

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

TESIS

**ESTRÉS ACADÉMICO E IDEACIÓN SUICIDA EN
JÓVENES UNIVERSITARIOS DE UNA
UNIVERSIDAD DE AREQUIPA, 2024**

Lesly Katherine Aza Gonzales

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Arequipa - Perú

2025

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 : Nahil Zoila Pumalla Alviz
Asesor de trabajo de investigación
ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de trabajo de investigación
FECHA : 24 de Junio de 2025

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

Título:

Estrés académico e ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.

Autores:

1. Lesly Katherine Aza Gonzales – 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 20% 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 de palabras excluidas (en caso de elegir "SI"): 22 | | |
| • 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,



Asesor de trabajo de investigación

DEDICATORIA

Dedico mi investigación a Dios por hacerme llegar a este momento crucial de mi formación profesional.

A mis padres, por ser la fortaleza más importante, por demostrarme siempre su afecto y apoyo incondicional.

A mi hermana, por ser mi principal compañera, la que me guía en cada paso que decido dar.

A mi sobrino Aaron Greg, por ser mi fuente de motivación para alcanzar mis objetivos.

A mí misma, por mi perseverancia y resiliencia, que me permitieron enfrentar desafíos y mantenerme enfocada en mi objetivo. Estoy orgullosa de mí misma por haber completado esta tesis y demostrar mi capacidad para aprender, crecer y lograr mis metas.

AGRADECIMIENTOS

A mis padres, por el soporte que me brindan en cada momento importante para mí. A mis asesores, por su orientación en el proceso de creación de mi tesis. Al director académico de la EAP de Psicología de la Universidad Continental - Arequipa, por brindarme la autorización para poder realizar el estudio. Y, por último, a los estudiantes que voluntariamente formaron parte de la muestra.

ÍNDICE

RESUMEN	9
ABSTRACT	10
INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO	15
1.1 Planteamiento del Problema	15
1.2 Formulación de Problema	15
1.3 Objetivos	18
1.4 Justificación	19
1.5 Hipótesis	20
1.6 Operacionalización de Variables	22
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	24
2.1 Antecedentes del Problema	24
2.2 Bases Teóricas	28
2.3 Definición de Términos Básicos	36
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	39
3.1 Metodología	39
3.2 Enfoque de la Investigación	39
3.3 Tipo de Investigación	39
3.4 Nivel de la Investigación	39
3.5 Diseño de la Investigación	39
3.6 Población y Muestra	40
3.7 Criterios de Inclusión y Exclusión	41
3.8 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	42
3.9 Procedimiento de Recolección de Datos	43

3.10 Técnica de Análisis de Datos	44
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	45
DISCUSIÓN	53
CONCLUSIONES	57
RECOMENDACIONES	59
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	61
ANEXOS	70

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la Variable Estrés Académico

Tabla 2. Operacionalización de la Variable Ideación Suicida

Tabla 3. Características de la Muestra

Tabla 4. Prueba de Normalidad

Tabla 5. Correlación entre el Estrés Académico e Ideación Suicida según sus Dimensiones

Tabla 6. Nivel del Estrés Académico y sus Dimensiones

Tabla 7. Nivel de Ideación Suicida y sus Dimensiones

Tabla 8. Correlación entre la Dimensión de Estresores del Estrés Académico con las Dimensiones de la Ideación Suicida

Tabla 9. Correlación entre la Dimensión de Síntomas del Estrés Académico con las Dimensiones de la Ideación Suicida

Tabla 10. Correlación entre la Dimensión de Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico con las Dimensiones de la Ideación Suicida

RESUMEN

El estrés académico, caracterizado por la presión constante y la sobrecarga de tareas, puede afectar significativamente la salud mental de los estudiantes. Cuando es intenso y prolongado, puede contribuir a la ideación suicida, manifestada en pensamientos relacionados con la muerte. Por ello, el presente estudio analiza la relación entre ambas variables con el fin de identificar factores de riesgo y proponer estrategias de prevención.

La metodología empleada corresponde a un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo-correlacional, no experimental y de corte transversal. La población objeto de estudio estuvo conformada por 5,240 estudiantes que cursaron el segundo periodo académico de 2024 en una universidad de Arequipa. De esta población, se seleccionó una muestra de 374 estudiantes, quienes cumplieron con los criterios de inclusión establecidos.

Para el análisis de datos, se empleó la prueba paramétrica r de Pearson. Los resultados, con un nivel de significancia del 5%, mostraron una correlación directa y significativa ($p < .01$) entre el estrés académico y la ideación suicida, así como con sus dimensiones: motivación y preparación. La correlación fue más fuerte con la dimensión de motivación hacia el suicidio, y la intensidad de las relaciones osciló entre moderada y baja.

Estos hallazgos indican que el estrés académico representa un factor importante que contribuye al riesgo de ideación suicida, así como a la motivación y preparación para un posible acto suicida en jóvenes universitarios. En consecuencia, se concluye que existe una relación significativa entre el estrés académico y la ideación suicida.

Palabras clave: *estrés, estrés académico, ideación suicida, estrategias de afrontamiento, motivación, preparación*

ABSTRACT

Academic stress, characterized by constant pressure and task overload, can significantly affect students' mental health. When it is intense and prolonged, it may contribute to suicidal ideation, manifested in thoughts related to death. Therefore, this study analyzes the relationship between both variables in order to identify risk factors and propose prevention strategies.

The methodology employed follows a quantitative approach, with a descriptive-correlational, non-experimental, and cross-sectional design. The study population consisted of 5,240 students enrolled in the second academic term of 2024 at a university in Arequipa. From this population, a sample of 374 students was selected based on established inclusion criteria.

For data analysis, the parametric Pearson's r test was used. The results, with a 5% significance level, revealed a direct and significant correlation ($p < .01$) between academic stress and suicidal ideation, as well as with its dimensions: motivation and preparation. The correlation was stronger with the motivation dimension, and the strength of the associations ranged from moderate to low.

These findings suggest that academic stress is an important contributing factor to the risk of suicidal ideation, as well as to the motivation and preparation for a potential suicidal act among university students. Consequently, it is concluded that there is a significant relationship between academic stress and suicidal ideation.

Keywords: *stress, academic stress, suicidal ideation, coping strategies, motivation, preparation*

INTRODUCCIÓN

El estrés académico es una dinámica compleja que se origina cuando las presiones del entorno educativo superan la capacidad de los estudiantes para gestionarlas, generando un desajuste que se manifiesta en síntomas que afectan negativamente su bienestar emocional, físico y académico (Peralta, 2025). En la misma línea, Rodríguez y Sánchez (2022) señalan que el estrés académico puede impactar seriamente la salud física y emocional de los estudiantes. Cuando se vuelve constante, incrementa el riesgo de padecer problemas como ansiedad, depresión, insomnio e irritabilidad. Estas dificultades afectan tanto el rendimiento académico como la calidad de vida y, en algunos casos, pueden derivar en ideación suicida. Entre las principales causas se encuentran la sobrecarga de tareas, las evaluaciones y el escaso tiempo para realizarlas, lo cual genera síntomas físicos y emocionales en quienes lo experimentan.

Actualmente, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024) ha advertido que las causas del suicidio son alarmantes y complejas, ya que involucran factores psicológicos, ambientales, culturales, biológicos y sociales. Asimismo, ha señalado la estrecha relación entre las enfermedades mentales, como la depresión, y los intentos suicidas, siendo estos últimos un indicador clave para proteger la integridad de las personas afectadas.

De acuerdo con el Sistema de Información de Defunciones (SINADEF, 2024), la región de Arequipa atraviesa una preocupante tendencia al alza en los casos de suicidio, registrándose en solo 75 días del año 2024 un total de 23 casos, lo que equivale a un suicidio cada tres días. Esta cifra supera los 59 casos registrados en todo el año 2023, lo cual ha convertido a la salud mental en una prioridad urgente para la ciudad.

El estrés académico puede ser un factor desencadenante clave en la aparición de pensamientos suicidas. Según el decano del Colegio de Psicólogos de Arequipa y Moquegua, la presión social puede influir significativamente en los pensamientos de los estudiantes, al

aumentar las expectativas académicas y profesionales. Esta situación genera altos niveles de estrés y ansiedad al intentar alcanzar estándares exigentes (Abarca, 2024; citado en Diario El Pueblo, 2024).

Además, datos del Sistema de Vigilancia Centinela del Centro Nacional de Epidemiología, Prevención y Control de Enfermedades (CDC), citados por el Ministerio de Salud (2022), revelan que las mujeres entre 15 y 19 años presentan el mayor riesgo de suicidio, con un 69% de los intentos, mientras que en los hombres este riesgo es mayor entre los 20 y 24 años. El 47,3% de los intentos ocurre durante la juventud, con un promedio de 22 años en el primer intento suicida.

El interés principal de esta investigación surge de la creciente preocupación por la estabilidad emocional y el bienestar de los estudiantes universitarios. El aumento de casos de suicidio a lo largo del año ha generado una alerta que pone de manifiesto la necesidad de aplicar programas y recursos eficaces para abordar tanto el estrés académico como la ideación suicida. En este sentido, la detección temprana resulta fundamental para identificar factores de riesgo e implementar estrategias de prevención que contribuyan a promover un entorno académico saludable.

El propósito principal de este estudio es determinar la relación entre el estrés académico y la ideación suicida, considerando sus respectivas dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa durante el año 2024. Para ello, se establecieron cinco objetivos específicos:

1. Evaluar el nivel de estrés académico y sus dimensiones.
2. Identificar el nivel de ideación suicida y sus dimensiones.
3. Comprobar la correlación entre la dimensión de estresores del estrés académico y las dimensiones de la ideación suicida.

4. Determinar la correlación entre la dimensión de síntomas del estrés académico y las dimensiones de la ideación suicida.

5. Analizar la correlación entre la dimensión de estrategias de afrontamiento del estrés académico y las dimensiones de la ideación suicida.

La población de este estudio estuvo conformada por 5,240 estudiantes universitarios que cursaban el segundo periodo académico del año 2024 en una universidad de Arequipa. A partir de esta población, se seleccionó una muestra representativa de 374 estudiantes que cumplieran con los criterios de inclusión establecidos. Se optó por un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de tipo descriptivo-correlacional y de corte transversal, sin manipulación directa de las variables en estudio.

La investigación fue estructurada en cuatro capítulos. El Capítulo I presenta el planteamiento del problema, los objetivos y la justificación del estudio. El Capítulo II desarrolla el marco teórico, incluyendo antecedentes, definición de variables, conceptos y términos clave, que constituyen la base conceptual del trabajo.

El Capítulo III describe detalladamente la metodología, abarcando el método, enfoque, tipo, nivel y diseño de la investigación. También se detalla la población y muestra, los criterios de selección de participantes, así como las técnicas e instrumentos empleados para la recolección y análisis de datos, junto con los aspectos éticos considerados. Finalmente, el Capítulo IV expone los resultados obtenidos, seguidos de una discusión exhaustiva de los hallazgos, lo cual permite llegar a conclusiones relevantes sobre las variables analizadas.

Los principales alcances de esta investigación ofrecieron una comprensión profunda de la relación entre el estrés académico y la ideación suicida, así como de los niveles presentes en los estudiantes universitarios. Esta información puede ser de gran utilidad para la universidad en la que se desarrolló el estudio, así como para otras instituciones interesadas en conocer la

situación emocional de sus estudiantes y diseñar estrategias preventivas en beneficio de su bienestar.

Sin embargo, también se presentaron limitaciones, como la falta de acceso a datos sobre tasas de suicidio en hospitales y otras organizaciones, lo que restringe la posibilidad de obtener una visión más amplia y precisa del fenómeno del suicidio en el contexto universitario. Esta limitación impide realizar análisis comparativos con otras instituciones o poblaciones, dificultando así el desarrollo de estrategias de prevención y promoción integrales.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1 Planteamiento del Problema

El estrés académico se ha convertido en una problemática creciente que impacta tanto el desempeño académico como el bienestar emocional de los estudiantes en distintos niveles educativos. Según Bermúdez y Vanegas (2022), el estrés es una respuesta inespecífica del organismo ante diversas exigencias internas o externas, manifestándose a través de síntomas físicos y emocionales que afectan sus relaciones personales, familiares y escolares, reflejándose en emociones como ira, angustia, tristeza, depresión e incluso pensamientos suicidas.

En el ámbito universitario, los estudiantes enfrentan desafíos específicos que pueden generar altos niveles de estrés, como la adaptación a nuevos horarios, la presión constante de las evaluaciones y la incertidumbre sobre su futuro profesional. Estos factores inciden en su bienestar emocional y rendimiento académico (Barraza, 2009, como se citó en Cassaretto y Gamarra, 2021). Cuando estos estímulos y sus consecuencias afectan directamente la vida universitaria de los jóvenes, se habla de estrés académico, entendido como una respuesta a las exigencias escolares, la sobrecarga de tareas, la presión por obtener buenos resultados y la necesidad de cumplir con expectativas tanto personales como externas (Cassaretto y Gamarra, 2021).

Según encuestas realizadas por la Organización Mundial de la Salud en países como Bélgica, Alemania, Irlanda del Norte, Australia, Hong Kong, España, Estados Unidos y Sudáfrica, el estrés académico ha sido identificado como un problema frecuente entre los estudiantes universitarios de primer año, con una prevalencia que alcanza el 93,7%. Entre los principales factores que contribuyen a esta situación se encuentran las dificultades económicas, las preocupaciones personales, las responsabilidades laborales y las exigencias académicas (Karyotaki et al., 2020).

En el contexto peruano, el estrés académico representa una preocupación significativa dentro del ámbito universitario. Un estudio realizado por Cassaretto y Gamarra (2021) en seis ciudades del país reveló que aproximadamente el 83% de los estudiantes encuestados manifestó haber experimentado niveles considerables de estrés relacionado con sus actividades académicas. Este hallazgo evidencia la magnitud del problema y la necesidad de abordarlo desde una perspectiva integral. Además, los autores identificaron que variables como el sexo, el nivel de motivación hacia el estudio y ciertos hábitos relacionados con la salud tienen un papel predictivo importante en la manifestación del estrés académico, subrayando así la complejidad de este fenómeno.

Por otro lado, la ideación suicida suele ser el primer paso en el desarrollo de una conducta suicida. Se manifiesta a través de pensamientos persistentes e involuntarios relacionados con la autolesión letal, que incluyen distintas formas en las que la persona imagina su propia muerte, así como los medios, contextos o condiciones necesarios para ejecutar dicho acto (Bonilla, 2022). Esta problemática representa un factor de riesgo global que afecta a personas de todas las edades, culturas, religiones y géneros. Su impacto ha llevado a diversos gobiernos a implementar campañas de prevención y programas de apoyo para brindar atención oportuna a quienes lo necesitan (Arbañil et al., 2023).

Según un informe de la Organización Mundial de la Salud, se estima que cada año alrededor de 726,000 personas fallecen por suicidio, y muchas más intentan quitarse la vida. En el año 2021, el suicidio fue la tercera causa de muerte más frecuente entre jóvenes de 15 a 29 años (OMS, 2024).

En el contexto nacional, el Ministerio de Salud del Perú (2022), a partir de datos del Sistema de Vigilancia Centinela del Centro Nacional de Epidemiología, Prevención y Control de Enfermedades (CDC), ha reportado cifras alarmantes: los intentos de suicidio presentan mayor incidencia en mujeres entre 15 y 19 años, mientras que en los varones, la mayor

frecuencia se da entre los 20 y 24 años. Además, se evidenció que las mujeres representan el 69% de los casos, frente al 47,3% en los hombres. Estos datos reflejan una preocupante realidad sobre la salud mental de los jóvenes peruanos: las mujeres presentan mayor número de intentos en la adolescencia, mientras que en los hombres la incidencia es más alta durante la juventud.

Diversos estudios han demostrado que el estrés académico puede incidir negativamente en la salud mental de los estudiantes universitarios. En esta línea, una investigación realizada en 2020 con estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima Metropolitana encontró una asociación estadísticamente significativa entre niveles elevados de estrés académico y la presencia de ideación suicida. En concreto, los resultados mostraron que a mayor nivel de estrés académico, aumentaban también los pensamientos relacionados con el deseo de morir o autolesionarse (Readhead, 2022). Este hallazgo destaca la importancia de considerar el estrés académico no solo como una dificultad académica, sino como un posible desencadenante de alteraciones emocionales severas, como la ideación suicida, lo que convierte a esta problemática en un foco de atención prioritario dentro del entorno universitario.

1.2 Formulación de Problema

1.2.1 Problema General

¿Cuál es la relación entre el estrés académico e ideación suicida según sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024?

1.2.2 Problemas Específicos

- ¿Cuál es el nivel de estrés académico y sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024?
- ¿Cuál es el nivel de ideación suicida y sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024?

- ¿Cuál es la correlación entre la dimensión de estresores del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024?

- ¿Cuál es la correlación entre la dimensión de síntomas del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024?

- ¿Cuál es la correlación entre la dimensión de estrategias de afrontamiento del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo General

Determinar la relación entre el estrés académico e ideación suicida según sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Evaluar el nivel de estrés académico y sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.

- Identificar el nivel de ideación suicida y sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.

- Comprobar la correlación entre la dimensión de estresores del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.

- Demostrar la correlación entre la dimensión de síntomas del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.

- Determinar la correlación entre la dimensión de estrategias de afrontamiento del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.

1.4 Justificación

El estrés académico es una problemática actual que genera creciente preocupación debido a su alta prevalencia entre los estudiantes, así como por sus posibles consecuencias negativas en la salud mental y el bienestar físico. Por otro lado, la ideación suicida constituye un grave problema de salud pública que afecta a millones de personas, según los últimos datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024). Aunque existen numerosos estudios que abordan de manera individual el estrés académico y la ideación suicida, son escasas las investigaciones que exploran la relación entre ambos constructos en población universitaria.

A nivel teórico, Blandón et al. (2021) señalan que el estrés puede provocar fatiga mental, lo cual afecta significativamente el desempeño académico y conductual, pudiendo incluso derivar en conductas suicidas, especialmente cuando se presentan condiciones familiares y sociales adversas. Por ello, investigar este vínculo contribuye de manera sustancial a una comprensión más profunda y aplicada de las distintas teorías relacionadas con el bienestar emocional y la salud mental en contextos educativos. Además, el impacto del problema trasciende el ámbito académico, afectando también el entorno familiar, social y laboral, lo que justifica la necesidad de abordarlo desde una perspectiva integral.

A nivel práctico, esta investigación resulta relevante debido a la alta incidencia del problema entre jóvenes universitarios. La ideación suicida, según la OMS (2024), es una condición de salud pública que puede tener consecuencias graves y duraderas. Comprender la relación entre el estrés académico y la ideación suicida permite diseñar estrategias efectivas de intervención y prevención, orientadas a proteger el bienestar emocional de los estudiantes. Asimismo, los resultados obtenidos pueden contribuir a la mejora de las políticas educativas,

promoviendo el desarrollo de programas de apoyo psicológico en instituciones educativas. Esta información también resulta valiosa para profesionales de la salud mental y formuladores de políticas públicas, quienes podrán elaborar programas de intervención contextualizados que respondan a las necesidades específicas de los estudiantes.

A nivel metodológico, el estudio adopta un diseño correlacional, con el objetivo de generar conocimiento científico acerca de las variables analizadas, constituyendo así una base sólida para futuras investigaciones. Se emplearán instrumentos con propiedades psicométricas validadas en el contexto local, lo cual facilitará su replicabilidad y aplicación en estudios posteriores. En líneas generales, los hallazgos permitirán comprender con mayor precisión la relación entre el estrés académico y la ideación suicida, lo que favorecerá la creación de registros de atención y seguimiento en los que participen profesionales de la salud mental. Esto será clave para implementar estrategias eficaces en la prevención y mitigación de los riesgos asociados.

1.5 Hipótesis

1.5.1 Hipótesis General

- **H_i (Hipótesis alterna).** Existe una relación significativa entre el estrés académico y la ideación suicida, según sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa durante el año 2024.
- **H₀ (Hipótesis nula).** No existe una relación significativa entre el estrés académico y la ideación suicida, según sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa durante el año 2024.

1.5.2 Hipótesis Específicas

- **H₁.** Los jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa presentan niveles altos de estrés académico y sus respectivas dimensiones, durante el año 2024.

- **H₂.** Los jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa presentan niveles bajos de ideación suicida y sus respectivas dimensiones, durante el año 2024.
- **H₃.** Existe una relación significativa entre la dimensión de estresores del estrés académico y las dimensiones de la ideación suicida, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa durante el año 2024.
- **H₄.** Existe una relación significativa entre la dimensión de síntomas del estrés académico y las dimensiones de la ideación suicida, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa durante el año 2024.
- **H₅.** Existe una relación significativa entre la dimensión de estrategias de afrontamiento del estrés académico y las dimensiones de la ideación suicida, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa durante el año 2024.

1.6 Operacionalización de Variables

Tabla 1

Operacionalización de la Variable Estrés Académico

Título Preliminar: Inventario SISCO SV-21			
Variable Independiente del Estudio: Estrés Académico			
Conceptualización de la variable: El estrés académico se define como la respuesta individualizada que cada estudiante suele experimentar como resultado de las diversas demandas y presiones del ciclo académico. Así como, se caracteriza por la percepción subjetiva del estudiante, quien ve las exigencias de su entorno educativo como negativas y desafiantes, generando una sensación de sobrecarga y tensión que puede afectar su bienestar emocional y académico (Restrepo et al., 2020, citado por Zambrano y Tomala, 2022).			
Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Estresores	Estímulos estresores.	3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	Ordinal
Síntomas	Frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.	10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	
Estrategias de afrontamiento	Frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento.	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23	

Tabla 2*Operacionalización de la Variable Ideación Suicida*

Título Preliminar: Escala de ideación suicida de Beck			
Variable Independiente del Estudio: Ideación Suicida			
Conceptualización de la variable: La ideación suicida, según Beck (citado en Smith y Johnson, 2021), implica una serie de pensamientos recurrentes y persistentes sobre la muerte autoinfligida, que pueden variar desde la consideración de la muerte como una salida hasta la formulación de planes específicos para llevar a cabo el suicidio.			
Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Motivación	Actitud hacia la vida o muerte.	1, 2, 3, 4, 5, 15	Ordinal
	Pensamientos o deseos suicidas.	8, 11, 14	
Preparación	Proyecto de intento de suicidio.	12, 13, 16, 17	
	Realización del intento de proyectado.	6, 7, 9, 10	

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes del Problema

2.1.1 Internacional

En Ecuador, Toro y Barreno (2024) examinaron la relación entre las estrategias de afrontamiento y el riesgo suicida en una muestra de estudiantes universitarios. El estudio empleó un diseño no experimental, de tipo cuantitativo, con un alcance descriptivo y correlacional. La muestra estuvo conformada por 150 estudiantes de una universidad privada ecuatoriana. Los resultados mostraron una correlación muy débil entre las estrategias de afrontamiento y el riesgo suicida ($p = 0.087$).

Por su parte, Palate y Vásquez de la Bandera (2023) desarrollaron el estudio titulado *Estrés percibido y riesgo suicida en estudiantes universitarios*, también en Ecuador. La investigación se basó en un diseño transversal, no experimental y de enfoque cuantitativo. El objetivo principal fue “determinar la relación entre el estrés percibido y el riesgo suicida en estudiantes universitarios” (p. 1). Los resultados evidenciaron que el estrés percibido constituye un factor de riesgo significativo para la conducta suicida, indicando que niveles elevados de estrés se asocian con un mayor riesgo de suicidio en esta población.

Asimismo, Bonilla (2022) realizó la tesis titulada *Ideación suicida y estrés académico en los estudiantes del área de la salud*, desarrollada en México. Se trató de una investigación de tipo descriptivo, comparativo-correlacional, en la que se emplearon como instrumentos la *Escala de Ideación Suicida de Beck* y el *Inventario Cognoscitivista SISCO SV-21*. El objetivo fue “relacionar la ideación suicida y el estrés académico en los estudiantes del área de la salud de una universidad pública de Puebla”

(p. 12). Como resultado, se identificó una relación positiva, aunque baja, entre ambas variables.

Finalmente, Zahrae (2020) llevó a cabo un estudio titulado *Relación entre estrés académico e ideación suicida*, realizado en España. Se trató de una investigación de tipo cuantitativo y observacional, con un diseño transversal. El objetivo fue “conocer el grado de relación existente entre la ideación suicida y el estrés académico en los estudiantes universitarios gallegos” (p. 20). Los resultados mostraron una correlación directa pero negativa entre las dos variables. A pesar de esta particularidad, el estudio recomienda implementar proyectos de manejo del estrés, al coincidir con otros trabajos que destacan los efectos negativos del estrés sobre la salud de los estudiantes.

2.1.2 Nacional

Mamani (2022) desarrolló la investigación titulada *Estrés académico e ideación suicida en internos de medicina en la ciudad de Cusco, 2021*. Este estudio fue de tipo no experimental, con un diseño transversal y correlacional. Su objetivo fue “determinar la relación entre el estrés académico y la ideación suicida en internos de Medicina Humana en la ciudad del Cusco” (p. 5). Como instrumentos se utilizaron el *Inventario SISCO SV-21* y la *Escala de Ideación Suicida de Beck*. Los resultados mostraron una relación directa y baja entre el estrés académico y la ideación suicida.

Por su parte, Landeo (2022) llevó a cabo la investigación *Ideación suicida y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios en época de pandemia COVID-19 en Piura, 2021*. El estudio fue de tipo correlacional, transversal y no experimental, utilizando como instrumentos la *Escala de Ideación Suicida de Beck* y el *Inventario SISCO*. El objetivo planteado fue “determinar la relación entre la ideación suicida y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios en época de pandemia COVID-19”

(p. 4). Los resultados evidenciaron que los estudiantes no presentaron un nivel de riesgo significativo de ideación suicida.

Asimismo, Redhead (2022) realizó la investigación titulada *Estrés académico e ideación suicida en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020*. Se trató de un estudio de enfoque cuantitativo, correlacional, de corte transversal y no experimental. La muestra estuvo conformada por 200 estudiantes que cumplían con los criterios de inclusión. Como instrumentos se emplearon la *Escala de Ideación Suicida* y el *Inventario SISCO de estrés académico*. El objetivo fue “determinar la relación entre el estrés académico y la ideación suicida en universitarios peruanos” (p. 7). Los resultados indicaron una relación directa y positiva, lo cual sugiere que a mayores niveles de estrés académico corresponden mayores niveles de ideación suicida.

Por otro lado, Crespo y Vásquez (2022) realizaron el estudio *Estrés percibido e ideación suicida en jóvenes que acuden a un hospital del distrito de La Victoria, 2022*. Esta investigación fue de tipo básico, con diseño descriptivo-correlacional y no experimental. La muestra estuvo compuesta por 200 jóvenes entre 18 y 24 años. Como instrumentos se utilizaron la *Escala de Estrés Percibido* y la *Escala de Ideación Suicida de Beck*. El objetivo fue “determinar la relación entre el estrés percibido e ideación suicida en jóvenes que acuden a un hospital del distrito de La Victoria” (p. 3). Se concluyó que existe una relación directa entre ambas variables, es decir, que a medida que aumenta el nivel de estrés percibido, también aumenta el nivel de ideación suicida en los jóvenes.

2.1.3 Local

Cayo y Vitorino (2023) realizaron un estudio en Arequipa con el objetivo de identificar la relación entre las dimensiones de la personalidad y la ideación suicida en

estudiantes universitarios de una universidad privada. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de corte transversal y correlacional. La muestra estuvo conformada por 293 estudiantes cuyas edades oscilaron entre los 16 y 23 años. A los participantes se les aplicaron el *Cuestionario Revisado de Personalidad de Eysenck (EPQ-R)* y el *Inventario de Ideación Suicida Positiva y Negativa (PANSI)*. Los resultados mostraron una correlación significativa entre las dimensiones de la personalidad y la ideación suicida.

Por su parte, Obando y Solís (2022) desarrollaron la investigación titulada *Factores sociodemográficos y psicopatológicos asociados al riesgo suicida en estudiantes universitarios de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Católica de Santa María - Arequipa, 2021*. Se trató de un estudio descriptivo-analítico, de corte transversal, con una muestra de 471 estudiantes. El objetivo fue “determinar si existe asociación entre los factores sociodemográficos y psicopatológicos y el riesgo de suicidio en los estudiantes universitarios de primer a sexto año de la Facultad de Medicina Humana” (p. 12). Los autores concluyeron que existe una relación directa y significativa entre depresión, ansiedad y estrés con el riesgo suicida, así como una asociación significativa entre la depresión y un mayor riesgo de conductas autolesivas en la población estudiada.

Por otro lado, Ríos y Mardini (2021) llevaron a cabo la investigación titulada *Relación entre la ideación suicida y las actitudes hacia el confinamiento por COVID-19 en jóvenes adultos entre 18 y 29 años de la ciudad de Arequipa*. Este estudio fue de tipo cuantitativo, no experimental, y tuvo como objetivo “determinar la relación entre la ideación suicida y las actitudes hacia el confinamiento por COVID-19” (p. 8). La muestra estuvo conformada por 385 participantes. Para evaluar las variables, se utilizaron el *Cuestionario de Actitudes ante el Confinamiento por COVID-19* de Matus

y Matus (2020) y la *Escala de Ideación Suicida de Beck* (1979). Los resultados indicaron una relación baja e inversa entre ambas variables, lo que sugiere que actitudes más positivas hacia el confinamiento se asocian con menores niveles de ideación suicida.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Estrés

Definición. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), el estrés es una respuesta común del ser humano ante situaciones que percibe como exigentes o amenazantes. Esta reacción puede manifestarse a través de tensión emocional, preocupación u otros síntomas físicos o psicológicos, y forma parte del funcionamiento normal del organismo.

Sin embargo, el impacto del estrés en la salud depende en gran medida de la forma en que cada persona gestiona dichas situaciones. Una gestión inadecuada puede afectar negativamente el equilibrio emocional y físico, mientras que un afrontamiento adecuado permite preservar el bienestar general.

Tipos.

Estrés Agudo. Según Hagos et al. (2024), el estrés agudo es una respuesta emocional intensa que se produce tras presenciar o experimentar un evento traumático, como situaciones que ponen en peligro la vida o la integridad física, ya sea propia o de personas cercanas. Esta reacción suele aparecer en las semanas posteriores al acontecimiento y se caracteriza por sentimientos intensos de miedo e impotencia. Las personas que atraviesan esta condición pueden presentar recuerdos intrusivos y molestos, evitación de pensamientos o conversaciones relacionadas con el suceso, sensación de desconexión emocional, así como un estado constante de alerta o

nerviosismo. Estas manifestaciones afectan de manera considerable su rutina diaria y sus relaciones sociales.

Estrés Agudo Episódico. De acuerdo con Falla (2022), el estrés agudo episódico se presenta cuando una persona enfrenta situaciones complejas y recurrentes que superan sus capacidades de afrontamiento, generando sentimientos de impotencia, descontrol y agotamiento emocional. Se manifiesta en emociones inestables, sensaciones de insuficiencia y una acumulación progresiva de tensión, debido a la frecuencia con la que estos episodios se repiten en el tiempo.

Estrés Crónico. Pozos et al. (2024) definen el estrés crónico como una tensión prolongada y constante que impacta negativamente tanto el cuerpo como la mente. Surge cuando las preocupaciones o conflictos se extienden durante largos periodos y la persona percibe que carece de los recursos necesarios para enfrentarlos adecuadamente. Este tipo de estrés se manifiesta en síntomas físicos como hipertensión o sequedad bucal, y en síntomas emocionales como ansiedad, irritabilidad o insomnio. Su persistencia puede derivar en trastornos físicos y psicológicos, entre ellos el síndrome de intestino irritable, ya que el organismo permanece en un estado continuo de alerta y desgaste.

Eutrés y Distrés. Saavedra (2023) señala que el eutrés se considera una forma de estrés positivo, mientras que el estrés negativo se conoce como distrés, el cual se asocia con efectos fisiológicos y psicológicos perjudiciales. En otras palabras, el eutrés es un tipo de estrés beneficioso, ya que impulsa a la acción y al crecimiento personal, mientras que el distrés es un estrés dañino, con consecuencias negativas para la salud mental y física.

Estrés Académico. Según Barraza (2008, como se citó en Castro y Millán, 2024), el estrés académico es un proceso estructurado que integra tanto aspectos

funcionales como psicológicos. Este fenómeno puede manifestarse en tres escenarios principales:

1. En los entornos escolares a los que el estudiante se enfrenta diariamente.
2. Como consecuencia de factores estresantes que provocan un desajuste emocional y conductual, reflejado en diversos síntomas.
3. En la aparición de estrategias de afrontamiento que el estudiante desarrolla para fortalecer su resiliencia de manera integral.

Además, los estresores académicos, según el autor, pueden manifestarse a nivel físico, psicológico y conductual.

Por su parte, Pinto et al. (2022) afirman que el estrés académico es una condición propia del ámbito educativo que afecta tanto a docentes como a estudiantes. Surge como una respuesta de tensión ante las exigencias del aprendizaje, y se presenta a lo largo de toda la trayectoria educativa, desde los primeros años de escolaridad hasta la formación universitaria y de posgrado. Esta situación suele intensificarse cuando el estudio se realiza de forma individual, lo cual incrementa la presión y la carga emocional asociadas al proceso educativo.

Eustrés Académico. De acuerdo con Gong y Geertshuis (2023), el eustrés académico es un tipo de estrés que, en lugar de paralizar o agobiar, motiva a los estudiantes a dar lo mejor de sí mismos. Se presenta cuando los retos académicos no se perciben como obstáculos insuperables, sino como oportunidades de aprendizaje, desarrollo y superación personal y profesional.

A diferencia del distrés —que provoca frustración, agotamiento y ansiedad— el eustrés fomenta la motivación, mejora la concentración y proporciona la energía necesaria para enfrentar las tareas con perseverancia. Este tipo de estrés actúa como una

fuerza positiva, al favorecer el bienestar, fortalecer la resiliencia y potenciar el desempeño académico.

Signos y Síntomas del Estrés. Según Silva et al. (2024), el estrés es una alteración emocional frecuente en estudiantes universitarios, estrechamente relacionada con hábitos de salud poco favorables. Sus manifestaciones se pueden clasificar en tres niveles:

A Nivel Cognitivo. El estrés en estudiantes suele asociarse con la sobrecarga académica, la presión por destacar y las altas expectativas personales o externas. Se manifiesta a través de preocupación, miedo, inseguridad, pensamientos negativos, dificultades de atención y concentración, frustración, baja autoestima y sentimientos de inferioridad.

A Nivel Fisiológico. Los síntomas incluyen sudoración excesiva, tensión muscular, taquicardia, respiración agitada, malestares gástricos y ulcerosos, cefaleas, náuseas y vómitos.

A Nivel Social. El estrés puede provocar un deterioro en las relaciones interpersonales, expresado en conductas de evasión, consumo de alcohol o sustancias psicoactivas, manifestaciones de agresividad y patrones repetitivos de aislamiento, como evitar el contacto social o permanecer en casa.

Modelo Teórico Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico. Según Barraza Macías (2008), citado por Gil y Fernández (2021), el estrés académico es un proceso sistémico, de naturaleza adaptativa y predominantemente psicológica, que se origina en las exigencias del entorno educativo. Este fenómeno comprende tres elementos fundamentales: los estresores, demandas que superan la capacidad de respuesta del individuo; los síntomas, reacciones físicas, emocionales o cognitivas

producto del desequilibrio generado; y las estrategias de afrontamiento, mecanismos que la persona emplea para recuperar el equilibrio y gestionar la presión académica.

Asimismo, Barraza propone que este modelo sigue un proceso evolutivo secuencial que se manifiesta en tres fases clave:

Fase Inicial. El estudiante se enfrenta a diversas exigencias académicas que interpreta como estresores, según su experiencia y contexto personal.

Fase de Inestabilidad. Los estresores generan un desequilibrio en el sistema, expresado en síntomas físicos, emocionales y cognitivos.

Fase de Afrontamiento. El estudiante pone en práctica estrategias para restablecer el equilibrio y adaptarse a las demandas académicas.

Teoría Transaccional del Estrés de Lazarus y Folkman. De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), citados en Cunya y Reaño (2024), el factor cognitivo actúa como un mediador entre los estresores y las respuestas al estrés, ya que permite evaluar si las demandas del entorno son percibidas como amenazas o no. Este proceso de evaluación cognitiva también determina si es necesario recurrir a recursos internos o externos para afrontar dichas demandas de forma efectiva. Así, el estrés no depende únicamente de los estímulos externos, sino también de la interpretación personal del individuo y de su capacidad percibida de afrontamiento.

Impacto del Estrés Académico en la Salud Mental de los Estudiantes. Gaviria y Martínez (2022) sostienen que los niveles de estrés en estudiantes universitarios se originan por diversos factores, como los horarios exigentes, los exámenes, la incertidumbre laboral y la necesidad de contribuir económicamente a sus estudios. Además, influyen elementos como el entorno familiar, las relaciones interpersonales y el contexto social.

El estrés académico sostenido puede derivar en afectaciones fisiológicas y psicológicas que comprometen la salud mental de los estudiantes. Estos altos niveles de estrés no solo perjudican su bienestar general, sino que también interfieren con su desempeño académico, generando un círculo vicioso que amplifica sus efectos negativos en la salud.

Consecuencias Psicológicas del Estrés Académico. Según Blandón et al. (2021), el estrés académico puede ocasionar un deterioro de la salud mental, afectando significativamente tanto el rendimiento académico como el comportamiento de los estudiantes. Esta sintomatología se entiende como una respuesta del organismo a estímulos estresantes del entorno académico, los cuales, al ser persistentes, impactan de forma negativa tanto en la salud psicológica como física.

Los autores advierten que los estudiantes son especialmente vulnerables, y que el estrés puede manifestarse de diversas formas. Entre las más frecuentes se encuentran los cambios en el comportamiento, como un aumento de la irritabilidad y la ansiedad, que pueden facilitar la aparición de otras enfermedades, tales como complicaciones cardíacas, hipertensión, problemas respiratorios, entre otros.

Además, los efectos del estrés pueden acumularse con el tiempo, lo que podría derivar en un estrés crónico. Este estado puede afectar el sistema inmunológico, aumentando la propensión a enfermedades, y puede manifestarse también en alteraciones psicológicas como ansiedad, cambios de ánimo repentinos, dificultades en la interacción social, así como en conductas perjudiciales como el consumo de sustancias, trastornos del sueño y de la alimentación, menor capacidad de concentración y mayor sensibilidad frente a factores externos.

Estrategias de Manejo del Estrés en los Estudiantes. En un estudio realizado por Correa et al. (2022), se evidenció que los estudiantes tienden a emplear estrategias

de afrontamiento activo emocional, las cuales implican la adopción de medidas proactivas para modificar las situaciones estresantes o reducir su impacto.

Asimismo, se observó que algunos estudiantes optan por un afrontamiento centrado en el problema, abordando directamente las necesidades internas o los factores ambientales que generan estrés, con el fin de mejorar la relación entre la persona y su entorno.

Por otro lado, otro grupo recurre al afrontamiento emocional por evitación, que consiste en evadir el evento estresante mediante mecanismos como enfocar la atención en otras actividades o involucrarse en comportamientos distractores. Esta estrategia busca eludir el pensamiento o la emoción asociada al estrés, en lugar de enfrentarlo de manera directa.

2.2.2 Ideación Suicida

Según Baños (2022), la ideación suicida se refiere a los pensamientos relacionados con la propia muerte, los cuales pueden manifestarse de dos formas principales: pasiva y activa. La ideación pasiva implica el deseo de morir sin un plan definido ni una intención explícita de llevarlo a cabo, reflejándose en ideas como “quisiera no despertar” o “preferiría morir accidentalmente”. En cambio, la ideación activa se caracteriza por pensamientos específicos que incluyen planes y métodos para ejecutar el suicidio.

Ambas formas representan un fenómeno clínicamente relevante que pone en riesgo la vida de quien lo experimenta y requieren una evaluación profesional cuidadosa. Aunque la ideación pasiva pueda parecer menos grave por la ausencia de un plan concreto, es crucial identificarla de manera oportuna, ya que puede evolucionar rápidamente hacia una forma activa.

Autolesión No Suicida. Como afirman Alberdi et al. (2022), la autolesión no suicida (ANS) se define como un comportamiento intencional y auto infligido que no tiene como objetivo provocar la muerte. Este tipo de conducta presenta una gran relevancia clínica y social, y se distingue claramente del suicidio y de los trastornos psiquiátricos comúnmente asociados a él.

La ANS puede ser considerada un síntoma temprano del trastorno límite de la personalidad y del comportamiento suicida, manifestándose en diversas formas de daño autoinfligido. Desde una perspectiva clínica, se asocia con patrones cognitivos y parámetros conductuales específicos, lo que hace fundamental su identificación y tratamiento oportuno.

Teoría de la Ideación Suicida según Beck. La teoría cognitiva de Beck sostiene que las personas forman esquemas mentales a partir de sus experiencias de vida. Cuando estos esquemas están distorsionados, pueden dar lugar a pensamientos negativos y disfuncionales que conducen a estados depresivos. Esta percepción alterada de la realidad puede generar sentimientos de desesperanza, lo que, a su vez, aumenta la probabilidad de que surjan ideas suicidas (Barzola, 2024).

Teoría Psicológica Interpersonal del Suicidio. Según Trejo et al. (2023), la Teoría Psicológica Interpersonal del Suicidio (TPIS) propone que el paso de la ideación suicida a la conducta suicida es fundamental para comprender y prevenir el suicidio. Este paso puede estar influenciado por factores psicológicos, sociales y biológicos, entre los cuales destaca la impulsividad.

Las personas impulsivas suelen actuar sin considerar adecuadamente las consecuencias a largo plazo, lo que las vuelve más propensas a tomar decisiones que ponen en riesgo su vida. Además, esta impulsividad puede generar una mayor tolerancia al dolor, lo que facilita la transición hacia actos suicidas más letales con el tiempo.

Cuando el individuo se siente abrumado por el sufrimiento, puede percibir el suicidio como una vía de escape, incrementando así su vulnerabilidad.

Factores de Riesgo Asociados a la Ideación Suicida. Según Pastor San Miguel (2023), los principales factores de riesgo que pueden desencadenar la ideación suicida incluyen eventos estresantes o traumáticos, como la pérdida de un ser querido, el abuso sexual, la disolución familiar, el bajo rendimiento académico o el acoso escolar. Estas experiencias suelen generar emociones intensas como desesperanza, impotencia y la sensación de pérdida de control sobre la vida.

El entorno familiar también cumple un papel crucial. La presencia de conflictos constantes, maltrato físico o psicológico, falta de apoyo emocional o antecedentes de suicidio dentro del núcleo familiar aumentan significativamente el riesgo de desarrollar pensamientos suicidas.

Signos de Alerta de la Ideación Suicida. De acuerdo con Mellado (2022), existen diversos indicadores psicológicos que pueden advertir sobre la presencia de ideación suicida. Entre los signos más relevantes se encuentran: Cambios marcados en el comportamiento, como el aislamiento social, la pérdida de interés en actividades habituales y la disminución del rendimiento académico; expresiones verbales de desesperanza, pensamientos recurrentes sobre la muerte y verbalizaciones de inutilidad; conductas impulsivas o de riesgo, que pueden interpretarse como manifestaciones tempranas de intención suicida; y la identificación temprana de estos signos es esencial para implementar estrategias de intervención y prevención eficaces.

2.3 Definición de Términos Básicos

Estrés

Según Valdéz et al. (2022), el estrés se define como cualquier circunstancia que activa el estado de alerta del organismo. Se manifiesta como una sensación subjetiva

de malestar, acompañada de alteraciones emocionales que pueden afectar la vida social del individuo. Generalmente, surge durante el proceso de adaptación a un cambio importante o frente a un evento significativo que demanda un alto nivel de respuesta emocional.

Estrés Académico

De acuerdo con Barraza (2008), citado en Castro y Millán (2024), el estrés académico es un fenómeno sistémico que se desencadena frente a diversos factores estresantes como exámenes, trabajo en equipo y plazos de entrega. Es el propio estudiante quien evalúa la situación y decide cómo afrontarla. No obstante, cuando las demandas académicas superan los recursos personales, pueden generarse desequilibrios físicos, mentales y conductuales que afectan el bienestar del estudiante. Por ello, resulta fundamental que los estudiantes desarrollen estrategias de afrontamiento para fortalecer su resiliencia, lo que les permitirá afrontar con éxito sus responsabilidades académicas.

Ideación

Según la Real Academia Española (2024), la ideación es el proceso de generación de ideas. El término proviene del verbo idear, que implica formar o concebir ideas en la mente.

Ideación Suicida

Baños (2022) define la ideación suicida como la presencia de pensamientos que llevan al individuo a cuestionar el sentido de su existencia. Esta puede manifestarse como:

- Ideación suicida pasiva, cuando no hay un plan definido, pero existe el deseo de morir.
- Ideación suicida activa, cuando los pensamientos se intensifican e incluyen una planificación concreta del acto suicida.

Ante la presencia de estas ideas, resulta fundamental fomentar la comunicación con personas de confianza o con profesionales de la salud mental, ya que, aunque inicialmente puedan parecer inofensivas, pueden derivar en consecuencias graves si no se atienden adecuadamente.

Suicidio

Según Campillo y Fajardo (2021), el suicidio se define como la muerte resultante de una acción autolesiva provocada intencionalmente por la propia persona, con el objetivo de poner fin a su vida.

Juventud

De acuerdo con Yup y Álvarez (2021), la juventud se concibe como una construcción social y cultural, cuya definición varía según el contexto histórico y las relaciones de poder. Las experiencias juveniles no son homogéneas; dependen de factores como el origen social, el entorno familiar y las diferencias entre zonas urbanas y rurales, lo que da lugar a diversas formas de vivir y entender esta etapa de la vida.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Método de la Investigación

El método de esta investigación es hipotético-deductivo, ya que se fundamenta en un marco teórico o conceptual preexistente, y se centra en verificar la relación entre las variables de estudio en una muestra específica. Así, se evaluará la relación entre ambas variables mediante la recopilación de datos (Sánchez et al., 2018).

3.2. Enfoque de la Investigación

El enfoque planteado es cuantitativo debido a que se centra en la medición y análisis de datos de manera numérica, además se utilizan métodos estadísticos para analizar la relación entre la variable independiente y la variable dependiente (Hernández y Mendoza, 2018).

3.3. Tipo de Investigación

El tipo de investigación es básica, en vista de que se enfoca en describir y comprender la relación entre las variables de estudio, sin necesariamente aplicar los resultados a una situación práctica específica (Hernández y Mendoza, 2018).

3.4. Nivel de la Investigación

El nivel de la investigación es descriptivo-correlacional. Es descriptivo porque se enfoca en recolectar y analizar información detallada sobre las variables estudiadas, y correlacional porque busca identificar la relación existente entre dichas variables (Hernández y Mendoza, 2018).

3.5. Diseño de la Investigación

El diseño de dicha investigación es transversal y no experimental, lo que significa que la recopilación de datos se realizará en un solo momento y sin intervenir o manipular las variables de estudio (Hernández y Mendoza, 2018).

3.6 Población y Muestra

Población

La población de estudio está conformada por 5,240 estudiantes que cursan el segundo período académico del año 2024 en la Universidad Continental – Sede Arequipa. A partir de esta población, se determinó una muestra representativa, seleccionada proporcionalmente, para llevar a cabo la presente investigación.

Muestra

Para calcular el tamaño adecuado de la muestra, se utilizó la fórmula correspondiente a poblaciones finitas, considerando un nivel de confianza del 95% ($Z = 1.96$) y un margen de error del 5%. Como resultado, se obtuvo un tamaño muestral de 374 estudiantes, lo cual garantiza una base estadística sólida para el desarrollo del estudio y asegura la representatividad de los hallazgos (Hernández y Mendoza, 2018).

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot q}{e^2 \cdot (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{5240 \cdot (1.96)^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5}{(0.05)^2 \cdot (5240 - 1) + (1.96)^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5}$$

$$n = 374$$

Donde:

N= tamaño de la población (5240)

n= Tamaño de la muestra representativa que deseamos obtener (374)

Z= Valor Z curva normal (1.96)

p= Probabilidad de éxito (0.5)

q= El porcentaje de la población que no cuenta con los atributos deseados (-1p)

e= margen de error (5%)

Muestreo

Se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia, dado que los participantes fueron seleccionados en función de su accesibilidad y disponibilidad, en lugar de ser elegidos aleatoriamente. Esta técnica permitió conformar una muestra práctica y manejable, adecuada para los fines de la presente investigación (Hernández y Mendoza, 2018).

3.7 Criterios de Inclusión y Exclusión

Criterios de Inclusión

- Estudiantes universitarios que pertenezcan a la Universidad Continental – Sede Arequipa.
- Estudiantes matriculados en el segundo período académico del año 2024.
- Estudiantes de cualquier carrera profesional ofrecida por la universidad.
- Estudiantes que hayan otorgado su consentimiento informado para participar en la aplicación de pruebas psicométricas.
- Estudiantes cuya edad se encuentre en el rango de 18 a 25 años.
- Estudiantes que completen en su totalidad las pruebas psicométricas aplicadas.

Criterios de Exclusión

- Estudiantes que no pertenezcan a la Universidad Continental – Sede Arequipa.
- Estudiantes que no estén matriculados en el segundo período académico del año 2024.
- Estudiantes que no otorguen su consentimiento informado para participar en la investigación.
- Estudiantes cuya edad sea menor de 18 años o mayor de 25 años.
- Estudiantes que no completen las pruebas psicométricas.

- Estudiantes que se encuentren recibiendo tratamiento psicológico o psiquiátrico durante el periodo de aplicación.

3.8 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Para esta investigación, se emplearon dos instrumentos psicométricos validados en el contexto peruano: el *Inventario de Estrés Académico SISCO SV-21* y la *Escala de Ideación Suicida de Beck*. Ambos permiten obtener una visión integral sobre cómo los estudiantes experimentan y manejan el estrés académico, así como evaluar la presencia e intensidad de ideación suicida.

Inventario de Estrés Académico SISCO SV-21

Se utilizó la adaptación peruana del instrumento desarrollado por Cotrado (2020) en la Universidad Peruana Unión, basada en la segunda versión del inventario original creado por Barraza (2018) en México. Esta versión fue adaptada específicamente al contexto peruano, lo que garantiza su validez y pertinencia cultural para esta investigación.

Validez. Según Cotrado (2020), el instrumento presenta una validez adecuada en cada una de sus dimensiones. Los coeficientes obtenidos fueron los siguientes: En la dimensión estresores, 0.971; en la dimensión síntomas, 0.900, y en la dimensión estrategias de afrontamiento, 0.893. La validez total del instrumento fue de 0.921, lo que indica que el instrumento cuenta con una estructura válida y coherente para la evaluación del estrés académico.

Confiabilidad. En cuanto a la confiabilidad, Cotrado (2020) reportó un coeficiente alfa de Cronbach de 0.910, lo cual indica un alto nivel de consistencia interna, adecuado para la investigación.

Escala de Ideación Suicida de Beck

La *Escala de Ideación Suicida* fue originalmente elaborada por Beck (1970). Puede ser administrada de forma individual o colectiva, y su aplicación tiene una duración aproximada de 10 a 15 minutos. El instrumento está diseñado para su uso con jóvenes y adultos, y consta de 21 ítems.

Cada ítem se califica con una puntuación de 0 a 2. La puntuación total se obtiene sumando los valores de los primeros 19 ítems, mientras que los ítems 20 y 21 se utilizan únicamente con fines descriptivos y no se incluyen en el puntaje total. Esta estructura permite una evaluación precisa y eficiente de la ideación suicida. Para esta investigación, se empleará la adaptación peruana realizada por Salverredy (2021) en la Universidad Autónoma del Perú.

Validez. Salverredy (2021) reportó índices satisfactorios de validez de contenido, con correlaciones que oscilaron entre 0.369 y 0.653. En cuanto a la validez de constructo, se identificaron cuatro factores consistentes con la estructura original propuesta por los autores del instrumento. Esto confirma que el cuestionario evalúa adecuadamente los constructos teóricos relacionados con la ideación suicida.

Confiabilidad. En relación con la confiabilidad, Salverredy (2021) informó un coeficiente alfa de Cronbach de 0.831, considerado muy alto. Asimismo, se reportó una confiabilidad de estabilidad temporal de 0.788, lo que respalda su consistencia y fiabilidad a lo largo del tiempo.

3.9 Procedimiento de Recolección de Datos

Se obtuvo la autorización de una universidad de Arequipa para llevar a cabo la investigación, previa coordinación con el director de la Escuela Académico Profesional de Psicología, quien facilitó el acceso a las aulas y autorizó la invitación a los estudiantes para participar en el estudio.

A los participantes se les proporcionó un código QR que les permitió acceder a un formulario en Google Forms, donde completaron el cuestionario de forma autónoma, sin intervención directa de terceros. El consentimiento informado fue un requisito previo para continuar con la participación y se incluyó en la primera sección del formulario digital.

Durante el proceso se respetaron los principios éticos fundamentales, tales como la confidencialidad, el anonimato y la protección de datos personales, garantizando la integridad de la información y la privacidad de los participantes. Asimismo, se aseguró que cada estudiante estuviera plenamente informado y otorgara su consentimiento de forma libre y voluntaria.

La técnica de autoadministración digital permitió una recolección de datos eficiente y respetuosa con los derechos de los participantes (Hernández y Mendoza, 2018).

3.10. Técnica de análisis de datos

Una vez recopilados los datos, estos fueron procesados mediante el software estadístico SPSS versión 22.0. Para el análisis inferencial se empleó el coeficiente de correlación de Pearson, con el objetivo de determinar el grado de relación entre las variables estudiadas.

Posteriormente, se organizaron y analizaron los datos estadísticos, elaborando tablas con sus respectivas interpretaciones, a fin de presentar los resultados de forma clara y comprensible (Hernández y Mendoza, 2018).

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1 Variables Sociodemográficas de la Muestra

Tabla 3

Características de la Muestra

Variables	N	%
<i>Sexo</i>		
Masculino	143	38.2
Femenino	231	61.8
<i>Edad</i>		
M	21.1	
DE	2.5	
Mdn	21	
Mín	18	
Máx	25	
<i>Facultades</i>		
Humanidades	175	46.79
Ingeniería	111	29.68
Ciencias de la empresa	43	11.5
Salud	25	6.68
Derecho	20	5.35

Nota. M: Media; DE: Desviación típica; Mdn: Mediana; Min: edad mínima; Max: edad máxima; n: frecuencia. La muestra tiene un número total de 374 universitarios.

Según lo expuesto en la Tabla 3, la muestra estuvo compuesta por un 38.2% de hombres y un 61.8% de mujeres, lo que evidencia una mayor participación femenina en el estudio. La edad promedio de los participantes fue de 21.1 años, con una desviación estándar de 2.5 años, lo que indica que la mayoría de los estudiantes tienen alrededor de 21 años, con una variabilidad relativamente baja. La mediana fue de 21 años, lo que implica que la mitad de los estudiantes tienen 21 años o menos, y la otra mitad entre 21 y 25 años.

Respecto a las facultades de procedencia, los participantes se distribuyeron de la siguiente manera: 46.79% pertenecen a Humanidades, 29.68% a Ingeniería, 11.50% a Ciencias de la Empresa, 6.68% a Salud y 5.35% a Derecho.

4.2 Estadística Inferencial para la Prueba de Hipótesis

Tabla 4

Prueba de Normalidad

Variables	Mín	Máx	M	DE	g₁	g₂
1. Estrés Académico	1	76	51	12	-1	1
2. Estresores	0	35	19	6.1	-1	1
3. Síntomas	0	35	18	7	-0	0
4. Estrategias	0	35	22	6.3	-1	1.2
5. Ideación suicida	0	29	8.7	6.6	0.8	0.2
6. Motivación	0	15	4.8	3.8	0.7	-0
7. Preparación	0	15	3.9	3.4	0.7	0.1

Nota. Mín: mínimo valor que toma las variables; Máx máximo valor. M: media; DE: desviación estándar; g₁: asimetría; g₂: curtosis.

En la Tabla 4 se presentan los estadísticos descriptivos de las dos variables y sus dimensiones. Para evaluar la distribución de los datos, se examinaron los valores de asimetría y curtosis, encontrándose que ninguna de las variables supera los valores de ± 1.5 en asimetría ni ± 3 en curtosis, lo que indica una aproximación a la distribución normal (Curran et al., 1996; Keith, 2019). Asimismo, en atención al teorema central del límite, el tamaño muestral supera los 100 participantes, lo cual respalda la suposición de normalidad (Bologna, 2013). En consecuencia, se aplicó la prueba paramétrica *r* de Pearson para analizar la relación entre las variables.

4.3 Resultados de los Objetivos de Investigación

Tabla 5

Correlación entre el Estrés Académico e Ideación Suicida según sus Dimensiones

Variables	M		DE	1	2	3
1. Estrés Académico	51		12	--		
2. Ideación suicida	8.7		6.6	.309**	--	
3. Motivación	4.8		3.8	.342**	.936**	--
4. Preparación	3.9		3.4	.225**	.920**	.722**
5. Ideación suicida	0	29	8.7	6.6	0.8	0.2
6. Motivación	0	15	4.8	3.8	0.7	-0.2
7. Preparación	0	15	3.9	3.4	0.7	0.1

Nota. M: media; DE: desviación estándar; la muestra conformada por 374 universitarios

** p < 0.01

* p < 0.05

De los resultados presentados en la Tabla 5, donde se utilizó la prueba r de Pearson con un nivel crítico del 5%, se puede afirmar que el análisis reveló correlaciones directas y significativas ($p < .01$) entre ambas variables, así como entre sus respectivas dimensiones (motivación y preparación), siendo la relación más fuerte con la motivación hacia el suicidio. Aunque la intensidad de estas correlaciones es moderada a baja, los hallazgos sugieren que el estrés académico constituye un factor relevante que contribuye al riesgo de ideación suicida, particularmente en los aspectos de motivación y preparación para un posible acto suicida. Estos resultados respaldan la hipótesis de investigación, al confirmar la existencia de una relación directa entre el estrés académico y la ideación suicida.

Tabla 6*Nivel del Estrés Académico y sus Dimensiones*

Variables	Niveles	N	%
Estrés Académico	Bajo	126	33.7
	Medio	135	36.1
	Alto	113	30.2
		N	%
Estresores	Bajo	147	39.3
	Medio	113	30.2
	Alto	114	30.5
		N	%
Síntomas	Bajo	131	35
	Medio	123	32.9
	Alto	120	32.1
		N	%
Estrategias de afrontamiento	Bajo	127	34
	Medio	134	35.8
	Alto	113	30.2

Nota. n: número de casos o frecuencia; la muestra compuesta por 374 universitarios.

En la Tabla 6, se observa que más de la mitad de los estudiantes se encuentran en niveles medio (36.1%) o alto (30.2%) de estrés académico, lo que indica una presencia significativa de estrés en esta población. La distribución de estresores es relativamente equilibrada, con una ligera mayoría reportando niveles bajos (39.3%), lo cual sugiere que no todos los estudiantes perciben los factores estresantes de la misma manera; sin embargo, un 30.5% sí manifiesta niveles altos de estresores. En cuanto a los síntomas, la distribución es uniforme, lo que indica que su presencia se manifiesta en diversos niveles dentro de la muestra. Finalmente, la mayoría de los estudiantes se ubica en niveles bajo o medio respecto a las estrategias de afrontamiento, lo que podría reflejar una limitada capacidad para gestionar adecuadamente el estrés académico.

Tabla 7*Nivel de Ideación Suicida y sus Dimensiones*

Variables	Niveles	N	%
Ideación suicida	Bajo	288	77
	Medio	45	12
	Alto	41	11
		N	%
Motivación	Bajo	230	61.5
	Medio	81	21.7
	Alto	63	16.8
		N	%
Preparación	Bajo	225	60.2
	Medio	115	30.7
	Alto	34	9.1

Nota. n: número de casos o frecuencia; la muestra compuesta por 374 universitarios.

En la Tabla 7, se observa que la mayoría de los estudiantes universitarios presentaron niveles bajos de ideación suicida, así como de motivación y preparación para el suicidio, lo cual constituye un hallazgo positivo. No obstante, se identificó que un 23% de los estudiantes (12% con niveles medios y 11% con niveles altos) manifestaron niveles preocupantes de ideación suicida. Asimismo, un 38.5% presentó niveles medios o altos de motivación hacia el suicidio, y un 39.8% mostró niveles similares en preparación para un acto suicida. Estos resultados indican que una proporción significativa de la muestra se encuentra en riesgo, por lo que se recomienda la implementación de estrategias de intervención psicológica y programas de prevención enfocados en el bienestar emocional de los estudiantes.

Tabla 8

Correlación entre la Dimensión de Estresores del Estrés Académico con las Dimensiones de la Ideación Suicida

Variables	M	DE	1	2	3	4
1. Estresores	19.4	6.1	--			
2. Ideación suicida	8.7	6.6	.185**	--		
3. Motivación	4.8	3.8	.175**	.936**	--	
4. Preparación	3.9	3.4	.169**	.920**	.722**	--

Nota. M: media; DE: desviación estándar; la muestra conformada por 374 universitarios

** $p < 0.01$; * $p < 0.05$

En la Tabla 8 se presentan los resultados de la prueba r de Pearson para analizar la relación entre las variables del estudio, considerando un nivel de significancia del 5% ($p = .05$). La correlación entre estresores e ideación suicida fue positiva, significativa y de magnitud baja ($r = .185$; $p < .01$), lo cual indica que, a medida que aumentan los estresores, también tiende a incrementarse la ideación suicida (Cohen, 1992).

Asimismo, se encontró una correlación positiva y significativa, aunque también de baja intensidad, entre estresores y motivación hacia el suicidio ($r = .175$; $p < .01$), lo que sugiere que un mayor nivel de estresores se asocia con un aumento en la motivación suicida.

Por último, la relación entre estresores y preparación para el suicidio ($r = .169$; $p < .01$) también fue positiva, significativa y de baja magnitud, lo que implica que, conforme se incrementan los estresores, también lo hace la preparación o planeación relacionada con el suicidio.

Tabla 9

Correlación entre la Dimensión de Síntomas del Estrés Académico con las Dimensiones de la Ideación Suicida

Variables	M	DE	1	2	3	4
1. Síntomas de estrés	18.1	7.1	--			
2. Ideación suicida	8.7	6.6	.374**	--		
3. Motivación	4.8	3.8	.403**	.936**	--	
4. Preparación	3.9	3.4	.284**	.920**	.722**	--

Nota. M: media; DE: desviación estándar; la muestra conformada por 374 universitarios

** $p < 0.01$; * $p < 0.05$

En la Tabla 9 se presentan los resultados de la prueba r de Pearson, considerando un nivel de significancia del 5% ($p = .05$). Se observa que los síntomas de estrés y la ideación suicida presentan una correlación positiva de intensidad moderada ($r = .374$; $p < .01$), lo que indica que un incremento en los síntomas de estrés se asocia con un aumento en los pensamientos suicidas, evidenciando una relación significativa entre ambas variables.

En cuanto a los síntomas de estrés y la motivación suicida, la correlación también es positiva y de intensidad moderada ($r = .403$; $p < .01$), lo que sugiere que a mayor presencia de síntomas de estrés, mayor es la motivación hacia la ideación suicida.

Finalmente, la correlación entre los síntomas de estrés y la preparación para el suicidio fue positiva y de baja intensidad, aunque estadísticamente significativa ($r = .284$; $p < .01$). Esto indica que, aunque en menor grado, el aumento de síntomas de estrés también se relaciona con una mayor preparación o planificación de un acto suicida.

Tabla 10

Correlación entre la Dimensión de Estrategias de Afrontamiento del Estrés

Académico con las Dimensiones de la Ideación Suicida

Variables	M	DE	1	2	3	4
1. Estrategias de afrontamiento	21.9	6.3	--			
2. Ideación suicida	8.7	6.6	0.029	--		
3. Motivación	4.8	3.8	-0.008	.936**	--	
4. Preparación	3.9	3.4	0.067	.920**	.722**	--

Nota. M: media; DE: desviación estándar; la muestra conformada por 374 universitarios

** $p < 0.01$; * $p < 0.05$

En la Tabla 10 se presentan los resultados de la prueba de correlación r de Pearson, considerando un nivel de significancia del 5% ($p = .05$). Los hallazgos indican que, al analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la ideación suicida, así como sus respectivas dimensiones, no se encontraron correlaciones significativas ($p > .05$). Esto sugiere que, en esta muestra de estudiantes universitarios, el uso de estrategias de afrontamiento no está asociado con la presencia de pensamientos suicidas, la motivación hacia el suicidio ni con la preparación para llevarlo a cabo.

DISCUSIÓN

En esta investigación participaron 374 estudiantes universitarios, cuyas edades oscilaban entre los 18 y 25 años, pertenecientes a una universidad de Arequipa. El propósito principal fue identificar la relación entre el estrés académico y la ideación suicida, considerando sus respectivas dimensiones. Los resultados evidenciaron una correlación directa y significativa ($p < .01$) entre ambas variables, siendo más fuerte la relación con la dimensión de motivación hacia el suicidio. Además, se encontró que más de la mitad de los estudiantes presentaban niveles medio o alto de estrés académico (36.1% y 30.2% respectivamente), lo que refleja una presencia considerable de estrés en esta población universitaria.

En relación con la ideación suicida, si bien la mayoría de los estudiantes presentó niveles bajos, esto no debe considerarse necesariamente como un indicador favorable, ya que incluso la presencia leve de ideación suicida representa un riesgo relevante que no debe ser ignorado. Además, se identificó que el 23% de los participantes mostró niveles medios o altos de ideación suicida, el 38.5% niveles similares en la motivación hacia el suicidio y el 39.8% en la preparación para llevarlo a cabo, lo cual evidencia que una parte considerable de la muestra se encuentra en situación de riesgo, requiriendo atención psicológica e intervenciones específicas. Por otro lado, se halló una relación significativa entre la dimensión de estresores del estrés académico y la ideación suicida, así como con sus dimensiones, al igual que entre la dimensión de síntomas del estrés académico y la ideación suicida.

Los resultados obtenidos en el presente estudio se alinean con hallazgos previos que evidencian la alta prevalencia de malestar psicológico en estudiantes universitarios. Por ejemplo, Obando y Solís (2022) reportaron que más del 60% de los participantes experimentaron sintomatología relacionada con la depresión y el estrés, condiciones

que incrementan significativamente el riesgo de desarrollar ideación suicida. Mientras que en la investigación realizada se muestra que la ideación suicida se ve incrementada por la motivación y preparación.

En cambio, Palate y Vásquez de la Bandera (2023) confirmaron que el estrés percibido es un factor de riesgo significativo para la conducta suicida, ya que encontraron que el 28.3% de su muestra tenía un alto riesgo suicida. Esto se alinea con los hallazgos de Crespo y Vásquez (2022) y Redhead (2022), quienes también detectaron una correlación positiva entre estrés y riesgo suicida en universitarios puesto que, a mayor nivel de estrés derivado de las exigencias académicas, mayor es la frecuencia con la que se presentan pensamientos relacionados con el suicidio. Estos resultados refuerzan la idea de que la presión académica no solo afecta el rendimiento estudiantil, sino que también incide de manera profunda en el bienestar emocional y psicológico de los estudiantes. En el análisis de nuestros datos, se observó que aquellos participantes que reportaron niveles elevados de estrés académico también presentaban puntuaciones más altas en indicadores de ideación suicida.

Por otro lado, no se encontró una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la ideación suicida, lo que sugiere que esta dimensión no está asociada con dicha variable. Esto se alinea al estudio de Toro y Barreno (2024) puesto que, en su investigación con estudiantes universitarios en Ecuador, también identificaron una correlación débil e insignificante entre ambas variables. Este resultado sugiere que los mecanismos de afrontamiento, por sí solos, no explican de manera directa la presencia de pensamientos suicidas, lo cual invita a replantear la idea de que estas estrategias tienen un rol predictivo universal. Es posible que factores como la calidad del apoyo social, el tipo de estresores enfrentados, el nivel de resiliencia, o incluso el estado de

salud mental previo de los individuos, influyan como mediadores o moderadores en esta relación.

Asimismo, al contrastar estos resultados con los de Mamani (2022), quien investigó a internos de medicina y halló una asociación directa, aunque débil entre el estrés académico y la ideación suicida con un 89.8% de participantes reportando niveles bajos de dicha ideación se observa una diferencia notable. Esta discrepancia podría explicarse por factores moduladores como el grado de formación académica, el desarrollo de habilidades de afrontamiento más eficaces o la presencia de redes de apoyo familiar y profesional.

No obstante, investigaciones como las de Zahrae (2020) y Landeo (2022) plantean que existen elementos que podrían mitigar el impacto de dicha relación. Entre estos factores protectores se destacan el uso de estrategias efectivas para enfrentar situaciones estresantes, el entorno sociocultural en el que se desenvuelve el individuo y el nivel de apoyo que recibe de su red social, ya que estos pueden favorecer una mejor adaptación emocional y reducir la vulnerabilidad frente a los efectos negativos del estrés.

Estas diferencias deben tenerse en cuenta en futuras investigaciones, pueden ser consideradas como variables moderadoras, al género, el ciclo académico, el nivel socioeconómico e incluso se puede considerar a los antecedentes de salud mental, tal como lo señalan Ato et al. (2013) en su propuesta metodológica para estudios correlacionales complejos.

Por último, entre las fortalezas más destacables de esta investigación se encuentra la utilización de instrumentos debidamente validados y con alta confiabilidad para evaluar tanto el estrés académico como la ideación suicida, lo que aseguró la calidad y precisión de los datos obtenidos. Asimismo, la muestra estuvo compuesta por

estudiantes universitarios de diversas carreras y semestres, lo que le otorgó representatividad. En cuanto al análisis estadístico, fue realizado mediante pruebas apropiadas, lo que permitió identificar con solidez la relación entre las variables analizadas. Sin embargo, una de las debilidades del estudio fue que, en algunos casos, la aplicación de los instrumentos se realizó de manera individualizada, lo que ralentizó significativamente el proceso de ejecución y aumentó el tiempo y los recursos necesarios para la recopilación de datos.

CONCLUSIONES

Primera

Existe una correlación directa y significativa ($p < .01$) entre las variables "Estrés académico e ideación suicida y sus respectivas dimensiones (motivación y preparación), siendo más fuerte con la motivación hacia el suicidio, dichas relaciones tienen intensidad entre moderadas y baja. Lo que indica que el estrés académico es un factor importante que contribuye al riesgo de ideación suicida, motivación para el suicidio y preparación para un acto suicida.

Segunda

Los niveles de estrés académico en los estudiantes se encuentran en nivel medio o alto (36.1% y 30.2% respectivamente), lo que indica que la presencia de estrés es significativa en esta población. La distribución de estresores es relativamente balanceada, con una ligera mayoría reportando bajos niveles de estresores (39.3%), lo que podría indicar que no todos los estudiantes perciben factores de estrés, no obstante, existen estudiantes que perciben en niveles altos a los estresores (30.5%). Respecto a los síntomas, la distribución es uniforme lo que indica que la presencia de síntomas relacionados con el estrés académico está presente en diferentes niveles en la muestra.

Tercera

En cuanto a los niveles de ideación suicida en los estudiantes, la mayoría mostró niveles bajos tanto en ideación, preparación como en motivación. Sin embargo, se identificó que el 23% presentó niveles medios o altos de ideación suicida (12% con nivel medio y 11% con nivel alto), mientras que el 38.5% evidenció niveles medios o altos de motivación hacia el suicidio, y el 39.8% presentó niveles similares en cuanto a la preparación para llevarlo a cabo.

Cuarta

Las variables, estresores e ideación suicida ($r = .185$ con $p < .01$) se correlacionan de manera positiva y significativa de magnitud baja (Cohen, 1992). Esto indica que a medida que aumentan los estresores, la ideación suicida también tiende a aumentar. En cuanto a la relación entre estresores y motivación ($r = .175$ con $p < .01$) se correlacionan en un sentido positivo con intensidad baja pero significativa. Respecto a los estresores y preparación ($r = .169$ con $p < .01$) tienen una correlación, pero con intensidad baja, esto implica que, a mayor presencia de estresores, mayor es la preparación o planeación relacionada con el suicidio.

Quinta

Los resultados indican una correlación significativa entre los síntomas del estrés e ideación suicida ($r = .374$ con $p < .01$), que indica una relación moderada, a mayor estrés, mayor ideación suicida. En cuanto a los síntomas del estrés y motivación ($r = .403$ con $p < .01$), indica una relación moderada, que sugiere a mayor síntomas de estrés aumenta la motivación para considerar pensamientos suicidas. Respecto a los síntomas de estrés y preparación ($r = .284$ con $p < .01$) tiene una correlación positiva con intensidad baja pero significativa.

Sexta

La ausencia de relación significativa entre estrategias de afrontamiento e ideación suicida ($p > .05$). Lo que indica que el nivel de uso de estrategias de afrontamiento no está asociado con la presencia de pensamientos suicidas, motivación o preparación para el suicidio.

RECOMENDACIONES

Primera

Diseñar e implementar estrategias preventivo-promocionales dentro de la universidad objeto de estudio, orientadas a reducir los niveles de estrés académico en los estudiantes, con el fin de prevenir la aparición de ideación suicida asociada a niveles elevados de estrés. Es fundamental que dichas estrategias se adapten a las características y necesidades específicas de la población estudiada, a fin de abordar de manera más eficaz la relación entre el estrés académico y la ideación suicida.

Segunda

Se recomienda la implementación de charlas y talleres que brinden herramientas prácticas para una adecuada gestión del estrés. Estas actividades permitirán a los estudiantes afrontar de manera más efectiva los desafíos inherentes a la vida universitaria.

Tercera

Continuar fortaleciendo los programas de intervención terapéutica dirigidos a personas que presentan síntomas de depresión e ideación suicida en la población universitaria arequipeña, con el objetivo de brindar apoyo psicológico oportuno y especializado.

Cuarta

Realizar investigaciones que analicen la influencia de otros factores que podrían contribuir a la ideación suicida, considerando que, según los hallazgos del presente estudio, existe una relación entre el estrés académico y dicha ideación. Incluir otras variables permitiría obtener una visión más integral de la problemática que afecta a los estudiantes universitarios.

Quinta

Incluir dentro de las intervenciones estrategias específicas para el manejo de los síntomas del estrés, como la enseñanza de técnicas de relajación. Asimismo, se sugiere desarrollar investigaciones de tipo experimental que permitan evaluar el impacto de programas diseñados exclusivamente para esta población, con el fin de medir los cambios antes y después de su implementación. Esto contribuiría a validar la efectividad de las intervenciones en estudiantes en situación de riesgo.

Sexta

Fomentar el uso de diversas estrategias de afrontamiento para manejar el estrés en los estudiantes, mediante dinámicas que puedan ser implementadas durante las horas de recreación. Estas actividades podrían ser organizadas con el apoyo del centro de atención psicológica de la universidad donde se llevó a cabo la presente investigación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alberdi, I., Baena, R., Saiz, M. y Serván, L. (2022). *Autolesión no suicida como entidad nosológica diferencial*. <https://psiquiatria.com/congresos/pdf/1-10-2022-162-pon7.pdf>
- Arbañil, A., Del Carpio, I. y Suarez, O. (2023). *Ideación suicida y felicidad intrapersonal en internos de un centro de rehabilitación y restauración cristiana profesionalizado del distrito de Puente Piedra, 2022* [Tesis de grado]. Repositorio Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/12961/14/IV_FHU_501_%20TE_Arba%C3%B1il_DelCarpio_Surez_2023.pdf
- Ato, M., López, J. J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Baños, J. (2022). Ideación suicida pasiva y activa: Una breve descripción. *Health Care & Global Health*, 6(1), 42–45. <https://revista.uch.edu.pe/index.php/hgh/article/view/170/111>
- Barzola, G. (2024). *Ideación suicida y estrés académico en estudiantes de primer grado de secundaria de una institución educativa pública de Huancayo, 2023* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/16657/1/IV_FHU_501_TE_Barzola_Rojas_2024.pdf
- Bermúdez, A. y Vanegas, Y. (2022). Estrés académico en los estudiantes de 9º y 10º de la institución educativa Juana Sánchez Bolívar en el periodo 2022. *Revista Palabra Palabra Que Obra*, 22(1), 76–88. <https://doi.org/10.32997/2346-2884-vol.22-num.1-2022-4096>
- Blandón Casco, A. I., Briones Sánchez, E. M. y Villarreyra Rodríguez, A. P. (2021). *Repercusiones psicológicas del estrés académico en estudiantes de II-V año de la*

- Carrera de Contaduría Pública y Finanzas, turno sabatino, UNAN Managua, FAREM Estelí, agosto-diciembre 2020* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua. <https://repositorio.unan.edu.ni/16320/1/20315.pdf>
- Bonilla, B. (2022). *Ideación suicida y estrés académico en los estudiantes del área de la salud* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Benemérita Autónoma de Puebla. <https://repositorioinstitucional.buap.mx/server/api/core/bitstreams/8e9a1793-02f9-4ca9-ad3b-1659a07b97f2/content>
- Bologna, E. (2013). *Estadística para Psicología y Educación*. Editorial Brujas.
- Campillo, C. y Fajardo, G. (2021). Prevención del suicidio y la conducta suicida. *Gaceta Médica de México*, 157(5), 564-569. <https://www.scielo.org.mx/pdf/gmm/v157n5/0016-3813-gmm-157-5-564.pdf>
- Cassaretto, M., Vilela, P. y Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas, 2021. *LIBERABIT. Revista Peruana de Psicología*, 27(2), e482. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Castro, C. y Millan, R. (2024). *Estrés académico y afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Huancayo – 2022* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/14080/2/IV_FHU_501_TE_Castro_Millan_2024.pdf
- Cayo, L. y Vitorino, M. (2023). *Dimensiones de personalidad e ideación suicida en estudiantes universitarios de una universidad privada de Arequipa* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Católica de Santa María.

<https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/2d438a42-6754-4490-b9b1-6af511ac3fbc/content>

- Cohen, J. (1992). Quantitative Methods in Psychology: A Power Primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155–159. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.155>
- Correa Valenzuela, S. E., Enríquez Quintero, I. D., Hernández Pedroza, R. I., Marentes Patrón, R. A., Quintana Zavala, M. O. y Valdez López, Y. C. (2022). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *e-global*, 20(2). <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v21n65/1695-6141-eg-21-65-248.pdf>
- Cotrado, J. D. D. (2020). *Estrés académico ante nueva modalidad de prácticas virtuales en internistas de psicología de la Universidad Peruana Unión, Juliaca- 2020* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upeu.edu.pe/items/df53c1fb-5baa-463e-839d-ab15c252fe24>
- Crespo, R. y Vasquez, M. (2022). *Estrés percibido e ideación suicida en jóvenes que acuden a un hospital del distrito de la Victoria, 2022* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/107983>
- Cunya, C. y Reaño, D. (2024). *Estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del VII ciclo de una institución educativa privada de Huancayo, 2024* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/16567/1/IV_FHU_501_TE_Cunya_Rea%c3%b1o_2024.pdf
- Curran, P., West, S. y Finch, J. (1996). The Robustness of Test Statistics to Nonnormality and Specification Error in Confirmatory Factor Analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16–29. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.1.1.16>

- Diario El Pueblo. (7 de marzo, 2024). *Arequipa bate cifras nacionales de suicidios* [Comunicado de prensa].
<https://diarioelpueblo.com.pe/index.php/2024/03/07/arequipa-bate-cifras-nacionales-de-suicidios>
- Falla, L. (2022). *Estrés y su relación con la resiliencia en personal policial de tres dependencias policiales de Lima, 2022* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Norbert Wiener.
https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7879/T061_70464695_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Gaviria V. y Martínez, G., (2022). *Panorama del estrés académico y sus efectos sobre la salud mental: Síntesis de una revisión documenta* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Minuto de Dios.
<https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/17521/1/20.%20Monograf%C3%A9Da%20Panorama%20del%20estr%C3%A9s%20acad%C3%A9mico%20y%20sus%20efectos%20sobre%20la%20salud%20mental%20s%C3%ADntesis%20de%20una%20revisi%C3%B3n%20documental.pdf>
- Gil, J. y Fernandez, C. (2021). El estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de Estomatología General Integral. *Edumecentro*. 13(1):16-31 <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v13n1/2077-2874-edu-13-01-16.pdf>
- Gong, W. y Geertshuis, S. A. (2023). Distress and eustress: An analysis of international offshore students' stress experiences. *Frontiers in Psychology*, 14, 1144767.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1144767>
- Hagos, T. G., Tamir, T. T., Workneh, B. S., Abrha, N. N., Demissie, N. G. y Gebeyehu, D. A. (2024). Acute stress disorder and associated factors among adult trauma patients in

- Ethiopia: A multi-institutional study. *BMC Psychiatry*, 24, 418.
<https://link.springer.com/content/pdf/10.1186/s12888-024-05861-6.pdf>
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill Education.
- Landeo, L. (2022). *Ideación suicida y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios en época de pandemia Covid-19 en Piura, 2021* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad César Vallejo.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/87506>
- Karyotaki, E., Cuijpers, P., Albor, Y., Alonso, J., Auerbach, R., Bantjes, J. y Kessler, R. (2020). Sources of stress and their associations with mental disorders among college students: results of the world health organization world mental health surveys international college student initiative. *Frontiers in Psychology*, 11, 1759.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01759>
- Mamani, V. (2022). *Estrés académico e ideación suicida en internos de medicina humana en la ciudad del Cusco, 2021* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.
<https://repositorio.unsaac.edu.pe/handle/20.500.12918/6690>
- Mellado, S. (2022). Indicadores de estrés postraumático, ideación suicida, depresión, ansiedad y estrés en adolescentes afectados por incendios forestales. *Interciencia*, 47(3), 84–91.
<https://www.redalyc.org/journal/339/33970833006/html/>
- Ministerio de Salud del Perú. (10 de septiembre, 2022). *El 71.5 % de los casos de intento de suicidio en el Perú es de personas entre 15 y 34 años*. [Comunicado de prensa].
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/648965-el-71-5-de-los-casos-de-intento-de-suicidio-en-el-peru-es-de-personas-entre-15-y-34-anos>

- Obando, S. y Solis, R. (2022). *Factores sociodemográficos y psicopatológicos asociados al riesgo suicida en estudiantes universitarios de la facultad de medicina humana de la Universidad Católica de Santa Maria - Arequipa 2021* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Católica de Santa Maria. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/3d2b4014-69a1-4624-afeb-fde73edeefdc/content>
- Organización Mundial de la Salud (2024). *Suicidio*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Organización Mundial de la Salud (2023). *Estrés*. <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Palate, J. y Vásquez de la Bandera, F. (2023). Estrés percibido y riesgo suicida en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), 2180-2191. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.745>
- Pastor, P. (2023). *Prevalencia y factores asociados a ideación suicida en adolescentes escolares de 4to y 5to año de secundaria de una institución educativa en Lima Metropolitana 2023* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Ricardo Palma. <https://hdl.handle.net/20.500.14138/6853>
- Peralta, B. (2025). *Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca periodo 2024-2025* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Cuenca. <https://dspace.ucuenca.edu.ec/items/fa0e94e5-1c4a-49e7-9242-87ad2ca9b325>
- Pinto, E. E., Villa, A. R. y Pinto, H. A. (2022). Estrés académico en estudiantes de la Universidad de La Guajira, Colombia. *Revista de Ciencias Sociales*, XXVIII(Especial 5), 87-99.

- Pozos-Radillo, B., Plascencia-Campos, A., Preciado-Serrano, M., García Suarez, A., Acosta-Fernández, M. (2024). Estudio correlacional del estrés crónico y sus síntomas psicofisiológicos con el síndrome de intestino irritable en estudiantes de odontología. *Acta universitaria*, 34. <https://doi.org/10.15174/au.2024.4059>
- Real Academia Española. (2024) *Ideación*. <https://dle.rae.es/ideaci%C3%B3n>
- Redhead, J. (2022). *Estrés académico e ideación suicida en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/30630>
- Rios, G. y Mardini, M. (2021). *Relación entre la ideación suicida y las actitudes hacia el confinamiento por Covid-19 en jóvenes adultos entre 18 y 29 años de la ciudad de Arequipa* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Católica San Pablo. <https://repositorio.ucsp.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/7dba235a-fabd-46bc-8f3e-fa029b15af45/content>
- Rodríguez, E., y Sánchez, M. (2022). Estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud en la modalidad de educación a distancia en tiempos de Covid-19. *Revista De Estudios Y Experiencias En Educación*, 21(45), 51-69. <https://www.rexe.cl/index.php/rexe/article/view/1097/883>
- Saavedra, C. (2023). Eustrés y Distrés: Revisión Sistemática de la Literatura. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 22(2), 1-17. <https://revistas.unbosque.edu.co/index.php/CHP>
- Salverredy, S. (2021). *Propiedades psicométricas de la escala de ideación suicida de Beck en adolescentes escolares de educación básica regular del cono sur de Lima* [Tesis de grado]. Repositorio Institucional Universidad Autónoma del Perú. https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2120/11-21-2022_102842725_SalvrredyBernalSheisyElizabeth.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Sánchez, H., Reyes, C. y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Universidad Ricardo Palma, Vicerrectorado de Investigación.
- Silva-Becerril, D. I., Rodríguez-Hernández, R. y Álvarez-Bermúdez, J. (2024). Hábitos de salud y su relación con los síntomas emocionales en jóvenes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología Nueva Época*, 6(1).1-15. <https://doi.org/10.62364/cneip.6.1.2024.239>
- Sistema de Información de Defunciones (2024). *Defunciones registradas*. https://www.minsa.gob.pe/reunis/data/defunciones_registradas.asp
- Smith, J. y Johnson, R. (2021). *Estudio sobre las manifestaciones de la ideación suicida en jóvenes universitarios*. *Psicológica*.
- Toro, M. y Barreno, S. (2024). Estrategias de Afrontamiento y Riesgo Suicida en Estudiantes Universitarios. *Arandu UTIC*, 11(2), 1696–1717. <https://doi.org/10.69639/arandu.v11i2.366>
- Trejo, V., Betanzos, F. y de la Torre, A. (2023). Teoría psicológica interpersonal del suicidio: relación con intento suicida, impulsividad y desesperanza. *South Florida Journal of Health*, 4(1), 8–13. <https://doi.org/10.46981/sfjvhv4n1-002>
- Valdez, Y., Marentes, R., Correa, S., Hernandez, R., Enriquez, I. y Quintana, M. (2022). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Enfermería Global*, 21, 1, 248–270. <https://doi.org/10.6018/eglobal.441711>.
- Yup de León, P. D. y Álvarez Arzate, M. D. (2021). El concepto de juventud: una mirada desde la perspectiva generacional. *Revista Científica Estelí*, 20–35. <https://doi.org/10.5377/farem.v0i0.11605>

Zahrae, F. (2020). *Relación entre estrés académico e ideación suicida* [Tesis de grado].

Repositorio Institucional Universidad de La Coruña.

[https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/27269/Benaichoui_Fatima_TFG_202](https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/27269/Benaichoui_Fatima_TFG_2020.pdf?sequence=4)

[0.pdf?sequence=4](https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/27269/Benaichoui_Fatima_TFG_2020.pdf?sequence=4)

Zambrano, W. y Tomalá, M. (2022). Diagnóstico de Estrés Académico en Estudiantes

Universitarios. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes*, 14(2), 42-47.

<https://ve.scielo.org/pdf/rted/v14n2/2665-0266-rted-14-02-42.pdf>

ANEXOS

Anexo 01

Acta de Aprobación del Comité de Ética



Huancayo, 17 de junio del 2024

OFICIO N°0484-2024-CIEI-UC

Investigadores:

LESLY KATHERINE AZA GONZALES

Presente-

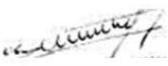
Tengo el agrado de dirigirme a ustedes para saludarles cordialmente y a la vez manifestarles que el estudio de investigación titulado: **ESTRÉS ACADÉMICO E IDEACIÓN SUICIDA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD DE AREQUIPA, 2024.**

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

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

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

Atentamente,




Walter Calderón Gerstein
Presidente del Comité de Ética
Universidad Continental

C.c. Archivo.

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

Calle Alfonso Ugarte 607, Yanahuara
(054) 412 030

Huancayo
Av. San Carlos 1880
(064) 481 430

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

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

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

Jr. Junín 355, Miraflores
(01) 213 2760

Anexo 02

Consentimiento Informado

ESTRÉS ACADÉMICO E IDEACIÓN SUICIDA EN JÓVENES

UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD DE AREQUIPA, 2024.

El presente estudio es conducido por **Aza Gonzales, Lesly Katherine**, estudiante de **Psicología** de la Universidad **Continental**. El objetivo de la investigación es determinar la relación entre el estrés académico e ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.

En función de ello, lo invitamos a participar de este estudio a través del Inventario SISCO SV - 21 y la Escala de ideación suicida de Beck, que se estima tendrá una duración de 60 minutos.

Su participación es absolutamente voluntaria. Todos sus datos personales se mantendrán en estricta confidencialidad: se codificarán con un número para identificarlos de modo que se mantenga el anonimato. Además, no serán usados para ningún otro propósito que la investigación. Su participación no involucra ningún beneficio directo para su persona. Si usted lo desea, un informe de los resultados de la investigación se le puede hacer llegar cuando la investigación haya concluido y usted lo solicite, para ello usted nos brindará el medio de comunicación más conveniente para hacerle llegar la información.

Su participación será sin costo alguno. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole. Todas las consultas o dudas que tenga sobre la investigación pueden ser atendidas en cualquier momento durante su participación. Así mismo, puede retirar su participación en el momento que lo desee sin ningún perjuicio. Si durante la entrevista alguna de las preguntas le resulta incómoda, puede decírselo al

entrevistador y también puede, si así lo desea, no responderla. Una vez que acepte participar, una copia de este consentimiento informado le será entregada.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por **Aza Gonzales, Lesly Katherine**. He sido informado(a) de que el objetivo de este estudio es determinar la relación entre el estrés académico e ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024. Se me ha informado que tendré que responder preguntas en dos cuestionarios, lo cual tomará aproximadamente 60 minutos.

Entiendo que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado(a) de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a **Aza Gonzales, Lesly Katherine**. (Lesaza26@gmail.com) al teléfono 972558776.

Estoy al tanto de que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados del estudio cuando este haya concluido. Estoy al tanto que no recibiré ninguna compensación económica por mi participación.

Para esto, puedo contactar a **Aza Gonzales, Lesly Katherine** (Lesaza26@gmail.com) al teléfono anteriormente mencionado.

_____	_____	
Nombre del participante	Firma del participante	Fecha

Anexo 03

Documento de Autorización del Proyecto de Investigación



" AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA
CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO "

Arequipa, 02 de agosto del 2024

SEÑORITA:
LESLY KATHERINE AZA GONZALES

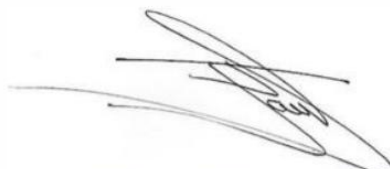
De mi especial consideración:

Tengo el agrado de dirigirme a usted con la finalidad de hacerle llegar un cordial saludo, acorde a la solicitud para realizar la investigación de su tesis y verificada la conformidad por parte de su asesor la **Mg. Nahil Zoila PUMALLA ALVIZ** respecto a su proyecto de Investigación titulado **"ESTRÉS ACADÉMICO E IDEACIÓN SUICIDA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD DE AREQUIPA, 2024"**.

En virtud de lo mencionado se **AUTORIZA** aplicar la investigación, y en mérito a lo manifestado se le brindará las facilidades del caso para que puedan recabar la información que se necesita con los lineamientos éticos correspondientes.

Se comunica mediante la presente para conocimiento y fines correspondientes.

Atentamente,


 **Jonathan Paul Jara Cuspe**
 Director Académico de EAP
 Psicología
 Filial Arequipa

Arequipa
 Av. Los Incas S/N,
 José Luis Bustamante y Rivero
 (054) 412 030
 Calle Alfonso Ugarte 607, Yanahuara
 (054) 412 030

Huancayo
 Av. San Carlos 1980
 (064) 481 430

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

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

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

Jr. Junín 355, Miraflores
 (01) 213 2760

Anexo 04

Formulario en Google Forms

El orden que se empleó para realizar el formulario por Google Forms es el siguiente: Breve presentación incluyendo los criterios de inclusión, seguidamente del consentimiento informado y por ultimo los dos cuestionarios con sus respectivas indicaciones.

Se puede ingresar al siguiente enlace sin solicitar permiso a la investigadora.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSezWOgRHuCKSHkapVTaaqa-U9A_uCHF4Vd-xsyEHVDGExMazg/viewform

Estrés académico e ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.

Querido participante:

Mi persona Aza Gonzales Lesly Katherine, Bachiller en Psicología, te saluda cordialmente. Te escribo para invitarte a contribuir en una parte importante de esta investigación. Tu participación en este estudio es completamente voluntaria y toda la información que proporciones será tratada de forma confidencial. Si decides participar, tus respuestas se utilizarán únicamente con propósitos académicos, por lo que te pedimos que respondas con sinceridad. Para completar los cuestionarios, asegúrate de cumplir con los requisitos que se mencionan a continuación:

- Ser estudiante que actualmente esté asistiendo a la universidad.
- Aceptar voluntariamente a participar en dos cuestionarios.
- Tener 18 a 25 años de edad.

De ante mano, agradezco su participación en esta investigación.

71415736@continental.edu.pe [Cambiar de cuenta](#)

* Indica que la pregunta es obligatoria

Correo electrónico *

☐ Registrar 71415736@continental.edu.pe como el correo que se incluirá al enviar mi respuesta

Anexo 05

Ficha técnica del Instrumento Inventario SISCO SV-21

Nombre: Inventario SIStémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico.

Segunda versión de 21 ítems

Nombre abreviado: Inventario SISCO SV-21

Autor: Arturo Barraza Macías

Autor de la adaptación peruana: Juan De Dios Cotrado Choquemoroco

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

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

- Siete ítems que, en un escalamiento tipo Likert de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.

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

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

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

Anexo 06

Instrumento: Inventario SISCO SV-21

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

☐ Sí

☐ No

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

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

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

3.- Dimensión estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

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

¿Con qué frecuencia te estresa:

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

4.- Dimensión síntomas (reacciones)

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

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

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

5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

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

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

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

Anexo 07

Ficha técnica del instrumento: Escala de Ideación Suicida de Beck (Scale For Suicide Ideation, SSI)

Nombre: Escala de Ideación Suicida de Beck (Scale For Suicide Ideation, SSI)

Autores: A. T. Beck, M. Kovacs, A. Weissman

Autor de la adaptación peruana: Sheisy Elizabeth Salverredy Bernal

Objetivo: Detectar y contabilizar ideas suicidas permanentes; teniendo en consideración 4 aspectos de autolesión que van desde ideas o deseos, manifestar verbalmente la intención de suicidarse a terceros, entre otros (Beck y cols., 1979).

Materiales: Manual y Protocolo

Administración: Individual y colectiva

Calificación: Estructurada con 3 opciones de respuesta, mismas que se puntúan de 0 a 2. Para obtener un puntaje global, todas las mediciones deben sumarse.

Duración: Es de 5 a 10 minutos aproximadamente.

Áreas: El instrumento está compuesto de cinco áreas que suministran información acerca de la magnitud de los comportamientos, conductas y las maneras específicas para suicidarse:

Actitud hacia la vida / muerte: Se refiere al porqué de querer vivir o morir, al origen de los deseos de buscar la propia muerte o a las acciones para cuidar, salvar o mantener la propia vida.

- Pensamientos o deseos suicidas: Hace referencia a la durabilidad del pensamiento suicida, así como también la frecuencia con la que aparece. Incluye también la actitud hacia tales pensamientos, las razones que impulsan al sujeto a intentarlo, al hecho de poder controlar llevarlo a cabo y los factores disuasivos que evitan el suicidio.

- Proyecto de intento de suicidio: Se remite a los planes para la elección de métodos eficaces para quitarse la vida, que tan accesibles y oportunos son para el sujeto. Explora también la sensación del sujeto de ser capaz de llevar a cabo el intento y su expectativa sobre consumir el acto.
- Realización del intento proyectado: Explora que tan preparado se siente el sujeto para realizar el intento suicida, si elaboró notas de despedida y/o que explican la razón del acto suicida. Si realizó preparativos finales de anticipación a la muerte y de acciones para no ser descubierto antes de consumarlo.
- Factores de fondo: Explora la existencia de intentos previos/intención de morir.

Anexo 08

Instrumento: Escala de Ideación Suicida de Beck (Scale For Suicide Ideation, SSI)

Instrucciones: En esta escala encontrarás frases relacionadas a tu forma de ser o de sentirte en un momento determinado de tu vida al cual considerarás fue el más difícil y triste de experimentar. Las frases hacen referencia a los sentimientos y pensamientos relacionados a ese momento. Esta escala es anónima, por lo que es indispensable que se contesten todos los ítems. No hay respuestas buenas ni malas por lo que deberá ser contestada con la verdad.

Sexo: _____ **Grado:** _____ **Institución educativa:** _____ **Edad:** _____

1	Deseo de vivir	a) Moderado a intenso b) Débil c) Ninguno
2	Deseo de morir	a) Moderado a intenso b) Débil c) Ninguno
3	Razones para vivir/morir	a) Más razones para vivir que para morir b) Me da igual vivir o morir c) Más razones para morir que para vivir
4	Deseo de realizar un intento activo de suicidio	a) Moderado a intenso b) Débil c) Ninguno
5	Intento pasivo de suicidio	a) Tomaría precauciones para salvar mi vida b) Dejaría mi vida/muerte en manos del azar (por ej.: cruzar descuidadamente una calle muy transitada) c) Evitaría los pasos necesarios para salvar mi vida (por ej.: un diabético deja de tomar insulina)
6	Dimensión temporal: duración	a) Breve, períodos pasajeros b) Períodos más largos c) Continuo (crónico) o casi continuo
7	Dimensión temporal: frecuencia	a) Rara, ocasional b) Intermitente c) Persistente
8	Actitud hacia el pensamiento/deseo	a) Rechazo b) Indiferencia c) Aceptación
9	Control sobre la acción del suicidio o el deseo de llevarlo a cabo	a) Tengo sensación de control b) No tengo seguridad de control c) No tengo sensación de control
10	Factores disuasorios del intento suicida (ej.: familia, religión, posibilidad de quedar seriamente lesionado si fracasa el intento, irreversibilidad)	a) No intentaría el suicidio debido a un factor disuasorio b) Los factores disuasorios tienen cierta influencia c) Influencia mínima o nula de los factores disuasorios

11	Método: especificación/planes	a) No los he considerado b) Los he considerado, pero sin detalles específicos c) Los detalles están especificados, bien detallados
12	Método: accesibilidad/oportunidad	a) Método no disponible, no hay oportunidad b) El método llevaría tiempo/esfuerzo; la oportunidad no es accesible fácilmente c) Método y oportunidad accesible
13	Sensación de "capacidad" para llevar a cabo el intento	a) No lo intentaría, demasiado débil, temeroso, incompetente b) Inseguro de su valentía, incompetente c) Seguro de su competencia, valentía
14	Expectativas/anticipación de un intento real	a) No b) Incierto, no seguro c) Sí
15	Preparación real	a) Ninguna b) Parcial (ej.: comprar raticida) c) Completa (ej.: tener las píldoras, la navaja, la pistola cargada)
16	Notas acerca del suicidio	a) No escribió ninguna nota b) Empezada pero inconclusa c) Concluida
17	Preparativos finales ante la anticipación de la muerte	a) Ninguno b) Pensamiento de dejar algunos asuntos arreglados c) Hacer planes definitivos o dejarlo todo arreglado

Anexo 09

Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE INDEPENDIENTE					
VARIABLE	DESCRIPCIÓN DE LA VARIABLE	ESCALA DE MEDICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	NIVEL
Estrés académico	Según (Restrepo, et al., 2020, como se citó en Zambrano y Tomala, 2022) define el estrés académico como la respuesta que presenta cada estudiante en función de las diferentes exigencias del ciclo académico, además, se define como una situación en la que el estudiante percibe como negativas las exigencias de su entorno educativo.	Inventario SISCO SV-21	-Estrés -Síntomas -Estrategias de afrontamiento	Estímulos estresores (3,4,5,6,7,8,9) Frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor (10,11,12,13,14,15,16) Frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento. (17,18,19,20,21,22,23)	Bajo Medio Alto
VARIABLE DEPENDIENTE					
Ideación suicida	La ideación suicida, según Beck (citado en Smith y Johnson, 2021), implica una serie de pensamientos recurrentes y persistentes sobre la muerte autoinfligida, que pueden variar desde la consideración de la muerte como una salida hasta la formulación de planes específicos para llevar a cabo el suicidio.	Escala de ideación suicida de Beck	-Motivación -Preparación	Actitud hacia la vida o muerte 1,2,3,4,5,15. Pensamientos o deseos suicidas 8,11,14. Proyecto de intento de suicidio 12, 13, 16, 17. Realización del intento de proyectado 6, 7, 9, 10.	Bajo Medio Alto

Anexo 10

Matriz de Consistencia

Título preliminar: Estrés académico e ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.				
Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
¿Cuál es la relación entre el estrés académico e ideación suicida según sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024?	Determinar la relación entre el estrés académico e ideación suicida según sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.	Hi: Existe relación significativa entre el estrés académico e ideación suicida según sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024. H0: No existe relación significativa entre el estrés académico e ideación suicida según sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.	Variable independiente Estrés académico	Población: Se calcula una población total de 5240 jóvenes universitarios de una universidad de la ciudad de Arequipa. Muestra 374 jóvenes de 18 y 25 años de edad que cumplen con los criterios necesarios para la aplicación de la investigación. Técnica y tipo de muestreo: De tipo no probabilístico. Técnica de recolección de datos: Se utilizará la técnica autoadministrado. Instrumento de recolección de datos: -Inventario SISCO SV-21 -Escala de ideación suicida de Beck
Problemas específicos ¿Cuál es el nivel de estrés académico y sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024? ¿Cuál es el nivel de ideación suicida y sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024? ¿Cuál es la correlación entre la dimensión de estresores del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024? ¿Cuál es la correlación entre la dimensión de síntomas del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024? ¿Cuál es la correlación entre la dimensión de estrategias de afrontamiento del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024?	Objetivos específicos Evaluar el nivel de estrés académico y sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024. Identificar el nivel de ideación suicida y sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024. Comprobar la correlación entre la dimensión de estresores del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024. Demostrar la correlación entre la dimensión de síntomas del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024. Determinar la correlación entre la dimensión de estrategias de afrontamiento del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.	Hipótesis específicas H1. Existen niveles altos de estrés académico y sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024. H2. Existen niveles bajos de ideación suicida y sus dimensiones, en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024. H3. Existe relación significativa entre la dimensión de estresores del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024. H4. Existe relación significativa entre la dimensión de síntomas del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024. H5. Existe relación significativa entre la dimensión de estrategias de afrontamiento del estrés académico con las dimensiones de la ideación suicida en jóvenes universitarios de una universidad de Arequipa, 2024.	Variable dependiente Ideación suicida	
Bibliografía		Bibliografía		
Zambrano, W. y Tomalá, M. (2022). Diagnóstico de Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. <i>Revista Tecnológica-Educativa Docentes</i> , 14(2), 42-47. https://ve.scielo.org/pdf/rted/v14n2/2665-0266-rted-14-02-42.pdf		Smith, J. y Johnson, R. (2021). <i>Estudio sobre las manifestaciones de la ideación suicida en jóvenes universitarios</i> (pp. 45-67). Psicológica.		

Anexo 11

Dentro del siguiente enlace se muestra la evidencia de los consentimientos informados por los estudiantes que participaron voluntariamente en la investigación.

Así como también, la base de datos sin codificación.

Para acceder a este enlace se debe pedir la autorización de la investigadora.

https://docs.google.com/spreadsheets/d/193OZKY_ZVRtx85_FyhxiN3eYmq

Xs04kD/edit?usp=drive_link&ouid=111455477244650475606&rtpof=true&sd=true

ESTRES ACADEMICO E IDEACION SUICIDA EN JOVENES UNIVERSITARIO (respuestas)									
Consentimiento informado para participantes de investigación:									
	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1			Consentimiento informado para participantes de investigación: ESTRES ACADEMICO E IDEACION SUICIDA EN JOVENES UNIVERSITARIO (respuestas) El presente estudio es de carácter científico y no tiene fines de lucro. En función de ello, lo invito a participar voluntariamente. Su participación es absoluta y su participación será sin compensación económica. Acepto participar voluntariamente en el presente estudio. Entiendo que la información que se me proporciona es veraz y completa. Estoy al tanto de que mis datos serán utilizados para fines académicos y de investigación. (Lesaza26@gmail.com)						
	Marca temporal	Dirección de correo electrónico	Sexo	Edad	¿Qué carrera estudias?	Durante el transcurso de	Con la idea de obtener n° 1. La sobrecarga de tareas	2.	
90	9/3/2024 17:54:07	Lesaza26@gmail.com	Femenino	19	Psicología	Si	3	Algunas veces	Nur
91	9/3/2024 17:54:08	Lesaza26@gmail.com	Femenino	19	Psicología	Si	4	Algunas veces	Alg
92	9/3/2024 17:54:24	Lesaza26@gmail.com	Femenino	25	Psicología	No	1	Rara vez	Nur
93	9/3/2024 17:57:52	Lesaza26@gmail.com	Femenino	25	Psicología	Si	4	Algunas veces	Alg
94	9/3/2024 17:58:26	Lesaza26@gmail.com	Femenino	20	Psicología	Si	4	Casi siempre	Alg
95	9/3/2024 18:02:49	Lesaza26@gmail.com	Femenino	22	Psicología	Si	2	Algunas veces	Rar
96	9/3/2024 20:48:39	Lesaza26@gmail.com	Masculino	23	psicología	No	4	Algunas veces	Alg
97	9/3/2024 20:51:30	Lesaza26@gmail.com	Femenino	22	Psicología	Si	3	Algunas veces	Rar
98	9/3/2024 20:51:47	Lesaza26@gmail.com	Masculino	22	Psicología	Si	4	Rara vez	Nur
99	9/3/2024 20:52:58	Lesaza26@gmail.com	Femenino	24	Psicología	No	1	Algunas veces	Alg
100	9/3/2024 20:54:10	Lesaza26@gmail.com	Masculino	23	Psicología	No	1	Casi nunca	Alg
101	9/3/2024 20:54:37	Lesaza26@gmail.com	Femenino	23	Psicología	Si	3	Rara vez	Rar
102	9/3/2024 20:54:43	Lesaza26@gmail.com	Femenino	20	Psicología	Si	5	Casi siempre	Alg
103	9/3/2024 20:55:23	Lesaza26@gmail.com	Femenino	22	Psicología	No	5	Casi siempre	Alg
104	9/3/2024 20:56:01	Lesaza26@gmail.com	Femenino	25	Psicología	Si	5	Algunas veces	Rar
105	9/3/2024 20:57:27	Lesaza26@gmail.com	Femenino	22	Psicología	Si	4	Casi siempre	Alg

Anexo 12

Dentro del siguiente enlace se muestra la base de datos obtenida a través de la evaluación realizada con los instrumentos elegidos para esta investigación.

Esta base de datos se utilizó en el programa SPSS y Excel, según fue conveniente para la investigación.

Para acceder a este enlace se debe pedir la autorización de la investigadora.

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1AhzG8-qcIC2Pifh9LoJK_C5LI4-nMin9/edit?usp=drive_link&ouid=111455477244650475606&rtpof=true&sd=true

Base de datos										
Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Ayuda										
100% 123 Arial 10 B I A										
A1 Sexo-M1-F2										
1	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
2	Sexo-M1-F2	Edad	SI=1- NO=2	Dur Con la idea de o	1. La sobrecarga	2. La personalidad y el	3. La forma de evaluació	4. El nivel de exigencia d	5. El tipo de trabajo que	6. Tener tiempo limitado
2	2	24	1	5	4	4	4	3	3	4
3	1	24	2	3	2	2	3	4	1	3
4	1	22	2	5	4	2	4	4	1	2
5	2	25	1	2	3	4	2	2	2	2
6	2	25	1	4	4	4	5	4	5	5
7	2	24	1	4	3	3	4	3	2	4
8	2	24	1	3	3	4	4	5	3	3
9	1	24	1	5	4	3	4	4	3	4
10	1	22	1	2	3	3	3	4	3	3
11	1	23	1	4	2	2	1	4	4	3
12	2	25	1	3	2	2	2	2	3	3
13	1	25	1	4	3	3	3	2	2	4
14	1	24	2	3	2	3	4	5	3	1
15	2	24	1	3	4	1	3	3	3	3
16	2	22	1	2	3	4	3	2	2	3
17	2	25	1	4	3	3	3	4	3	4
18	1	23	1	4	4	4	2	5	5	5
19	1	23	1	4	3	2	2	3	3	2
20	1	22	1	4	4	5	3	3	3	3
21	1	24	1	4	4	4	4	4	3	4
22	2	25	1	4	4	3	4	3	2	1
23	1	24	1	4	3	4	4	5	5	4
24	1	25	1	3	3	2	2	3	3	2
25	1	22	1	3	2	2	2	3	2	2
26	1	23	1	3	4	3	4	4	4	5

Anexo 13

Dentro del siguiente enlace se muestran los resultados obtenidos en el análisis de los datos, de acuerdo al SPSS, según fue conveniente para la investigación.

Para acceder a este enlace se debe pedir la autorización de la investigadora.

https://drive.google.com/file/d/1jn0Vjnks6pqXJ4ijWkk59TSGDuR7Odnf/view?usp=drive_link

