

**UNIVERSIDAD PERUANA DEL CENTRO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



TESIS

**“ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS
ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ENFERMERIA
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL
PERÚ HUANCAYO 2018”**

PRESENTADO POR LA BACHILLER:

HUINCHO HUAIRA, Paulina.

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA**

HUANCAYO - PERÚ

2020

ASESORAS DE TESIS:

MG. LEON UNTIVEROS GINA

LIC. MENDOZA ZUÑIGA MARLENY

JURADOS

DRA EMILIA UNTIVEROS PEÑALOZA

MG. CLARA GARCIA LINO

MG. MARIO MARTINEZ MATAMOROS

AGRADECIMIENTO

Mi agradecimiento eterno a la universidad UPECEN, que me acogió pródigamente en las aulas, a los magister de la escuela académica de enfermería quienes con sus conocimientos contribuyeron a mi formación profesional.

Mis eternos agradecimientos a mis padres e hijos, por darme las facilidades y una buena orientación hacia mis prácticas pre- profesionales, además a las enfermeras por haberme brindado generosamente el tiempo y conocimiento.

ÍNDICE

	pag
ASESORAS DE TESIS	i
JURADOS	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE	iv
ÍNDICE DE GRAFICOS	v
RESUMEN	vi
SUMMARY	vii
CAPÍTULO I	10
1.1 Planteamiento del problema	10
1.2 Formulación del problema	12
1.3 Justificación	13
1.4 Limitaciones de la investigación	14
1.5 Objetivos	14
1.5.1 Objetivo General	14
1.5.2 Objetivos Específicos	14
CAPÍTULO II	15
MARCO TEÓRICO	15
2.1 Antecedentes	15
2.2 Bases Teóricas	20
2.2.1 Generalidades del estrés	20
2.2.2 Rendimiento académico	26
2.3 Definiciones conceptuales	39
2.4 Hipótesis	39

2.5 Variables	40
2.5.1 Operacionalización de las Variables	40
CAPÍTULO III	43
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	43
3.1 Diseño metodológico	43
3.2 Población y muestra	43
3.3 Técnicas de recolección de datos/descripción de instrumentos	44
3.4 Técnicas para el procesamiento de la información	45
3.5 Aspectos éticos	45
CAPÍTULO IV	47
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	47
4.1. Resultados	47
4.2. Discusión	49
CAPITULO V	52
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIÓN	52
5.1. Conclusiones	52
5.2. Recomendaciones	53
BIBLIOGRAFÍA	54
ANEXOS	58

ÍNDICE DE GRAFICOS

Tabla N°01: Estrés en los estudiantes de enfermería de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú Huancayo 2018

Tabla N°02: Rendimiento académico en estudiantes de enfermería, de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo 2018.

Tabla N°03: Nivel de estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo 2018

RESUMEN

El principal objetivo del informe fue determinar qué relación hay entre el rendimiento académico y el estrés de la comunidad estudiantil de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú Huancayo 2018. La presente investigación contó con un enfoque cuantitativo; de nivel nacional; observacional, aplicativo - cuantitativo de tipo; seguido de un corte analítico y transversal y diseño descriptivo. El cuestionario de SISCO fue aplicado en una muestra de 84 estudiantes los cuales se seleccionaron a través de un muestreo probabilístico. El resultado respecto al estrés presentó que, del total de estudiantes, el 32.2% (27) cuentan con un estrés bajo, el 67.8 % (57) un estrés moderado y ninguno estrés severo. En cuanto al rendimiento académico, del total de alumnos de la facultada, el 69% (58) presentan un nivel regular, el 23.8% (20) un nivel bajo, el 3.6% (3) y un excelente rendimiento académico 2.4%(2) muy bajo; 1.2% (1) muy excelente rendimiento académico. Existe asociación de Chi Cuadrado, vemos que tenemos un p menor al 0.05, lo que evidencia una relación entre ambas variables.

Palabras claves: Estrés y Rendimiento académico

SUMMARY

The main objective of the report was to determine what relationship there is between academic performance and stress of the student community of the nursing faculty of the National University of the Center of Peru Huancayo 2018. The present investigation had a quantitative approach; national level; observational, prospective type; followed by an analytical and cross section. The SISCO questionnaire was applied to a sample of 84 students who were selected through a probabilistic sample. The result regarding stress showed that, of the total of students, 32.2% (27) had low stress, 67.8% (57) moderate stress, and no severe stress. Regarding academic performance, of the total number of students in the faculty, 69% (58) present a regular level, 23.8% (20) a low level, 3.6% (3) and excellent academic performance 2.4% (2) very low; 1.2% (1) very excellent academic performance. Chi Square association exists, we see that we have a p less than 0.05, which shows a relationship between both variables.

Keywords: Stress and academic performance

CAPÍTULO I

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Actualmente, la presión por cumplir los deberes aumenta cada día más, el inicio del milenio nos introduce a un mundo globalizado, muy complejo y apresurado, urgiendo cumplir nuestras metas sin tregua alguna.⁽¹⁾

La mayor parte del tiempo se sienten deprimidos y débiles, por los diferentes conflictos personales, esto sucede en casi todas las ciudades donde, además son ignorados, siendo éstos motivos externos de estrés. De forma evolutiva el organismo mantuvo al estrés, siendo esta una reacción de alerta. El estrés es una respuesta adaptativa frente a momentos adversos, esporádicos producidos por causas ambientales o por interacciones con otros humanos, conduciendo a desequilibrios emocionales y mentales.⁽²⁾

Bruce McEwen (2000) planteó al estrés como: “una amenaza supuesta o real al individuo, esta puede ser fisiológica o psicológica, resultado en una respuesta conductual o fisiológica.”⁽³⁾

En un inicio el estrés está definido como una respuesta fisiológica, este se produce a fin de defenderse de los factores de amenaza. El estrés puede ser emocional o físico, de modo que, la pérdida de un cercano, un divorcio, duelo, situaciones laborales, desencadenan esta reacción y dañan la salud del individuo. Walter B. Cannon (fisiólogo norteamericano, 1871 – 1945)⁽³⁾

Una encuesta del Instituto Integración, la cual se realizó a 2000 sujetos en todo el país, evidenció lo siguiente: cada seis de diez peruanos mencionaron que en el último año su vida fue muy estresante. Todas las personas alguna vez en su vida se estresaron, en ciertos puntos esto es ventajoso, ya que motiva y

estimula a los sujetos a producir más, causando a largo plazo problemas físicos y mentales. (3)

Diversos estudios realizados en Perú evidencian que las mujeres presentan más niveles de estrés (63%) que los hombres (52%). En el Centro de Estudios sobre Estrés Humano de Canadá y en la Asociación Americana de Psicología de EE.UU. indicaron la misma tendencia hallada en el país.(3)

La situación económica es uno de los motivos de mayor estrés para cada dos personas de tres. Un 68% de personal de todo el país no tiene ingresos suficientes para cubrir los costos que realiza, por lo menos, una vez al año. Uno de cada tres ciudadanos considera que estrés también es causado por problemas de salud. Esto es preocupante el peligro que hay al encontrarse enfermo de la vida en sí, para seguir con las labores, estudios, cuidar de las personas cercanas, y los gastos en medicinas implicadas. Las personas que se preocupan más por la salud son los que tienen 40 años en adelante, en el caso de las féminas, existe mayor pre-valencia de problemas en su salud mental. (3)

La inseguridad ciudadana presenta manifestaciones en el estrés de las personas, ya que estos se encuentran preocupados por ser víctimas de algún delito, este acompañado de la violencia es una de las más estresantes. El 31% de las personas preocupadas por este motivo presentaron un año muy estresante. Otro motivo de estrés son los estudios, trabajos y hogar, este cuenta con un 30%.(3)

Un 17% cree que los problemas de pareja producen estrés. Los más afectados por problemas de pareja se encuentran en un rango de 18 a 39 años. En este rango los individuos se encuentran más activos y pueden generar dificultades

por la adaptación de la pareja al momento de iniciar una relación o cuando los hijos llegan. Este mismo porcentaje también cree que las dificultades con los hijos causan estrés. Es este aspecto, las más afectadas son las mujeres. Siendo que el 24% de las peruanas asumen esta responsabilidad solas. (3)

La delincuencia es uno de las principales causas de estrés de los adolescentes de la selva y sierra. No obstante, los adolescentes de la costa no perciben esta problemática. El problema con los parientes también es un factor causante de estrés en los adolescentes de las tres regiones del país, aunque es importante señalar que se presenta con mayor magnitud en la sierra. La salud es otro factor de estrés en este grupo poblacional, no obstante, estos resultados son incompatibles con la demanda de los adolescentes a los servicios de salud. (4)

En la selva de la Región Junín existen las cifras que el 54% de adolescentes que padecen de estrés debido a la delincuencia. Mientras que el 48% es por salud, o por algún problema de enfermedad. El 30% padece de estrés debido a los estudios y/o actividades académicas. En la Sierra de la Región Junín existen las cifras que el 57% de los adolescentes padecen estrés debido a la delincuencia, mientras que el 54% es por salud, el 43% lo padece por los estudios y/o actividades académicas y el 42% es por problemas con los padres o familiares. (4)

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

- ¿Cuál es la relación existente entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú Huancayo 2018?

1.3 JUSTIFICACION

El fin de este estudio es brindar a la institución un aporte acerca de los factores estresantes con los que cuentan los alumnos de la facultad de enfermería en su campo universitario como repercute en el rendimiento académico y de este modo buscar metodologías adecuadas en el proceso educativo del alumno para que se garantice una mejor formación profesional.

Mencionando que, durante la formación del alumno en el ámbito profesional, se hallan momentos adversos que de alguna manera presentan influencias negativas en su mundo interior, constituyendo una barrera para un estado de salud adecuado.

Cuando una persona presenta un cuadro de estrés, su ritmo cardíaco tiene a aumentar, igual que su presión arterial y su sangre baja a al estómago y luego a sus piernas, brazos y cabeza para que puede pensar rápido, sobre si huir o luchar.

Pero cuando el estrés se vuelve crónico, puede dañar causando problemas en su salud digestiva y como consecuencia alteración en la adquisición de conocimientos.

Siendo la razón que los efectos del estrés suelen relacionarse con el rendimiento académico. En este punto radica la importancia de este estudio, a fin de obtener datos significativos que nos permitan tener un marco referencial de la influencia que causa el estrés en los jóvenes estudiantes, lo que nos ayudará a determinar las necesidades reales que debemos tener en

cuenta para lograr un equilibrio en el estado mental, y así poder mantener una salud óptima.

1.4 LIMITACIONES DE LA INVESTIGACION

- ✓ Accesibilidad escasa a los alumnos de la facultad de enfermería del Universidad Nacional del Centro del Perú.

- ✓ Alumnos con menos de 3 meses de estudio en la universidad nacional del centro del Perú ya que la obtención de datos se dificultó.

1.5 OBJETIVOS

1.5.1 OBJETIVO GENERAL

- Determinar la relación existente entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú Huancayo 2018.

1.5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar el estrés de los estudiantes de la facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú Huancayo 2018.

- identificar el rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú Huancayo 2018.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES

Apaza R. en el 2018 realizó un informe con a fin de determinar el nivel de impacto que tiene el estrés en el rendimiento académico de la comunidad estudiantil de la escuela profesional de odontología del primer y sexto semestre académico de la UNA Puno 2017 es de tipo descriptivo correlacional la muestra es de 109 estudiantes cuyo resultado indica que los primeros dos semestres presentaron estrés y un aprendizaje de 52.94% y 52.38% respectivamente, en el 3° semestre en inicio de aprendizaje y con estrés, lo que se observó en el el 4° y 5° semestre fue un porcentaje esperado 71.45%, esto se ubica en el nivel de estrés raro y en el 6° semestre inicialmente se encontró un 4% con estrés, el estrés también tuvo impactos de acuerdo al género de la persona, siendo los siguientes, el género masculino presentó raras veces niveles de estrés, con un rendimiento académico de 45% y 10.76%, en cambio, el género femenino presentó cuadros de estrés de 50%, 72% y 21.74% concluyendo en la existencia de un impacto del estrés en el aprendizaje de los alumnos. (5)

Castro E, en el año 2018 cuyo objetivo: fue determinar el tipo de relación del rendimiento académico y el estrés en la comunidad estudiantil de la universidad nacional de Toribio Rodríguez de Mendoza 2018. El método del estudio empleado fue de enfoque transversal y analítico, la muestra estuvo estructurada de 84 alumnos, cuyo resultado fue el siguiente: el 69% de los estudiantes presentan un rendimiento regular, un 23.8% un nivel bajo, el 3.6% cuenta con un nivel excelente; por otro lado, el 52.4% tuvo estrés leve, el 47.6% encontró que

tiene un estrés de nivel moderado y no existieron porcentajes de nivel severo. La conclusión final fue la comprobación de la inexistencia de relación entre ambas variables investigadas, deduciendo que, las variables trabajan de forma independiente. (6)

Fernández A, en el año 2018, el fin de esta investigación fue reconocer la relación entre el estrés académico y compromiso académico, en una comunidad estudiantil de la escuela de psicología, los alumnos evaluados van desde el 3er ciclo al 12avo ciclo. Participaron 200 alumnos en este informe, el rango de edades fue de 18 y 42 años, los resultados encontraron que, más frecuente son las reacciones de los estímulos estresores, menores serán las escalas en los tres factores. Del mismo modo, se encontraron que mientras más frecuente valoración de aulas con estímulos estresores. En cuanto a la escala de Compromiso académico, hallo que, a más vigor, más absorbe el sujeto. (7)

Cornejo J, Salazar R en el año 2018 el fin de su investigación fue establecer las diferencias de estrés académico en la comunidad estudiantil de una universidad privada y nacional de Chiclayo. La investigación tuvo como enfoque al cuantitativo, acompañado de un diseño transversal no experimental descriptivo, con la orientación de un método comparativo, se empleó una muestra de 415 estudiantes, el resultado del informe fue el siguiente; los alumnos de la universidad pública evidenciaron una predominancia en el nivel de estrés bajo con un porcentaje de 24.1%, y el alumnado de la universidad privada presentó un porcentaje de 23.3%, la preocupación de los alumnos de la pública cuentan con un 20.2%, y los universitarios privados obtuvieron un porcentaje de 22.7%,

los alumnos que evidenciaron síntomas de estrés de 24.6% y 23.6%, de la universidad pública y privada respectivamente. La conclusión fue la siguiente, hay diferencias de estrés académico de acuerdo a la universidad, los alumnos del centro privado presentaron más estrés académico. ⁽⁸⁾

Alvarado L. En el año 2018 su investigación tuvo el fin de determinar la existencia de una correlación entre niveles de ansiedad y estrés académico en el rendimiento del ECOE de la comunidad estudiantil del noveno ciclo de la universidad privada Antenor Orrego. El informe fue analítico, correlacional, prospectivo, observacional, transversal. La población que fue investigada se estructuró de 138 alumnos, los cuales fueron fraccionados en dos conjuntos, los primeros tuvieron un rendimiento inadecuado y los demás fueron adecuados, las variables fueron el de estrés y ansiedad. El resultado obtenido fue el siguiente: el grupo de rendimiento inadecuado obtuvo un promedio significativo más alto al 81.8% en los dos parámetros y el grupo de rendimiento adecuado hizo un parámetro de 62.6%. En conclusión, hay una relación negativa significativa entre la ansiedad y el estrés académico con el rendimiento del ECOE de la comunidad estudiantil investigada. ⁽⁹⁾

Chambi M en el año 2018 realizó un informe a fin de determinar una relación del rendimiento académico y la motivación académica de los estudiantes de Ingeniería Ambiental en la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2018. La investigación tuvo un diseño no experimental, seguido de un tipo descriptivo correlacional. 225 alumnos conformaron la muestra investigada de la escuela

profesional respectiva. El resultado fue el siguiente: el nivel de motivación académica fue representado por un 37.8%, siendo este un nivel respectivamente, el 32% correspondió a un nivel promedio. El 60.4% son de nivel bueno y un 36.9% regular. La conclusión fue que hay una relación relevante entre ambas variables. (10)

González R, Souto A y Fernández R, en el año 2017, buscaron identificar los perfiles del estrés académico y la regulación emocional de la comunidad estudiantil de fisioterapia. El diseño del informe investigado fue no experimental, de tipo descriptivo correlacional, el informe se realizó en una muestra compuesta por 504 alumnos. Se pudo determinar diferencias relevantes entre los perfiles emocionales de ambos sexos. La conclusión fue que la comunidad estudiantil con un perfil de alta regulación emocional no percibió el entorno académico como una amenaza y los estudiantes de perfil bajo experimentaron casos psicológicos de estrés y de la mano de este una alta atención emocional, evidenciando resultados parecidos, exceptuando a las alteraciones de sueño. Los estudiantes. (11)

Perales E en el año 2017. presentó un informe con el objetivo de realizar un análisis de la relación entre el rendimiento académico y el estrés de los alumnos del curso de inglés del centro de idiomas de la UPLA. El informe fue aplicada en el tipo, el nivel seguido fue descriptivo correlacional, contó con un diseño correlacional, no experimental y transversal. Su población se estructuró de 600 alumnos, de esta cantidad se contó con una muestra de 63 alumnos de los cinco semestres. En esta muestra se aplicó el inventario SISCO. El coeficiente chi

cuadrado fue empleado para la contrastación de hipótesis. La conclusión fue que ambas variables presentan una relación significativa. (12)

Córdova D, Irigoyen E. En la investigación titulada “Estrés y su asociación en el rendimiento académico en los estudiantes de la facultad de medicina desde primero a octavo nivel de la Pontificia Universidad Católica de Ecuador, sede Quito en el período correspondiente de enero a mayo 2017”, donde el objetivo fue determinar la relación que existe entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la facultad de medicina de la Pontificia Universidad Católica de Ecuador, el estudio fue observacional y descriptivo, la técnica que utilizó fue el cuestionario inventario SISCO (Barraza A- 2010) con las escalas de estrés académico con 31 ítems y la escala de estrés percibido que consta de 14 ítems cuya población fue de 705 alumnos de los cuales se tomó una muestra de 248 alumnos. Los resultados encontrados fueron: la mayoría de los estudiantes presentan un rendimiento académico muy bueno con un 78,3% (94) y que a niveles medios de estrés 83,3 % (190) mejor rendimiento académico muestra. (13)

Blanco K., Cantillo N., Castro Y., Downs A., Romero E.,. En el año 2017 realizó el trabajo denominado: Estrés académico en los estudiantes del área de la salud en una universidad pública de Cartagena fue un Estudio descriptivo realizado en 266 estudiantes escogidos por muestreo por consentimiento informado. Se utilizaron tres instrumentos, encuesta sociodemográfica, Apgar Familiar e inventario SISCO de Barraza, Los datos obtenidos se tabularon y procesaron en el programa Microsoft Excel y la estadística descriptiva se utilizó para su

análisis de los programas de Enfermería, Odontología, Ciencias Químicas y Farmacéuticas y Medicina de una universidad pública, estudiantes que cumplieron con los criterios de inclusión, firmaron el consentimiento informado.⁽³²⁾

2.2 BASES TEÓRICAS

2.2.1 GENERALIDADES DEL ESTRÉS

a.- CONCEPTO DEL ESTRÉS

Hans Selye define al estrés como “Una respuesta no detallada del organismo a cualquier amenaza del exterior”. El término proviene del inglés, este fue acoplado fácilmente a todos los idiomas existentes, y la conceptualización de este fue adaptada de forma fácil a la conciencia popular. ⁽¹⁶⁾

El estrés es una serie de reacciones que la persona genera cuando se encuentre en una situación, este estímulo busca la adaptación de la persona, es decir, un factor estresante estimula al individuo a causar un estado de cambio, los factores son los siguientes, factor psicológico, biológico y sociocultural. ⁽¹⁶⁾

López R. Las causas del estrés se encuentran centrados en dos factores: esfuerzo ejecutado – resultado logrado. ⁽¹⁶⁾

En situaciones diarias, cuando se causan alteraciones donde los dos factores tienen poca desproporción, se evalúa el estado que resulta por el individuo, este lo toma como desafío, a que, a más esfuerzos, mejores son los resultados que se esperan. Si esta desproporción se da a favor de poco esfuerzo y la mayoría de los resultados son satisfactorios, causando así un efecto positivo en el individuo y su autoestima. No obstante, en los momentos de desproporción contrarios al anterior mencionado, pasan una serie de sentimientos en el individuo al no lograr los objetivos propuestos,

esto sucede en un periodo donde el individuo indica presenta comportamientos que lo conllevan al compromiso con sí mismo, empleando los recursos sociales y personales para que su situación cambie, en especial donde se produce una fatiga física y emocional que desarrolla actitudes negativas, las cuales se orienta al trabajo, una de esta es la pérdida de la capacidad de relación y se desmotivan fácilmente, en relación a sus deberes, llegando a sentirse fracasados e inadaptables. (16)

b.- FACTORES QUE SE ASOCIAN AL ESTRÉS

Un factor que causa estrés es un estímulo amenazante que puede terminar en estrés. Estos podrían ser reales o potenciales, físicos, químicos, sociales, culturales, etc. Cada factor estresante produce más presión para que las personas se adapten. Los siguientes factores serán definidos.

- **Factores Biológicos:** Son las variaciones producidas en el sujeto, lo que le produce estrés, ejemplo, la edad, el sexo, los accidentes y las enfermedades. Las mujeres evidencian más fatiga emocional y en comparación a los hombres, una realización personal más baja, en el campo afectivo es donde se expresa más el estrés en el sexo femenino, el estrés en el sexo masculino es expresado más en el campo conductual, de acuerdo a su edad se hallan en términos óptimos para la maduración, iniciando en su desarrollo, los caracteres de su estilo de vida y actitudes que producen un desequilibrio personal, seguido a esto el estrés daña de forma directa a este equilibrio y en efecto, los factores externos al sistema. (16)
- **Factores Psicológicos:** Esta hace referencia a las características que existen en los diversos tipos de personalidad, que después de que

desencadenen en un cuadro de estrés, producen daños psicológicos, ejemplo: no pueden manejar fácilmente situaciones complejas, sentimiento de inferioridad, miedo al error, trastornos de ansiedad, deterioro de la capacidad del juicio y razonamiento, aislamiento y desmotivación.

Dávalos mencionado por Zúniga “Los individuos propensos al estrés, aquellas que son caracterizadas por su irritabilidad, agresivos, dándose en cualquier ambiente y con sí mismos y por ello, resulta que las relaciones sociales suelen ser problemáticas, de la misma manera, hay personas que interiorizan su reacción al estrés, estos son caracterizados por su pasividad, apacibles y resignados, extremadamente cooperadores, conformistas y sumisos, teniendo control de sus experiencias de hostilidad y deseosos de ser aprobados socialmente, para finalizar, las personas confiadas, tranquilas, relajadas, abierta a emociones nuevas, estos se encuentran caracterizados por ser antisociales. (16)

- **Factores Socioculturales:** Son los componentes hallados en un área físico como en lugares socioculturales, donde el sujeto se desenvuelve, también se comprende de caracteres de tipo social, académico y migratorio, aportando a la generación de estrés. (16)

c.- FISIOPATOLOGÍA DEL ESTRÉS

Existen tres fases en la forma de producción del estrés: (13)

1.- Reacción de alarma

El sistema puede alterarse por situaciones fisiológicas a través de una activación de varias glándulas, especialmente en la hipófisis y el hipotálamo las cuales se

ubican en el lado inferior del cerebro, y por glándulas suprarrenales, halladas en los riñones. (17)

Si el cerebro detecta algún peligro, busca estimular al hipotálamo, quien segrega “factores libertadores” las cuales estructuran sustancias específicas mensajeras para ciertas áreas del sistema. La ACTH (Adrenal Cortico Tropic Hormone) es una de las sustancias llevan mensajes fisiológicos al torrente sanguíneo hasta la corteza de la glándula suprarrenal, este después del mensaje causa la cortisona u otras sustancias conocidas como corticoides. Paralelo a esto, otra hormona que va mediante la región nerviosa, comenzando en el hipotálamo, finalizando en la médula suprarrenal, activando las secreciones de la adrenalina y no adrenalina. Estas hormonas deben de producir reacciones orgánicas en el organismo. (17)

2.- Estado de Resistencia:

Cuando un sujeto se somete de forma continua a un peligro de factor físico, biológico, social o lesivo, el sistema busca la forma de adaptarse a las demandas presentadas de forma continua, por ello, puede ocurrir la reducción de sus capacidades de respuesta, debido al cansancio producido por las glándulas del estrés. En medio de esta fase ocurre una homeostasis, del ambiente interno y externo del sujeto. Así, el sistema resiste mucho tiempo, sin problemas, en caso contrario, este pasará a la siguiente fase. (17)

3.- Fase de Agotamiento:

La disminución seguida del organismo frente a una situación estresante conlleva a un esta de deterior con una gran pérdida de las capacidades fisiológicas y conduce a la fase de agotamiento, donde la persona sucumbe ante las demandas

ya que estas disminuyen casi en su totalidad sus capacidades de conectarse el ambiente.

El estrés también puede producir varias perturbaciones en los procesos cognitivos y causa un deterioro del rendimiento en contextos laborales o académicos. (17)

d.- DENTRO DEL ESTRÉS SE CONSIDERAN 2 TIPOS

- El distress (estrés malo): este mantiene la tensión muscular, por ello, se envían señales de fastidio al cerebro, se pierde la confianza e inseguridad, manteniendo un estado de alerta que va aumentando, se producen pensamientos negativos y desconcentración. Esto termina resultando en un miedo a fracasar (tensión), la salud no mejora y el rendimiento se reduce.
- El eutres (estrés bueno): Se alivia la tensión, la presión, se busca alejarse de la amenaza, hay una recompensa mental y física, la confianza y la seguridad sube, el funcionamiento del sujeto es adecuado, por lo tanto, su atención mejora. Por ende, se siente satisfecho, cuenta con una salud buena y su capacidad productiva aumenta. (17)

e.- MANIFESTACIONES DEL ESTRÉS.

Es un estímulo que presenta una significancia de amenaza para la persona, que debe de accionarse para que los supere. El fracaso en el enfrentamiento establece los efectos negativos, causando el estrés.

El grupo de síntomas que se presenta frente a un cuadro de estrés son los siguientes: depresión, ansiedad, llanto, fatiga, intranquilidad, nerviosismo, baja autoestima, irritabilidad, incapacidad de relajación, insomnio, falta o exceso de apetito, siente que todo lo sobrepasa, pesimismo, problemas digestivos, falta de concentración. Algunas de las patologías que presentan relación con el estrés

negativo son las que se mencionan a continuación, espasmos faciales, migraña, angustia, gastritis, adicciones. (17)

f.- TÉCNICAS DE MANEJO DEL ESTRÉS.

Técnicas que actúan sobre el ambiente que genera estrés

1. Cambios en el ambiente: esto consiste en la realización de variaciones ambientales para la reducción del estrés.
2. Programación del tiempo: este consiste en la estimación de un periodo de tiempo para que pueda adaptarse a un factor que produce estrés, disminuye la ansiedad, urgencias.
3. Administrar tiempos: contar con estrategias, tiempo ahorrado, manejo del estrés.
4. Aclara los valores: debe de elegirse valores y adaptarlos al estilo de vida de una persona de manera que, los actos son compatibles con estos, esto se disminuye al estrés producido por metas que no se consiguen.
5. Evitar y regular el estrés: se debe de evitar variaciones innecesarias en momentos de estrés. (17)

Técnicas que actúan sobre los cambios fisiológicos.

1. Ejercicios: disminuye el cansancio excesivo, la tensión nerviosa que se produce por el cuadro de estrés psicológico y la depresión.
2. Sueño: meditar aporta a la estimulación del sueño, también cuenta con propiedades que combaten el estrés, no obstante, este no debe de ser realizado antes de ir a la cama.
3. Técnica de relajación: los individuos con cuadro de estrés respiran de forma superficial, causando tensión muscular. Este tipo de respiración debe de ser

realizada al menos 5 minutos al día, sentado, con la espalda erecta. Expandiendo primero el abdomen y luego el tórax, finalmente los hombros, exhalando de a pocos por la boca.

a.- Relajación progresiva: se basa en la contracción y relajación muscular conscientes, desde la cabeza hasta las puntas de los pies.

b.- Masaje: fomenta la flexibilidad, relajación, se basa de manera pasiva en el ejercicio. (17)

Técnicas que actúan sobre las emociones.

1. Asertividad: Es pensar en la culminación de metas y actuar de acuerdo a los valores de uno mismo.
2. Meditación: Hace referencia a los razonamientos y a la reflexión contemplativa y a la comunicación con uno mismo.

2.2.2 RENDIMIENTO ACADÉMICO

Generalmente el rendimiento académico en las universidades de Latinoamérica y las de Perú, son deficientes particularmente. El rendimiento académico, es una variable empleada, la cual se integra por variables del estudiante mismo, profesor y situación.

La psicología educativa acepta que el proceso de aprendizaje causa cuadros de ansiedad, estrés, depresión, ya que este suele iniciar en con momento de excitación, cuando se impresiona la persona frente a una experiencia, existe una actitud interrogativa, se levanta su curiosidad por saber y conocer, en este punto la tensión se intensifica.

Requena Meyer 2010 comenta que el rendimiento académico es el resultado de la capacidad y esfuerzo del trabajo de los alumnos, de horas de trabajo, entrenamiento para que se concentren, mantener sus competencias, no obstante, existen otras variables como el entorno donde se relaciona, medio interno que presentan incidencias en el rendimiento académico. (18)

Para García Hoz el rendimiento quiere decir la solución de una cosa en realización. Para Emiliano Romero la evaluación del estudiante se da de forma cuantitativa y cualitativa, cuando se aprecia de forma subjetiva los resultados de la educación se le considera cualitativa, si este es medido de forma subjetiva es cuantitativa, al juicio de la realidad que otorga las pruebas. (18)

De acuerdo a Enríquez el rendimiento es una situación del aprendizaje, el cual se expresa en condiciones de conductas, en base a las metas educacionales (reglas), y de los aspectos condicionantes (hechos), para lograr este proceso se necesita que el alumno se motive para aprender, que sea capaz de aprender que se encuentra en un entorno social y académico que pueda favorecer el aprendizaje y que la enseñanza sea afectiva, comprensible y asequible. (18)

Los factores que muestran manifestaciones en el rendimiento académico son divididos en dos: factores internos y externos. En el primer factor se toman en cuenta los aspectos fisiológicos y psicológicos, estos procesos mediadores, limitan al sistema para que se comporte de una manera. El segundo factor es halla en el ámbito social, escolar, familiar, geográfico, siendo estas condiciones que se influyen al organismo y establecen un cierto comportamiento. (18)

1.- LA CALIFICACIÓN COMO INDICADOR DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO.

El coeficiente académico es calificado mediante diferentes deberes y es registrado con el uso de las técnicas que el estudiante usa para conseguir un puntaje, en esta sección se mencionan los criterios tomados en cuenta para conseguir un promedio y asignar un puntaje de aprobación o desaprobación, determinando el éxito del estudiante en su vida escolar. (19)

2.- CONCEPTO DE CALIFICACIÓN

La manera de calificar es el resultado de los conocimientos que se adquieren en todo el proceso de aprendizaje – enseñanza. Aisrasian menciona que la calificación es un proceso donde se juzga el desempeño delo estudiante, siendo este comparado con una norma de un desempeño bueno. (20)

Para finalizar, la calificación se asigna mediante un número o letra, por el cual es medido el nivel de aprendizaje del estudiante. Cada vez que se presenta un examen, trabajo, etc. es una preocupación para el alumno, ya que este no sabe si la calificación será o no aprobatoria (21).

3.- CRITERIOS PARA ASIGNAR UNA CALIFICACIÓN

Para que se determine un puntaje al estudiante, el docente debe de considerar varios aspectos como las participaciones, tareas, asistencias, exámenes, estos deben de ser reunidos y brindar un porcentaje de cada uno, la adición, obteniéndose así el promedio final, el cual es asignado al estudiante y mediante este puntaje se juzga su aprendizaje. (21)

Zarzar menciona que para que se fije un puntaje se requieren los siguientes puntos:

- La calificación se forma en todo el proceso escolar, no depende un examen.

- Los docentes califican a través de las tareas, trabajos individuales como en grupo.
- El estudiante es calificado de acuerdo a la magnitud del trabajo solicitado.
- Para la construcción de la calificación final, conviene usar diversos procedimientos.

El autor menciona que el control de los criterios mencionados, ayudan al docente a que se eviten errores, para esto, considera algunos criterios según la normativa de la escuela. (21)

4.- FACTORES QUE INFLUYEN EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO.

El puntaje escolar es una serie de pasos que son afectados por las cuestiones psicológicas, personales y sociales. Varios autores mencionan los siguientes aspectos. (21)

FACTORES INTERNOS

Aspectos Personales

Actualmente los jóvenes tienen un rendimiento bajo, ya que estos se enfocan más en su proceso formativo a causa de sus problemas individuales, su autoestima y motivación hacia el estudio. Por ello este estudio se halla de acuerdo con Solórzano(22), el cual menciona que el rendimiento académico es uno de los aspectos del comportamiento del estudiante frente a ciertas demandas de la institución. Actualmente los docentes o familiares etiquetan al estudiante con comentarios respecto a su bajo rendimiento, estos comentarios reducen su interés en el estudio. La motivación escolar es un factor que interviene en el rendimiento académico del estudiante, ya que es una serie de pasos por el que se comienza y se orienta a una conducta hacia el logro de una meta (23). La importancia de mantener la motivación

de un estudiante radica en que de este modo logrará una calificación aceptable y en efecto, podrá sentirse capaz de conseguir un promedio que lo satisfaga.

Otro aspecto que influye es la autoestima. Sobre este punto se asevera que los niños con una autoestima más vulnerable, son los menores, ya que se sienten inferiores y no confían en sí, siendo sensibles particularmente (24).

La carga de trabajo escolar debe adecuarse a la capacidad y tiempo disponible por el estudiante. En el caso de la niñez, “el infante tiene la necesidad de jugar y llevar una vida distendida en el hogar”(20). El menor no debe estar cargado de trabajo ya que esto hace que no realice sus tareas y por lo tanto se ve reflejado en su rendimiento académico.

Si los profesores se esfuerzan por hacer sus clases atractivas, los alumnos estarán motivados asistir a clases y su aprendizaje será mayor satisfacción tanto para el profesor como el alumno.

Por lo general se está de acuerdo que “el resultado académico se convierte en una “tabla de medida” para el aprendizaje logrado en el aula, que constituye el objetivo central de la educación, sin embargo, en el rendimiento académico, intervienen muchas variables externas al sujeto, como la calidad del maestro, el ambiente de clases, la familia, el programa educativo. Y variables psicológicas o internas.” (25)

Aspectos fisiológicos.

Este punto se refiere al estado físico del individuo, ya que es importante mantener una alimentación adecuada, ya que “un niño subalimentado no desarrolla una labor escolar eficiente. A veces el niño va al colegio sin haber desayunado, o con un desayuno muy escaso. Esto provoca una baja de azúcar en la sangre (hipoglucemia)

que determina en el niño un estado de somnolencia y desatención general. El sueño es una necesidad tan importante como comer. Si un niño no le satisface adecuadamente, es posible que su rendimiento sea normal. Si los padres son capaces de controlar el uso de este medio puede sentirse responsable de la inadaptación o fracaso escolar sobre venga a sus hijos” (24)

Considerando que el organismo funcione mal, Powel menciona que se debe de destacar algunas dificultades de salud física como la anemia, este influye de forma significativa en la conducta del individuo y causan daños en el rendimiento académico.

Se concluye en lo siguiente, el individuo deberá estar alimentado adecuadamente, no contar con dificultados de salud ni cargas de hogar o trabajo, ya que estas producen un rendimiento insatisfactorio. (26)

FACTORES EXTERNOS

Capacidad intelectual

Este es otro aspecto que se toma en cuenta, ya que interviene en el rendimiento académico del menor.

Se define “la insuficiencia de los recursos intelectuales pueden ser la verdadera razón de la falta de éxito escolar” (23). De forma global, los aprendizajes se obtienen mediante la capacidad la percepción y organización de los conocimientos obtenidos en la clase.

Esta capacidad se puede medir mediante pruebas psicométricas, ya que se detectan las habilidades débiles y fuertes, esto ayuda al entendimiento del humano.

Es una situación recurrente “la importancia de la inteligencia en relación con el aprovechamiento, esto es más notable a nivel secundaria”(26).

Resultando primordial en mencionar lo que “no únicamente los alumnos que presentan bajo rendimiento escolar tienen como consecuencia el fracaso escolar, sino también los superdotados. En el primer caso existe una capacidad intelectual por debajo de los niveles normales; en el segundo, los alumnos presentan desinterés por el trabajo escolar, debido a que éste no satisface plenamente su nivel intelectual y en consecuencia, hace perder el tiempo, ya que la escuela está organizada predominantemente para los alumnos de inteligencia media”⁽²⁴⁾

Esta capacidad no es la única que interviene en el rendimiento del estudiante, es posible reconocer la regularidad de su influencia, aunque con ciertos cambios, en casi todos los niveles de escolaridad.

Hábitos de estudio.

Los hábitos estudiantiles podrían reducir la motivación escolar, por ello, el estudiante debe de tener sus estrategias de trabajo para conseguir un éxito favorable en el lado académico.

Respecto a esto puede afirmarse lo siguiente, “los hábitos de estudio son el mejor y el más potente predictor del éxito académico, mucho más que el nivel de inteligencia o de memoria; lo que determina nuestro buen desempeño académico es el tiempo que dedicamos y el ritmo que le damos a nuestro trabajo” ⁽²³⁾.

Pese a lo anterior, ciertos alumnos de nivel universitario critican a los docentes de secundaria, ya que estos no les ayudaron a desarrollar hábitos de estudio, esto se presenta en el nivel secundario ya que los hábitos son desarrollados a cierta edad. En algunos contextos, los estudiantes elaboran sus propias herramientas para conseguir el éxito en la escuela. ⁽²²⁾

FACTORES PEDAGÓGICOS

En los centros educativos hay componentes básicos en el proceso de enseñanza – aprendizaje, entre estos está considerada la organización del centro, la didáctica empleada y las aptitudes del docente.

Organización institucional.

Se enfoca en los programas que realizan los centros educativos, donde son mencionados los criterios y deberes a cumplir en el proceso educativo.

En la escuela primaria se brinda apoyo al alumno para que este adquiera conocimientos, hábitos, aptitudes y técnicas para que neutralicen los efectos nocivos de un ambiente social y familiar desfavorable, el autor mencionado fue Levinger, citado por Edel ⁽²³⁾.

Se considera la evaluación educativa, por ello, Avanzini comentó que, para que los estudiantes sean inducidos a trabajar, se requiere de la realización de investigaciones pedagógicas que puedan reconocer la edad mental del alumno y de acuerdo a esto, se puedan realizar programas educativos. Para este punto debe de tomarse en cuenta los temas requeridos para un buen aprendizaje. ⁽²⁷⁾

En ocasiones, los programas “están elaborados no en razón de la receptividad intelectual, sino conforme a una progresión lógica, establecida por el adulto, que decide el orden en el que deben presentarse las n situaciones básicas” ⁽²⁷⁾.

Edel comenta resulta común que los exámenes de admisión que son aplicados en las escuelas mexicanas, en todos los niveles educativos, evalúen solo las habilidades de razonamiento verbal y matemático, siendo estimados como factores predictivos del rendimiento académico futuro de los aspirantes, dejando de lado la evaluación de las habilidades sociales. ⁽²³⁾

Respecto a la serie de pasos a través de los que se valora la educación en los centros educativos, se toma en cuenta que “evaluar el proceso de enseñanza-aprendizaje significa analizar si éste fue efectivo para el logro de los aprendizajes planteados, es decir, si de verdad se consigue que los alumnos aprendieran lo que se esperaba que aprendieran” (21).

Se debe de considerar primero el proceso de aprendizaje es adecuado, para que se afirme si un estudiante es inteligente o no, se requiere determinar objetivos y verificar si se realizan en el programa del centro educativo.

La didáctica.

Es de vital importancia que el docente emplee métodos para que sus clases resulten motivadores y el trabajo sea provechoso.

No todo el proceso de enseñanza es culpa del estudiante: “el problema no es sólo del que aprende sino del que enseña,(por qué y para qué) y de cómo lo enseña” (22).

El docente debe de contar con elementos requeridos para que su clase pueda ser comprendida por los estudiantes y de este modo no resulta difícil adquirir el conocimiento, y puede tener éxito en la materia.

Se considera al respecto que la didáctica “consiste en inventar los medios más sutiles o más eficaces para inducir a los alumnos a hacer lo que no les gusta y a disponerse hacer esfuerzos que no hacen espontáneamente”(27).

Se requiere que el profesor considere los intereses, los saberes previos, habilidades, etc. En el perfil de su equipo, para lograr adaptar su trabajo al aprendizaje de los estudiantes.

Actitudes del profesor.

El docente es el principal factor del aprendizaje de sus alumnos, ya que está a cargo de ellos, él debe de aprender a motivarlos y los jóvenes deben de mostrarse interesados para que su aprendizaje sea eficaz.

Avanzini comenta que entre el estudiante y el maestro debe de existir simpatía, para conseguir buenos resultados, desde que el profesor brinde aprendizajes, si se da, por el contrario, si estos no se llevan bien, el problema será para el alumno, ya que este no dará todo su esfuerzo al momento de entregar actividades al docente. (27)

Por ejemplo, existe, el profesor que busca hacerse al gracioso y quiere estimular mientras hiere y desanima, el docente orgulloso humilla, el impulsivo atemoriza” (27).

En algunos momentos, los profesores culpan a los alumnos de que no rindan académicamente, ya que su comportamiento y trato no brinda logros de acuerdo a los fines.

Se puede afirmar que el número alto de reprobación es porque el docente descuida la preparación de sus clases y trabajos escolares, este ignora los incentivos y los procedimientos motivacionales, no ejerce de forma adecuada su clase ni el manejo de la clase ni el manejo de la disciplina o aplica una metodología rutinaria (24). El docente debe de organizar su clase previamente, así como los métodos que va a emplear para que el estudiante considere atractiva su clase, esto conlleva a un éxito escolar entre ambos, ya que se evitará la reprobación y se sentirá satisfecho.

Sin duda alguna, si el docente no motiva en su clase, lo que puede suceder es que el estudiante obtenga un promedio bajo, ya que el docente debe de aplica estrategias que permitan que el estudiante consiga un aprendizaje eficaz, estimulante, que le

conlleve a la obtención de un rendimiento escolar alto. Por ello, las estrategias del docente son importantes, ya que estos facilitan el aprendizaje del estudiante.

Las actitudes positivas del docente se transmiten a los estudiantes, para que ellos cuenten con un reflejo correcto de su rendimiento. Por este motivo, es importante que el estudiante refleje confianza y una correcta comunicación.

Factores sociales

En esta sección se menciona la forma en que la familia se manifiesta para el rendimiento escolar del estudiante, así como los estudiantes y el ambiente que rodea a estos.

Condiciones de la familia.

A nivel familiar, los padres buscan que sus hijos aprovechen de forma considerable la escuela, para que se preparen para la vida, ya que ellos forman parte del éxito o fracaso del menor. El núcleo familiar es el pilar principal de la educación, por ello, en esta etapa es muy relevante que su niñez sea estimulada hacia el estudio. De forma particular, se puede afirmar que “los antecedentes sociales, culturales y económicos afecta en el rendimiento del menor” Barret, citado por Powell ⁽²⁶⁾

Las conductas familiares influyen de forma significativa en los hijos para su adecuado desarrollo social y cognitivo.

Los amigos y el ambiente.

Los amigos y colegas tienden a formar parte del ambiente social del individuo, los cuales también presentan influencias en su rendimiento académico. Aspectos como los caracteres del círculo social o la relación social que estos representan, el alumno decide tomar o no importancia a los deberes escolares en base a su ambiente social. Sobre ello, “el apoyo social que ofrecen los que están a nuestro alrededor suministra

una gran protección, seguridad, bienestar, al mismo tiempo que proporcionaría la fuerza y la confianza suficiente para superar el estrés y los inconvenientes que sufren los alumnos ante los temidos exámenes” (29).

La relación entre el rendimiento y las relaciones amicales son explicadas por dos aspectos:

- El éxito en la escuela depende de la paciencia del centro educativo y la capacidad del estudiante para que lleve las tensiones escolares.
- El rendimiento del estudiante presenta influencias de la relación que tiene con el docente.
- Su rendimiento se ve influenciado por el apoyo afectivo de los amigos (29).

El rendimiento académico se ve afectado por el apoyo de las amistades del alumno, en otras palabras, si el estudiante cuenta con una motivación social favorable, su desempeño resultará exitoso.

Para finalizar se menciona que el rendimiento académico se influye por varios factores, lo que deben de ser revisados, para obtener un buen desempeño, ya que normalmente se busca que el resultado sea provechoso.

5.- EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN EL PERÚ

Se requiere la conceptualización del rendimiento académico, ya que presenta relación con los objetivos del informe. Por ello, se necesita considerar de manera previa dos aspectos básicos del rendimiento: la evaluación del aprendizaje y el proceso de este. El proceso no se va a abordar en esta investigación. Existen varios postulados sobre la evaluación académica, las cuales se agrupan en dos categorías:

los que se dirigen al seguimiento de un valor numérico y los que se encaminan a la comprensión.

En esta investigación se puede ver el interés por la primera categoría, la cual es expresada en los calificativos escolares. Las calificaciones son las notas con las que se valora el rendimiento académico del estudiante. Las calificaciones escolares se refieren a los resultados de las pruebas a los que se someten los alumnos. Medir los rendimientos escolares resulta ser un deber complejo que exige al docente realizar con la mayor precisión y objetividad⁽³⁰⁾.

Todo el sistema educativo peruano se basa en las calificaciones realizadas en un sistema vigésima, en otras palabras, de 0 a 20. Donde se tiene las siguientes consideraciones sobre el puntaje vigesimal.

- Notas obtenidas de 15 a 20, tienen como criterio notas aprobatorias buenas.
- Notas obtenidas de 11 a 14, tienen como criterio notas aprobatorias regulares.
- Notas obtenidas de 0 a 10 tienen como criterio notas desaprobatorias

Categorización del Nivel de Rendimiento Académico (Según la DIGEBARE del Ministerio de Educación)

2.3.DEFINICIONES CONCEPTUALES

Estrés: Bruce McEwen planteó al estrés como una amenaza supuesta o real al individuo, esta puede ser fisiológica o psicológica, resultado en una respuesta conductual o fisiológica

Rendimiento académico: Es consolidación final del estudiante respecto a su dominio cognitivo, afectivo y psicomotor, este se expresa mediante el promedio ponderado registrado en el sistema académico. ⁽³²⁾

Estudiante de Enfermería de la U.N.C.P. Es la persona que se matriculó en la Carrera Profesional de Enfermería, por lo tanto, se halla cursando con los créditos de acuerdo al plan curricular, y asiste a las clases y prácticas y no incurre en el 30 de inasistencias determinadas.

Estudiantes universitarios: Son los individuos que cursan alguna carrera en un centro superior, en este caso, la universidad.

2.4 HIPÓTESIS

- Existe una relación estadística mente significativa entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de Enfermería de la UNCP Huancayo 2018.

2.5 VARIABLES

- Variable independiente estrés
- Variable independiente Rendimiento Académico

2.5.1 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variables	Definición Operacional	Tipo de variable	Dimensiones	Indicadores	Categoría de la variable	Escala de medición
Estrés	Es un proceso natural del cuerpo humano, que genera una respuesta automática ante condiciones externas que resultan amenazadoras y que a veces perturban el equilibrio emocional de la persona. Se medirá mediante la escala del estrés	Cuantitativa	Dormido Cansado Palpitaciones Agotado Sensación de no haber descansado Energía Sobresalto Hiperactividad Hostilidad Irritable Agitado Enfadado Fracaso Acelerado Duerme menos tiempo	Puntaje alcanzado en el Cuestionario según el grado de estrés que presentan los estudiantes con el instrumento	Leve = 22 a 51 Moderado= 52 a 81 Severo = 82 a 110	Para medir la variable se utilizará la escala Ordinal Para evaluar los ítems se utilizará la escala de Liker Nunca = 1 Alguna vez =2 Bastantes veces = 3 Muchas veces = 4 Siempre = 5

2.5.1 OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLE

Rendimiento Académico	<p>Es el logro obtenido por el individuo en determinada actividad académica. Se medirá mediante una ficha de registro de notas para rendimiento académico.</p>	<p>Cuantitativa</p>	<p>Factores internos Factores externos Factores pedagógicos.</p>	<p>Según las calificaciones obtenidas en el cuestionario</p>	<p>Excelente = 19 a 20 Muy Bueno = 16 a 18 Bueno = 14 a 15 Regular = 11 a 13 Bajo = 6 a 10 Muy bajo = 0 a 5</p>	<p>Escala para medir la variable: se utilizará la escala ordinal</p> <p>Escala para los ítems: solamente una ficha de registro. Si = 1 No = 0</p>
------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------	--------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 DISEÑO METODOLÓGICO

El trabajo de investigación es cuantitativo, ya que de esta manera se puede medir y analizar de forma estadística la variable de estudio, es de corte transversal descriptivo ya que permite presentar los datos tal como son, obtenidos en un tiempo y espacio determinado. (27)

3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

Población

La población estará constituida por Estudiantes de Enfermería del IV al VIII de la U.N.C.P. 2018. Los cuales estarán dispersos entre el primer y décimo ciclo de estudios, resultado en una población de 232 alumnos.

Muestra

Para obtener muestra, fue empleado el muestreo no probabilístico. Se empleó el software estadístico ssps 22, haciendo un total de 83 estudiantes que conformaran la muestra.

Criterios de inclusión.

- Solo ingresaron los Estudiantes IV AL VIII Ciclo de la facultad de Enfermería de la UNCP Huancayo 2018.
- Estudiantes que cursen asignaturas profesionales del 1ero al 10mo semestre de estudios académicos.
- Estudiantes de Enfermería que asisten en forma regular.
- Estudiantes que desean participar en el estudio de investigación.

Criterios de exclusión.

- Estudiantes de enfermería del I, II, III, IX, X semestre de estudios académicos (INTERNADO).
- Estudiantes que asisten de manera irregular.
- Estudiantes que no desean participar del proceso.

3.3 TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS/DESCRIPCIÓN DE

La técnica que se utilizó en el estudio es el cuestionario y su instrumento es el cuestionario.

INSTRUMENTOS

Se empleó en la presente investigación como instrumento el inventario SISCO del estrés académico empleado por Canales, Alvarado pineda 199,p 129 etc. ⁽⁶⁾

(ANEXO 1)

Validez: Se recolectaron datos basados en la estructura mediante tres pasos: análisis factorial; análisis de consistencia interna y análisis de grupos. los resultados se dieron de acuerdo al inventario SISCO del estrés académico. Se confirmó una homogeneidad con la tesis de Rendimiento académico y estrés en estudiantes de enfermería, universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas- castro E 2017 Anexo 3

CONFIABILIDAD:

La confiabilidad obtenida por mitades de 87 y una confiabilidad en alfa de crombach de 90 cuyos niveles de confiabilidad según De vellis (en García, 2006) elevados según Murphy y davishofer en (Hogan 2004) (Barraza p 90) ANEXO ⁽³⁾

PROCEDIMIENTO

Se Solicitó permiso al responsable de la de la facultad de enfermería de la Universidad nacional del centro del Centro del Perú La solicitud de permiso fue

formalizada para informar el fin de la investigación y solicitar la autorización para su realización. Los cuestionarios fueron facilitados a los participantes, se brindó la carta de consentimiento donde se detallaron los objetivos y resultados potenciales, donde se indica el anonimato garantizado. Todos los anteriores datos se explicaron de forma verbal. Del mismo modo, se facilitó un número y correo electrónico para la resolución de dudas cuando lo requieran. Se brindó un periodo de 4 días para recoger los cuestionarios, la fecha podía extenderse de ser necesario. Frente a la negativa a participar en el estudio, serán solicitados datos sobre la misma para que se evalúe la influencia de la negativa en los resultados finales.

3.4 TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

Luego de recolectar datos, se deben de procesar en Excel y en el Software Estadístico SPSS versión 24.

Los resultados fueron presentados en tablas y gráficos para que se analicen e interpreten. También, se empleará el estadístico inferencia R de Pearson para determinar la relación.

3.5 ASPECTOS ÉTICOS

En la presente investigación no se realizara nada que vaya en contra de la integridad ética de los involucrados. Por ello se presento una solicitud a la UNCP para poder ingresar a sus instalaciones además de haber hecho firmar un consentimiento informado a los encuestados para poder proceder con mi investigación (**ANEXO 02**)

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS

A continuación presentamos los resultados que obtenidos en el presente estudio, luego de la haber aplicado el inventario SISCO del estrés académico en los estudiantes de Enfermera de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú Huancayo 2018; procediendo con la recogida de realizando la matriz de datos considerando a 84 estudiantes, seleccionados para el presente estudio.

Los resultados obtenidos se tuvo en cuenta los objetivos específicos planteados en función al objetivo general.

Tabla N°0 1

**ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA FACULTAD DE
ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERU
HUANCAYO 2018**

NIVEL DE ESTRÉS	N	%
LEVE	27	32.2
MODERADO	57	67.8
SEVERO	0	0,0
Total	84	100

Fuente: Universidad Nacional del Centro del Peru,Huancayo 2018

Interpretación: De 84 estudiantes de Enfermería de la Facultad de la Universidad Nacional del Centro del Perú; respecto al rango de estrés se presenta que el 32.2 % (27) presentaron un estrés leve, el 67.8 % (57) un estrés moderado y ninguno estrés severo.

Tabla N° 02

RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA, DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERU, HUANCAYO 2018

RENDIMIENTO ACADEMICO	n	%
Muy excelente	1	1.2
Excelente	3	3.6
Regular	58	69.0
Bajo	20	23.8
Muy bajo	2	2.4
Total	84	100

Fuente: Universidad Nacional del Centro del Peru,Huancayo 2018

Interpretación: De 84 estudiantes de Enfermería de la Facultad de la Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo 2018; en cuanto al Rendimiento Académico se presenta que el 100% de estudiantes de enfermería de la universidad del centro fue 69% (58) presentan un rendimiento académico regular, el 23.8% (20) un rendimiento académico bajo, el 3.6%(3) y un excelente rendimiento académico 2.4%(2) muy bajo; 1.2% (1) muy excelente rendimiento académico.

Tabla N° 03

Nivel de estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo 2018

Rendimiento Académico	Estrés de los estudiantes						Total	
	Leve		moderado		Severo		n	%
	N	%	n	%	n	%	n	%
Muy excelente	0	0	1	1.19	0	0	1	1.19
Excelente	1	1.19	2	2.3	0	0	3	3.6
Regular	41	48.8	17	20.2	0	0	58	69.0
Bajo	13	15.4	7	8.3	0	0	20	23.8
Muy bajo	2	2.3	0	0	0	0	2	2.4
TOTAL	44	52	40	48	0	0	84	100

Fuente: Universidad Nacional del Centro del Peru, Huancayo 2018

Test de Chi Cuadrado, $p = 0.01$

Interpretación: En el análisis de asociación de Chi Cuadrado, vemos que tenemos un p menor al 0.05, lo que nos indica que **existe** asociación entre nivel de estrés y rendimiento académico estudiantes de la Facultad de Enfermería de la universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo 2018.

4.2. DISCUSIÓN

El estrés es el estado de cansancio mental provocado por la exigencia de un rendimiento muy superior al normal; suele provocar diversos trastornos físicos y mentales asimismo se considera al estrés como un fenómeno que se adapta a las personas viendo esta situación el estudio realizado obtuvo los siguientes resultados . El estrés académico que se evidencio que de 84 estudiantes de Enfermería de la Facultad de la Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo 2018; en cuanto al nivel de estrés se presenta que del 100% de los estudiantes de enfermería el 32.2 % (27) presentaron un estrés leve, el 67.8 % (57) un estrés moderado y ninguno estrés severo. Con respecto al rendimiento académico De 84 estudiantes de Enfermería de la Facultad de la Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo 2018; en cuanto al Rendimiento Académico se presenta que el 100% de estudiantes de enfermería de la universidad del centro de 69% (58) presentan un rendimiento académico regular, el 23.8% (20) un rendimiento académico bajo, el 3.6%(3) y un excelente rendimiento académico 2.4%(2) muy bajo; 1.2% (1) muy excelente rendimiento académico. Existe asociación de Chi Cuadrado, vemos que tenemos un p menor al 0.05, lo que nos indica que **existe** asociación entre nivel de estrés y rendimiento académico estudiantes de la Facultad de Enfermería de la universidad Nacional del Centro del Peru, Huancayo 2018. Corroborando con el estudio Apaza R .En el año 2018 cuyos resultados se determinó la existencia , logro esperado 48.62% con casi siempre estrés se ubicaron en inicio de aprendizaje 1.83% el impacto de rendimiento académico ,indica que 1°y 2° semestre presentaron estrés y hay un logro esperado de aprendizaje 52.94% y 52.38% el 3° semestre en inicio de aprendizaje y con estrés el 4° y 5° semestre el logro esperado 71.45% con rara vez de estrés y 6° semestre

en inicio en 4% con estrés ,el impacto de estrés en el rendimiento académico según genero indica que el género masculino presentaron niveles de estrés entre rara vez con rendimiento académico con 45% y 10.76% el sexo femenino presenta estrés en 50% .72% y 21.74% la conclusión fue: que existe un impacto del estrés en el rendimiento académico.

Así mismo también corroborando con el estudio de Chambi M en el año 2018 en cuyos resultados si existe relación significativa entre motivación académica y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Ambiental en la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto , 2017. Es de diseño no experimental de tipo descriptivo correlacional. La muestra es de 225 estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Ambiental; cuyo resultado: niveles de motivación académica en los estudiantes se observa que el 37.8% de los estudiantes de ingeniería ambiental presentan un nivel alto de motivación académica ,el 32% en nivel promedio y 30.2% un nivel los estudiantes se ubican en un nivel promedio(48.9% y 55.1%) el nivel motivación en los niveles de rendimiento académico se observa que el 60.4% de ellos presentan un nivel bueno y un 36.9%regular.los niveles de rendimiento según sexo se aprecia que tanto varones y mujeres presentan un nivel bueno y regular respecto al nivel académico(20.9%, 39.6%y 14.7%) en conclusión: se encontró que existe relación significativa de la escuela profesional de ingeniería. Asimismo el estudio de Alvarado L. En el año 2018. Cuyo resultado fue: un promedio significativamente mayor con un 81.8% en ambos parámetros que el grupo con rendimiento adecuado que hace un parámetro de 62.6%. En conclusión fue: existe correlación negativa significativa entre nivel ansiedad y el nivel de estrés académico con el rendimiento del ECOE en los estudiantes de dicha universidad. Asimismo en la investigación Fernández A, en el año 2018. En esta investigación participaron un

total de 200 estudiantes (Hombres =37%, Mujeres =63%)), cuyas edades de 18 y 42 años ($M= 21.40$; $DE = .484$, Entre los resultados, se encontró que a mayor frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor, menor serán los niveles en los tres factores de la escala de Compromiso Académico. Además, se encontró que a mayor frecuencia en la que las demandas del aula de clase son valoradas como estímulos estresores, menor serán los niveles en los factores de vigor y dedicación, mientras que a mayor frecuencia en la que las demandas del ambiente fueran del aula de clase son valoradas como estímulos estresores, menor serán los factores de vigor y absorción. En cuanto a la escala de Compromiso académico, se encontró que, a mayor vigor, existe mayor absorción

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACION

5.1. CONCLUSIONES

- El estrés académico que se evidencio que de 84 estudiantes de Enfermería de la Facultad de la Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo 2018; en cuanto al nivel de estrés se presenta que del 100% de los estudiantes de enfermería el 32.2 % (27) presentaron un estrés leve, el 67.8 % (57) un estrés moderado y ninguno estrés severo.
- Con respecto al rendimiento académico De 84 estudiantes de Enfermería de la Facultad de la Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo 2018; en cuanto al Rendimiento Académico se presenta que el 100% de estudiantes de enfermería de la universidad del centro de 69% (58) presentan un rendimiento académico regular, el 23.8% (20) un rendimiento académico bajo, el 3.6%(3) y un excelente rendimiento académico 2.4%(2) muy bajo; 1.2% (1) muy excelente rendimiento académico.
- En el análisis de asociación de Chi Cuadrado, vemos que tenemos un p menor al 0.05, lo que nos indica que **existe** asociación entre nivel de estrés y rendimiento académico estudiantes de la Facultad de Enfermería de la universidad Nacional del Centro del Peru, Huancayo 2018.

5.2. RECOMENDACIONES

- A las autoridades de la Universidad Nacional del Centro del Perú, establecer la labor profesional en el campo de Psicología que permita diagnosticar, comprender y enfrentar problemas de estrés ya sea con charlas o métodos de consejería.
- A los decanos de la Universidad Nacional del Centro del Perú diagnosticar los niveles de estrés presentes en los estudiantes con la finalidad de enfrentar de manera correcta los problemas de esta naturaleza.
- A los docentes buscar alternativas de enseñanza de aprendizaje para mejorar la interrelación entre el estudiante y docente buscando nuevos métodos de enseñanza y hacer seguimiento a su evolución para mejorar el rendimiento académico.
- A los estudiantes de la Universidad Nacional del Centro del Perú el estudiante debe ser análisis de cada asignatura antes de matricularse para prevenir sobre carga académica profundizar investigaciones teniendo como referente los resultados obtenidos en la presente investigación que permite mejorar el estado actual de los problemas investigados.

BIBLIOGRAFÍA

1. Diaz I, Gaviria K. Estrés laboral y su relación con el desempeño profesional en el Personal de Enfermería del Hospital II-2 Tarapoto. Abril - agosto 2017 [Tesis Pregrado] Universidad Nacional de San Martín; 2017.
2. Serón N. Relación que existe entre factores estresantes y rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería de la UNMSM. 2016.
3. Danieri F. Biología del comportamiento [Internet]. Universidad de Buenos Aires; 2015.
4. RPP Noticias. El 58% de los peruanos sufre de estrés. RPP Noticias. 2015
5. Apaza R. Estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología del primer y sexto semestre académico de la UNA Puno 2017 [internet]. 2018 [citado en enero 2019] 10,8 disponible. http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7515/Apaza_Luque_Ramiro.pdf?sequence=1&isAllowed=y
6. Castro E, Relación que existe entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de aprendizaje de la universidad nacional de Toribio Rodríguez de Mendoza 2017 [internet]. 2018 [citado en enero 2019] 5,7 disponible <http://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/UNTRM/1277/Patricia%20Quezada%20Castillo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
7. Fernández A, Relación entre el estrés académico y compromiso académico, en un grupo de estudiantes universitarios de la carrera de psicología entre el tercer y duodécimo ciclo. [internet]. 2018 [citado en febrero 2019] 4,5 disponible: https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/625153/Fern%C3%A1ndez_ca.pdf?sequence=1&isAllowed=y

8. Cornejo J, Salazar R. Estrés académico en estudiantes de una universidad privada y nacional de Chiclayo. [internet] 2018 [citado en febrero 12] 5,6 disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/USSS_17bd8e28fb1a9f2b2f6271643a2e3d63
9. Alvarado L. Correlación entre niveles de ansiedad y estrés académico en rendimiento del ECOE en estudiantes del 9no ciclo de la universidad privada antenor Orrego. [Internet] 2018 [citado 10 de febrero 2019] 4,5 disponible: <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/3869>
10. Chambi M. Relación significativa entre motivación académica y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Ambiental en la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto , 2017. [internet] 2018 [citado en 5 abril 2019] 4,6 disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/914>
11. González R, Souto A y Fernández R .Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia. [Internet] 2017 [citado el 4 mayo 2019] 5,6 disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1888899217300119>
12. Perales E. Estrés y rendimiento académico de estudiantes de inglés Del centro de idiomas de la UPLA. [Internet] 2017 [citado en 5 marzo 2019] 5, 6 disponible en: <http://repositorio.uncp.edu.pe/handle/UNCP/4445>
13. Córdova D, Irigoyen E. Estrés y su asociación en el rendimiento académico en los estudiantes de la facultad de medicina desde primero a octavo nivel de la PUCE, sede Quito en el período correspondiente de enero a mayo 2015. [Internet]. Repositorio.puce.edu.ec. 2015 [citado el 20 diciembre 2018]. Disponible en: <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/8882>

14. Egoavil A, en el año 2016 Ansiedad y el rendimiento académico de los estudiantes de 3° y 4° y 5° año de escuela académica profesional de ingeniería de sistemas y computación de la universidad peruana los andes.[internet] 2016 [citado 4 de mayo 2019] 3,4 disponible en: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/6837/Egoavil_sa.pdf?sequence=2&isAllowed=y
15. López J, en el año 2016 cuyo objetivo determinar la influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería en el año 2016[Internet] 2016 [citado en 23 de Abril] 3,5 disponible: <http://repositorio.ucs.edu.pe/bitstream/UCS/10/1/lopez-cruz-jose.pdf>
16. Zúñiga J. Acontecimientos vitales que generan estrés académico asociado al rendimiento académico de jóvenes universitarios de universidades nacionales Región Ancash. Unviersidad Autonoma de Ica; 2015.
17. Rubio M., Fuster R., Sánchez R., Gómez C., Pérez M., Lefler J., et al. Estrés. Actuación farmacéutica. Farmacia Profesional. 2017.
18. Chavez .F. Estrategias de aprendizaje y rendimiento académico de los estudiantes del III ciclo de contabilidad de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote-Ayacucho, año 2018.
19. Lopez J. Influencia del estrés en el Rendimiento Académico en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Ciencias de la Salud - Arequipa. Universidad Ciencias de la Salud. 2016.
20. Aisrasian P. La evaluación en el salón de clases. Mexico: Editorial McGraw-Hill; 2003.
21. Zarzar C. La didáctica grupal. Primera Edición. Mexico: Editorial Progreso; 2000.

22. Solórzano N. Manual de actividades para el rendimiento académico. Primera Edición. Mexico: Editorial Trillas; 2016.
23. Edel N. El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio de Educación [Internet]. 2018.
24. Tierno B. Del fracaso al éxito escolar. 1ra Edición. España: Editorial Plaza Janes; 1993.
25. Reyes Y. Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la asertividad en estudiantes de primer año de Psicología de la UNMSM Universidad Nacional Mayor de San Marcos. 2015.
26. Powell M. Psicología de la adolescencia. México. Primera Edición. México: Editorial F.C.E. 1975.
27. Avanzini G. El fracaso escolar. España: Editorial Herder.; 1985.
28. Alves L. Compendio de Didáctica General. Argentina: Editorial Kapelusz; 1990.
29. Requena F. Género, redes de amistad y rendimiento académico [Internet]. Universidad de Santiago de Compostela.; 1998. Disponible en: <http://www.ddd.uab.es/pub/papers/02102862n56p233.pdf>
30. Quintero M., Vallejo G.. El desempeño académico: una opción para la cualificación de las instituciones educativas. Plumilla Educativa. 2013
31. Hernández R., Fernández C., Baptista P., Méndez S., Mendoza C., Metodología de la investigación. México, D.F.: McGraw-Hill. 2014.
32. Blanco K., Cantillo N., Castro Y., Downs A., Romero E., Estrés académico en los estudiantes del área de la salud en una universidad pública [Tesis Pregrado]: Universidad de Cartagena; 2015.

ANEXOS



ANEXO 01

CUESTIONARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADEMICO

Indicaciones: el presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior y post grado durante sus estudios.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿Ha tenido momento de preocupación o nerviosismo?
() si () no

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

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

1	2	3	4	5

3. En una escala del (0) al (4) donde (0) es nunca y (1) es rara vez (2) es algunas veces y (3) es casi siempre y (4) es siempre ,señala que frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.

Nº	En las últimas semanas	0	1	2	3	4
1	Me cuesta quedarme dormido/a					
2	Duermo inquieto/a					
3	Me canso con facilidad					
4	He tenido palpitaciones					
5	Al finalizar la jornada escolar me siento físicamente agotado/					
6	Me siento fatigado/a cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme a otra jornada de trabajo					
7	Me levanto con la sensación de no haber descansado suficiente					
8	Noto que tengo menos energía					
9	Me despierto sobresaltado/a una más veces en la noche					
10	Tengo sueños que me producen inquietud					
11	Me muevo demasiado sin necesidad aparente					
12	Reacciono con hostilidad ante cualquier ataque					
13	Estoy irritable					
14	Estoy agitado/					
15	Me irrita cualquier contrariedad					
16	Me enfado con facilidad					
17	Tiendo a resaltar mis fracasos y a desvalorizar mis éxitos					

18	Tengo pensamientos que no puedo quitarme de la cabeza					
19	Me he sentido menos útil y capaz					
20	Me siento un fracasado/a pienso que no valgo nada					
21	Me noto muy acelerado					
22	Me despierto más temprano de lo habitual y no puedo volver a dormirme					



ANEXO 2

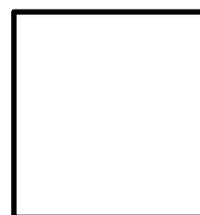
CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación se encuentra siendo conducida por Paulina Huincho Huayra. Estudiante de la carrera de enfermería de la Universidad Peruana del Centro. El objetivo del estudio es poder determinar si existe una relación entre el estrés académico y el compromiso académico pertenecientes a los estudiantes de enfermería de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Centro. Si usted acepta participar en el presente estudio, se le solicitará resolver dos breves cuestionarios, los cuales cuentan con una duración de aproximadamente 20 minutos. La información que usted brinde se mantendrá en absoluta confidencialidad y sólo será utilizado para fines de investigación. Su participación es voluntaria, por lo cual usted puede acceder a participar y retirarse en el momento que crea oportuno. Las respuestas brindadas serán codificadas usando únicamente su número de identificación, por ello, en todo momento se protege su anonimato. Es importante mencionar, que el investigador no se compromete a entregar resultados individuales del estudio. En caso tenga alguna duda sobre los puntos anteriormente mencionados, siéntase en la libertad de poder efectuar preguntas en cualquier momento de su participación. Asimismo, si alguna de las preguntas del cuestionario le pareciera incomoda tiene el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderla, de lo contrario se le agradece de antemano responder todas las preguntas y hacerlo con la mayor sinceridad posible.

En caso de tener alguna duda sobre su participación o sobre el estudio, puede contactarse con la autora

Yo _____ con DNI _____ he sido informado (a)

Del estudio de investigación de la alumna Paulina Huincho Huayra y he decidido:
ACEPTO () NO ACEPTO ()



FIRMA

REG. N° 25795
ADMINISTRACIÓN DOCUMENTARIA
26 SET. 2019
RECIBIDO
TAMARA DE AVILA PALICAR
RECEPCIONISTA

"AÑO DE LA LUCHA CONTRA LA CORRUPCIÓN E IMPUNIDAD"

Huancayo, 23 de Septiembre de 2019

OFICIO N° 036-FCS-EPE-UPeCEN-2019

SEÑOR (a):

**DECANA DE LA FACULTAD DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL
CENTRO DEL PERU**

ATENCION

Presente.-

ASUNTO: AUTORIZACION PARA APLICACIÓN DE ENCUESTAS DE INVESTIGACION

De mi mayor consideración:

Tengo a bien dirigirme a usted para saludarlo muy cordialmente a nombre de la Universidad Peruana del Centro UPeCEN y; por medio del presente solicito a su digno despacho autorización para aplicación de encuestas del trabajo de investigación titulada "**ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERÚ HUANCAYO 2018**", Realizada por la estudiante Paulina Huincho Huaira.

Sin otro particular me despido de usted no sin antes agradecer la atención al presente.

Atentamente



TELESFORO LEÓN COLONIA
RECTOR UPeCEN

ANEXO 3
EVIDENCIAS







