la teoría del estrés desarrollada por Selye, el estrés es una reacción inespecífica del cuerpo a las exigencias a las que se enfrenta. Según esta perspectiva, “el estrés se caracteriza como un estado que se manifiesta por un determinado síndrome compuesto por el conjunto de alteraciones no específicas provocadas en un organismo” (Selye, 1960, citado en Sandín, 1995, p. 5). Ello supone que el estrés carece de una única causa y que puede ser desencadenado por diversos factores, ya sean físicos, psicológicos, cognitivos o emocionales.

Asimismo, Selye subraya que el estrés no debería evitarse por completo, puesto que podría asociarse a impulsos o vivencias tanto agradables como no agradables. De hecho, la ausencia total de tensión podría ser perjudicial e incluso conducir a la muerte. Según Selye, cuando se dice que alguien está experimentando estrés, significa que este estrés es excesivo y está sobrecargando al organismo más allá de su nivel de resistencia normal. Por lo tanto, el estrés se considera una

respuesta adaptativa siempre y cuando no supere ciertos niveles y no tenga un impacto negativo en el organismo.

Selye, también, introduce la idea de que la reacción de estrés consiste en un mecanismo triple denominado síndrome general de afrontamiento, que incluye tres fases: respuesta de alerta, reacción de resistencia y síndrome de cansancio. Dicha teoría proporciona una descripción funcional del estrés basada en el agente estresante (el desencadenante) y la reacción de estrés, lo que permite objetivar estos síntomas.

Teorías basadas en el estímulo.

Las teorías del estrés orientadas hacia el estímulo se dedican a interpretar y comprender el estrés según las características relacionadas con los estímulos que provienen del entorno. Estas teorías sostienen que los estímulos ambientales tienen la capacidad de desestabilizar o perturbar las funciones del organismo. Dos de los principales defensores de esta perspectiva son T.H. Holmes y R.H. Rahe.

En contraste con las teorías centradas en la respuesta, que sitúan el estrés en el individuo y se centran en los efectos generados por el estrés (conocidos como "strain"), las teorías establecidas por el estímulo ponen el énfasis en el entorno exterior como la fuente del estrés. Por lo tanto, esta perspectiva se alinea más con la concepción popular del estrés como algo causado por factores externos.

Es relevante señalar que los estímulos no afectan a todas las personas de la misma manera debido a las diferencias individuales. Weitz (1970) agrupó algunos de los episodios comúnmente generadoras de estrés, como procesar información rápidamente, exposición a estímulos ambientales perjudiciales, percepción de amenazas, alteraciones en las funciones fisiológicas, aislamiento, obstáculos para alcanzar metas, presión del grupo y frustración. Esta clasificación resalta la

importancia del entorno y las interacciones sociales, lo que ubica esta teoría en el ámbito psicosocial del estrés.

Teorías basadas en la interacción

El principal defensor de este planteamiento es Richard Lazarus, quien subraya la importancia de los aspectos psíquicos, en particular los cognitivos, que actúan como intermediarios del estímulo generador de estrés y de las reacciones al mismo. Lazarus atribuye un papel activo al individuo en la generación del estrés. Según Lazarus y Folkman (1986), este se origina a partir de las interacciones del sujeto con su medio ambiente, que éste valora como amenazante y difícil de manejar. Por lo tanto, el término central de la teoría de la interacción es la "valoración cognitiva".

La valoración cognoscitiva constituye un mecanismo de evaluación que permite establecer en qué medida y por qué razón una relación específica o un conjunto de relaciones entre el individuo y el entorno se perciben como generadoras de estrés (Lazarus y Folkman, 1986). En este contexto, la valoración desempeña el papel de mediadora cognitiva de las respuestas al estrés y los síntomas estresantes. Lazarus plantea la existencia de 3 clases de evaluación:

Evaluación inicial: este tipo de evaluación ocurre en cada ocasión en la que se enfrenta a una demanda, ya sea interna o externa. Representa la primera evaluación psicológica del estrés en el proceso.

Evaluación secundaria: sigue a la evaluación inicial y está relacionada con la evaluación de los medios disponibles para hacer frente a la sensación de estrés.

Evaluación continua: implica procesos de retroalimentación que permiten ajustar las evaluaciones anteriores a medida que se recopila más información sobre la situación.

2.2.1.6. Dimensiones

2.2.1.6.1. Estresores

Para Gil y Fernández (2021), los elementos causantes de estrés identificados en el estudio abarcaron los siguientes aspectos: "Participación activa en clases (como responder preguntas y realizar presentaciones)" y "Evaluaciones por parte de los profesores (como exámenes, investigaciones y ensayos)". Se mencionaron de manera menos frecuente como fuentes de estrés: "Presión temporal para completar tareas académicas", "Naturaleza de las tareas asignadas por los profesores (como investigación de temas, revisión de literatura y redacción de ensayos)" y "Carga excesiva de tareas y trabajos académicos". Además, los estudiantes de segundo año, también, indicaron que "Participación activa en clases" y "Evaluaciones por parte de los profesores" eran factores de estrés, aunque con puntuaciones más bajas.

Investigaciones anteriores han identificado factores estresantes similares, destacando principalmente: "Carga excesiva de tareas y trabajos académicos", "Evaluación por parte de los profesores" y "Presión temporal para completar las labores académicas". Estos elementos han sido consistentemente reconocidos en múltiples estudios como los principales desencadenantes de estrés en el contexto educativo.

2.2.1.6.2. Síntomas (Reacciones)

Para Gil y Fernández (2021), es importante resaltar que los síntomas comúnmente frecuentes, como "trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)" y "falta de motivación para realizar tareas académicas", observados predominantemente en los estudiantes de primer y segundo año, son motivo de preocupación debido a sus posibles efectos negativos, física y mentalmente de los alumnos. Estos síntomas

pueden afectar la eficacia en la práctica clínica impactar de forma adversa en el desempeño escolar, como han señalado algunos autores.

Cabe mencionar que investigaciones previas han identificado síntomas ligeramente diferentes como los más comunes, tales como "fatiga crónica (agotamiento permanente)", "somnolencia o aumento de la necesidad de dormir" y "ansiedad, angustia y desesperación", los cuales no coinciden completamente con los resultados de este estudio. Además, otros investigadores han informado que los síntomas más prevalentes incluyen "mayor necesidad de dormir" y "fatiga crónica (cansancio permanente)". Por su parte, Macbani Olvera et al., también, han señalado que "trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)" son síntomas comunes.

2.2.1.6.3. Estrategias de Afrontamiento

Según Gil y Fernández (2021), estudios anteriores han señalado que la mediada de enfrentamiento más comúnmente usadas son la "competencia asertiva" y la "planificación y ejecución de tareas". Por lo tanto, se sugiere que los docentes tengan en cuenta las características individuales de los estudiantes en sus interacciones. Esto permitiría una mejor disposición para apoyar a los alumnos en la aplicación personalizada de los mecanismos de enfrentamiento que seleccionen.

Para Berrío y Mazo (2021), el afrontamiento se define como el proceso mediante el cual una persona maneja las demandas percibidas como estresantes en su interacción con el entorno, así como las emociones que esto puede generar. Además, según Lazarus y Folkman (1986), se trata de un elemento íntimamente ligado a la valoración psicológica de las distintas fases estresantes, que puede verse como un modo propio de afrontar el miedo al estrés o como un constante proceso evolutivo. Los modos de enfrentarse son actitudes personales estables que facilitan el manejo de diversas circunstancias estresantes.

Cuando se concibe como un procedimiento, el "hacer frente" implica esfuerzos cognitivos y conductuales en constante cambio para hacer frente a demandas específicas, ya sean de origen interno o externo, que se perciben como superiores a los recursos disponibles del individuo (Lazarus y Folkman, 1986, p. 164). Es importante destacar que el término se utiliza sin importar si el proceso es adaptativo o no, ya que puede variar según la situación estresante.

Además, algunas habilidades de adaptación son más constantes o coherentes o estables que el resto, dependiendo del contexto de la presión. Lazarus y Folkman (1988, citado en Sandín, 1995) identificaron 8 tipos de afrontamiento: la lucha, el alejamiento, el dominio de sí mismo, la ayuda social, la asunción de culpa, la evasión, la resolución de problemas y la reevaluación positiva. Se ha comprobado que las estrategias de planteamiento de resolución de problemas y de reevaluación afirmativa se asocian con resultados positivos en el afrontamiento del estrés.

El apoyo social se refiere al apoyo emocional, materiales de ayuda y consejos que el de personas pueden ofrecer para ayudar en el proceso de afrontamiento. En resumen, "el apoyo social se considera como los recursos sociales disponibles para enfrentar el estrés" (Sandín, 1995, p. 33).

2.2.2. Rendimiento Académico

2.2.2.1. Definición

Rodríguez (2021) refiere que *El rendimiento académico se hace referencia a las evaluaciones que siguen un conjunto de procesos previamente programados y están concebidas para evaluar el logro de los propósitos de formación y educación.*

Edel (2003) menciona que el desempeño escolar conlleva que el alumno evidencie un cierto nivel de entendimiento en una asignatura y que esta evidencia se contraste con cohortes de edad o grados de conocimiento similares. Es una

evaluación de la capacidad de un individuo para utilizar lo que ha aprendido después de un periodo de enseñanza.

La percepción del rendimiento académico implica según Pizarro y Crespo (2000), el rendimiento académico se entiende como una evaluación de habilidades que señalan, de forma indicativa, lo que ha logrado una misma persona como resultado de un proceso de aprendizaje o capacitación. Se define como la capacidad de reaccionar ante estímulos educativos y puede interpretarse en términos de objetivos o metas educativas previamente establecidas.

Reyes (2003) refiere que el rendimiento escolar se basa en la evaluación entre el grado de logro que un alumno ha obtenido y el estándar que se anticipa de él. En otras palabras, refleja la habilidad que el estudiante ha desarrollado como consecuencia de su proceso de aprendizaje, en línea con el plan de estudios del año correspondiente.

Según menciona García (2013), el desempeño escolar se considera uno de los parámetros más reconocidos para medir la excelencia de la educación universitaria. Este concepto está vinculado con la excelencia en el ámbito académico y la eficacia en la enseñanza. Las instituciones educativas deben implementar diversas estrategias pedagógicas con el propósito de garantizar el avance exitoso de los alumnos en sus programas de estudio y asegurarse de que sus graduados reciban una formación completa y de alta calidad. La evaluación de este desempeño se lleva a cabo a través de la obtención de calificaciones.

2.2.2.2. Tipos de rendimiento académico

Según refiere Hernández y Arreola (2021), citando a Lucio y Duran 2002. Se requiere identificar varios tipos de rendimiento:

El rendimiento suficiente:

El rendimiento al que se hace referencia en este contexto se basa en las calificaciones otorgadas en los exámenes y tareas realizados. Fundamentalmente, refleja el nivel de conocimiento que un estudiante posee sobre un tema o cuestión desde una perspectiva objetiva. Estas calificaciones son proporcionadas por los profesores después de evaluar un examen o tarea, y dependen de si se alcanzan o no los conocimientos mínimos requeridos para aprobar ese tema o materia. Si se superan estos conocimientos mínimos, se considera un rendimiento satisfactorio; de lo contrario, se califica como insatisfactorio.

El rendimiento insuficiente:

Se hace referencia a la incapacidad del estudiante para alcanzar las capacidades mínimas necesarias durante el proceso de instrucción y adquisición de conocimientos (Hernández y Arreola, 2021).

El rendimiento satisfactorio:

En contraposición, esta noción no está vinculada al desempeño real del estudiante, sino que se relaciona con el potencial que podría haber alcanzado según sus habilidades y circunstancias personales. En otras palabras, se refiere a la capacidad máxima de rendimiento de cada individuo. En este contexto, un estudiante alcanza un rendimiento satisfactorio cuando aprovecha al máximo sus habilidades, independientemente de la calificación que obtenga, mientras que se considera un rendimiento insatisfactorio cuando tenía la capacidad de rendir mejor (Hernández y Arreola, 2021).

2.2.2.3. Características del Rendimiento Académico

En 1991, se realiza una descripción del desempeño académico según García y Palacios (1991), como se menciona en Reyes (2003), la mayoría de la literatura

académica ha incorporado esta descripción, que destaca al menos dos enfoques (uno estático y otro dinámico) al abordar la dimensión social del individuo en el entorno educativo.

Desde un enfoque dinámico, se distingue por estar influenciado por el esfuerzo y las habilidades del estudiante, lo que implica una conexión directa con el proceso de aprendizaje.

Desde la perspectiva estática, se hace referencia al producto final del proceso de aprendizaje, evidenciándose a través de comportamientos beneficiosos.

2.2.2.4. Factores que influyen en el rendimiento académico

Reyes (2003) menciona los siguientes factores:

Factores endógenos o de carácter psicológico: describen las características individuales que generan diferencias en el rendimiento entre personas, incluso cuando están expuestas a las mismas influencias ambientales. Estas características incluyen la inteligencia, el desarrollo del sistema nervioso, la personalidad, los intereses y la motivación, entre otros aspectos.

Inteligencia: comúnmente considerado como el elemento más significativo y poderoso en el desempeño académico, numerosos autores lo definen como la aptitud para adquirir conocimientos y aplicarlos. Debido a que la aptitud intelectual implica la habilidad para solucionar distintos problemas o generar resultados y productos de valor en uno o varios ámbitos culturales, es importante tener en cuenta que las personas no comparten necesariamente los mismos intereses y aptitudes, y que aprenden de distintas maneras. A pesar de ello, en la práctica, se observa a menudo que los estudiantes más brillantes no son siempre los más listos ni los peores, sino pueden ser necesariamente los más débiles. Esto demuestra que el

logro de buenas calificaciones o un desempeño académico sobresaliente no se debe únicamente al nivel de inteligencia, sino que depende de una combinación de factores (Reyes, 2003).

Personalidad: es un elemento determinante que engloba los aspectos cognitivos, motivacionales y emocionales. Destaca las características de personalidades tanto extrovertidas como introvertidas, las cuales se manifiestan en una variedad de comportamientos y, por lo tanto, en el desempeño académico (Reyes, 2003).

Integridad del sistema nervioso: se refiere al nivel de desarrollo que el sistema nervioso de cada persona alcanza, lo que se traducirá en un mejor rendimiento a medida que la madurez nerviosa del individuo sea más avanzada (Reyes, 2003).

Factores exógenos: son aquellas fuerzas ambientales que condicionan el rendimiento:

Ambiente familiar: el rol de la familia es esencial en la vida de una persona, ya que influye significativamente en su desarrollo. En este entorno, se adquieren y asimilan intercambios emocionales, valores, ideales, normas, metas y actitudes que están relacionados con las necesidades y deseos individuales. La estructura familiar, el ambiente en el hogar y la calidad de la educación proporcionada por los padres son elementos clave en el proceso de aprendizaje de un estudiante. Algunos enfoques de crianza familiares que son comunes en nuestra sociedad pueden tener impactos negativos en el rendimiento académico, como la crianza autoritaria, el exceso de mimo, la disparidad en la crianza entre los padres, la falta de afecto hacia los hijos, la inconsistencia en las actitudes de los padres y la falta de estabilidad y armonía en la vida familiar. Todos estos factores crean un ambiente de inseguridad emocional que no favorece una educación efectiva (Reyes, 2003).

Factor socio – económico: factores como la situación socioeconómica del estudiante claramente tendrán un impacto en su desempeño académico, afectando tanto su capacidad para acceder a vivienda y servicios de calidad como su acceso a una alimentación adecuada (Reyes, 2003).

Ambiente Universitario: a diferencia del entorno escolar, la vida universitaria está llena de libertades y oportunidades para el exceso, careciendo de los controles sociales que guían al adolescente. Esto plantea el desafío de que el estudiante debe aprender a autogestionarse y enfocarse en los aspectos académicos de su vida universitaria, o corre el riesgo de distraerse debido a las numerosas tentaciones que enfrenta. Con frecuencia, los estudiantes se ven obligados a abandonar la universidad, cambiar de carrera o trasladarse a otra institución educativa debido a la falta general de orientación vocacional que les permitiría elegir la carrera que mejor se adapte a sus habilidades y potencialidades (Reyes, 2003).

Condicionantes del rendimiento académico:

Martínez (2007) refiere que hay ciertos condicionantes asociados al rendimiento académico:

Inteligencia:

Aunque las investigaciones sugieren que existe una similitud real entre la inteligencia y el beneficio escolar, no se puede afirmar que las pruebas de coeficiente intelectual expliquen completamente el éxito o fracaso en la educación. Además, algunas personas con altas puntuaciones en estas pruebas pueden tener un desempeño escolar menos brillante, mientras que otras con puntuaciones bajas pueden tener un alto rendimiento. Para entender esta variabilidad, es necesario considerar factores como la personalidad y la motivación, que influyen en el rendimiento académico. Entre los factores intelectuales, la aptitud verbal, que incluye

la comprensión y fluidez en el lenguaje oral y escrito, tiene una fuerte influencia en el rendimiento escolar debido a su relevancia en el proceso de adquisición de conocimientos. Además, los profesores a menudo tienen en cuenta cómo se expresan los estudiantes al evaluar su desempeño (Martínez, 2007).

Personalidad:

La persistencia como una característica de la personalidad puede ser un factor que contribuye a alcanzar logros destacados. Varios estudios sugieren que los estudiantes introvertidos tienden a obtener calificaciones más altas en comparación con los estudiantes extrovertidos, posiblemente debido a que tienen una vida social menos activa y pueden concentrarse mejor en sus estudios (Martínez, 2007).

Hábitos y técnicas de estudio:

Es fundamental que los estudiantes encuentren una razón para estar motivados y obtengan recompensas por el esfuerzo que dedican a su aprendizaje. Es relevante hacer una distinción entre los hábitos (rutinas consistentes en las actividades diarias) y las técnicas (métodos o recursos específicos), debido a que ambos contribuyen a la efectividad del proceso de estudio. En primer lugar, el desarrollo de hábitos de estudio juega un rol fundamental. crucial en el avance del proceso de adquisición de conocimiento. En segundo lugar, resulta ventajoso maximizar la eficiencia del tiempo y la energía invertidos en el estudio intensivo mediante la aplicación de técnicas adecuadas.

Clima educativo social:

El ambiente en la universidad está influenciado por la unidad, la interacción, la colaboración, la independencia, la estructura y, por supuesto, el enfoque de liderazgo del profesorado (Martínez, 2007).

El profesorado:

El profesorado ejerce uno de los mayores efectos sobre los resultados educativos, un profesor que sea adecuado lleva a un mayor rendimiento académico, por otro lado, un mal profesor, conlleva a un bajo rendimiento (Martínez, 2007).

El método de enseñanza:

La metodología empleada por los docentes es un factor crítico que puede generar un efecto considerable en el rendimiento escolar de los alumnos. Esta declaración subraya la idea de que la forma en que los maestros enseñan organiza y presentan la información desempeña es fundamental en la fase de enseñanza de los estudiantes (Martínez, 2007).

El contexto familiar:

El desarrollo del estudiante se ve influido de manera notable por su entorno familiar, tanto a través de las interacciones familiares como por las influencias intelectuales y culturales que recibe, así como por la manera en que emplea su tiempo libre. La familia desempeña un papel esencial en la crianza y la formación de cada persona, siendo una institución fundamental en este proceso (Martínez, 2007).

2.2.2.5. Teorías Psicológicas el Rendimiento Académico

Teoría de la Autodeterminación Autores: Edward Deci y Richard Ryan. Año: 1985.

Se centra en la motivación intrínseca y extrínseca, según Deci y Ryan, la motivación intrínseca surge cuando las personas se involucran en una actividad por el placer y satisfacción que les proporciona, mientras que la motivación extrínseca implica hacer algo por una recompensa externa o evitar un castigo. La teoría, también, destaca la importancia de satisfacer tres necesidades psicológicas básicas: autonomía, competencia y relación. La satisfacción de estas necesidades fomenta una mayor motivación intrínseca, lo que, a su vez, mejora el rendimiento académico.

Teoría del Aprendizaje Social: Autor: Albert Bandura. Año: 1977. Concepto:

Bandura propuso que el aprendizaje ocurre en un contexto social y que las personas aprenden observando el comportamiento de los demás, así como las consecuencias de esos comportamientos (modelado). La teoría introduce el concepto de autoeficacia, que es la creencia de una persona en su capacidad para ejecutar comportamientos específicos con éxito. La autoeficacia afecta directamente el rendimiento académico, ya que los estudiantes con alta autoeficacia están más dispuestos a enfrentar desafíos y persistir ante las dificultades.

Teoría de la Autoeficacia: Autor: Albert Bandura. Año: 1977.

Concepto: la autoeficacia es un componente central de la Teoría del Aprendizaje Social, pero Bandura la desarrolló más ampliamente en su trabajo posterior. La autoeficacia se refiere a la creencia en la propia capacidad para organizar y ejecutar las acciones necesarias para manejar situaciones prospectivas. Los estudiantes con alta autoeficacia confían en sus habilidades para aprender y tener éxito académico, lo que les motiva a esforzarse más y superar obstáculos.

Teoría de la Metacognición: Autor: John Flavell. Año: 1979.

Concepto: la metacognición se refiere al conocimiento y control que una persona tiene sobre sus propios procesos cognitivos. Implica habilidades como la planificación, monitoreo y evaluación del propio aprendizaje. Los estudiantes metacognitivos son conscientes de sus fortalezas y debilidades y ajustan sus estrategias de aprendizaje en consecuencia. Esto les permite optimizar su estudio y mejorar su rendimiento académico.

Teoría de la Motivación de Logro: Autores: John Atkinson y David McClelland.

Año: 1961.

Concepto: La Teoría de la Motivación de Logro sugiere que las personas están motivadas para alcanzar metas debido a un impulso interno por lograr el éxito y evitar el fracaso. Atkinson y McClelland identificaron dos tendencias principales: la motivación hacia el logro (impulso por tener éxito) y la evitación del fracaso (temor al fracaso). Los estudiantes con alta motivación de logro tienden a fijarse metas desafiantes y a persistir en sus esfuerzos, lo que mejora su rendimiento académico.

Teoría de la Inteligencia Múltiple: Autor: Howard Gardner, Año: 1983

Concepto: Gardner propuso que la inteligencia no es una entidad única, sino que se compone de múltiples tipos de inteligencia, como la lingüística, lógico-matemática, espacial, musical, kinestésica, interpersonal, intrapersonal y naturalista. Esta teoría sugiere que los estudiantes tienen diferentes fortalezas y que el rendimiento académico puede mejorar si se reconocen y desarrollan estas diversas inteligencias, adaptando la enseñanza a las habilidades individuales de cada estudiante.

Teoría del Desarrollo Cognitivo: Autor: Jean Piaget, Año: 1936

Concepto: Piaget describió el desarrollo cognitivo en cuatro etapas: sensoriomotora, preoperacional, operacional concreta y operacional formal. Cada etapa está caracterizada por formas específicas de pensar y entender el mundo. En el contexto académico, conocer estas etapas ayuda a los educadores a diseñar actividades y materiales de aprendizaje adecuados a las capacidades cognitivas de los estudiantes, lo que puede mejorar el rendimiento académico.

Teoría de la Motivación y Expectativa-Valor: Autores: Jacquelynne Eccles y Allan Wigfield, Año: 1983

Concepto: esta teoría sugiere que el rendimiento académico está influido por las previsiones de logro de los alumnos y el valor que asignan a las tareas. Las expectativas de éxito se relacionan con las convicciones de los alumnos acerca de

su habilidad para llevar a cabo una actividad con éxito, mientras que el valor de la tarea se relaciona con la importancia, la utilidad y el interés percibidos en la tarea. Los estudiantes que esperan tener éxito y ven valor en sus estudios están más motivados y tienden a rendir mejor académicamente.

2.2.2.6. Dimensión

2.2.2.6.1. Evaluación

Rodríguez y otros (2000) definen a la evaluación educativa como la valoración consiste en la cuantificación o establecimiento del grado en el que se han logrado las metas, lo que conlleva la recolección de datos con el objetivo de emitir un juicio que se manifiesta a través de una nota, con la finalidad de realizar elecciones.

González (2009) sostiene que el propósito de la valoración es examinar el procedimiento y los resultados del proceso educativo de los estudiantes, con la meta principal de guiar y modificar la instrucción para lograr las metas de capacitación.

Rivero (1998) menciona que la valoración se lleva a cabo de forma constante y minuciosa, fomentando y cultivando destrezas, competencias y perspectivas tanto críticas como innovadoras. En las Universidades Nacionales del Perú, la puntuación se mide en un sistema de veinte puntos, que abarca desde 00 hasta 20. Para aprobar, se necesita una calificación que alcance al menos 11 puntos. Cuando el promedio total llega a 0.5 o más, se redondea al número entero superior más cercano.

La evaluación del desempeño académico se enfoca en la ejecución durante la educación, considerando las circunstancias y destrezas personales de cada

individuo. Asignaturas que se llevan de I a IV ciclo en la facultad de Sociología de la UNCP.

Tabla 4

Plan de estudios de la facultad de sociología.

Estudios Generales							
I ciclo							
N°	Código	Curso	Horas			Créd.	Req.
			Teóricas	Prácticas	Total		
1	EGL101	Compresión Lectora	3	4	7	5	---
2	EGL102	Realidad Nacional y Globalización	2	2	4	3	---
3	EGL103	Filosofía y Ética	3	2	5	4	---
4	EGL104	Propedéutica	2	4	6	4	---
5	EGL105	Relaciones interpersonales	2	2	4	3	---
Total			12	14	26	19	
II ciclo							
1	EGL201	Matemática Básica	3	4	7	5	---
2	EGL202	Cultura y Sociedad	2	2	4	3	---
3	EGL203	Ecología y Medio Ambiente	2	2	4	3	---
4	EGL204	Economía y Recursos Naturales	3	2	5	4	---
5	EGL205	Desarrollo de Vida y Cultura Universitaria	2	4	6	4	---
Total			12	14	26	19	
Estudios Específicos y de Especialidad							
III ciclo							
1	EES301	Sociología General	2	2	4	3	---
2	EES302	Procesos Sociales y Políticos del Perú I	2	2	4	3	---
3	EES303	Redacción Científica	2	2	4	3	---
4	EES304	Fundamentos de la Economía Moderna	2	2	4	3	---
5	EES305	Psicología Social	2	2	4	3	---
6	EES306	Sociología del Desarrollo Sostenible	2	2	4	3	---
7	EES307	Sociedad y Literatura	2	2	4	3	---
Total			14	14	28	21	
IV ciclo							
1	EES401	Teoría Sociológica I	2	2	4	3	EES301
2	EES402	Procesos Sociales y Políticos del Perú II	2	2	4	3	EES302
3	EES403	Metodología de la Investigación Científica	2	2	4	3	EES303
4	EES404	Sociología Peruana y Latinoamericana	2	2	4	3	---
5	EES405	Estudios de Género	2	2	4	3	---
6	EES406	Estado, Cultura y Sociedad	2	2	4	3	---
7	EES407	Quechua I	2	2	4	3	---
Total			14	14	28	21	

Nota. La tabla muestra el plan de estudios de la facultad de sociología de la UNCO, de Ciclo I al IV, con el total de horas teóricas y prácticas, obtenido de la web de la UNCP (2024)

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis

3.1.1. Hipótesis general

Existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.

3.1.2. Hipótesis específicas

Existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre los estresores y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.

Existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre los síntomas y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.

Existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.

3.2. Variables de investigación

3.2.1. Variable 1: Estrés académico

Berrío y Rodrigo (2021) hacen mención todo acerca la investigación del estrés académico. Según Orlandini (1999), el estrés académico “se caracterizado como una presión excesiva, se hace evidente en todas las fases educativas, desde la enseñanza inicial hasta la formación de posgrado” (p). En el transcurso de estas etapas de aprendizaje, las personas suelen enfrentar una presión que se denomina estrés académico, tanto en el estudio individual como en el ambiente escolar.

3.2.2. Variable 2: Rendimiento académico

Rodríguez (2021) refiere que “El rendimiento académico se refiere a las evaluaciones que deben seguir un conjunto de procesos previamente organizados para medir el alcance de los objetivos de formación y aprendizaje” (p.).

3.3. Operacionalización de las variables

Tabla 5

Operacionalización de variables

Variable del estudio: Estrés Académico				
Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Rango de valores
Estresores	Los indicadores de cada dimensión descritos en el inventario SISCO , diseñado por Barraza en el año 2007	El Inventario SISCO , diseñado por Barraza en el año 2007 para analizar el estrés relacionado con la actividad académica, el cual está compuesto por un total de 35 preguntas.	ORDINAL 1= Nunca 2 = Rara vez 3=Algunas veces 4=Casi siempre 5 = Siempre	1= Nivel leve: 0 a 78 puntos 2= Nivel moderado: 79 a 157 puntos 3=Nivel severo 158 a 235 puntos.
Síntomas (reacciones)				
Estrategias de afrontamiento	compuesto de 35 indicadores para medir el estrés académico.			
Variable del estudio: Rendimiento Académico				
Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Rango de valores
Asignaturas	Como indicadores se toman las calificaciones o evaluaciones de cada una de las asignaturas de la facultad de sociología de UNCP.	Los ítems que se consideran serán las notas de promedio ponderado en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP	Vigesimal	1=Insuficiente (menor a10) 2=Suficiente (11-13) 3=Bueno (14-16) 4= Muy Bueno (17-18) 5=Sobresaliente (19-20)

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1. Método de investigación

Intrínsecamente, la naturaleza metodológica de esta investigación fue Método **hipotético-deductivo**, pues se partió de teoría generales para deducir los resultados del contexto específico de la investigación, si bien este aspecto es inherente al actual trabajo, resulta importante aclararlo con base en la idea de Sánchez y Reyes (2019), el método hipotético deductivo trata de partir de la formulación de hipótesis y llegar a la conclusión para establecer la veracidad o falsedad de ciertos hechos, procedimientos o saberes por medio del método de falsación planteado (p. 30).

El enfoque particular empleado en esta investigación fue el cuantitativo, el cual, según Sánchez et al. (2019), que “implica el uso de técnicas estadísticas en el área de análisis de datos, haciendo uso tanto de técnicas estadísticas descriptivas como inferenciales” (p. 51). Así, el método general de esta investigación es científico, y el método específico es cuantitativo.

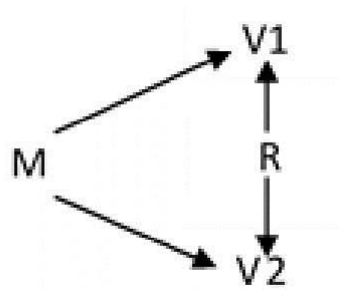
Diseño de investigación

El planteamiento metodológico general propuesto para esta investigación se basó en un diseño no experimental que, según Hernández y Mendoza (2021), son "Investigaciones realizadas sin alteración intencional de sus variables, donde los mismos fenómenos son examinados en su medio de origen natural con el objetivo de analizarlos" (p.175).

Con base en lo anterior, el diseño de estudio particular adoptado fue el correlacional transversal, que, según Hernández et al. (2021), permite describir la relación de dos o más categorías, nociones o magnitudes en un momento

determinado (p.179). Así, el presente estudio siguió un diseño no experimental y correlacional transeccional.

Su esquema es el siguiente:



M = observación de la muestra

V1= estrés académico

V2= rendimiento académico

R= relación

4.2. Población y muestra

La **población** de estudio estuvo compuesta por 123 estudiantes, tanto hombres como mujeres, que estaban inscritos en la carrera de sociología de la UNCP, desde el primer hasta el cuarto semestre.

Tabla 6

Determinación de la población.

Estratos	Semestre	Población
1	I	20
2	II	19
3	III	45
4	IV	39
Total		123

La muestra del estudio se estableció por un muestreo probabilístico simple, utilizando la fórmula de población finita.

Figura 3

Cálculo tamaño de muestra finita

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

CALCULO TAMAÑO DE MUESTRA FINITA

Parametro	Insertar Valor
N	123
Z	1.960
P	50.00%
Q	50.00%
e	5.00%

Tamaño de muestra

"n" =

93.35

Como se puede ver en la figura 1, **la muestra de esta investigación** fue compuesta por 94 alumnos, incluyendo tanto mujeres como hombres, que cursan desde el primer hasta el cuarto semestre de la carrera de sociología en la UNCP.

4.3. Técnicas de recolección de datos

Respecto a la variable 1 estrés académico se utilizó como técnica la **encuesta** y como instrumento el **cuestionario**.

ESTRÉS ACADÉMICO: Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO) Año de publicación: 2007

- Autor: Barraza Macías, Arturo
- Año de actualización: 2018
- Área de aplicación: Psicología educativa, clínica, forense y neuropsicología
- Objetivo: medir las respuestas psicológicas y conductuales asociadas al estrés en el ámbito académico
- Población: estudiantes de nivel medio superior (preparatoria), superior (grado universitario) y de estudios avanzados (especialidad, maestría y doctorado)

- Descripción: el Inventario SISCO es una herramienta de autoevaluación diseñada para ser aplicada en ambientes psicoeducativos y está compuesto por 37 ítems que se responden mediante una escala Likert de cinco opciones
- Puntuación: el modelo incluye las siguientes categorías: N (nunca=1), RV (rara vez=2), AV (algunas veces=3), CS (casi siempre=4), y S (siempre=5). Se considera un Nivel leve con un rango de 0 a 78 puntos, un Nivel moderado con una puntuación de 79 a 157, y un Nivel severo se determina con una puntuación de 158 a 235 puntos.
- Tiempo estimado: su uso se extiende por un periodo de 20 a 25 minutos. Igualmente, para medir el rendimiento académico se emplea la técnica de análisis de documentos y se utiliza una ficha documental como herramienta, en la cual se registrarán las calificaciones promedio de cada alumno.

Obtención de la información

A. Estrés académico

Método de recolección

La variable estrés académico fue obtenida mediante la aplicación del Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO), un instrumento de autoevaluación diseñado para medir las respuestas psicológicas y conductuales asociadas al estrés en el ámbito académico. Para garantizar la consistencia en la recolección de datos, se aplicó el inventario siguiendo las directrices establecidas por el autor en entornos controlados.

Paso a paso del proceso de recolección de datos:

Definición de la variable: se definió el estrés académico como el nivel de estrés percibido por los estudiantes en situaciones relacionadas con sus

actividades educativas, medido a través de la puntuación obtenida en el Inventario SISCO.

Aplicación del instrumento: se procedió a aplicar el Inventario SISCO a los estudiantes seleccionados. Este instrumento consta de 37 ítems que se responden mediante una escala Likert de cinco opciones: nunca (1), rara vez (2), algunas veces (3), casi siempre (4) y siempre (5).

Recolección y almacenamiento de datos: los estudiantes completaron el inventario en un tiempo estimado de 20 a 25 minutos. Las respuestas fueron recopiladas y almacenadas en una base de datos confidencial para su posterior análisis, asegurando la privacidad y el anonimato de los participantes.

Análisis de puntuaciones: las puntuaciones obtenidas se clasificaron según los niveles establecidos por el Inventario SISCO: nivel leve (0-78 puntos), nivel moderado (79-157 puntos) y nivel severo (158-235 puntos).

Filtrado de la muestra: se seleccionaron estudiantes matriculados durante el año 2023 de los semestres I al IV en la facultad de sociología, garantizando que los datos correspondieran exclusivamente a este grupo poblacional.

B. Rendimiento académico

La variable rendimiento académico fue obtenida a partir del promedio final de las calificaciones de los estudiantes al finalizar el ciclo académico. Para garantizar la consistencia en la recolección de datos, se solicitó mediante la a la secretaría académica de la facultad de sociología el acceso

a los registros oficiales de calificaciones finales de los cursos, dicha información se obtuvo mediante la CARTA N° 0041-2023-DFS-UNCP.

Paso a paso del proceso de recolección de datos:

Definición de la variable: se definió el rendimiento académico como el promedio final de todas las asignaturas cursadas durante el ciclo académico,

Solicitud de los datos: se procedió a solicitar los datos oficiales de calificaciones finales a la secretaría académica de la facultad. Estos datos se almacenaron en una base de datos confidencial para su posterior análisis.

Filtrado de la muestra: se seleccionaron estudiantes matriculados durante el año 2023 de los semestres I al IV en la facultad de sociología, asegurando que los datos correspondieran exclusivamente a estos estudiantes.

A continuación, se muestra la confiabilidad del instrumento:

Tabla 7

Resumen de procesamiento de casos

	N	% Válido
Casos excluidos	0	00.0%
Total	94	100,0%

Tabla 8

Estadísticas de fiabilidad

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de N de	
Cronbach elementos	
,896	35

Técnicas de procesamiento y análisis de datos

La técnica de tratamiento y análisis de la información para este estudio empleó diversas posibilidades de técnicas de procesamiento y analítica de la información. Estas técnicas incluyeron la recogida de información mediante encuestas y expedientes académicos, análisis descriptivos para resumir y visualizar los datos, pruebas de correlación para evaluar las relaciones entre estrés y rendimiento. El principal objetivo de la **estadística descriptiva** es tratar, resumir y análisis de un conjunto de mediciones o estadísticos por medio de los cuales es factible entender la amplitud de las magnitudes objeto de estudio, como las mediciones de propensión centrales y las de dispersión (Ñaupas Paitan, y otros, 2023) Además, se empleó la **estadística inferencial** que es parte de la estadística general que busca inferir, generalizar las cualidades observadas en una muestra a toda una población, mediante modelos matemáticos estadísticos. Sirve para estimar parámetros y probar hipótesis con base en la distribución muestral con herramientas estadísticas como Excel en su versión 21 y SPSS V. 26, la comunicación de los hallazgos se realizó a través de tablas, gráficos e interpretaciones efectivas.

Tabla 9

Prueba de normalidad

	Kolmogórov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Estrés académico	,537	94	,000	,288	94	,000
Rendimiento académico	,335	94	,000	,758	94	,000

El método estadístico para evaluar la normalidad de los datos sigue varios pasos:

1. **Se plantean dos hipótesis:** una que afirma que la distribución es normal (H0) y otra que sugiere lo contrario (H1).
2. **Se verifica el valor de significancia:** si es menor a 0.05, se respalda la hipótesis alternativa (H1).

3. **Se toma una decisión basada en los resultados obtenidos:** en el caso de muestras de tamaño mayor a 50, se utiliza la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov. Si los valores de significancia son bajos (en este caso, 0.000), se rechaza la hipótesis nula y se concluye que la distribución no es normal. En este contexto, se elige aplicar el coeficiente de correlación Rho de Spearman, recomendado para datos ordinales no paramétricos, lo que permite medir la asociación entre dos variables sin asumir una distribución normal.

4.4. Aspectos éticos de la investigación

Dentro de las directrices delineadas en el Código de Conducta del Colegio de Psicólogos del Perú en 2018, se estipula en el artículo 24 que cualquier profesional de la psicología involucrado en investigaciones con individuos debe obtener un consentimiento informado de cada participante antes de llevar a cabo las evaluaciones necesarias. En este estudio, se ha elaborado un documento de consentimiento informado que explica el fin de la investigación y las pruebas que se usarán. Además, en el artículo 26 se enfatiza que cualquier publicación científica en el área de la psicología, independientemente de los resultados, debe cumplir con las regulaciones contra el plagio y la falsificación establecidas por la institución. Para asegurar el cumplimiento de estas normas, la investigación será sometida a un análisis mediante el programa Turnitin, el cual determinará el grado de similitud. La universidad recomienda que este porcentaje no supere el 20%.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1. Descripción de resultados

Se presentan y analizan los datos recogidos y su relevancia en relación con las preguntas de investigación o hipótesis. Se utilizan tablas, gráficos y figuras para una presentación clara, y se comparan los resultados con estudios previos. Se discuten las implicaciones teóricas y prácticas, se reconocen las limitaciones del estudio y se sugieren direcciones para futuras investigaciones. Finalmente, se resumen los resultados principales, subrayando su importancia y contribución al campo de estudio.

Ciclo en el que se encuentran los estudiantes

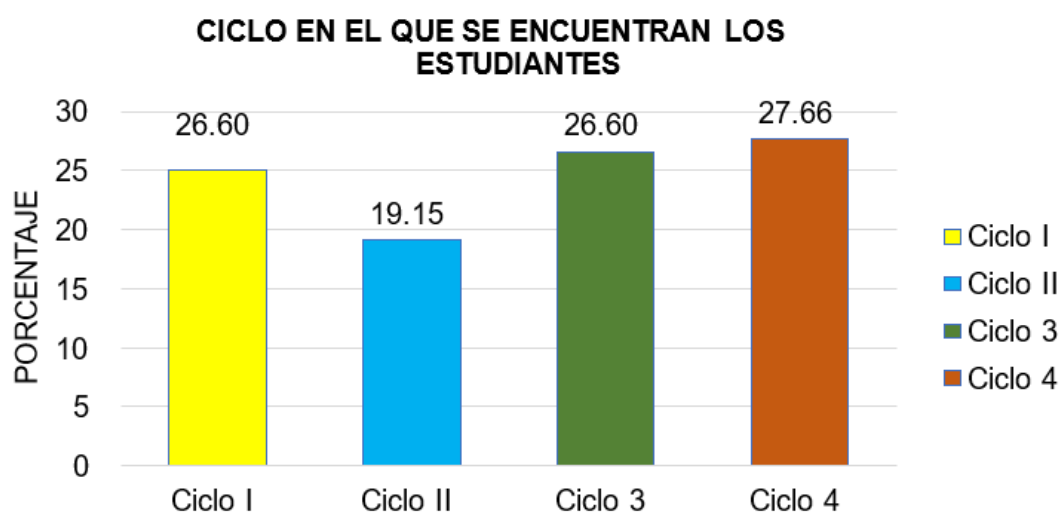
Tabla 10

Ciclo en el que se encuentran los estudiantes

Ciclo	Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
I	25	26,6	26,6
II	18	19,1	45,7
III	25	26,6	72,3
IV	26	27,7	100,0
Total	94	100,0	

Figura 2

Ciclo en el que se encuentran los estudiantes



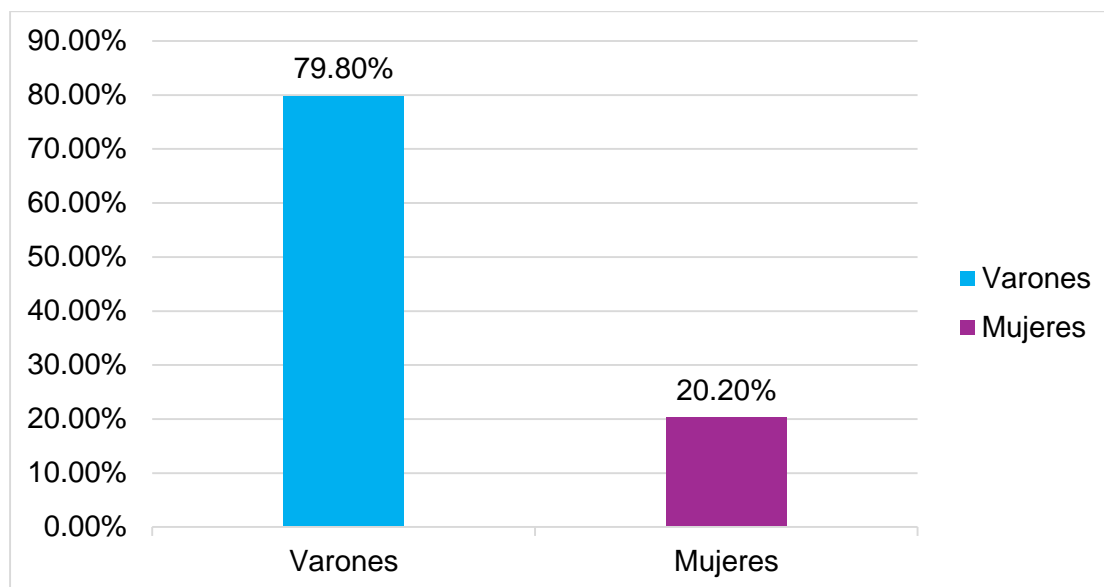
De la Tabla 10 y Figura 2, se puede observar que, del 100% de encuestados, **26** estudiantes que simbolizan un **27.66%** pertenecen al **cuarto ciclo** de la facultad de sociología de la UNCP; por otro lado, **25** estudiantes, representando un **26.60%** pertenecen al **tercer ciclo**; también, **25** estudiantes, simbolizando un **26.60%**, pertenecen al **primer ciclo**. Por último, **18** estudiantes, simbolizando un **19.15%** pertenecen al **segundo ciclo**.

Sexo de los estudiantes

Tabla 11

Sexo de los estudiantes

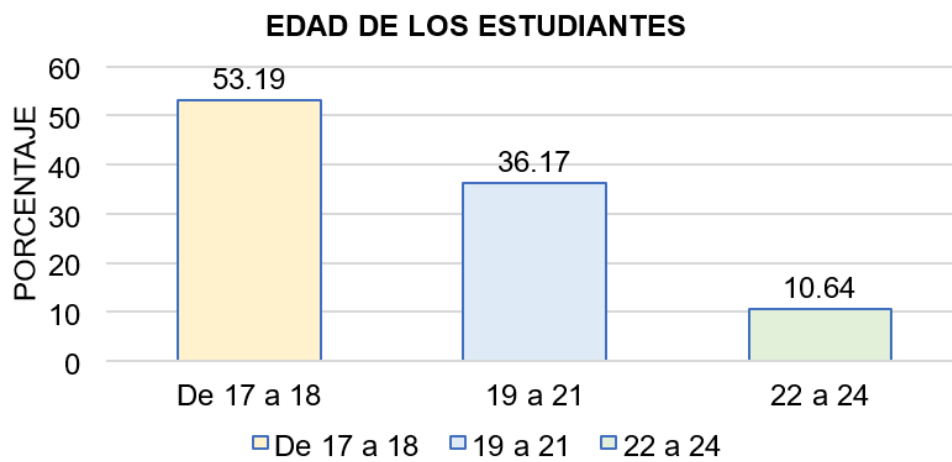
Sexo	Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Femenino	75	79,8	79,8
Masculino	19	20,2	100,0
Total	94	100,0	

Figura 3*Sexo de los estudiantes*

De la Tabla 11 y Figura 3, se puede observar que, del 100% de encuestados, **75** estudiantes que simbolizan un **79.79%** son mujeres; mientras que **19** estudiantes que simbolizan un **20.21%** son **varones**.

Edad de los estudiantes**Tabla 12***Edad de los estudiantes*

Intervalo de Edad	Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
(17 – 18)	50	53,2	53,2
(19 – 21)	34	36,2	89,4
(22 – 24)	10	10,6	100,0
Total	94	100,0	

Figura 4*Edad de los estudiantes*

De la Tabla 12 y Figura 4, del 100% de encuestados, **50** alumnos que simbolizan un **53.19%** comprendidos entre **17 a 18 años**; por otro lado, **34** estudiantes, representando un **36.17%** tienen edades que oscilan entre **19 a 21 años**. Por último, **10** estudiantes, simbolizando un **10.64%** tienen edades que oscilan entre **22 a 24 años**.

Variable 1: Estrés académico

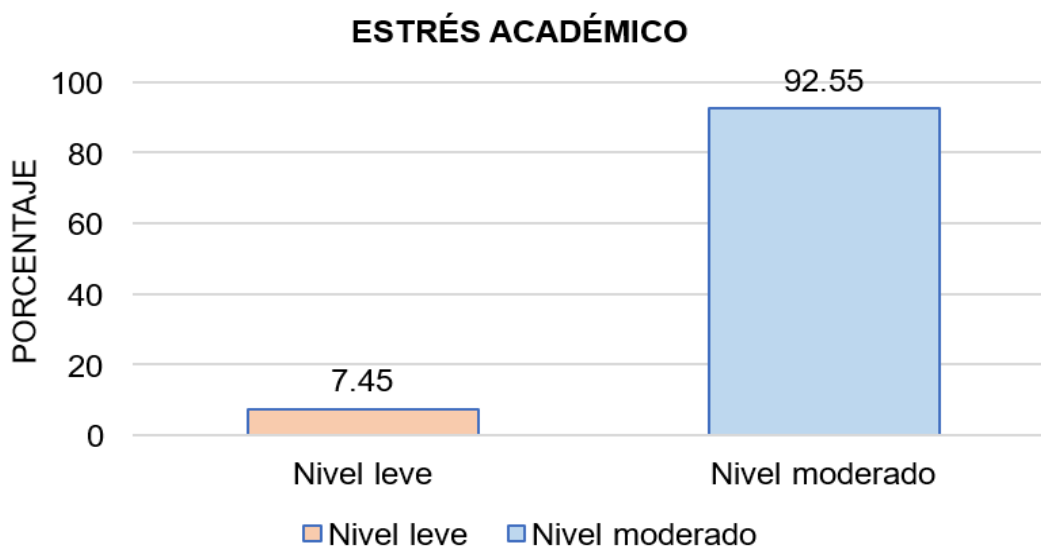
Tabla 13

Variable 1. Estrés académico

Nivel de Estrés Académico	Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Leve	7	7,4	7,4
Moderado	87	92,6	100,0
Total	94	100,0	

Figura 5

V1: Estrés académico



Según la Tabla 13 y Figura 5, del 100% de encuestados, 87 alumnos que simbolizan un **92.55%** presentan un **nivel moderado** de estrés, esto indica que el estrés es un factor significativo en la población estudiantil estudiada. Por otro lado, solo 7 estudiantes que simbolizan un **7.45%** presentan un **nivel leve** de estrés. En definitiva, la mayor parte de los alumnos encuestados experimentan altos índices de estrés, lo que podría tener importantes repercusiones en su bienestar y su rendimiento académico.

Dimensión 1: Estresores

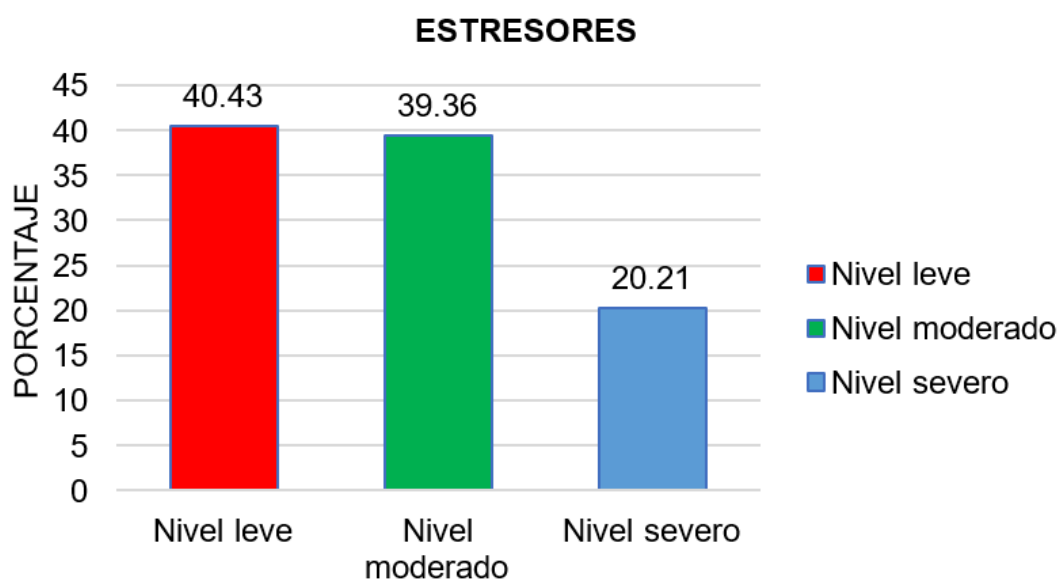
Tabla 14

Dimensión 1. Estresores

Estresores	Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Leve	38	40,4	40,4
Moderado	37	39,4	79,8
Severo	19	20,2	100,0
Total	94	100,0	

Figura 6

D1: Estresores



De la Tabla 14 y Figura 6, se puede observar que, del 100% de encuestados, **38** estudiantes que simbolizan un **40.43%** refieren que tienen un **nivel leve** de estresores, esto sugiere que una proporción significativa de la muestra experimenta una cantidad relativamente baja de factores estresantes en sus vidas. De igual manera, **37** estudiantes que simbolizan un **39.36%** mencionan que tienen un **nivel moderado** de estresores, esto indica que una cantidad considerable de encuestados enfrenta una cantidad moderada de situaciones o eventos estresantes en su vida académica. Finalmente, **19** estudiantes que simbolizan un **20.21%** presentan un **nivel severo** de estresores, esto sugiere que, aunque una minoría, aún hay un

grupo significativo de estudiantes que enfrentan una cantidad considerablemente alta de factores estresantes, lo que podría tener un impacto significativo en su bienestar y rendimiento general.

Dimensión 2: Síntomas

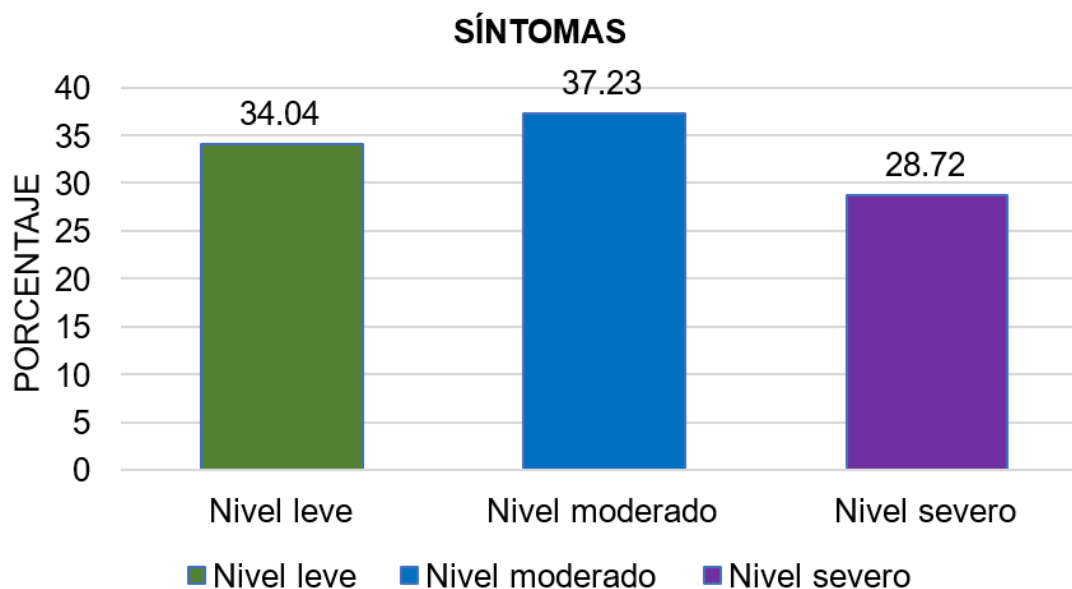
Tabla 15

Dimensión 2: Síntomas

Síntomas	Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Leve	32	34,0	34,0
Moderado	35	37,2	71,3
Severo	27	28,7	100,0
Total	94	100,0	

Figura 7

D2: Síntomas



De la Tabla 15 y la Figura 7 se desprende que, del 100% de los encuestados, 35 estudiantes que simbolizan un 37.2% experimentan síntomas de estrés de nivel moderado, esto indica que un porcentaje significativo del grupo experimenta un grado medio de estrés en sus vidas. De igual manera, 32 estudiantes que simbolizan

un 34% experimentan síntomas de estrés de nivel leve, esto sugiere que otro segmento considerable del grupo experimenta estrés, aunque en un nivel menos intenso que el grupo de nivel moderado. Finalmente, **27** estudiantes que simbolizan un **28.72%** experimentan síntomas de estrés de **nivel severo**. Esto indica que, aunque es un porcentaje menor en comparación con los otros niveles, aún hay una parte significativa del grupo que enfrenta altos niveles de estrés, lo que puede tener implicaciones importantes para su bienestar y salud mental.

Dimensión 3: Estrategias de afrontamiento

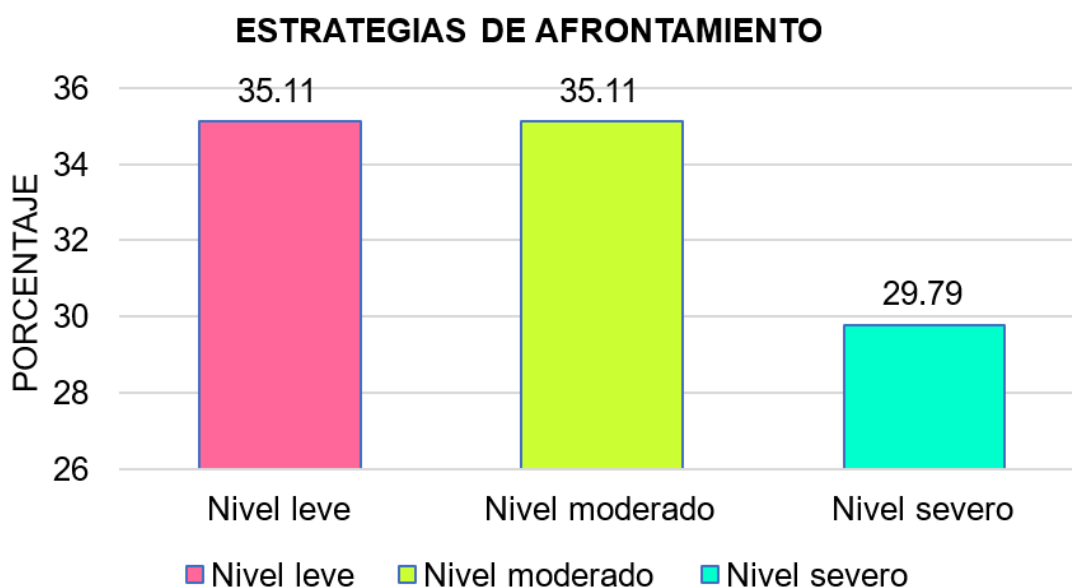
Tabla 16

Dimensión 3. Estrategias de afrontamiento

	Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Leve	33	35,1	35,1
Moderado	33	35,1	70,2
Severo	28	29,8	100,0
Total	94	100,0	

Figura 8

D3: Estrategia de afrontamiento



De la Tabla 16 y Figura 8, se puede observar que, del 100% de encuestados, 33 estudiantes, representando un **35.11%**, indican que utilizan estrategias de afrontamiento en un **nivel leve**. Esto sugiere que una proporción del grupo se siente capaz de hacer frente al estrés con estrategias que no requieren un esfuerzo extremo o son menos intensos. También, 33 estudiantes, representando un **35,11%**, reportan utilizar estrategias de afrontamiento en un **nivel moderado**. Esto implica que una cantidad similar enfrenta el estrés utilizando técnicas que implican un nivel medio de esfuerzo y efectividad en la gestión del estrés. Finalmente, 28 estudiantes, representando un **29,79%**, señalan que emplean estrategias de afrontamiento en un **nivel severo**. Esto sugiere que existe una parte que encuentra desafío hacer frente al estrés y requiere estrategias más intensas o especializadas.

Tabla 17

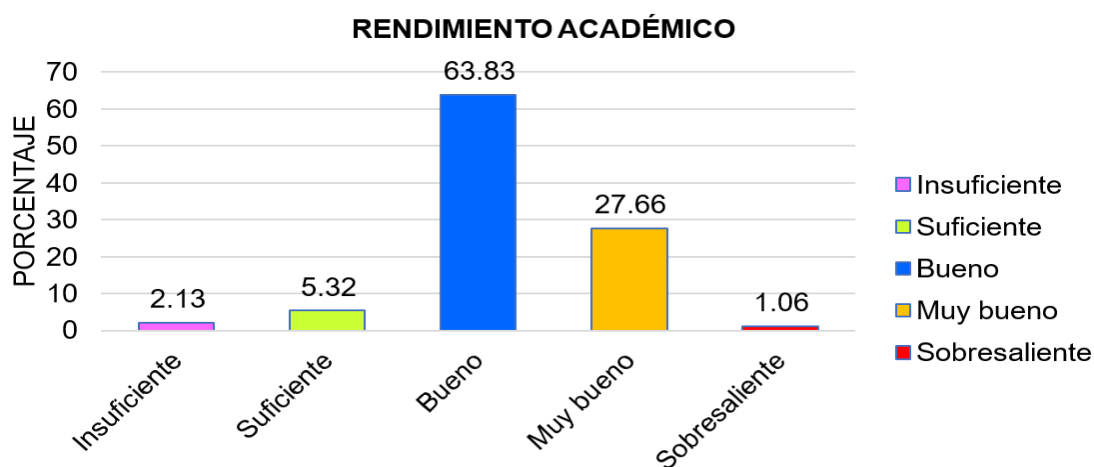
V2: Rendimiento académico

	Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Insuficiente	2	2,1	2,1
Suficiente	5	5,3	7,4
Bueno	60	63,8	71,3
Muy bueno	26	27,7	98,9
Sobresaliente	1	1,1	100,0
Total	94	100,0	

V2: Rendimiento académico

Figura 9

V2: Rendimiento académico



De la Tabla 17 y Figura 9, se puede observar que, del 100% de encuestados, **60** estudiantes que simbolizan un **63.83%** presentan un rendimiento académico **bueno**, esto sugiere que una proporción significativa del grupo tiene un rendimiento satisfactorio en sus estudios. También, **26** estudiantes que simbolizan un **27.66%** presentan un rendimiento académico **muy bueno**, esto indica que otro segmento considerable del grupo está obteniendo resultados académicos por encima de la media, destacándose en sus estudios. En esta misma línea, **1** estudiante que simboliza un **1.06%** presenta un rendimiento académico **sobresaliente**, esto indica un desempeño excepcionalmente alto en sus estudios. Por otro lado, **5** estudiantes que simbolizan un **5.32%** presentan un rendimiento académico **suficiente**, esto sugiere que este grupo está cumpliendo con los requisitos mínimos, pero sin destacarse particularmente en sus estudios. Finalmente, **2** estudiantes que simbolizan un **2.13%** presentan un rendimiento académico **insuficiente**, esto indica que un pequeño número de encuestados están teniendo dificultades en sus estudios y pueden necesitar apoyo adicional para mejorar su rendimiento académico.

5.2. Contrastación de hipótesis

Hipótesis General:

1. Definir la hipótesis nula y alterna

H0: No existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.

2. Nivel de significancia

El grado de importancia estadística se sitúa en $\alpha = 0.05$.

3. Prueba estadística

A la hora de analizar las hipótesis, utilizamos el índice de correlación Rho de Spearman., resaltando su aplicación frecuente en investigaciones dentro del ámbito de las ciencias sociales. Este coeficiente es idóneo para datos ordinales y su rango va desde +1 hasta -1, lo que señala la presencia de relaciones positivas o negativas entre las variables. Su relevancia radica en la capacidad para cuantificar las relaciones en datos ordinales, una característica común en estudios sociológicos y psicológicos. Su utilización proporciona una comprensión precisa de las relaciones entre las variables y contribuye al progreso del conocimiento en el área de estudio.

4. Operación del P-valor

Los datos fueron procesados utilizando el software estadístico SPSS, precisamente en su edición 26, lo que facilitó la generación del valor p. A partir de este valor p, se obtuvieron los siguientes resultados:

Tabla 18

Correlación entre Estrés académico y Rendimiento académico

		Correlaciones		
			Estrés académico	Rendimiento académico
Rho de Spearman	Estrés académico	Coeficiente de correlación	1,000	-,756
		Sig. (bilateral)	.	,000
	Rendimiento académico	N	94	94
		Coeficiente de correlación	-,756	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	94	94

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

5. Decisión

Para determinar la aceptabilidad de la hipótesis nula, se sigue el siguiente criterio:

Si el valor p es igual o menor que el nivel de significancia α , entonces se rechaza la hipótesis nula.

Si el valor p es mayor que α , entonces no se rechaza la hipótesis nula. En nuestro caso específico, los resultados muestran un valor p de 0.000, que es menor a $\alpha=0.05$. Por lo tanto, se concluye en rechazar la hipótesis nula.

Conclusión

Mediante el índice de correlación Rho de Spearman, se estableció un valor de Rho= -.756**, lo que indica que existe una correlación negativa considerable de estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023. Esto implica que a medida que se incrementa el estrés académico, el rendimiento académico suele disminuir y a la inversa. También, los

resultados muestran un p-valor de $0.000 < \alpha = 0.05$, lo que lleva a rechazar la hipótesis nula.

Hipótesis Específica 1:

1. Definir la hipótesis nula y alterna

H0: No existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre los estresores y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre los estresores y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.

2. Nivel de significancia

El grado de importancia estadística se sitúa en $\alpha = 0.05$.

3. Prueba estadística

A fin de analizar las hipótesis, utilizamos el índice de correlación Rho de Spearman, resaltando su aplicación frecuente en investigaciones dentro del ámbito de las ciencias sociales. Este coeficiente es idóneo para datos ordinales y su rango va desde +1 hasta -1, lo que señala la presencia de relaciones positivas o negativas entre las variables. Su relevancia radica en la capacidad para cuantificar las relaciones en datos ordinales, una característica común en estudios sociológicos y psicológicos. Su utilización proporciona una comprensión precisa de las relaciones entre las variables y contribuye al progreso del conocimiento en el área de estudio.

4. Operación del P-valor

Los datos fueron procesados utilizando el software estadístico SPSS, precisamente en su edición 26, lo que facilitó la generación del valor p. A partir de este valor p, se obtuvieron los siguientes resultados:

Tabla 19

Correlación entre Estresores y Rendimiento académico

Correlaciones				
			Estresores	Rendimiento académico
Rho de Spearman	Estresores	Coeficiente de correlación	1,000	-,747
		Sig. (bilateral)	.	,000
	Rendimiento académico	N	94	94
		Coeficiente de correlación	-,747	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	94	94

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

5. Decisión

Para determinar la aceptabilidad de la hipótesis nula, se sigue el siguiente criterio:

- Si el valor p es igual o menor que el nivel de significancia α , entonces se rechaza la hipótesis nula.
- Si el valor p es mayor que α , entonces no se rechaza la hipótesis nula. En nuestro caso específico, los resultados muestran un valor p de 0.000, que es menor a $\alpha=0.05$. Por lo tanto, se concluye en rechazar la hipótesis nula.

-

Conclusión

Mediante el índice de correlación Rho de Spearman, se estableció un valor de $Rho = -.747^{**}$, indicando que existe una correlación negativa considerable entre los estresores y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023. Esto sugiere que, a mayor número de estresores, el rendimiento académico tiende a disminuir y a la inversa. También, Los resultados muestran un p-valor de $0.000 < \alpha = 0.05$, lo que lleva a rechazar la hipótesis nula.

Hipótesis Específica 2:

1. Definir la hipótesis nula y alterna

H0: No existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre los síntomas y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre los síntomas y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.

2. Nivel de significancia

El grado de importancia estadística se sitúa en $\alpha = 0.05$.

3. Prueba estadística

A efectos del análisis de la hipótesis, utilizamos el índice de correlación Rho de Spearman., resaltando su aplicación frecuente en investigaciones dentro del ámbito de las ciencias sociales. Este coeficiente es idóneo para datos ordinales y su rango va desde +1 hasta -1, lo que señala la presencia de relaciones positivas o negativas entre las variables. Su relevancia radica en la capacidad para cuantificar las relaciones en datos ordinales, una característica común en estudios sociológicos y psicológicos.

Su utilización proporciona una comprensión precisa de las relaciones entre las variables y contribuye al progreso del conocimiento en el área de estudio.

4. Operación del P-valor

Los datos fueron procesados utilizando el software estadístico SPSS, precisamente en su edición 26, lo que facilitó la generación del valor p. A partir de este valor p, se obtuvieron los siguientes resultados:

Tabla 20

Correlación entre Síntomas y Rendimiento académico

			Correlaciones	
			Síntomas	Rendimiento académico
Rho de Spearman	Síntomas	Coeficiente de correlación	1,000	-,699
		Sig. (bilateral)	.	,000
	Rendimiento académico	N	94	94
		Coeficiente de correlación	-,699	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	94	94

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

5. Decisión

Para determinar la aceptabilidad de la hipótesis nula, se sigue el siguiente criterio:

- Si el valor p es igual o menor que el nivel de significancia α , entonces se rechaza la hipótesis nula.
- Si el valor p es mayor que α , entonces no se rechaza la hipótesis nula.

En nuestro caso específico, los resultados muestran un valor p de 0.000, que es menor a $\alpha=0.05$. Por lo tanto, se concluye en rechazar la hipótesis nula.

Conclusión

Mediante el índice de correlación de Rho de Spearman, se estableció un valor de $Rho = -,699^{**}$, indicando que hay una correlación negativa considerable entre los síntomas y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023. Ello sugiere que conforme aumentan los síntomas, el rendimiento académico suele descender, y a la inversa. También, los resultados muestran un valor p de 0,000, que es inferior a $\alpha = 0,05$, lo que lleva a rechazar la hipótesis nula.

Hipótesis Específica 3:

1. Definir la hipótesis nula y alterna

H0: No existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.

2. Nivel de significancia

El grado de importancia estadística se sitúa en $\alpha = 0.05$.

3. Prueba estadística

A la hora de analizar las hipótesis, utilizamos el índice de correlación Rho de Spearman., resaltando su aplicación frecuente en investigaciones dentro del ámbito de las ciencias sociales. Este coeficiente es idóneo para datos ordinales y su rango va desde +1 hasta -1, lo que señala la presencia de relaciones positivas o negativas entre las variables. Su relevancia radica en la capacidad para cuantificar las relaciones en datos ordinales, una característica común en estudios sociológicos y psicológicos. Su utilización proporciona una comprensión precisa de las relaciones entre las variables y contribuye al progreso del conocimiento en el área de estudio.

4. Operación del P-valor

Los datos fueron procesados utilizando el software estadístico SPSS, precisamente en su edición 26, lo que facilitó la generación del valor p. A partir de este valor p, se obtuvieron los valores siguientes:

Tabla 21

Correlación entre Estrategias de afrontamiento y Rendimiento académico

		Correlaciones	
		Estrategias de afrontamiento	Rendimiento académico
Rho de Spearman	Rho de Spearman	1,000	-,704
	Sig. (bilateral)		,000
	N	94	94
	Coefficiente de correlación	-,704	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	94	94

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

5. Decisión

Para determinar la aceptabilidad de la hipótesis nula, se sigue el siguiente criterio:

- Si el valor p es igual o menor que el nivel de significancia α , entonces se rechaza la hipótesis nula.
- Si el valor p es mayor que α , entonces no se rechaza la hipótesis nula.

En nuestro caso específico, los resultados muestran un valor p de 0.000, que es menor a $\alpha=0.05$. Por lo tanto, se concluye en rechazar la hipótesis nula.

Conclusión

Mediante el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, se estableció un valor de Rho= -,704**, indicando que existe una correlación negativa considerable entre las estrategias de afrontamiento y rendimiento

académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023. Esto sugiere que a medida que se incrementan las estrategias de afrontamiento, el rendimiento académico disminuye, y a la inversa. Esto implica lo siguiente: los alumnos que emplean más métodos de afrontamiento podrían presentar un menor rendimiento académico. También, los resultados muestran un valor p de 0,000, lo que es menor que $\alpha=0,05$, lo que lleva a rechazar la hipótesis nula.

DISCUSIÓN

El objetivo general del estudio fue determinar la relación que existe entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023. Se utilizó el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, se encontró un valor de $Rho = -0.756^{**}$, indicando una correlación negativa considerable entre ambas variables, y sugiriendo que conforme se incrementa el estrés académico, el rendimiento académico suele descender, y viceversa. Este hallazgo es coherente con la investigación de Vela y Heredia (2023), que estudió la asociación del estrés escolar y el rendimiento escolar en alumnos del Colegio de Educación Superior Pedagógico Privado Edutek de Tacna en el año 2021. Su estudio, que empleó un enfoque cuantitativo y correlacional, encontró un Rho de -0.630 , también, indicando una relación inversa entre estas variables. Estos resultados respaldan las afirmaciones previas de Berrío García y Rodrigo Mazo Zea (2021), y Orlandini (1999) sobre la presencia del estrés académico en todas las etapas de la educación. Además, las definiciones de rendimiento académico como el logro de metas de aprendizaje y formación, según Rodríguez de Ávila (2021), concuerdan con los hallazgos de ambos estudios.

Según la Teoría de la Autodeterminación, los estudiantes motivados intrínsecamente tienden a mostrar un mejor rendimiento académico debido a su mayor compromiso y satisfacción con las actividades académicas. En el estudio realizado en la Facultad de Sociología, podría observarse que los estudiantes que reportan niveles más bajos de estrés académico, también, podrían estar más alineados con sus metas personales y disfrutar más del proceso de aprendizaje. Esto sugiere que aquellos estudiantes que encuentran significado y valor en sus estudios, y que tienen un sentido de autonomía en su aprendizaje, podrían estar

menos afectados por el estrés académico y, por lo tanto, tener un rendimiento académico más elevado.

El objetivo específico 1 del estudio fue establecer la relación que existe entre los estresores y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023. Se utilizó el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, se encontró un valor de $Rho = -0.747^{**}$, indicando una correlación negativa considerable entre los estresores y el rendimiento académico, lo que sugiere que a medida que los estresores aumentan, el rendimiento académico tiende a disminuir, y viceversa. Este hallazgo es consistente con la investigación de Ávila (2019), que estudió la relación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes en el Instituto Superior Tecnológico Público San Francisco de Asís en Villa María del Triunfo, Lima, durante 2019. Su estudio, de enfoque descriptivo y correlacional, involucró a 80 estudiantes y encontró una correlación negativa significativa ($Rho = -0.805$), indicando una relación inversa entre el estrés académico y el rendimiento académico. Además, la significación estadística obtenida ($p = 0.000$) rechazó la hipótesis nula, confirmando la existencia de esta relación. Estos resultados son respaldados por Gil y Fernández (2021), quienes identificaron factores generadores de estrés en estudiantes, como la carga de tareas, la valoración de los docentes y la restricción de tiempo, lo que coincide con los hallazgos de ambos estudios.

Según esta teoría, la autoeficacia influye significativamente en cómo los estudiantes perciben y manejan el estrés académico. Los estudiantes con alta autoeficacia están más inclinados a enfrentar desafíos académicos con confianza y persistencia, lo que puede mitigar los efectos negativos del estrés en su rendimiento. En el contexto del estudio en la Facultad de Sociología, podría encontrarse que los estudiantes con alta autoeficacia son capaces de mantener niveles consistentes de

rendimiento académico a pesar de experimentar estrés académico, debido a su creencia en su capacidad para superar las dificultades y alcanzar sus metas académicas.

El objetivo específico 2 del estudio fue establecer la relación que existe entre los síntomas y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023. Se utilizó el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, se encontró un valor de $Rho = -0.699^{**}$, indicando una correlación negativa considerable entre los síntomas y el rendimiento académico, lo que sugiere que a medida que los síntomas aumentan, el rendimiento académico tiende a disminuir, y viceversa. Este hallazgo es confrontado con la investigación de Cornelio (2020), quien indagó la asociación del estrés y el rendimiento académico en alumnos de la Facultad Profesional de Sociología en una universidad pública Utilizando un enfoque relacional no experimental y una muestra de 39 alumnos, encontraron un índice de correlación de Spearman de $-0,458$, lo que indica, también, una asociación inversa significativa entre el estrés académico y el rendimiento académico. Asimismo, la significación obtenida ($p=0,025$) los llevó a rechazar la hipótesis nula. Estos resultados son respaldados por Gil y Fernández (2021), quienes destacan síntomas como trastornos del sueño y falta de motivación para las tareas académicas como prevalentes en estudiantes, lo que puede afectar su rendimiento académico. Aunque algunas investigaciones anteriores han identificado síntomas diferentes, como fatiga crónica y ansiedad, también, han destacado los trastornos del sueño como comunes.

Según esta teoría, los estudiantes motivados hacia el logro están orientados a alcanzar metas desafiantes y a superar obstáculos. En el estudio de la Facultad de Sociología, podría observarse que los estudiantes con alta motivación de logro podrían percibir el estrés académico como un impulso para mejorar y superar

expectativas académicas. Estos estudiantes podrían estar más dispuestos a dedicar tiempo y esfuerzo a sus estudios, lo que podría contrarrestar los efectos negativos del estrés en su rendimiento académico, al mantener altos estándares de logro personal.

El objetivo específico 3 del estudio establecer la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023. Utilizando el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, se encontró un valor de $Rho = -0.704^{**}$, indicando una correlación negativa considerable entre ambas variables, lo que sugiere que a medida que las estrategias de afrontamiento aumentan, el rendimiento académico tiende a disminuir, y viceversa. Este hallazgo es confrontado con la investigación de Castrejón (2022), que examinó la conexión entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes de Ingeniería de la Universidad San Pedro en Cajamarca durante 2019. Utilizando un enfoque correlacional y una muestra de 108 estudiantes, encontraron un coeficiente de correlación de Pearson de -0.764^{**} , también, determinando una asociación inversa y significativa del grado de estrés y el desempeño académico. Estos resultados son respaldados por Gil y Fernández (2021), quienes destacan que las estrategias de afrontamiento más frecuentemente empleadas incluyen "Competencia asertiva" y "Planificación y ejecución de tareas", sugiriendo que los docentes consideren las particularidades individuales de los estudiantes para apoyarlos de manera personalizada.

Según la teoría La metacognición se refiere a la capacidad de los estudiantes para autorregular su aprendizaje, lo que incluye planificar, monitorear y evaluar sus propios procesos de aprendizaje. En el estudio de la Facultad de Sociología, aquellos estudiantes que son metacognitivamente conscientes pueden ser capaces de identificar y utilizar estrategias efectivas para manejar el estrés académico, como

la organización del tiempo de estudio y la evaluación continua de su progreso. Esto puede llevar a una mejor gestión del estrés y a un rendimiento académico más estable y consistente a lo largo de los semestres.

CONCLUSIONES

1. Se concluye que, mediante el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, se estableció un valor de $Rho = -,756^{**}$, indicando que existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023. Esto significa que a medida que el estrés académico aumenta, el rendimiento académico tiende a disminuir, y viceversa. También, los resultados muestran un valor p de 0.000, que es menor a $\alpha=0.05$, lo que lleva a rechazar la hipótesis nula.
2. Se concluye que, mediante el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, se estableció un valor de $Rho = -,747^{**}$, indicando que existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre los estresores y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023. Esto sugiere que a medida que los estresores aumentan, el rendimiento académico tiende a disminuir, y viceversa. También, los resultados muestran un valor p de 0.000, que es menor a $\alpha=0.05$, lo que lleva a rechazar la hipótesis nula.
3. Se concluye que, mediante el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, se estableció un valor de $Rho = -,699^{**}$, indicando que existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre los síntomas y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023. Esto sugiere que a medida que los síntomas aumentan, el rendimiento académico tiende a disminuir, y viceversa. También, los resultados muestran un valor p de 0.000, que es menor a $\alpha=0.05$, lo que lleva a rechazar la hipótesis nula.

4. Se concluye que, mediante el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, se estableció un valor de $Rho = -,704^{**}$, indicando que existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023. Esto sugiere que a medida que las estrategias de afrontamiento aumentan, el rendimiento académico tiende a disminuir, y viceversa. Esto implica que los estudiantes que utilizan más estrategias de afrontamiento pueden tener un rendimiento académico inferior. También, los resultados muestran un valor p de 0.000, que es menor a $\alpha = 0.05$, lo que lleva a rechazar la hipótesis nula.

RECOMENDACIONES

Basándonos en los resultados obtenidos del estudio *sobre Estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023*, se proponen las siguientes recomendaciones:

1. Para desarrollar programas de manejo del estrés, se sugiere implementar programas de manejo del estrés dirigidos a los estudiantes. Estos programas podrían incluir técnicas de relajación, mindfulness y habilidades de afrontamiento para ayudar a los estudiantes a lidiar con el estrés académico de manera más efectiva.
2. Para fomentar la identificación y reducción de estresores, se recomienda identificar y abordar los factores estresantes específicos que afectan a los estudiantes de la facultad de sociología. Esto podría implicar realizar encuestas o entrevistas para comprender mejor los desencadenantes del estrés y luego implementar medidas para reducir su impacto.
3. Para implementar programas de apoyo emocional y psicológico, se sugiere establecer programas de apoyo emocional y psicológico para los estudiantes que experimentan síntomas como ansiedad, fatiga y desmotivación. Estos programas podrían incluir asesoramiento individual, grupos de apoyo y acceso a servicios de salud mental.
4. Para promover el desarrollo de habilidades de afrontamiento saludables, se sugiere promover el desarrollo de habilidades de afrontamiento saludables entre los estudiantes. Esto podría implicar ofrecer talleres o sesiones de

capacitación sobre técnicas de afrontamiento efectivas, como la resolución de problemas, la reevaluación cognitiva y la búsqueda de apoyo social.

5. Difundir los hallazgos de esta investigación con el propósito de compartir el conocimiento producido y aportar al progreso de la ciencia y el ámbito académico
6. Una de las principales fortalezas del estudio es el uso del coeficiente de correlación de Rho de Spearman, un método estadístico robusto y adecuado para evaluar relaciones no paramétricas, permitiendo una comprensión clara de las correlaciones negativas entre variables. Además, la muestra utilizada, que incluyó estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, proporciona una visión integral de cómo el estrés académico afecta a los estudiantes en diferentes etapas de su carrera académica.
7. El estudio presenta varias limitaciones, entre ellas el diseño transversal, que implica que los datos se recopilaron en un solo punto en el tiempo, limitando la capacidad de establecer relaciones causales entre el estrés académico y el rendimiento académico. Además, los datos se obtuvieron mediante cuestionarios de autoinforme, lo que podría introducir sesgos debido a la deseabilidad social o la percepción subjetiva de los estudiantes sobre su estrés y rendimiento

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alarcón, R. (2019). La salud mental de los estudiantes universitarios. *Revista Médica Herediana*, 30(4), 219-221. Obtenido De [https://www.Redalyc.Org/Articulo.Oa?Id=338062332001](https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=338062332001)
- Almeida, L., & Lasluisa, M. B. (2020). *El estrés académico y su relación el rendimiento académico en una muestra de adolescentes*. Ecuador: Pontificia Universidad Católica Del Ecuador. Obtenido De [https://Repositorio.Pucesa.Edu.Ec/Handle/123456789/3076](https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/3076)
- Andrade, J. R., Y Riera, J. V. (2021). *El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad De Jurisprudencia Y Ciencias*
- Ávila, D. O. (2019). *Estrés académico y el rendimiento académico en el instituto superior tecnológico público san francisco de asís en villa maría del triunfo, Lima, 2019*. Lima: Universidad Nacional De Educación Enrique Guzmán Y Valle.
- Barreto, D., & Salazar, H. (2021). Agotamiento emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Universidad Autónoma De Bucaramanga*, 23(1), 30-39. Obtenido De [http://Scielo.Org.Co/Scielo.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S0124-71072021000100030](http://scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072021000100030)
- Barrón, M., & Armenta, L. (2021). Efectos del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes de la licenciatura de psicología. *Revista De Investigación Académica Sin Frontera*, 36(14), 1-33. Doi:[https://Doi.Org/10.46589/Rdiasf.Vi36.388](https://doi.org/10.46589/Rdiasf.Vi36.388)
- Berrío, N., & Rodrigo, R. (2021). *Estrés Académico*. Antioquia - Colombia: Artículo derivado de la investigación.
- Bolívar, Y., & Vitorino, S. (2023). *Estrés académico y rendimiento escolar en estudiantes de la institución educativa de aplicación Fortunato Luciano herrera cusco 2020*. Cusco: Universidad Nacional De San Antonio Abad Del Cusco. Obtenido De [https://Alicia.Concytec.Gob.Pe/Vufind/Record/Runs_83d45515997ee0b7fe31803b8c2 E18f0](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/Runs_83d45515997ee0b7fe31803b8c2E18f0)
- Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Scielo Perú*.
- Castrejón, E. I. (2022). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes de*. Cajamarca: Universidad San Pedro. Obtenido De

[Http://Repositorio.Unspedro.Edu.Pe/Bitstream/Handle/20.500.129076/21359/Tesis_72_635.Pdf](http://Repositorio.Unspedro.Edu.Pe/Bitstream/Handle/20.500.129076/21359/Tesis_72_635.Pdf) Sequence=1yisallowed=Y

- Cornelio, M. L. (2020). *Estrés y rendimiento académico de los ingresantes 2019 – i en la escuela profesional de sociología, Facultad De Ciencias Sociales, De La Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho*. Lima: Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Obtenido De [Http://Repositorio.Unjpsc.Edu.Pe/Handle/20.500.14067/4023](http://Repositorio.Unjpsc.Edu.Pe/Handle/20.500.14067/4023)
- Edel, R. (2003). *El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo*. Revista electrónica iberoamericana sobre calidad, Eficacia.
- Espinosa, J., Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J., Chacín, M., & Bermúdez-Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Zenodo*, 39(1), 63-69. Obtenido de <https://doi.org/10.5281/zenodo.4065032>
- García, E. D. (2013). *An evaluation of the impact of academic staff digital literacy on the use of technology: A case study of uk higher education*. In *Proceedings Of Edu- Learn13*.
- Gil, J. A., & Fernández, C. O. (2021). *El estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de estomatología general integral*. Lima - Peru: Edumecentro Vol.13 No.1 Santa Clara Ene.-Mar. 2021 Epub 31-Mar-2021.
- Gómez, W. J. (2020). *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*. Lima: Universidad Privada Norbert Wiener.
- González, M. (2009). *Evaluación Del Aprendizaje En La Enseñanza Universitaria: I Parte. Pedagogía Universitaria*. Ciudad De La Habana, Cuba: Editorial Universitaria.
- Guerra, A. (2022). *Estrés académico en estudiantes de una universidad pública de la costa central del Perú en tiempo de pandemia, 2021*. Chiclayo: Ucstm.
- Hernández, R., Y Mendoza, C. P. (2021). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Hernández, E. I., & Arreola, G. (2021). *El rendimiento académico y su relación con algunos factores asociados al aprendizaje en alumnos de educación superior*. México: Universidad Pedagógica De Durango.
- Jaramillo, V., & García, E. (2019). *Relación entre el estrés académico y rendimiento académico en dos grupos de estudiantes universitarios, uno que realiza actividades laborales y el otro solo actividades académicas*. Colombia:

- Universidad Católica De Pereira. Obtenido De <https://Repositorio.Ucp.Edu.Co/Handle/10785/5795>
- León, A., González, S., González, N., & Barcelata, B. (2019). Estrés, autoeficacia, rendimiento académico y resiliencia en adultos emergentes. *Revista Electrónica De Investigación Psicoeducativa*, 17(47), 129-148. DOI:<https://doi.org/10.25115/ejrep.v17i47.2226>
- López, S. (21 de junio De 2023). Obtenido De <https://www.sabervivirtv.com>: https://www.sabervivirtv.com/psicologia-ybienestar/paises-mas-estresados-europa-ranking_8312
- Martínez, V. (2007). *Cultura Escolar Y Mejora De La Educación*. Madrid: Universidad.
- Ñaupas, H., Mejía, E., Trujillo, I. R., Romero, H. E., Medina, W., & Novoa, E. (2023). *Metodología de la investigación total* (Sexta Edición Ed.). Bogota - Colombia: Dgp Editores Sas.
- Organización Mundial De La Salud. (27 De Setiembre De 2021). <https://www.paho.org/es>. obtenido de <https://www.paho.org/es>: <https://www.paho.org/es>
- Pérez, J., García, R., & Pérez, F. (2019). *Guía Para El Manejo Del Estrés Académico*. Valencia - España: Facultat De Psicologia, Univesitat De València.
- Pizarro, R., & Crespo, N. (2000). *Inteligencias Múltiples Y Aprendizajes Escolares*.
- Reyes, T. (2003). Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y asertividad en estudiantes del primer año de psicología de la UNMSM. En J. L. López, O. Rubio, C. Álvarez, P. López, Y A. Vahos, *Aprendizaje Y Rendimiento Académico* (Pág. 19). Mawil.
- Rivas, V., & Jiménez, C. (2014). frecuencia e intensidad del estrés en estudiantes de licenciatura en enfermería de la DACS. *Horizonte Sanitario*, 163.
- Rivero, R. (1998). *Implicancias Del Proceso De Adquisición Cognitiva, Interés*.
- Rodríguez, U. E. (2021). *Emociones, inteligencias múltiples y rendimiento académico en universitarios*. Colombia: Unimagdalena. Obtenido De <Ttps://Elibro.Net/Es/Ereader/Upla/218860?Page=17>.
- Rodríguez, T., Álvarez, L., Cadrecha, M., Hernández, J., Luengo, M., Muñiz, J., Y Ordóñez, J. Y. (2000). *La Evaluación En El Aula*. Barcelona: Ediciones Nobel.
- Rueda, D., Borja, L., Flores, M., Y Carvajal, L. (2021). *Relación entre estrés y rendimiento académico de estudiantes de enfermería de una universidad ecuatoriana*. Ecuador: Universidad Nacional Del Ecuador. Obtenido De <Http://Www.Dspace.Uce.Edu.Ec/Handle/25000/26566>

- Sánchez, H., & Reyes Meza, C. (2019). *Metodología Y Diseños En La Investigación Científica*. (Quinta Edición. Ed.). Lima: Business Support Aneth.
- Silva, M. F., López, J. J., & Meza, M. E. (2019). Estrés Académico En Estudiantes Universitarios. *Investigación y ciencia*, 79-83.
Sociales de la universidad técnica de ambato en tiempos de pandemia por el covid 19. Ecuador: Universidad Técnica De Ambato. Obtenido De <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/33901>
- Sotero, J. (2021). *Estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de ingeniería civil en una universidad en Moyobamba, 2021*. Moyobamba: Universidad Cesar Vallejo. Obtenido De https://www.lareferencia.info/vufind/record/pe_c730be2c572b3d6894c6e0d30e822644
- Toribio, C., & Franco, S. (2016). Estrés académico el enemigo silencioso del estudiante. *Botica*, 1-5.
- Valiente, C., & Suárez, J. M. (2020). Rendimiento Académico, Aprendi-Zaje Y Estrés En Alumnado De Primaria. *Revista Complutense De Educación*, 31 (3), 365-374. Obtenido De <https://Revistas.Ucm.Es/Index.Php/Rced/Article/View/63480/4564456553657>
- Vela, S. M., & Heredia, F. (2023). *Estrés académico y el rendimiento académico de los estudiantes de un instituto de educación*. Tacna: Universidad Privada De Tacna. Obtenido De <https://Revistas.Upt.Edu.Pe/Ojs/Index.Php/Vestsc/Article/View/774/756>
- Yupanqui, E. R. (2020). *El estrés y el rendimiento académico de los estudiantes del ii ciclo de la facultad de medicina humana de la universidad peruana los andes 2019*. Huancayo: Universidad Peruana De Ciencias E Informática. Obtenido De https://www.lareferencia.info/vufind/record/pe_6e60142cee671c048a86f7c72cc54466

ANEXOS

Anexo 01: Matriz de consistencia

TÍTULO: ESTRÉS ACADÉMICO Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE SOCIOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE HUANCAYO – 2023.				
Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p>Problema general ¿Qué relación existe entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023?</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación que existe entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023.</p>	<p>Hipótesis general Existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.</p>		<p>Método: Científico Nivel: correlacional Diseño: No experimental Población: 123 estudiantes de la carrera de sociología de la UNCP Muestra: 94 estudiantes de la carrera de sociología de la UNCP Técnica y tipo de muestreo: muestreo probabilístico simple Técnica de recolección de datos: Técnica de la encuesta Técnica revisión documental Instrumento de recolección: Cuestionario Ficha documental</p>
<p>Problemas específicos</p> <p>1. ¿Qué relación existe entre los estresores y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023?</p> <p>2. ¿Qué relación existe entre los síntomas y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023?</p> <p>3. ¿Qué relación existe entre las estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023?</p>	<p>Objetivos específicos</p> <p>1. Establecer la relación que existe entre los estresores y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023.</p> <p>2. Establecer la relación que existe entre los síntomas y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023.</p> <p>3. Establecer la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023.</p>	<p>Hipótesis específicas</p> <p>1. Existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre los estresores y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.</p> <p>2. Existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre los síntomas y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.</p> <p>3. Existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP, Huancayo – 2023.</p>	<p>Variable 1: estrés académico</p> <p>Variable 2: rendimiento académico</p>	

Anexo 02: Matriz de operacionalización de variables

Variable 01. Estrés Académico

Título preliminar: Estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023.				
Variable del estudio: Estrés Académico				
<p>Conceptualización de la variable:</p> <p>(Berrío García y Rodrigo Mazo Zea, 2021), Orlandini (1999), siguiendo la tradición que concibe “El estrés, entendido como una carga excesiva, se manifiesta en todas las etapas de educación, desde la educación inicial hasta la educación de postgrado. Durante el proceso de aprendizaje en estas etapas, las personas suelen experimentar una tensión que se conoce como estrés académico, ya sea en el estudio personal o en el entorno escolar”.</p>				
Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Rango de valores
Estresores	Los indicadores de cada dimensión descritos en el inventario SISCO , diseñado por Barraza en el año 2007 compuesto de 35 indicadores para medir el estrés académico.	El Inventario SISCO , diseñado por Barraza en el año 2007 para analizar el estrés relacionado con la actividad académica, el cual está compuesto por un total de 37 preguntas.	ORDINAL 1= Nunca 2 = Rara vez 3=Algunas veces 4=Casi siempre 5 = Siempre	1= Nivel leve: 0 a 78 puntos 2= Nivel moderado: 79 a 157 puntos 3=Nivel severo 158 a 235 puntos.
Síntomas (reacciones)				
Estrategias de afrontamiento				

Variable 02: Rendimiento Académico

Título preliminar: Estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de sociología de una universidad pública de Huancayo – 2023.				
Variable del estudio: Rendimiento Académico				
Conceptualización de la variable: (Rodríguez de Ávila, 2021) refiere que “el rendimiento académico son aquellas evaluaciones que deben estar enmarcadas en una serie de procedimientos planificados y que dan respuesta al logro de las metas de formación y aprendizaje”				
Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Rango de valores
Asignaturas	Como indicadores se toman las calificaciones o evaluaciones de cada una de las asignaturas de la facultad de sociología de UNCP	Los ítems que se consideran serán las notas de promedio ponderado en estudiantes del I al IV semestre de la facultad de sociología de UNCP	Vigesimal	1=Insuficiente (menor a10) 2=Suficiente (11-13) 3=Bueno (14-16) 4= Muy Bueno (17-18) 5=Sobresaliente (19-20)

Anexo 03: Instrumento de investigación

Instrumento N° 1

ESTRÉS ACADÉMICO						
Nº	DIMENSIÓN ESTRESORES	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	La rivalidad con los compañeros del grupo					
2	Excesiva carga de responsabilidad individual para cumplir con las obligaciones académicas					
3	Abundancia de tareas y trabajos escolares					
4	La personalidad y el carácter del docente					
5	Las evaluaciones docentes (pruebas, ensayos, investigaciones, etc.)					
6	El tipo de tarea asignada por los profesores (investigación de temas, elaboración de fichas, redacción de ensayos, creación de mapas conceptuales, etc.)					
7	Dificultad para comprender los contenidos impartidos en clase					
8	Participación en las clases (respuesta a preguntas, exposiciones, etc.)					
9	Restricción de tiempo para realizar las labores escolares					
Nº	DIMENSIÓN SINTOMAS (REACCIONES)	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
10	Trastornos del sueño (como insomnio o pesadillas)					
11	Fatiga crónica (persistente cansancio)					
12	Cefaleas o migrañas					
13	Dificultades en el sistema digestivo, como dolor abdominal o diarrea					
14	Comportamientos como rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
15	Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
16	Inquietud (incapacidad para relajarse y estar tranquilo)					
17	Sentimientos de tristeza y depresión (sentirse abatido)					
18	Experimentar ansiedad, angustia o desesperación					
19	Problemas de concentración					
20	Sensación de mente en blanco					
21	Dificultades de memoria					

22	Sentimientos de agresividad o aumento de la irritabilidad					
23	Conflictos o propensión a discutir y polemizar					
24	Aislamiento de los demás					
25	Falta de motivación para llevar a cabo las tareas escolares					
26	Ausentismo en las clases					
27	Cambios en el apetito, ya sea un aumento o disminución en el consumo de alimentos.					
Nº	DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
28	Competencia asertiva (expresar nuestras preferencias, ideas o sentimientos de manera respetuosa hacia los demás)					
29	Creación y cumplimiento de un plan para llevar a cabo las responsabilidades					
30	Afrontar la situación con humor					
31	Reconocer y valorar los logros personales					
32	Recurrir a distracciones para evitar pensar en el problema					
33	Practicar la religión (a través de oraciones o asistencia a servicios religiosos)					
34	Buscar información relacionada con la situación					
35	Compartir y hablar de manera confidencial sobre lo que preocupa.					

Instrumento N° 2

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	NOTA FINAL
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		

Anexo 04: Consentimiento Informado

Yo.....

- He leído (o alguien me ha leído) la información brindada en este documento.
- Me han informado acerca de los objetivos de este estudio, los procedimientos, los riesgos, lo que se espera de mí y mis derechos.
- He podido hacer preguntas sobre el estudio y todas han sido respondidas adecuadamente. Considero que comprendo toda la información proporcionada acerca de este estudio.
- Comprendo que mi participación es voluntaria.
- Comprendo que puedo retirarme del estudio cuando quiera, sin tener que dar explicaciones y sin que esto afecte mi atención médica.
- Al firmar este documento, yo acepto participar en este estudio. No estoy renunciando a ningún derecho.
- Entiendo que recibiré una copia firmada y con fecha de este documento.

Nombre completo del sujeto de Investigación.....
.....

Firma del sujeto de Investigación.....
.....

Lugar, fecha y hora.....

Sección para llenar por el Investigador

Le he explicado el estudio de investigación y he contestado a todas sus preguntas. Confirmando que el sujeto de investigación ha comprendido la información descrita en este documento, accediendo a participar de la investigación en forma voluntaria.

Nombre completo del Investigador/a.....

Firma del sujeto del Investigador/a.....

Lugar, fecha y hora.....

Anexo 05: Consentimiento de la Institución



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERÚ
FACULTAD DE SOCIOLOGÍA



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

Huancayo, 11 de diciembre de 2023

CARTA N° 0041-2023-DFS-UNCP

SEÑORES:

**ADELINA LIZ, ESPINOZA PALACIOS
LUIS ALBERTO, ELESCANO GUERREROS**

Presente. -

ASUNTO: CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA APLICAR MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Por intermedio de la presente, tengo el agrado de dirigirme a ustedes, para saludarlos cordialmente a nombre de la Facultad de Sociología de la Universidad Nacional del Centro del Perú, y al mismo tiempo notificarles el consentimiento y autorización de la aplicación de métodos, técnicas e instrumentos de la investigación titulada: **"ESTRÉS ACADÉMICO Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE SOCIOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE HUANCAYO - 2023"**. La presente carta se firma en dos ejemplares. Uno de los documentos queda en poder de los investigadores y el otro en poder del Decano (e). Para formalizar el permiso, firmo a continuación.

Atentamente,



**MG. LUIS VICENTE MANRIQUE ÁLVAREZ
DECANO(E)**

Cc.
Archivo
LVMA/mr
oc

Anexo 06: Fotos de la aplicación de la encuesta

