

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA  
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE  
ENFERMERÍA**



**INFLUENCIA DEL ESTRÉS EN EL RENDIMIENTO  
ACADÉMICO DEL ESTUDIANTE DE LA ESCUELA  
ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA - 2016**

**TESIS**

**PARA OPTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**PRESENTADO POR:**

**Bach. Enf. MARIELA NATTY SILVA LEIVA**

**ASESORA:**

**M.Cs. REGINA IGLESIAS FLORES**

**CAJAMARCA, PERÚ**

**2017**

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA  
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE  
ENFERMERÍA**



**INFLUENCIA DEL ESTRÉS EN EL RENDIMIENTO  
ACADÉMICO DEL ESTUDIANTE DE LA ESCUELA  
ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA - 2016**

**TESIS**

**PARA OPTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**PRESENTADO POR:**

**Bach. Enf. MARIELA NATTY SILVA LEIVA**

**ASESORA:**

**M.Cs. REGINA IGLESIAS FLORES**

**CAJAMARCA, PERÚ**

**2017**

© Copyright

MARIELA NATTY SILVA LEIVA

Todos los Derechos Reservados

SILVA M.2017. **Influencia del estrés en el rendimiento académico del estudiante de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca – 2016/Mariela Natty Silva Leiva/**. 70 páginas

Asesora: Regina Iglesias Flores

Disertación académica para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería-  
UNC 2017

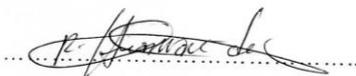
Influencia del estrés en el rendimiento académico del estudiante de la Escuela Académico  
Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca – 2016

**AUTORA:** MARIELA NATTY SILVA LEIVA

**ASESORA:** REGINA IGLESIAS FLORES

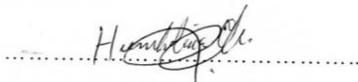
Tesis evaluada y aprobada para la obtención del Título de Licenciada en Enfermería de  
la Universidad Nacional de Cajamarca por los siguientes miembros.

**JURADO EVALUADOR**



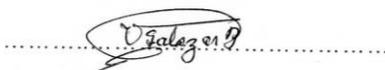
Dra. ÁNGELA RAQUEL HUAMÁN VIDAURRE

Presidenta



Dra. HUMBELINA CHUQUILIN HERRERA

Secretaria



Lic. Enf. VIOLETA MERCEDES SALAZAR BRIONES

Vocal

Cajamarca 2017, Perú

## **DEDICATORIA**

A Dios por brindarme la oportunidad y la dicha de la vida, al darme los medios necesarios para continuar mi formación como enfermera y siendo un apoyo incondicional para lograrlo ya que sin él no hubiera podido.

Con mucho cariño dedico esta tesis principalmente a mi madre que ha sabido formarme con buenos sentimientos, hábitos y valores, lo cual me ha ayudado a salir adelante en los momentos más difíciles.

A mi hija y hermanas, quienes han estado conmigo en todo momento y por creer en mí, apoyándome y brindándome todo su amor.

A todos mis docentes que me instruyeron, gracias por su tiempo, por su apoyo así como por la sabiduría que me transmitieron en el desarrollo de mi formación profesional, que sin su ayuda no hubiera sido posible culminar esta etapa tan importante, por la paciencia y comprensión en estos años.

A las personas que estuvieron a mi lado, que me enseñaron y me apoyaron en todo momento sin esperar nada a cambio.

**MARIELA SILVA LEIVA**

## AGRADECIMIENTO

La autora del presente estudio expresa su agradecimiento a:

Dios y la Virgen por la vida, salud, fuerzas y personas que han puesto en mi camino, por protegerme durante todo mi camino y darme fuerza para superar cada obstáculo y dificultades a lo largo de toda mi vida.

A la Universidad Nacional de Cajamarca, Facultad Ciencias de la Salud, Escuela Académico Profesional de Enfermería, por mi formación académica en estos cinco años, en especial a mis docentes quienes me guiaron para poder culminar esta etapa.

A mi madre, que con su demostración de una madre ejemplar me ha enseñado a no desfallecer ni rendirme ante nada y siempre perseverar a través de sus sabios consejos.

A mis familiares, por su afecto, el apoyo y el acompañamiento a lo largo de estos años.

A mi asesora, M.Cs. Iglesias Flores Regina por su valiosa amistad, por su orientación, sugerencias y aporte profesional, que permitió culminar este trabajo de tesis con satisfacción.

A todos los alumnos de Enfermería que fueron parte de esta muestra, gracias a ellos se hizo realidad este estudio.

A todas aquellas personas que de una u otra manera colaboraron para la realización de la presente investigación.

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la influencia del estrés en el rendimiento académico del estudiante de la escuela académico profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2016-II. La muestra estuvo conformada por 94 estudiantes de ambos sexos, que se encontraron cursando el II, III, IV, VI, VIII y X ciclos. El alcance de la investigación fue de enfoque cuantitativo tipo descriptivo, de corte transversal. La recolección de datos se realizó a través de una encuesta sociodemográfica y el Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO) del Estrés Académico. En los resultados obtenidos respecto a las características sociodemográficas de los estudiantes de Enfermería, el mayor porcentaje tubo entre 20 a 24 años de edad, son solteros y proceden de Cajamarca, viven y reciben apoyo de sus padres, se dedican sólo a estudiar y tienen condición académica regular; la relación con la familia, pareja, compañeros y profesores es buena; no hacen deporte. En cuanto al nivel de estrés, los estudiantes de Enfermería se encuentran en un nivel moderado, siendo las manifestaciones más frecuentes que inquietaron a los estudiantes, la sobrecarga de tareas y trabajos, participación en clase (responder a preguntas, exposiciones), tiempo limitado para hacer el trabajo; entre las reacciones físicas, las manifestaciones más frecuentes han sido dolor de cabeza o migraña, somnolencia o mayor necesidad de dormir; entre las reacciones psicológicas, ansiedad, angustia o depresión y problemas de concentración; entre las reacciones comportamentales, desgano para realizar las labores escolares y el aumento o reducción del consumo de alimentos. Con respecto al rendimiento académico, el estudiante de enfermería se encuentra en un nivel regular de rendimiento y referente a la influencia del estrés en el rendimiento académico se evidenció que el mayor porcentaje de los estudiantes que refirieron un nivel de estrés moderado tuvieron un rendimiento académico regular. Llegando a la conclusión que el estrés tiene influencia estadística altamente significativa en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería.

Palabras claves: Estrés, rendimiento académico y estudiante de enfermería.

## SUMMARY

The present research had as objective to determine the influence of stress in the academic performance of the student of the professional academic school of Nursing of the National University of Cajamarca, 2016-II. The sample consisted of 94 students of both sexes, who were enrolled in II, III, IV, VI, VIII and X cycles. The scope of the research was a quantitative, descriptive, cross-sectional approach. The data collection was done through a sociodemographic survey and the Systemic Cognoscitivist Inventory (SISCO) of Academic Stress. In the results obtained with respect to the sociodemographic characteristics of nursing students, the highest percentage of children between 20 and 24 years of age, are single and come from Cajamarca, live and receive support from their parents, are dedicated only to study and have conditions regular academic; the relationship with the family, couple, classmates and teachers is good; they do not do sports. Regarding the level of stress, Nursing students are at a moderate level, being the most frequent manifestations that disturbed the students, the overload of tasks and work, participation in class (answering questions, exhibitions), limited time to do the job; Among the physical reactions, the most frequent manifestations have been headache or migraine, drowsiness or greater need to sleep; between psychological reactions, anxiety, anguish or depression and problems of concentration; between behavioral reactions, reluctance to perform school work and the increase or reduction of food consumption. With regard to academic performance, the nursing student is at a regular level of performance and referring to the influence of stress on academic performance, it was found that the highest percentage of students who reported a moderate level of stress had a regular academic performance. Arriving at the conclusion that stress has a highly significant statistical influence on the academic performance of nursing students.

Key words: Stress, academic achievement and nursing student

## INDICE

Dedicatoria	I
Agradecimiento	II
Resumen	III
Summary	IV
<b>INTRODUCCION</b>	<b>1</b>
<b>CAPITULO I</b>	
<b>EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN CIENTIFICA</b>	
1.1. Planeamiento del problema	3
1.2. Formulación del problema	5
1.3. Justificación	6
1.4. Objetivos	7
<b>CAPITULO II</b>	
<b>MARCO TEORICO CONCEPTUAL</b>	
2.1. Antecedentes	8
2.2. Bases teóricas	10
2.3. Hipótesis de investigación	21
2.4. Variables de estudio	22
2.5. Operacionalización de variables	23
<b>CAPITULO III</b>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
3.1. Tipo de estudio	26
3.2. Ámbito de estudio	26
3.3. Población y muestra	28
3.4. Unidad de análisis	30
3.5. Criterios de inclusión	30
3.6. Criterios de Exclusión	30
3.7. Técnicas e instrumentos para recolectar datos	30
3.8. Procesamiento y análisis de la información	31
3.9. Presentación de los datos	31

3.10. Consideraciones éticas	32
------------------------------	----

## **CAPITULO IV**

### **RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

<b>Tabla 1.</b> Factores sociodemográficos de los estudiantes de la E.A.P.E de la UNC-2016-II	33
---	----

<b>Tabla 1.2.</b> Factores sociodemográficos de los estudiantes de la E.A.P.E de la UNC-2016-II (CONTINUACIÓN)	37
--	----

<b>Tabla 2.</b> Nivel de estrés académico que condicionan el rendimiento de los estudiantes de la E.A.P.E de la UNC-2016-II	40
---	----

<b>Tabla 3.</b> Rendimiento Académico de los estudiantes de la E.A.P.E de la UNC-2016-II	42
--	----

<b>Tabla 4.</b> Influencia del nivel de estrés en el rendimiento académico de los estudiantes de la E.A.P.E de la UNC-2016-II	44
---	----

<b>CONCLUSIONES</b>	45
---------------------	----

<b>RECOMENDACIONES</b>	46
------------------------	----

<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	48
-----------------------------------	----

### **ANEXOS**

<b>Anexo 1:</b> Solicitud para recolección de datos	55
---	----

<b>Anexo 2:</b> Cuestionario sociodemográfico	57
---	----

<b>Anexo 3:</b> Inventario SISCO	61
----------------------------------	----

<b>Anexo 4:</b> Rendimiento académico – notas	66
---	----

<b>Anexo 5:</b> Rendimiento académico	67
---------------------------------------	----

<b>Anexo 6:</b> Consentimiento informado	68
--	----

## INTRODUCCIÓN

Embarcarse en una carrera universitaria es para muchos estudiantes una experiencia muy positiva, un reto que asumen con motivación e ilusión. Sin embargo, para otros, el acceso a la universidad puede convertirse en una experiencia muy estresante y de difícil manejo, ya que coincidiendo con los cambios que se producen en el desarrollo final de la adolescencia, el acceso a la Enseñanza Superior enfrenta a los jóvenes a numerosos desafíos como son la separación de la familia y de los amigos o a unas mayores exigencias de autonomía. (1)

Los universitarios deben enfrentarse a estresores relacionados con los horarios, las condiciones de las aulas, los exámenes, la espera de calificaciones o la incertidumbre hacia el futuro, pudiendo repercutir todo ello negativamente en la salud física y mental de los mismos así como en su rendimiento académico. (2)

Si a este hecho sumamos la escasez de empleo que caracteriza nuestra época, junto con la alta competitividad a la que se van a ver sometidos estos sujetos, veremos que el paso por la universidad requiere que los jóvenes se esfuercen por adaptarse a nuevos roles, normas, responsabilidades y demandas académicas.

Sin embargo, a diferencia de lo que ocurre en otros campos de estudio del estrés psicosocial, existen pocas investigaciones que aborden de forma específica y rigurosa el impacto que el sistema educativo puede llegar a tener sobre los estudiantes, y, en especial, sobre los estudiantes universitarios, aunque resulte razonable suponer que muchas de las demandas, conflictos, actividades y eventos implicados en la vida académica puedan provocar estrés, y que dicho estrés, tal y como ya se ha comentado, pueda repercutir negativamente en la salud, el bienestar y el propio rendimiento de los estudiantes. (3)

Es en este contexto de cambio donde se quiere profundizar en el estudio de los obstáculos que los estudiantes pueden encontrar en el cumplimiento de sus tareas y la relación de éstos con su bienestar y desempeño académico. Existen casos en los que los estudiantes se encuentran desmotivados, no rinden académicamente o simplemente abandonan sus estudios sin que lleguemos a entender muy bien por qué.

La preocupación de las universidades por ofrecer una enseñanza de calidad supone considerar todas las variables implicadas en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Aunque no es necesario recalcar que la mayoría de los aspectos de la conducta humana son de naturaleza muy compleja, dos variables que han sido poco estudiadas en nuestro contexto académico universitario, tal y como se verá más adelante, y que podrían ayudar a comprender este proceso son el estrés y el rendimiento académico.

Para ello, este trabajo de investigación se estructura en cuatro capítulos.

En el **CAPITULO I**, aborda el problema de investigación científica, donde se conceptualiza el planteamiento del problema, así como la formulación del mismo, se presenta la justificación y objetivos tanto general como específicos de la investigación.

En el **CAPITULO II**, se describe el marco teórico, donde se encuentra los antecedentes relacionados al estrés y rendimiento académico, bases teóricas de dicho tema, hipótesis y variables incluida su operacionalización.

En el **CAPITULO III**, se explica la metodología utilizada y aplicada en la investigación, donde se expone el tipo de estudio, lugar donde se realizó el estudio, población y muestra, los instrumentos utilizados para la recolección de datos, el procesamiento de datos y presentación y análisis de los mismos.

Finalmente, en el **CAPITULO IV**, encontramos los resultados del estudio de investigación, las referencias bibliográficas utilizadas y anexos respetivamente.

## CAPITULO I

### EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN CIENTIFICA

#### 1.1. PLANEAMIENTO DEL PROBLEMA

El ritmo de trabajo al que está sometido el ser humano en el presente siglo es tan avasallante que, como consecuencia de tal desafío, no es raro que se vea modificada su conducta por acción de depresores, los mismos que a la postre desembocan en el estrés. (4)

Es por ello que el estrés es uno de los temas que más ha captado la atención de un buen número de autores e investigadores, tanto teóricos como aplicados, de manera especial en las cuatro últimas décadas. Y es que tal experiencia afecta cada vez a más personas, interfiriendo en su comportamiento y salud, al tiempo que está considerada como una de las mayores responsables de la aparición de alteraciones psicológicas y somáticas en nuestros días tanto en adultos, como en niños y adolescentes. (4)

Las investigaciones iniciales sobre estrés partían del supuesto implícito de la existencia de estresores prácticamente universales y de unas respuestas generales e inespecíficas que se producen del mismo modo en los diferentes organismos. De acuerdo con esta concepción, establece el concepto de Síndrome General de Adaptación (SGA), entendiendo como tal los diferentes cambios que se van produciendo en el organismo como consecuencia de la presencia más o menos mantenida de estresores, de los cuales la ansiedad y la depresión son los más comunes. (5)

Es normal experimentar cierto grado de ansiedad ante las situaciones inciertas; pero la ansiedad excesiva es una forma de neurosis que no beneficia ni al sujeto ni a los que con él conviven. Además, no hemos de olvidar la estrecha vinculación que existe entre estrés y ansiedad, y que muchas personas, que en la actualidad sufren los efectos devastadores de la ansiedad, iniciaron sus “hábitos” ansiosos en medio de situaciones estresantes. (6)

En cuanto a la depresión, se considera que es uno de los riesgos terminales del estrés. Cuando este ha continuado más allá de la fase de alarma y se ha mantenido constante durante un tiempo prolongado en la fase de resistencia, se entra en la fase de agotamiento, en la cual el resultado más próximo es la depresión. La persona deprimida ya no realiza proyectos ni siente deseos de proponerse ninguno y el inicio de toda jornada le resulta demasiado pesado. (7)

Cerca de 490 millones de personas sufren de estrés en todo el mundo. De acuerdo a la Asociación Americana de Psicología el 48% de las personas que padecen estrés muestran un gran impacto negativo en su vida personal y profesional. (8)

En el Perú la prevalencia anual del estrés excede los valores de normalidad con 14% aproximadamente, siendo más frecuente en las mujeres que en los varones. Según el Ministerio de Salud (MINSA) el estrés es un problema que afecta negativamente a más del 30% de la población de Lima y Callao, es decir tres de cada diez personas, 13 tiene un alto nivel de tensión o estrés, causado principalmente por problemas económicos, de salud, trabajo, estudios, la familia o la pareja. (9)

Existen factores que afectan el rendimiento académico y que está dado por 3 tipos; el intelectual o cognitivo, aptitud para el estudio y afectivos (10); sin embargo en los últimos años las investigaciones señalan que los factores exclusivamente intelectuales y aptitudinales son pobres predictores del rendimiento académico a largo plazo y más bien los afectivos son los de mayor influencia; además otros autores mencionan los factores inalterables tales como posición socioeconómica, nivel educativo de los padres o tamaño de familia. (10)

Se ha observado que algunos estudiantes han presentado cursos desaprobados, al interactuar con ellos al respecto refirieron: “es que el horario es muy saturado”, “tengo problemas en mi casa”, “los profesores que me enseñan no me motivan”, “me pongo nerviosa antes de los exámenes”, entre otras expresiones.

Varios estudios han encontrado una relación inversa entre los niveles de estrés autoinformados por los alumnos y el rendimiento académico de los mismos; es decir, los resultados existentes sugieren un impacto negativo del estrés sobre el rendimiento académico, hallaron una correlación significativamente negativa

entre los niveles de estrés de los estudiantes universitarios y su rendimiento académico. (11)

Se estima que alrededor del 25% de los universitarios presentan estrés, cabe destacar, que el mayor índice es presentado en las carreras del área de salud, y la carrera de Enfermería es una de las que manifiesta el grado de estrés más alto. (12)

Todos estos factores aparecen en un mismo entorno organizacional: como lo es la Universidad. En particular, este entorno sobre el que se centra esta investigación, representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador aunado a otros factores del fracaso académico universitario. (13)

Los escasos trabajos sobre el tema han demostrado la existencia de índices notables de estrés en las poblaciones universitarias, alcanzando mayores niveles en los primeros cursos de carrera y en los períodos inmediatamente anteriores a los exámenes (13) y siendo menor en los últimos, como sucede en la Universidad Nacional de Cajamarca, y en forma particular en la Escuela Académico Profesional de Enfermería, donde se percibe que los estudiantes muestran un cuadro particular que puede ser definido como ansiedad, ira o depresión, lo que en resumen significa estrés.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cuál es la influencia del estrés en el rendimiento académico del estudiante de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca - 2016?

### **1.3. JUSTIFICACIÓN**

El estrés es un tema muy discutido y estudiado por que sus niveles van aumentando no solo a nivel nacional sino también a nivel del mundo en donde afecta y perjudica a todas las personas sin distinción de edades, ni estatus económicos; no solo afecta a los estudiantes si no a todas las personas en general en base a esto su comportamiento varia y conlleva a refugiarse en diferentes factores tóxicos de la sociedad como el alcohol, drogas, males familiares, bajo rendimiento académico, suicidios que a la vez son reflejados dentro de la sociedad.

A partir del rendimiento académico, las autoridades han planteado una serie de preocupaciones por los altos índices de reprobación, deserción y abandono de los estudios, el largo periodo de tiempo que emplean los estudiantes para concluir sus licenciaturas, además de las bajas tasas de egresos y titulación. (14)

Por esta razón es que teniendo en cuenta los comportamientos de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca consideramos que se hace imperativa nuestra investigación por cuanto hemos percibido que un gran número de estudiantes viven deprimidos, iracundos y tensos; lo que significa que tiene cuadros de estrés.

Además, con el desarrollo del presente trabajo buscamos proponer alternativas que permitan superar, en los estudiantes de Enfermería sus factores estresantes típicos de la vida universitaria, y sobre todo en las épocas de cierre de ciclo.

Los resultados obtenidos en la investigación serán de mucha valía por los directivos de la Escuela Académico Profesional de enfermería, puesto que servirán para implementar estrategias de intervención sobre el estrés y mejorar el rendimiento académico de los estudiantes.

## **1.4. OBJETIVOS**

### **General:**

Determinar la influencia del estrés en el rendimiento académico del estudiante de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2016.

### **Específicos:**

- Identificar algunas características sociodemográficas del grupo de estudio.
- Identificar el nivel de estrés de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería.
- Determinar el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería.
- Establecer la influencia del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería.

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEORICO CONCEPTUAL**

#### **2.1. ANTECEDENTES**

Revisando la literatura relacionada a la investigación, se ha encontrado los trabajos siguientes:

##### **A NIVEL MUNDIAL**

Iciarte, E. en el año 2012, realizó un trabajo de investigación en la Universidad Nacional Bolivariana, titulado “Estrés académico en estudiantes de la facultad de farmacia y bioanálisis”; utilizó el Cuestionario de Evaluación del Estrés Académico (CEEA), realizado en 856 estudiantes y de acuerdo a los resultados y análisis de los mismos, concluyeron, que el mayor porcentaje de estudiantes de ambas carreras eran mujeres (79.6%), la edad promedio de 21.4 años, el mayor porcentaje no ejercen actividad laboral (80.2%), son solteros (93.1%), no tienen hijos (91.8%), provienen de otros estados del país (52.4% ) y son originarios de Mérida (47.6%), cursan entre el primer y tercer semestre de la carrera (40.8%), estudian de dos a tres horas diarias (57.9%) y manejan el estrés descansando en casa (75.6%). El factor estresante con mayor prevalencia referido fue durante el periodo de exámenes, siendo los causantes la falta de tiempo para estudiar, excesiva cantidad de materia para estudio, preparar un examen inmediato y esperar los resultados de un examen. (15)

Casuso, J. realizó un trabajo de investigación en la Universidad de Barcelona titulada: “Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud, 2011”. Para la obtención y el registro de datos utilizó el cuestionario on-line, en 304 alumnos. Entre sus principales resultados encontraron entre los principales estresores las deficiencias metodológicas del profesorado, los exámenes, la sobrecarga del estudiante y las intervenciones en público, siendo los síntomas físicos los que tienen una mayor incidencia, entre ellos: agotamiento físico, irascibilidad, agitación, pensamientos

negativos y dificultades con el sueño. Las puntuaciones medias indicaron niveles de estrés moderados. (16)

Vallejo, L. en su estudio titulado: “Relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la carrera química farmacéutica-biológica de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM)”;

realizado en el año 2011, utilizó el inventario SISCO del estrés académico V2, aplicado en 138 estudiantes mexicanos teniendo como resultados que el 50.7% de estudiantes estuvo conformado por hombres, y el 49.3% por mujeres, observándose que el 80,6% de los universitarios se encontró en un nivel moderado de estrés académico y con respecto al rendimiento académico, el nivel bajo y medio obtuvieron el mismo porcentaje (44.9%) Se realizó un análisis de correlación, encontrando que no hay una relación estadísticamente significativa entre las variables, rechazando la hipótesis estadística correspondiente. (17)

#### **A NIVEL NACIONAL**

Galdós, A. en el año 2014, en su estudio “Relación entre el rendimiento académico, el estrés académico y las dimensiones de personalidad de los estudiantes universitarios de la facultad de ingeniería de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas”, señala que la muestra estuvo conformada por 103 estudiantes del primero al décimo ciclo, siendo 83 hombres (80.60%) y 20 mujeres (19.40%) entre las edades de 17 y 25 años; En los resultados, encontró un nivel de rendimiento académico regular. Respecto al nivel de estrés académico, los estudiantes de Ingeniería suelen percibir las situaciones generadoras de estrés de manera moderada. (18)

#### **A NIVEL REGIONAL**

Huamán, R. y Col. En el año 2010, realizaron una investigación, cuyo objetivo fue determinar los factores sociodemográficos, familiares y académicos que condicionan el rendimiento de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, en 90 estudiantes de los diferentes ciclos académicos. La información recolectada sobre factores sociodemográficos se la obtuvo a través de la técnica de la entrevista

individual, utilizando un formulario elaborado. Para determinar el rendimiento de los estudiantes se obtuvo el promedio final de las notas consignadas en la ficha óptica de cada asignatura, como un indicador del logro alcanzado al final del semestre. Respecto a los resultados, la población en estudio estuvo concentrada en el grupo de 20 años a más de sexo mayormente femenino, solteras, procedentes de Cajamarca. Sus estudios fueron financiados por sus familiares. Casi la mitad viven con sus padres y una regular cifra aseveran haber sufrido violencia familiar, más de la mitad se sienten afectados por la incomprensión de sus padres. En su mayoría les cuesta adaptarse a la universidad, más de la mitad de estudiantes tienen materias desaprobadas mayormente en ciencias básicas, e indican tener inadecuados hábitos de estudio, afirma que la metodología de enseñanza aprendizaje no es adecuada, asimismo no encontraron apoyo en sus dificultades académicas; consideran como causa del bajo rendimiento académico la falta de estudio y metodología enseñanza aprendizaje inadecuada. (19)

## **2.2. BASES TEORICAS**

### **El estrés**

El estrés puede ser definido como el proceso que se inicia ante un conjunto de demandas ambientales que recibe el individuo, a las cuáles debe dar una respuesta adecuada, poniendo en marcha sus recursos de afrontamiento. Cuando la demanda del ambiente (laboral, social, etc.) es excesiva frente a los recursos de afrontamiento que se poseen, se van a desarrollar una serie de reacciones adaptativas, de movilización de recursos, que implican activación fisiológica. Esta reacción de estrés incluye una serie de reacciones emocionales negativas (desagradables), de las cuáles las más importantes son: la ansiedad, la ira y la depresión. (20)

### **Origen y evolución**

El surgimiento del término estrés tiene su origen en el estudio de la física en los albores del siglo XVII. En esa época el inglés Robert Hooke descubría la energía potencial elástica y la relación existente entre las deformaciones de un cuerpo y la fuerza aplicada sobre este. Más adelante, el también inglés Thomas Young definió

el término estrés como la respuesta intrínseca del objeto propia a su estructura, provocada por la fuerza concurrente. A partir de este momento, debido al impacto notable de la física sobre otras áreas del conocimiento, comienza la exportación de la terminología científica de esta ciencia en otras áreas como la medicina, la biología y la química. (21)

Los primeros reportes del concepto de estrés aplicado a otras ciencias como la medicina corresponden al médico y fisiólogo francés Claude Bernard, a principios del siglo XIX. Aquí Bernard llega a un concepto clave, “la estabilidad del medio ambiente interno es la condición indispensable para la vida libre e independiente”. (22) A comienzos del siglo XX el investigador norteamericano Walter Bradford Cannon realizó una serie de investigaciones y se refiere al término de estrés como un estado o reacción del organismo describiendo los mecanismos fisiológicos que intervienen en el mantenimiento de un equilibrio físico-químico esencial, para lo que propuso el nombre de homeostasis (del griego homoios, similar y stasis, posición). Cuando el balance homeostático lograba ser alterado fuera de sus límites, el individuo intentaba restablecerlos mediante mecanismos determinados. Según Cannon, el estrés era el resultado de disturbios en el mecanismo homeostático del individuo o del animal. Una limitante importante en el trabajo de Cannon lo constituyó al igual que Bernard el enfoque predominantemente biológico y unidimensional lo que limita la definición conceptual del estrés como proceso biopsicosocial. (23)

A mediados del siglo XX comienza a reconocerse la implicación del estrés en la vida del ser humano como posible generador de enfermedades a mediano y largo plazo. A partir de este momento se potencia el estudio del estrés con una metodología científica y un enfoque positivista siendo Hans Selye el pionero en este campo. Este autor redefinió el estrés desde varias posiciones: inicialmente como estímulo y más adelante como respuesta, incluyendo conceptos claves como agente estresor. En su estudio sobre el Síndrome General de Adaptación y las Enfermedades de Adaptación, Selye presenta la siguiente definición: “El síndrome de adaptación general es la suma de todas las reacciones sistémicas del cuerpo no específicas las cuales siguen después de una larga y continua exposición al estrés”. (24) En la actualidad se han adicionado nuevos conceptos que han complejizado

el enfoque biológico más allá de la homeostasis y los macrosistemas estabilizadores. Esta nueva tendencia incluye definiciones como la homeostasis con sus componentes microestabilizadores como mecanismos compensadores de la homeostasis. (25)

A finales del siglo XX se produce un giro radical en cuanto al enfoque empleado en el estudio del estrés, dirigiendo mayoritariamente las investigaciones al componente psicosocial. (24) En este momento se reconoce la importancia del entorno y su relación con el individuo en el estrés, dando origen a los modelos personológicos. Numerosos son los investigadores que han contribuido al enriquecimiento teórico a partir de la integración biopsicosocial en el estudio del estrés. Uno de los más importantes es Richard Lazarus. Este investigador incorpora elementos estructurales y funcionales importantes en el concepto del estrés: la evaluación cognitiva y las estrategias de afrontamiento del individuo. (26) En su obra Lazarus realiza el siguiente enunciado acerca del estrés "... parece razonable usar la palabra estrés, como un término genérico para toda una serie de problemas que incluyen: el estímulo que produce las reacciones de estrés, las reacciones por sí mismas y los variados procesos intervinientes...". A partir de este momento y hasta la actualidad se reduda en esta diversidad de conceptos acatando el enfoque personológico transaccional como el de mayor aceptación entre la comunidad científica. (26)

### **Causas del Estrés**

Según Jean Benjamin Stora 2012 "el estrés es causado por el instinto del cuerpo de protegerse a sí mismo". Este instinto es bueno en emergencias, como el de salirse del camino si viene un carro a velocidad. Pero éste puede causar síntomas físicos si continua por mucho tiempo, así como una respuesta a los retos de la vida diaria y los cambios. (27)

Cuando esto sucede, explica Jean, es como si su cuerpo se preparara para salir fuera del camino del carro, pero usted está inmóvil. Su cuerpo está trabajando sobre tiempo, sin ningún lugar para usar toda esa energía extra. Esto puede hacerlo sentir ansioso, temeroso, preocupado y tenso. (27)

Cualquier suceso que genere una respuesta emocional, puede causar estrés. Esto incluye tanto situaciones positivas (el nacimiento de un hijo, matrimonio) como negativas (pérdida del empleo, muerte de un familiar). El estrés también surge por irritaciones menores, como esperar demasiado en una cola o en tráfico. Situaciones que provocan estrés en una persona pueden ser insignificantes para otra. (28)

Los llamados estresores o factores estresantes o situaciones desencadenantes del estrés son cualquier estímulo, externo o interno (tanto físico, químico, acústico o somático como sociocultural) que, de manera directa o indirecta, propicie la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo (homeostasis). (28)

Una parte importante del esfuerzo que se ha realizado para el estudio y comprensión del estrés se ha centrado en determinar y clasificar los diferentes desencadenantes de este proceso. La revisión de los principales tipos de estresores que se han utilizado para estudiar el estrés nos proporciona una primera aproximación al estudio de las condiciones desencadenantes del estrés. (28)

### **Categorías de estresores:**

Situaciones que fuerzan a procesar información rápidamente, estímulos ambientales dañinos, percepciones de amenaza, alteración de las funciones fisiológicas (enfermedades, adicciones, etcétera), aislamiento y confinamiento, bloqueos en nuestros intereses, presión grupal y frustración.

Sin embargo, al haber la posibilidad de realizar diferentes taxonomías sobre los desencadenantes del estrés en función de criterios meramente descriptivos -por ejemplo, la que propusieron Lazarus y Folkman 1984, (29) para quienes el estrés psicológico es una relación particular entre el individuo y el entorno (que es evaluado por el individuo como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar), se ha tendido a clasificarlos por el tipo de cambios que producen en las condiciones de vida. Conviene hablar, entonces, de cuatro tipos de:

## **Acontecimientos estresantes**

- **Los estresores únicos.**

Hacen referencia a cataclismos y cambios dramáticos en las condiciones en el entorno de vida de las personas, y que habitualmente afectan a un gran número de ellas. (29)

- **Los estresores múltiples.**

Afectan sólo a una persona o a un pequeño grupo de ellas, y se corresponden con cambios significativos y de trascendencia vital para las personas. (29)

- **Los estresores cotidianos.**

Se refieren al cúmulo de molestias, imprevistos y alteraciones en las pequeñas rutinas cotidianas. (29)

- **Los estresores biogénicos.**

Son mecanismos físicos y químicos que disparan directamente la respuesta de estrés sin la mediación de los procesos psicológicos. (29)

Estos estresores pueden estar presentes de manera aguda o crónica y, también, pueden ser resultado de la anticipación mental acerca de lo que puede ocurrir en el futuro.

## **Síntomas generales del estrés**

Los síntomas generales del estrés son bien conocidos:

- Estado de ansiedad, sensación de ahogo e hipoxia aparente, rigidez muscular, pupilas dilatadas (midriasis), incapacidad de conciliar el sueño (insomnio), falta de concentración de la atención, irritabilidad, pérdida de las capacidades para la sociabilidad y estado de defensa del yo.

## **Entre los enfoques del estrés se menciona a:**

### **El estrés como interacción**

Se considera importante la valoración que hace el individuo de la situación estresora que las características objetivas de dicha situación. El modelo más conocido es el modelo de la valoración de Lazarus (29) que propone una serie de procesos cognitivos de valoración de la situación y valoración de los recursos del propio individuo para hacer frente a las consecuencias negativas de la situación. El estrés surgiría como consecuencia de la puesta en marcha de estos procesos de valoración cognitiva. Si el sujeto interpreta la situación como peligrosa, o amenazante, y considera que sus recursos son escasos para hacer frente a estas consecuencias negativas, surgirá una reacción de estrés, en la que se pondrán en marcha los recursos de afrontamiento para intentar eliminar las consecuencias no deseadas. (30)

### **Estrés académico**

Con el regreso a clases y el paso del año, el cuerpo humano se comienza a resentir. Sueño y cansancio son sólo algunos de los síntomas que perjudican la salud de los estudiantes. (31)

Si sólo el entrar al colegio o la universidad ya es estresante, la permanencia y obligaciones diarias pueden ser aún peor. Por esto tener claro síntomas y causas de las enfermedades suele ser un valioso plus para poderlas evitar y enfrentarlas con éxito. (31)

El estrés tiene manifestaciones en tres rubros: cognitivo, fisiológico y conductual.

El cognitivo, porque es un reto entrar a una universidad o a un nuevo colegio; los alumnos se cuestionan si van a poder, si será difícil la carrera o graduarse de secundaria, si eligieron bien, si sus papás podrán mantener la colegiatura, por qué ya no tienen tiempo para nada, todo lo que uno se imagina al iniciar una nueva época". (21)

El fisiológico, el corazón palpita más rápido, puede haber secreciones estomacales, sudoración, problemas para concentrarse y para hablar en público,

tics, se bajan las defensas o afecta la piel y el estómago; se manifiesta de manera diferente en cada persona. (21)

El conductual, abarca los cambios de conducta drásticos, como que en el colegio era muy amigable y en la universidad no encuentra amigos, llegar a un nuevo colegio y no conocer a nadie o se le dificulta hacer equipos de trabajo, o antes era muy participativo en clase. Gómez, señala que, si los estudiantes tienen la sensación de que algo anda mal, no se sienten a gusto y eso permanece, unido a comportamientos como cansancio o dormir de más, estar distraído, enojado o algún otro malestar, es conveniente acudir con un especialista, como un psicólogo, porque una de las consecuencias pueden ser las enfermedades y el bajo rendimiento académico. (21)

Una vez que reconoce que está estresado, hay diversas cosas que puedes hacer. Puede probar a hablar sobre lo que le preocupa con un adulto de confianza, como uno de sus padres o un profesor. Explicar lo que le ronda por la cabeza y cómo lo hace sentir. Un adulto puede tener ideas sobre cómo solucionar lo que le preocupa o incomoda. (21)

El estrés académico es aquél que se produce a partir de las demandas que exige el ámbito educativo. En términos estrictos, éste podría afectar tanto a profesores, recordemos los problemas de ansiedad a hablar en público o el llamado síndrome de Burnout o el estrés informado por los profesores en el abordaje de sus tareas docentes como a estudiantes. Incluso, dentro de éstos, podría afectar en cualquier nivel educativo. (31)

### **Niveles de Estrés**

Demandas frustrantes e irritantes que acarrea la interacción diaria con el medio ambiente. Se trata de sucesos, problemas, preocupaciones y contrariedades de alta frecuencia, baja intensidad y alta predictibilidad que pueden alterar el bienestar emocional y físico del individuo. (32)

## **Inventario SISCO del estrés académico V2, diseñado y validado por (Barraza, 2008). (33)**

### **Propiedades Psicométricas**

- Confiabilidad: se obtuvo una confiabilidad por mitades de 87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de 90. Estos niveles de confiabilidad fueron valorados como muy buenos según DeVellis, 2006, o elevados según Murphy y Davishofer, 2004. (33)
- Validez: se recolectó evidencia basada en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados. Los resultados confirman la constitución tridimensional del Inventario SISCO correspondiente, lo cual coincide con el modelo conceptual elaborado para el estudio del estrés académico desde una perspectiva sistémico-cognoscitivista (Barraza, 2006). (33)

### **Aplicación**

El inventario es autoadministrado y se puede solicitar su llenado de manera individual o colectiva, su resolución no implica más de 10 minutos.

### **Estructura**

El inventario SISCO del Estrés Académico se configura por 31 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítems de filtro que en términos dicotómicos (si-no) permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.
- Un ítems que es un escalamiento tipo Lickert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde cada uno es poco y cinco es mucho) permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.
- Ocho ítems que en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.

- 15 ítems que en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
- Seis ítems que en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar el uso de las estrategias de afrontamiento.

Siendo los valores numéricos para cada ítem los siguientes:

Nunca = 1, Rara vez = 2, Algunas veces = 3, Casi siempre = 4, Siempre = 5

El nivel de estrés se determinó de acuerdo a los puntajes obtenidos.

Leve = 30 – 70, Moderado = 71 – 110, Profundo = 111 – 150.

### **Rendimiento Académico**

El rendimiento académico entendido como la medida de las capacidades; es decir lo que una persona ha aprendido de un determinado proceso de formación o instrucción; Himmel lo llama grado de logro de los objetivos establecidos en los programas oficiales de estudio. Otros autores mencionan que es la evaluación del conocimiento adquirido, en determinado material de conocimiento y refleja el resultado de las diferentes y complejas etapas del proceso educativo y al mismo tiempo, una de las metas hacia las que convergen todos los esfuerzos y todas las iniciativas de las autoridades educacionales, maestros, padres de familia y alumnos. (34)

El rendimiento académico puede concebirse como el nivel de conocimientos, habilidades y destrezas que el alumno adquiere durante el proceso enseñanza - aprendizaje. (35)

Además el rendimiento académico es una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación. Ahora desde una perspectiva propia del estudiante, define el rendimiento como una capacidad respondiente de éste frente a estímulos

educativos, susceptible de ser interpretado según objetivos o propósitos educativos pre-establecidos. Este tipo de rendimiento académico puede ser entendido en relación con un grupo social que fija los niveles mínimos de aprobación ante un determinado cúmulo de conocimientos o aptitudes. (35)

### **Importancia del rendimiento académico**

Es importante porque permite establecer en qué medida los estudiantes han logrado cumplir con los objetivos educacionales, no sólo sobre los aspectos del tipo cognoscitivos del alumno, sino en muchos otros aspectos determinantes, esto nos permitirá obtener información, para establecer estándares educativos. El eficiente rendimiento académico de los estudiantes, no sólo se demuestra en la calificación obtenida en un examen, sino en el resultado de diversas etapas del proceso educativo, en el cual desembocan todos los esfuerzos de los estudiantes, maestros y padres de familia. (36)

### **Características del rendimiento académico**

García y Palacios 1991, después de realizar un análisis comparativo de diversas definiciones del rendimiento escolar, concluyen que hay un doble punto de vista, estático y dinámico, que atañen al sujeto de la educación como ser social. (37) En general, el rendimiento escolar es caracterizado del siguiente modo:

- El rendimiento en su aspecto dinámico responde al proceso de aprendizaje, como tal está ligado a la capacidad y esfuerzo del estudiante.
- En su aspecto estático comprende al producto del aprendizaje generado por el alumno y expresa una conducta de aprovechamiento.
- El rendimiento está ligado a medidas de calidad y a juicios de valoración.
- El rendimiento es un medio y no un fin en sí mismo.
- El rendimiento está relacionado a propósitos de carácter ético que incluye expectativas económicas, lo cual hace necesario un tipo de rendimiento en función al modelo social vigente.

### **Factores que influyen en el rendimiento académico**

El primero, factor alumno, abarca: el nivel socioeconómico, nutrición, salud, nivel de aprestamiento, apoyo educativo en casa, influencia de los medios de comunicación, autoestima, coeficiente intelectual, ausentismo escolar, edad, sexo. (38)

El segundo, factor profesor, abarca los antecedentes académicos, experiencia, actualización, capacitación, especialización, vocación, capacidad para adoptar programas y textos a su realidad; para elaborar instrumentos de evaluación, reparación previa de las clases, simpatía con los alumnos; para innovar métodos, situación socioeconómica, edad y sexo. (38)

Finalmente, el factor escuela o centro de estudio, comprende la disponibilidad de programas y normas, biblioteca, materiales didácticos, disponibilidad de aulas, número de alumnos por aula y docente, dirección y supervisión adecuada, apoyo técnico, instalaciones básicas, doble turno, asignación de tareas, distribución del tiempo y sistemas de evaluación. (38)

### **Categorización del rendimiento académico de los estudiantes universitarios**

Las calificaciones educativas, son las notas cuantitativas o cualitativas con las que se valora o mide el rendimiento académico de los alumnos universitarios. Evaluar el rendimiento académico del alumno, es una tarea compleja que exige al docente obrar con la máxima objetividad y precisión posible. En el sistema educativo peruano, la mayor parte de las calificaciones se basan en el sistema vigesimal, es decir de 0 a 20. Sistema en el cual el puntaje obtenido se traduce en la categorización del logro de aprendizaje, el cual varía del aprendizaje eficiente al deficiente. (36)

### **Escala de Calificación para medir el rendimiento académico**

Al finalizar cada período, los estudiantes tendrán un calificativo por cada criterio de evaluación. Éste se obtiene promediando los calificativos que los estudiantes hayan obtenido en dicho criterio durante el ciclo académico. (39)

- a. **Muy bueno (18 – 20):** Cuando el estudiante evidencia el logro de los aprendizajes previstos, demostrando incluso un manejo solvente y muy satisfactorio en todas las tareas propuestas.
- b. **Bueno (14 – 17):** Cuando el estudiante evidencia el logro de los aprendizajes previstos en el tiempo programado.
- c. **Regular (11 – 13):** Cuando el estudiante está en camino de lograr los aprendizajes previstos, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo.
- d. **Deficiente (0 – 10):** Cuando el estudiante está empezando a desarrollar los aprendizajes previstos o evidencia dificultades para el desarrollo de éstos y necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención del docente de acuerdo con su ritmo y estilo de aprendizaje.

### 2.3. HIPÓTESIS DE INVESTIGACION

**Ha:** El estrés influye en el rendimiento académico del estudiante de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca

**Ho:** El estrés no influye en el rendimiento académico del estudiante de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca.

### 2.4. VARIABLES DE ESTUDIO

**A. INDEPENDIENTE:** nivel de estrés.

**B. DEPENDIENTE:** rendimiento académico.

**C. INTERVINIENTES:** características sociodemográfica.

## 2.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

<b>Variabes</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Tipo</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Escala de Medición</b>	<b>Instrumento</b>
<b>Nivel de estrés</b>	Demandas frustrantes e irritantes que acarrea la interacción diaria con el medio ambiente. Se trata de sucesos, problemas, preocupaciones y contrariedades de alta frecuencia, baja intensidad y alta predictibilidad que pueden alterar el bienestar emocional y físico del individuo. (32)	Se expresa en niveles: leve moderado y profundo obtenidas de las afirmaciones que respondieron los estudiantes de enfermería según el inventario SISCO	Cualitativa	Leve Moderado Profundo	30 – 70 puntos 71 – 110 puntos 111 – 150 puntos	Ordinal	Cuestionario (inventario SISCO del estrés académico V2).
<b>Rendimiento académico</b>	Es la evaluación del conocimiento adquirido, en determinado material de conocimiento y refleja el resultado de las diferentes y complejas etapas del proceso	Se midió a través de los promedios alcanzados al final del semestre 2016-II teniendo en consideración las actas de notas recogidas de la	Cualitativa	Muy bueno Bueno Regular Deficiente	18 – 20 puntos 15 – 17 puntos 11 – 14 puntos 00 – 10 puntos	Ordinal	Actas de notas recogidas de la Oficina de Registros y Asuntos Académicos.

	educativo y al mismo tiempo, una de las metas hacia las que convergen todos los esfuerzos y todas las iniciativas de las autoridades educacionales, maestros, padres de familia y alumnos. (34)	Oficina de Registros y Asuntos Académicos de la F.C.S.					
<b>Características sociodemográficas:</b>	Son el conjunto de características biológicas, socioeconómico culturales que están presentes en la población sujeta a estudio, tomando aquellas que puedan ser medibles. (40)	Las características sociodemográficas fueron medidas a través de edad, estado civil, procedencia, tipo de vivienda, ocupación, condición económica, condición académica, ciclo, con quien vive, relación con su familia, relación con su pareja, relación con los compañeros, relación con los profesores, hace deporte.	Cuantitativa	Edad	15 a 19 años. 20 a 24 años.	Continua	Cuestionario elaborado por la investigadora
			Cualitativa	Estado Civil	Soltero. Casado. Conviviente.	Nominal	
			Cualitativa	Procedencia	Zona urbana. Zona rural.	Nominal	
			Cualitativa	Tipo de vivienda	Propia. Alquilada.	Nominal	
			Cualitativa	Ocupación	Estudiante. Estudia y trabaja.	Nominal	
			Cualitativa	Condición económica	Apoyo de padres. Apoyo de la pareja. Autofinanciado.	Nominal	
			Cualitativa	Condición académica	Regular. Irregular.	Nominal	

			Cuantitativa	Ciclo	Segundo ciclo. Tercer ciclo. Cuarto ciclo. Sexto ciclo- Octavo ciclo. Decimo ciclo.	Continua
			Cualitativa	Con quien vive	Padres. Solo. Pareja. Suegros	Nominal
			Cualitativa	Relación con su familia	Buena Regular Mala	Nominal
			Cualitativa	Relación con la pareja	Buena Regular Mala	Nominal
			Cualitativa	Relación con los compañeros	Buena Regular Mala	Nominal
			Cualitativa	Relación con los profesores	Buena Regular Mala	Nominal
			Cualitativa	Hace deporte	Si. No	Nominal

## **CAPITULO III METODOLOGIA**

### **3.1. TIPO DE ESTUDIO**

El estudio realizado corresponde a una investigación descriptivo, porque permitió describir los niveles de estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería tal como se presenta en su contexto. De corte transversal, porque la información se recolectó en un espacio y momento determinado. Correlacional, porque se midió el grado de relación existente entre el nivel de estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería.

### **3.2. AMBITO DE ESTUDIO**

La presente investigación fue realizada en la Universidad Nacional de Cajamarca en los ambientes correspondientes a la Escuela Académico Profesional de Enfermería.

La Universidad Nacional de Cajamarca fue creada por Ley No 140115 del 13 de Febrero de 1962, como institución de enseñanza superior, autónoma, de carácter democrático, descentralizada de derecho público interno de enseñanza superior, expresada por el pueblo de Cajamarca con el objetivo principal de promover el desarrollo sustentable y las mejores condiciones de vida para el desarrollo cultural, económico y social de la región y del país. Inicio su funcionamiento el 14 de julio de 1962. A lo largo de su existencia viene siendo reconocida por la alta calidad profesional académica, técnica y formación humanística de sus egresados y su lema “Consagrar la vida a la búsqueda y defensa de la verdad”. (41)

En 1964 se crea la Escuela de Medicina Rural y dos años después, el 26 de noviembre de 1966 se crea la Escuela de Enfermería, vinculada a la Facultad de Medicina. En los documentos se tiene información de que la Escuela de Enfermería tiene el registro

de creación el 16 de noviembre de 1966, iniciándose su funcionamiento el 26 de noviembre del mismo año. (41)

Es creada con el nombre de Escuela de Enfermería vinculada a la facultad de medicina, con Resolución 167 – 70 del CONUP. En fecha 01-04-81 con RR No 9642-81-UNTC del 15 de abril de 1981, se crea la Sección de Jaén y en fecha 16-05-90 con RR No 22059-90-UNC se crea la Sección de Chota. El 02-04-84 forma parte de la recién creada Facultad Ciencias de la Salud. (41)

En 1970, por cuestiones políticas es cerrada la Carrera de Enfermería designándole el nombre de Programa Académico de Enfermería adscrita al Departamento de Ciencias Biológicas, con un plan de estudios de 4 años. Con el derecho Ley 19326, en el primer gobierno del General Juan Velazco Alvarado se decreta la formación de Enfermería en 5 años con 200 créditos en el currículo, por lo que se organizó en 10 semestres como Profesión Universitaria de Nivel Superior, bajo el sustento de que el conocimiento debe ser transmitido con un elevado grado científico, técnico y humanístico. (41)

La Escuela al inicio de su creación conto con profesores médicos encargados del dictado de las asignaturas de especialidad, las enfermeras contratadas ex alumnas de la Escuela de Enfermería del Hospital Arzobispo Loayza de Lima, desarrollaban la parte practica en el Hospital de Belén. (41)

Posteriormente se incorporan como docentes responsables de la teoría y la práctica a medida a que se adquirieran especialidades y seleccionaron las mejores estudiantes de las primeras promociones para ejercer la docencia. (41)

La escuela cuenta con 50 años desde su creación. A partir del año 1998 se implementa a nivel nacional el enfoque de competencias en los currículos para la formación de Enfermería a nivel nacional en el país. Actualmente la Escuela cuenta con Currículo por competencias implementado después de un proceso de autoevaluación interna y

externa. Desde 1966 hasta el presente se tiene registrado más de 40 promociones de enfermeras (os) distribuidas como recurso humano a nivel nacional y el extranjero. Desde 1987, hasta el periodo actual, el mayor porcentaje de docentes enfermeros (as) cuentan con el agrado académico de Maestro y Doctor. Se han creado varias Especialidades de acuerdo al estudio de mercado de la región. (41)

### 3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

- La población lo conformaron los estudiantes de Enfermería matriculados de primero a quinto año, en el semestre académico 2016-II, siendo la población total 287 estudiantes.
- Para calcular el tamaño de la muestra estratificada se utilizó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 pqN}{e^2(N-1) + Z^2 pq}$$

Donde:

N = el tamaño de la muestra: 287 alumnos de la Escuela Académico Profesional de Enfermería.

Z= Nivel de confiabilidad (95%): equivalente a la constante 1.96

p= Proporción esperada de la característica a evaluar: 90%

q= Complemento de p: 10%

E= Error de muestreo: 5%

Aplicando la formula indicada se tiene:

$$n = \frac{(1.96)^2(90)(10)(287)}{(5)^2(287-1) + (1.96)^2(90)(10)}$$

$$n = \frac{(3.8416)(900)(287)}{(25)(286) + (3.8416)(900)}$$

Realizando los cálculos, el tamaño de la muestra es:

$$n = 93.5461601$$

Redondeando:  $n = 94$

El tamaño de la muestra a evaluar fue de 94, para la fijación proporcional se tiene la expresión:

$$\frac{n}{N} = \frac{94}{287}$$

Por lo que el factor es: 0.327526

Por lo tanto la muestra estratificada quedó distribuida de la siguiente manera:

Población de estudio		Muestra de estudio		
Ciclo de Estudio	N° de Alumnos (N)	Factor de proporcionalidad	Muestra (n) seleccionada (N x factor)	Redondeando Muestra (n)
II	46	0.327526	15.0661	15
III	33	0.327526	10.8084	11
IV	56	0.327526	18.3415	18
VI	52	0.327526	17.0314	17
VIII	45	0.327526	14.7387	15
X	55	0.327526	18.0139	18
<b>TOTAL</b>	<b>287</b>	<b>TOTAL</b>	<b>94</b>	

### **3.4. UNIDAD DE ANALISIS**

Cada estudiante de enfermería que forma parte del estudio y que cumple los requisitos de inclusión.

### **3.5. CRITERIOS DE INCLUSIÓN**

- Estudiantes matriculados en el II, III, IV, VI, VIII y X ciclo durante el semestre 2016-II.
- Estudiantes que dieron su consentimiento informado oral y escrito de aceptación para participar del estudio.

### **3.6. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN**

- Estudiantes sin deseo a participar en el estudio.
- Estudiantes que se encontraron con tratamiento de fármacos antidepresivos o ansiolíticos en el último año.

### **3.7. TECNICAS E INSTRUMENTOS PARA RECOLECTAR DATOS**

La información fue recolectada por la investigadora durante los meses de noviembre a diciembre del 2016, previa coordinación con la Dirección de la Escuela Académico Profesional de Enfermería, de quien se obtuvo la autorización correspondiente para la ejecución del trabajo de tesis. (Anexo 1)

Para la recolección de datos sociodemográficos se elaboró un cuestionario conformado por 14 preguntas relacionados a datos de identificación, demográficos y sociales (Anexo 2).

Para determinar el estrés en los estudiantes de Enfermería se aplicó el inventario SISCO del estrés académico V2 (Anexo 3), diseñado y validado por Barraza, 2008

(33) que es un cuestionario tipo Lickert que consta de 31 ítems que permitió evaluar: estresores del entorno académico, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento.

Luego a cada ítem se le asignó un criterio y un valor de medición.

Nunca = 1, Rara vez = 2, Algunas veces = 3, Casi siempre = 4, Siempre = 5

El nivel de estrés se determinó de acuerdo a los puntajes obtenidos.

Leve = 30 – 70, Moderado = 71 – 110, Profundo = 111 – 150

Para medir el rendimiento se solicitó el promedio final de la suma de todas las notas obtenidas en cada asignatura al final del Semestre Académico 2016 - II, como un indicador del logro alcanzado. Para tal fin se utilizaran las fichas ópticas de la oficina de Registro Central. (Anexo 4)

El nivel de rendimiento académico se evaluó de la siguiente manera:

Muy bueno = 18 – 20, Bueno = 15 – 17, Regular = 11 – 14, Deficiente = 00 -10.

### **3.8. PROCESAMIENTO Y ANALISIS DE LA INFORMACIÓN**

La información fue procesada de forma computarizada utilizando el programa SPSS versión 15.0, Los datos se describieron, en base a las estadísticas obtenidas del procesamiento que permitieron el análisis de los resultados a través de la confrontación con los antecedentes y teorías relacionadas con el tema.

### **3.9. PRESENTACIÓN DE LOS DATOS**

Los datos fueron presentados en tablas estadísticas de asociación y utilizando frecuencias y porcentajes que permitieron analizar mejor los resultados.

### 3.10. CONSIDERACIONES ÉTICAS

Para el desarrollo de la presente investigación se contemplaron los siguientes principios éticos:

- ✓ Principio de autonomía: la participación de los estudiantes de enfermería fue de carácter voluntario, y se les ofreció información suficiente para tomar una decisión razonada a cerca de los posibles beneficios y costos de su participación sin ningún tipo de abuso. Así mismo se les informó que podría retirarse en cualquier momento; obteniendo el consentimiento informado. (Anexo 6)
- ✓ Principio de no maleficencia: los estudiantes participantes no sufrieron perjuicios físicos o económicos, o pérdida de prestigio o autoestima como resultado de tomar parte en el estudio.
- ✓ Principio de justicia: a todos los estudiantes de enfermería participantes en el estudio se los trató igualitariamente sin discriminar a nadie, tratando de cuidar su privacidad.
- ✓ Principio de beneficencia: En todo momento se buscó el bien para los estudiantes de enfermería participantes en la investigación, dando a conocer los riesgos y beneficios de dicha investigación.
- ✓ Principio de respeto: Se respetó la integridad física de los estudiantes de enfermería durante la realización de este estudio respetando sus derechos, mediante la información adecuada sobre el objetivo de la investigación y de su comprensión y cuya información no será revelada a personas ajenas a la investigación, respetando el derecho a su privacidad y obteniendo el consentimiento voluntario para participar en el estudio mediante libre elección y sin coacción alguna.

**CAPITULO IV**  
**RESULTADOS Y DISCUSIONES**

**Tabla 1. Factores sociodemográficos de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2016-II.**

<b>CARACTERISTICAS SOCIODEMOGRAFICAS</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>EDAD</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
15 a19 años	38	40.4
20 a 24 años	56	59.6
<b>ESTADO CIVIL</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
Soltero (a)	86	91.5
Casado (a)	1	1.1
Conviviente	7	7.4
<b>PROCEDENCIA</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
Cajamarca	75	79.8
Otros lugares	19	20.2
<b>TIPO DE VIVIENDA</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
Propia	57	60.6
Alquilada	37	39.4
<b>OCUPACIÓN</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
Estudiante	82	87.2
Estudia y trabaja	12	12.8
<b>CONDICIÓN ECONÓMICA</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
Apoyo de padres	87	92.6
Apoyo de la pareja	4	4.3
Autofinanciado	3	3.2
<b>CONDICIÓN ACADÉMICA</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
Regular en los estudios	77	81.9
Irregular en los estudios	17	18.1
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Cuestionario elaborado por la investigadora, 2016 - II.

En la tabla 1, con respecto a las características sociodemográficas, se puede observar, en cuanto a la edad, que los estudiantes de enfermería del II al X ciclo que se encontraron cursando el semestre académico 2016-II, están comprendidos entre las edades de 15 a 24 años, siendo el grupo mayoritario de estudiantes de enfermería, los que tienen entre 20 – 24 años de edad (59.6%), seguido del 40.4% que tienen entre los 15 – 19 años.

Los resultados obtenidos son similares con los reportados por Galdós, A. en su estudio “Relación entre el rendimiento académico, el estrés académico y las dimensiones de personalidad de los estudiantes universitarios de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas de la ciudad de Lima, al reportar que los estudiantes se encontraron al momento de la entrevista entre las edades de 17 a 25 años. (18) Así mismo los resultados son similares al estudio realizado por Verástegui, Y. sobre Influencia de Factores en el Rendimiento Académico de los Estudiantes de Enfermería en la Universidad Nacional de Cajamarca - Sede Jaén Cajamarca; 2014, al reportar que el 41.4% de los participantes se encuentran entre los 19 a 21 años de edad. (42). De igual manera los resultados son similares en el estudio realizado por Rosales, J. en el año 2016, “Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de Lima-sur Lima” de la Universidad Autónoma del Perú, se observó que el 49.9% de estudiantes de psicología tienen entre 16 a 18 años, el 29.1 % entre 19 a 21 años, el 16.9% entre 22 a 25 años y un 4.2% de 26 años a más. (43)

Pudiendo afirmarse que la población universitaria actual es una población eminentemente joven. Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática la población joven se encuentra entre el rango de edad de 15 a 29 años. (44)

En lo que se refiere a estado civil, los estudiantes de enfermería en su mayoría son solteros (91.5%), resultado que concuerda con los datos encontrados en el estudio realizado por Iciarte, E. al reportar que los estudiantes de la Universidad Nacional Bolivariana, de la facultad de farmacia y bioanálisis, en su mayoría son solteros en un 93.1%. (15) Pudiendo afirmar que el matrimonio y sobre todo los hijos aún no se encuentran en la meta de los

estudiantes; sin embargo, encontramos algunos estudiantes convivientes (7.4), tal vez se pueda deber a que se encuentran solos y necesitan de compañía, cariño y afecto.

En cuanto a la procedencia, en su mayoría los estudiantes reportaron provenir de Cajamarca (79.8%) y sólo el 20.2% de otros lugares, lo cual puede tener una gran repercusión en el rendimiento académico, ya que al proceder del mismo Cajamarca tienen el apoyo de la familia y solo su preocupación primordial es el estudio a diferencia de aquellos estudiantes que proceden de otro lugar y que en algún momento de su carrera se sienten solos, tienen dificultades personales, y no cuentan con el apoyo familiar.

En la investigación realizada por Iciarte, E. se reporta que los estudiantes de la Universidad de los Andes de Mérida – Venezuela proceden en su mayoría (52.4%) de otros estados de Venezuela o del extranjero y sólo el 47.6% del Estado de Mérida. (15)

En cuanto a vivienda, los estudiantes de enfermería encuestados, en su mayoría, afirmaron tener casa propia (60.6%) y en menor porcentaje, que no deja de ser significativo, viven en casa alquilada (39.4%) lo que implica un gasto económico adicional a sus padres.

Estos datos difieren de los reportados por Plasencia, S. 2008, en su estudio “Factores Socio-Económicos y su Relación con el Rendimiento Académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca – Sede Jaén, al indicar que el 78% de los estudiantes viven en habitaciones alquiladas, el 12 % se encuentran alojados en viviendas de familiares y el 10% cuentan con casa propia. (45)

El tener que alquilar una vivienda es un gasto adicional para los padres y también implicaría que los estudiantes no cuentan con el apoyo directo de la familia.

Con respecto a la ocupación, el 87.2% de los estudiantes solo estudian y un 12.8% estudia y trabaja. Este resultado guarda relación con los resultados encontrados en la investigación realizada por Iciarte, E. quien señala que la mayor cantidad de estudiantes ocupa la mayor parte de su tiempo en el estudio, existiendo una pequeña cantidad que reparten su tiempo

entre el estudio y el trabajo. (15) Esto repercute en el rendimiento académico de los estudiantes y al mismo tiempo un aumento de estrés ya que no solo se dedican al estudio sino a cumplir un horario estricto en el empleo que hayan conseguido, lo cual se evidencia en las notas bajas, la falta de participación en la hora de clases y el cansancio que les genere la recarga horaria por las pocas horas de descanso, lo que puede repercutir en su salud y por ende en su rendimiento académico.

Por otro lado, también se puede observar, respecto a la condición económica el 92.6% de estudiantes reciben apoyo de sus padres, a diferencia de un 4.3% que les apoya su pareja y un 3.2% que se autofinancian sus estudios.

Estos resultados nos indican que un buen porcentaje de padres de familia tienen interés que sus hijos sigan una carrera de nivel superior estando dispuestos a apoyarlos económicamente. Para la familia, el asumir que un hijo asista a la universidad, significa apostar, invertir para un futuro de mejores condiciones para el individuo y por ende para su familia; pero a la vez significa también sacrificios, gastos, limitantes, preocupaciones. Los padres también están conscientes de la oportunidad que pueden darles a sus hijos si asumen la responsabilidad económica mientras éstos ingresan a la educación superior. (46)

En lo relacionado a condición académica según los resultados encontrados se puede evidenciar que el 81.9% de estudiantes son de condición académica regular, es decir los estudiantes de enfermería en su mayoría se matriculan y tienen aprobadas todas las asignaturas del ciclo académico correspondiente y según al plan de estudios vigente. En cambio existe un 18.1% de estudiantes que tienen una condición académica irregular, debido a que algunos estudiantes desaprueban los pre-requisitos de las asignaturas y el siguiente ciclo no pueden llevar las asignaturas correspondientes y otros se retiran de los estudios por diversas razones.

**Tabla 1.2. Factores sociodemográficos de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2016-II.**

<b>CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>CON QUIENES VIVE</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
Vive con sus padres	58	61.7
Vive en un cuarto solo	29	30.9
Vive con su pareja	6	6.4
Vive con sus suegros	1	1.1
<b>RELACIÓN CON LA FAMILIA</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
Buena	85	90.4
Regular	8	8.5
Mala	1	1.1
<b>RELACIÓN CON LA PAREJA</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
No reportan	41	43.6
Buena	42	44.7
Regular	10	10.6
Mala	1	1.1
<b>RELACIÓN CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
Buena	73	77.7
Regular	21	22.3
<b>RELACIÓN CON LOS PROFESORES</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
Buena	67	71.3
Regular	27	28.7
<b>HACES DEPORTE</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>
Si	42	44.7
No	52	55.3
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Cuestionario elaborado por la investigadora, 2016 - II.

En la tabla 1.2, en cuanto a con quien viven, se observa que el 61.7% de los estudiantes viven con sus padres, este dato es importante, por cuanto la familia juega un rol elemental en relación al rendimiento académico, por el apoyo económico y moral que reciben. Sin embargo cabe resaltar que el 30.9% vive sólo, el 6.4% vive con la pareja y el 1.1% vive con los suegros. Estos datos son similares con los encontrados en el estudio realizado por Porto, A. realizada por el Departamento de Economía de la Universidad Nacional de La Plata, quien indica que el 53.4% de los estudiantes viven con sus padres, el 24.9% comparten la vivienda con otros estudiantes, el 10.8% viven solos, el 9.1% vive con su pareja y 1.8% vive en una pensión. (47)

En lo que respecta a la relación familiar se puede observar que el mayor porcentaje de estudiantes tienen una relación buena con la familia (90.4%) y con la pareja (44.7%).

Según Guadarrama, R. y Col, a lo largo del tiempo los estudios realizados en jóvenes universitarios, han demostrado que los alumnos que tienen un buen promedio perciben apoyo de su familia para los estudios, respetando su tiempo de estudio y quehaceres académicos, juzgando así que su familia influía en su aprendizaje, lo anterior asegura que una relación positiva en el contexto familiar no solo influye en niveles básicos de educación, sino que también repercute directamente en el nivel superior. (48)

Con respecto a relaciones académicas, la mayoría de estudiantes de enfermería (77.7%) indican que existe una relación buena con sus compañeros de clase y un 71.3% manifiestan tener una buena relación con los profesores, Pero también hay un porcentaje significativo de estudiantes (28.7%) que manifiestan tener una relación regular con los docentes, aspecto fundamental que influirá en el rendimiento académico de los estudiantes.

La relación entre el profesor y el alumno no se establece sobre la base de simpatía mutua, afinidad de caracteres o de intereses comunes. Más bien, se funda en una cierta 'imposición': están ahí sin consulta o consentimiento previos, lo cual genera -sobre todo en los comienzos de cada periodo lectivo -expectativas mutuas que se confirman o no con arreglo al desempeño del profesor y del alumno como tales. (49)

En relación a las actividades recreativas, los estudiantes manifestaron en su mayoría (55.3%) no realizar ningún tipo de actividad. La actividad física como caminar, montar en bicicleta o hacer deporte, tiene considerables beneficios para la salud. Así mismo López, señala que al realizar alguna actividad física, el estudiante universitario tendrá más integración, comunicación e interacción entre estudiantes y sus maestros ya que aprenderán a trabajar en equipo. (50)

Estos resultados nos permiten afirmar que el estudiante de enfermería no le da la debida importancia a la actividad física. Cuando somos jóvenes creemos que nada nos pasará y no le damos importancia a nuestra salud. Realizar ejercicios o algún deporte, mejora la salud. En principio porque garantiza movilidad, un peso estable, controla el sistema circulatorio y además ayuda al sistema nervioso. Una rutina semanal de actividad física traerá menos lesiones en nuestra adultez, además de ayudarnos con las contracturas y las malas posturas por pasar la mayor parte del día sentados estudiando, el ejercicio hace sentirse mejor a las personas, es ideal para vitalizarnos y darnos energía. El cuerpo durante el entrenamiento libera endorfinas que nos hacen sentir mejor y le da al organismo una cuota de revitalización, nos proveerá de ayuda a la hora de concentrarnos y focalizarnos, genera pensamientos positivos, el cerebro se encontrará motivado y a la hora de estudiar la concentración y la capacidad de análisis serán mejores. (51)

**Tabla 2. Nivel de estrés que condiciona el rendimiento de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2016 II.**

<b>Nivel de estrés</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Leve</b>	17	18.1
<b>Moderado</b>	77	81.9
<b>Profundo</b>	0	0.0
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Inventario SISCO aplicado a estudiantes de Enfermería 2016 II.

En la tabla 2 se puede observar que el 100% de estudiantes de enfermería tienen un nivel de estrés entre moderado y leve siendo el de mayor porcentaje el nivel moderado con el 81.9 %, existiendo algunos estresores académicos, físicos, psicológicos y comportamentales que les genera estrés. Estos resultados coinciden con los encontrados en el estudio realizado por Del Risco, M., Gómez S., Hurtado F., al reportar que el 83,3% de estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana tienen un nivel de estrés medio. (52) Asimismo concuerda con los resultados reportados por Vallejo, L. en el año 2011, quien refirió que el 80,6% de los estudiantes universitarios mexicanos de la carrera de Química Farmacéutica-Biológica de la UNAM se encontraron en un nivel moderado de estrés académico. (17) De igual manera con los resultados encontrados en el estudio realizado por Casuso, J. en estudiantes universitarios de ciencias de la salud, al referir que las puntuaciones medias indicaron niveles de estrés moderado y entre sus principales estresores presentes mencionaron a las deficiencias metodológicas del profesorado, los exámenes, la sobrecarga del estudiante y las intervenciones en público, siendo los síntomas físicos los que tienen una mayor incidencia, entre ellos: agotamiento físico, irascibilidad, agitación, pensamientos negativos y dificultades con el sueño. (16)

Como se puede apreciar los estudiantes universitarios, en especial los de enfermería en su mayoría tienen un nivel moderado de estrés y esto es debido a que existen factores estresantes

o situaciones desencadenantes del estrés, estímulos externo o interno, tanto físico, químico, acústico o somático como sociocultural, que de manera directa o indirecta, propicia la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo y produce estrés (28), y se evidencia en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca al manifestar que el estrés moderado que presentan es debido a ciertos estresores durante su desempeño como estudiantes, tales como: los inquieta la sobrecarga de tareas y trabajos, la participación en clase al responder a preguntas o exposiciones, el tiempo limitado para hacer el trabajo. Entre las reacciones físicas las manifestaciones más frecuentes han sido dolor de cabeza o migraña, somnolencia o mayor necesidad de dormir. En cuanto a las reacciones psicológicas fueron la ansiedad, angustia o depresión y problemas de concentración. Referente a las reacciones comportamentales se presentó con mayor frecuencia el desgano para realizar las labores académicas y el aumento o reducción del consumo de alimentos.

Coincidiendo con los cambios que se producen en el desarrollo final de la adolescencia, el acceso a la enseñanza superior enfrenta a los estudiantes a numerosos desafíos como son la separación de la familia y de los amigos o a unas mayores exigencias de autonomía. Por otro lado la entrada a la universidad representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea de manera transitoria, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador junto con otros factores del fracaso académico universitario. La transición a la universidad requiere que los estudiantes se esfuercen por adaptarse a nuevos roles, normas, responsabilidades y demandas académicas en un ambiente de mayor competitividad. (16)

**Tabla 3. Rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2016-II.**

<b>Rendimiento académico</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Deficiente	7	7.4
Regular	84	89.4
Bueno	3	3.2
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Registro de notas de la EAPE – UNC 2016 II.

En lo que respecta al rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería se evidencia, el mayor porcentaje de estudiantes del II al X ciclo correspondiente al semestre académico 2016-II tiene rendimiento académico regular (89.4%), seguido de un 7.4% que tiene rendimiento deficiente y un 3.2% rendimiento bueno. Este resultado difiere con el estudio realizado por Del Risco M. y Col, en el año 2015, al reportar que del 100,0% de estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, el 57,5% tienen rendimiento académico bueno, mientras que el 42,5% tienen rendimiento académico regular. (52)

Sin embargo existen otros resultados que coinciden con los del presente estudio, como el realizado por López, A. en el año 2016, reporta que 47.4% de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Arequipa lograron un rendimiento regular. (53)

El rendimiento académico puede concebirse como el nivel de conocimientos, habilidades y destrezas que el alumno adquiere durante el proceso enseñanza - aprendizaje. (35)

Como se puede apreciar en relación a estos resultados, los estudiantes alcanzan obtener en su mayoría un rendimiento académico regular, manifestado en el promedio de nota de cada estudiante que oscila entre 11 – 14, afirmándose que existen ciertos estresores que están ocasionando algún nivel de estrés académico en los estudiantes de enfermería como se evidencia la tabla 3 los que influyen en su rendimiento, o tal vez se deba a que el sistema de evaluación que utilizan los docentes no es el adecuado, por lo que consideramos que debe ser preocupación de los directivos de la Escuela Académico Profesional de Enfermería y de

los docentes tomar en cuenta la problemática de los estudiantes, puesto que es importante lograr que el estudiante alcance un rendimiento académico de bueno a excelente, puesto que necesitamos profesionales competentes y humanos que les permita utilizar sus capacidades y potencialidades para desempeñarse con eficiencia, con liderazgo, creativos y con sensibilidad humana durante su quehacer profesional, teniendo en cuenta que el rendimiento académico es el conjunto de resultados efectivos obtenidos por el estudiante en determinadas actividades académicas, como respuesta a un proceso de instrucción o formación interpretable de acuerdo con objetivos o propósitos educativos antes fijados y por otro lado es la relación entre lo que debe aprender y lo aprendido, que se manifiesta como consecuencia directa de un proceso formativo y refleja, en parte, la calidad de la docencia y la excelencia institucional, así como los valores, intenciones, actitudes y aptitudes de estos. (16)

**Tabla 4. Influencia del nivel de estrés en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2016-II.**

			Rendimiento académico			Total
			Deficiente	Regular	Bueno	
Nivel de estrés académico	Leve	N	0	14	3	17
		%	0.0%	14.9%	3.2%	18.1%
	Moderado	N	7	70	0	77
		%	7.4%	74.5%	0.0%	81.9%
Total	N	7	84	3	94	
	%	7.4%	89.4%	3.2%	100.0%	

**$R^2 = 0.951$       p valor = 0.000**

Con respecto a la influencia del nivel de estrés en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería durante el semestre académico 2016-II, se evidencia que el 74.5% de los estudiantes que refieren un nivel de estrés moderado tienen en su mayoría un rendimiento académico regular. Esta influencia se da con una significancia estadística altamente significativa al obtener  $R^2 = 0.951$  y un valor de  $p = 0.000$ , respectivamente, utilizando la prueba de regresión lineal (anexo 7), evidenciándose que el estrés influye en el rendimiento académico de los estudiantes.

Resultados que coinciden con los resultados reportados en la investigación realizada por Vallejo, L. al referir que el 80,6% de los universitarios se encontraban en un nivel moderado de estrés académico con respecto al rendimiento académico de los estudiantes. (17) y por los resultados reportados por Verástegui, Y. en el año 2014 al encontrar que un alto porcentaje de estudiantes tuvieron un rendimiento medio (92%); comprobándose que los factores internos ( $p= 0,066$ ) y externos ( $p= 0,093$ ) influyen significativamente en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería. (42)

## CONCLUSIONES

A través de los resultados de la presente investigación se evidencian las siguientes conclusiones:

1. Respecto a las características sociodemográficas de los estudiantes de Enfermería de los ciclos II, III, IV, VI, VIII y X, que se encontraron cursando el año académico 2016 – II; se observó: que el mayor porcentaje tiene entre 20 a 24 años de edad, son solteros y proceden de Cajamarca, viven con sus padres, reciben apoyo de ellos, se dedican solo a estudiar y tiene condición académica regular; la relación con su familia, pareja, compañeros y profesores es buena; y manifiestan no practicar deporte, lo cual probablemente contribuya para la acumulación de estresores.
2. En cuanto al nivel de estrés, los estudiantes de Enfermería se encuentran en un nivel moderado de estrés; siendo las manifestaciones más frecuentes que inquietaron a los estudiantes, la sobrecarga de tareas y trabajos, participación en clase (responder a preguntas, exposiciones), tiempo limitado para hacer el trabajo; entre las reacciones físicas, las manifestaciones más frecuentes han sido dolor de cabeza o migraña, somnolencia o mayor necesidad de dormir; entre las reacciones psicológicas, ansiedad, angustia o depresión y problemas de concentración; entre las reacciones comportamentales, desgano para realizar las labores escolares y el aumento o reducción del consumo de alimentos.
3. Con respecto al rendimiento académico, el estudiante de enfermería se encuentra en el nivel regular.
4. Referente a la influencia del estrés en el rendimiento académico se evidencia que en su mayoría los estudiantes de enfermería que indicaron un nivel de estrés moderado tienen un rendimiento académico regular.

En conclusión puede afirmarse que el estrés tiene una influencia estadística altamente significativa en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería, comprobándose la hipótesis establecida en el estudio.

## RECOMENDACIONES

### 1. A las autoridades de la Escuela Académico Profesional de Enfermería:

- Implementar talleres de estrategias de afrontamiento encaminados a promover mecanismos de defensa frente al estrés en todos los estudiantes.
- Incrementar actividades o programas de bienestar (deportes, danzas, teatro) con el fin de satisfacer necesidades de recreación del estudiante universitario que favorezcan el equilibrio de su estado emocional.
- Implementar el sistema de consejería y tutoría permanente con el fin de brindar apoyo oportuno al estudiante en situaciones que lo requieran.
- Organizar los horarios semestrales de las asignaturas teóricas y/o prácticas, de tal manera que los estudiantes universitarios no tengan limitaciones durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Poner en marcha el apoyo del profesional psicólogo de la Facultad en los estudiantes de enfermería.

### 2. A los docentes de la escuela de Enfermería:

- Buscar alternativas de enseñanza-aprendizaje para mejorar la interrelación docente-estudiante aplicando nuevas metodologías de enseñanza y buscando nuevos materiales didácticos que faciliten la enseñanza del docente y el aprendizaje en los estudiantes.

3. Así mismo se sugiere a los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería:
  - Antes de seleccionar y matricularse en alguna asignatura, hacer un análisis sobre su condición pedagógica, con el fin de prevenir la sobrecarga académica.
  - Realizar una adecuada organización y administración del tiempo disponible para poder cumplir con las exigencias académicas.
4. A los investigadores, que realicen otras investigaciones a partir de los resultados de la presente tesis, a fin de profundizar en el análisis del rendimiento académico según el nivel de estrés de los estudiantes.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Hystad Well P. Academic stress and health: exploring the moderating role of personality. *Scandinavian Journal of Educational Research*. 2009 Octubre; 5(53).
2. Hernandez López JM, Pozo Muñoz C. Evaluación del estrés académico en. *Revista Ansiedad y Estrés*. 1996 Junio; 2(2-3).
3. Muñoz Garcia F. El estrés académico. Universidad de Huelva Publicaciones. 2004 Noviembre; 3(6).
4. Diaz Aguado MJ. Porque se promueve la violencia escolar y como prevenirla. *Revista iberoamericana en educación*. 2005 Enero-Abril; 1(37).
5. Labrador Encinas FJ. Estrés. Trastornos psicofisiológicos. 1st ed. Crespo López M, editor. Madrid: EUDEMA Universidad; 1993.
6. Garcia Rivera B. Estados afectivos emocionales (depresión, ansiedad y estrés) en personal de enfermería del sector salud pública de México. *Periodicos Electrónicos en Psicología*. 2014 Julio; 2(1).
7. Bensabat Lafon S. Le stress. 1st ed. Fixot , editor. España: Mensajero; 1987.
8. Zupira Uranga A. Cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de Enfermería en las prácticas clínicas. *KEZKAK*. 2014 Julio; 1(17).
9. Ticona Benavente S. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería UNSA Arequipa, Perú. *Scielo*. 2015 Julio; 9(2).
10. Alvarado Flores VR. Rendimiento académico. *Revista latinoamericana mexico*. 2007 Septiembre ; 4(3).
11. Felsten Alcott L. Influences of stress. *Psychological Reports*. 1992 Mayo; 2(70).

12. Meza Chávez EL. Factores derivados de los laboratorios intrahospitalarios que provocan estrés en los estudiantes de enfermería. *Revista Latino-americana Enfermagen*. 2008 Enero; 5(16).
13. Martín Monzón IM. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de psicología*. 2007 Agosto; 25(1).
14. Vallejo Anaya L. Relación entre estrés académico y rendimiento académico. Universidad Nacional Autónoma de México. 2011 Abril; 2(15).
15. Iciarte Lavieri E. Estrés Académico en estudiantes de la Facultad de Farmacia Y Bioanálisis. Universidad de los Andes Mérida-Venezuela. 2012 Octubre; 1(1).
16. Casuso Holgado J. Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud. Universidad de Málaga. 2011 Noviembre; 1(1).
17. Vallejo Anaya L. Relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la carrera química farmacéutica-biológica de la UNAM. UPN - Ajusco. 2011 Agosto; 1(2).
18. Galdós A. "Relación entre el Rendimiento Académico, el Estrés Académico y las Dimensiones de Personalidad de los estudiantes Universitarios de la Facultad de Ingeniería. Oficina General de Investigación. 2014 Julio; 1(1).
19. Huamán Vidaurre R. Factores sociodemográficos, familiares y académicos que condicionan el rendimiento de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca. Oficina General de Investigación. 2010 Abril; 1(1).
20. Pérez Porto J. Definición de estrés - Qué es, Significado y Concepto. [Online].; 2012 [cited 2016 Diciembre 5. Available from: <http://definicion.de/estres/>.
21. Alvarez Gonzales M. *El Estrés: Un enfoque psiconeuroendocrino*. 2nd ed. Havana: Editorial Científico-Técnica; 1989.
22. Bernard Horner C. Historia y concepto del estrés. Alcmeon. 2011 Agosto; 3(1).

23. Bradford Cannon W. El estres. Scielo. 2011 Julio; 14(2).
24. Bruno Selye H. El estrés académico: Una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación.. Revista Electrónica de Psicología. 1946 Junio; 14(2).
25. Román Collazo CA. El estrés Académico. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. 2011 Julio; 14(2).
26. Stanley Lazarus R. Afrontamiento del estrés. Revista Latinoamericana de Psicología. 2000 Abril; 7(1).
27. Benjamin Stora J. Estrés. [Online].; 2012 [cited 2016 Noviembre 11. Available from: <http://katiuska21.blogspot.pe/2012/10/que-cause-el-estres-segun-jean-benjamin.html>.
28. Benjamin Stora J. El Estres: ¿Qué es? Primera Edición ed. Francia: Publicaciones Cruz O.S.A; 1991.
29. Lazarus Stanley R. Desencadenantes del estrés laboral. Primera ed. Roca Martínez J, editor. Barcelona: Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación; 1986.
30. Fonseca Marante Y. El Estrés Psicológico y sus principales formas de expresión en el ambito laboral. Eumend.net. 2010 Marzo; 3(8).
31. Berrio Garcia N. Estrés Académico. Revista de Psicologia Universidad de Antioquia. 2011 Junio; 3(2).
32. Divaris Kimon J. Perceived Sources of Stress. Wiley Online Library. 2010 Julio; 74(5).
33. Barraza Masias A. El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras. Av. Psicol Latinoam. 2008 Octubre; 26(2).
34. Himmel konig E. Modelos de analisis de la diserción estudiantil en la educación superior. Retención y movilidad estudiantil. 2002 Julio; 2(1).

35. Alcaide Risoto M. Caracterización de algunos factores del alumno y su familia de escuelas urbanas y su incidencia en el rendimiento de castellano y matemáticas en el primer ciclo de enseñanza general básica. Chile. Revista Electrónica de Investigación Y Docencia (REID). 1987 Junio; 2(2).
36. Acuña Espinoza JL. Autoestima y Rendimiento Académico de los estudiantes del X Cciclo 2012 - II de la Escuela Académico Profesional de Educación Primaria y Problemas de aprendizaje de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión - Huacho. Oficina de Investigación. 2013 Octubre; 2(1).
37. Garcia Marquez G, Palacios Mestas R. Dificultades de aprendizaje. Scielo. 1991 Julio; 4(2).
38. Williams Espinoza L. Aprender con todo el cerebro. Primera Edición ed. Barcelona: Martínez Roca; 1986.
39. Saavedra Chanduvi J. rm-199-2015-MINEDU-Modifica-DCN-2009. [Online].; 2015 [cited 2016 Diciembre 05. Available from: <http://ceec.edu.pe/files/RM-199-2015-MINEDU-Modifica-DCN-2009.pdf>.
40. Rabines Juarez AO. CAPÍTULO1-introduccion.pdf. [Online].; 2014 [cited 2017 enero 16. Available from: [http://sisbib.unmsm.edu.pe/BibVirtualData/Tesis/Salud/Rabines\\_J\\_A/CAP%C3%8DTULO1-introduccion.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/BibVirtualData/Tesis/Salud/Rabines_J_A/CAP%C3%8DTULO1-introduccion.pdf).
41. Cerna Barba M. Reseña Hiatorica de la Ecuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca. In Rosales Loredó C, editor. Enfermería Profesional en el Perú: Determinantes Sociales de su Creación, Formación y Desarrollo en el siglo XX. Cajamarca: Oficina de Investigación de la Universidad Nacional de Cajamarca; 2013. p. 154-155.
42. Verástequi Vásquez Y. Influencia de Factores en el Rendimiento Académico de los Estudiantes de Enfermería en la Universidad Nacional de Cajamarca - Sede Jaén. Oficina de Registros de la U.N.C. 2014 Setiembre; 1(1).

43. Rosales Fernandez JG. Estrés Académico y Hábitos de estudio en Universitarios de la carrera de Psicología de un centro de formación superior privada de Lima-Sur. primera edición ed. Lima-Sur Odrdcdfspd, editor. Lima: Universidad Autónoma del Perú; 2016.
44. Informatica INdEe. Compendio Estadístico Perú. primera edición ed. Informatica INdEe, editor. Lima: Estado de la Nación Peruana; 2015.
45. Plasencia Carrera SR. Factores Socio- Económicos y su relación con el Rendimiento Académico en estudiantes de la Universidad Nacional de Cajamarca. Oficina de Registros de la U.N.C. 2008 Mayo; 1(3).
46. López de la Madrid C. Disposición de apoyo económico de los padres de familia en la educación superior. Nova Scientia. 2012 Octubre; 4(8).
47. Porto Gallardo A. Rendimiento de Estudiantes Universitarios y sus Determinantes. Oficina de Registros de la Universidad Nacional de la Plata. 2001 Abril; 1(1).
48. Guadarrama Guadarrama R, Marquez Mendoza O, Veytia López M, León Hernández A. Funcionamiento familiar en estudiantes de nivel superior. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. 2011 Junio; 14(2).
49. De la Torre Ugarte EC. La relación profesor-alumno en el aula. Entreeducadores. 2015 Agosto; 1(1).
50. López Bello AR. El deporte Universitario integrador social. 2010 Octubre; 2(5).
51. Gomez Calderon C. La importancia del ejercicio físico en los estudiantes, Universia. [Online].; 2016 [cited 2017 julio 22. Available from: <http://noticias.universia.cl/cultura/noticia/2016/03/31/1137819/importancia-ejercicio-fisico-estudiantes.html>.
52. Del Risco Torres MC, Gómez Molano S, Hurtado Flores FS. Estrés y Rendimiento Académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería. Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, Iquitos. 2015 Agosto; 1(1).

53. López Cruz AJ. Influencia del Estrés en el Rendimiento Académico de los estudiantes de enfermería. Universidad Ciencias de la Salud - Arequipa. 2016 Junio; 1(3).

# **ANEXOS**

## ANEXO 1

### “AÑO DE CONSOLIDACIÓN DEL MAR DE GRAU”

**SOLICITO:** Permiso para aplicación de cuestionarios a alumnos de la E.A.P.E, para la obtención de datos en la aplicación de tesis.

**SEÑORA:**

**Dra. JUANA NINATANTA ORTIZ**

DIRECTORA DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Yo; **MARIELA NATTY, SILVA LEIVA** alumna de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de ésta Casa Superior de Estudios identificado con DNI N° 72687672 y Código ANR: 2010010024 con domicilio en Jr. Silva Santisteban N° 1052–del distrito, provincia y departamento de Cajamarca con todo respeto me presento y le expongo lo siguiente:

Que siendo requisito indispensable, para poder realizar una Tesis Profesional, solicito ante usted Permiso para la aplicación de cuestionarios a los alumnos de la E.A.P.E, para la obtención de datos necesarios para dicha tesis titulada “**INFLUENCIA DEL ESTRÉS EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DEL ESTUDIANTE DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA – 2016**”, que se está elaborando bajo asesoramiento de la M.Cs. REGINA IGLESIAS FLORES. Por lo que pido ante usted aceptación de la misma.

Por lo expuesto:

Suplico a usted acceder a mi solicitud por ser de justicia.

Cajamarca, 25 de noviembre del 2016.

Atentamente:

---

Mariela Natty Silva Leiva

Alumna de la E.A.P.E

## ANEXO 2

### UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA

#### ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

“Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de la E.A.P. de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca-2016”

El presente cuestionario está diseñado para conocer las características sociodemográficas de los estudiantes de enfermería por lo que le solicito sea contestado con la mayor veracidad posible ya que los datos obtenidos mediante este instrumento serán de manera anónima y de uso confidencial.

#### I. CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS

##### 1. EDAD:

- ✓ 15 a 19 años ( )
- ✓ 20 a 24 años ( )

##### 2. ESTADO CIVIL:

- ✓ Soltero(a) ( )
- ✓ Casado(a) ( )
- ✓ Conviviente ( )

##### 3. PROCEDENCIA:

- Zona urbana ( )
- Zona rural ( )

4. TIPO DE VIVIENDA:

- Propia ( )
- Alquilada ( )

5. QUE CICLO ESTA CURSANDO ACTUALMENTE:

- Segundo Ciclo ( )
- Tercer Ciclo ( )
- Cuarto Ciclo ( )
- Sexto Ciclo ( )
- Octavo Ciclo ( )
- Decimo Ciclo ( )

6. OCUPACION:

- ✓ Estudiante ( )
- ✓ Estudia y trabaja ( )

7. CONDICIÓN ACADÉMICA DE ESTUDIANTE

- ✓ Regular en los estudios ( )
- ✓ Irregular en los estudios ( )

8. CONDICIÓN ECONÓMICA:

- Apoyo de padres ( )
- Apoyo de la pareja ( )
- Autofinanciado ( )

## II. CARACTERISTICAS SOCIALES

### 1. CON QUIENES VIVES EN TU CASA:

- Vive con sus padres ( )
- Vive en un cuarto solo ( )
- Vive con su pareja ( )
- Vive con sus suegros ( )

### 2. LAS RELACIONES CON LA FAMILIA ES:

- Buena ( )
- Regular ( )
- Mala ( )

### 3. SI TIENE PAREJA SU RELACION CON LA PAREJA ES:

- Buena ( )
- Regular ( )
- Mala ( )

### 4. CUAL ES TU RELACIÓN CON TUS COMPAÑEROS DE CLASES:

- Buena ( )
- Regular ( )
- Mala ( )

5. CUAL ES TU RELACIÓN CON TUS PROFESORES:

- Buena ( )
- Regular ( )
- Mala ( )

6. HACES DEPORTE O INTEGRAS ALGUNA ORGANIZACIÓN DEPORTIVA.

- SI ( )
- NO ( )

### ANEXO 3

#### UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA

#### ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

“Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de la E.A.P. de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca-2016”

El presente inventario y encuesta forman parte de una investigación cuyo objetivo central es explorar el estrés académico de los estudiantes. La sinceridad con que responda a los cuestionamientos será de gran utilidad para dicha investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial.

Muchas Gracias

#### INVENTARIO SISTÉMICO COGNOSCITIVISTA (SISCO)

El presente cuestionario tiene como objetivo central las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

1. Durante el transcurso de este semestre **¿Has tenido momentos 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***, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, ***señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.***

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo.					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.					
La personalidad y el carácter del profesor.					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					

No entender los temas que se abordan en clase.					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otra (Especifique):					

4. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, *señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.*

<b>Reacciones físicas</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					
Fatiga crónica (cansancio permanente).					
Dolor de cabeza o migrañas.					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
<b>Reacciones psicológicas</b>					
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Inquietud (Incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración.					
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.					
<b>Reacciones comportamentales</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencias a polemizar o discutir.					
Aislamiento de los demás.					
Desgano para realizar las labores escolares.					
Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
<b>Otras (especifique)</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

5. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.**

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
Elogios a sí mismo.					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
Búsqueda de información sobre la situación.					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					
Otra (Especifique):					

## ANEXO 4

### UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA

#### FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

#### ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

#### RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES QUE PARTICIPARON

#### EN EL ESTUDIO 2016-II

N°	II CICLO		III CICLO		IV CICLO		VI CICLO		VIII CICLO		X CICLO	
	P	N	P	N	P	N	P	N	P	N	P	N
1	30	11.840	2	13.946	12	12.851	36	10.422	23	12.449	29	12.138
2	20	12.440	9	13.189	22	11.684	7	14.000	29	11.590	26	12.170
3	14	12.720	19	11.172	15	12.392	27	11.947	9	13.529	4	13.387
4	13	12.720	3	13.203	34	11.061	26	12.109	32	10.967	9	13.181
5	16	12.620	7	12.170	36	10.933	28	11.473	33	10.816	10	13.149
6	35	11.540	4	13.392	13	12.576	13	13.179	8	13.582	17	12.736
7	36	11.460	8	13.203	21	11.894	3	14.475	7	13.619	14	12.826
8	25	12.100	18	12.013	2	14.616	17	12.755	19	12.778	2	14.424
9	3	13.460	13	12.860	10	13.000	30	11.205	4	13.890	6	13.370
10	17	12.600	17	12.143	16	12.294	15	12.960	1	14.728	11	13.091
11	1	14.400	10	13.025	6	13.781	12	13.212	12	13.294	8	13.215
12	22	12.240			3	14.121	23	12.259	28	11.967	12	13.033
13	10	12.920			14	12.495	22	12.291	31	11.049	1	14.845
14	12	12.840			19	12.000	40	9.575	39	8.915	30	11.826
15	39	11.120			9	13.396	34	10.816	30	11.567	16	12.784
16					25	11.510	29	11.313			28	12.144
17					30	11.324	37	10.358			27	12.159
18					39	10.234					7	13.277

**Fuente: Paquete de notas de la Facultad Ciencias de la Salud**

**Leyenda:**

P: Puesto que ocupa el estudiante

N: Nota.

## ANEXO 5

### UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA

#### ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERIA

“Rendimiento académico de los estudiantes de la E.A.P. de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca-2016”

El rendimiento académico será evaluado por ciclo académico, de la siguiente manera:

Ciclo académico	Muy Bueno	Bueno	Regular	Deficiente
II				
III				
IV				
VI				
VIII				
X				

Muy bueno = 18 – 20, Bueno = 15 – 17, Regular = 11 – 14, Deficiente = 00-10.

## ANEXO 6

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Mariela Natty Silva Leiva (msilval11@unc.edu.pe), estudiante del último año de la carrera profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca (UNC), me encuentro realizando una investigación con la finalidad de obtener mi título de licenciatura.

El objetivo es conocer la relación entre el estrés y rendimiento académico.

Para fines de este estudio deberá responder una ficha de datos y un inventario. Su participación consistirá en responder 45 ítems, lo cual le tomará, aproximadamente, 20 minutos.

Su participación es totalmente voluntaria, es decir, usted tiene derecho a retirarse en caso lo crea conveniente.

Los resultados serán utilizados únicamente para fines académicos, por lo que se guardará, en todo momento, la confidencialidad de los mismos.

Finalmente, este estudio se llevará a cabo con todas las consideraciones éticas respectivas, por lo que participar no implica algún riesgo a su integridad.

Yo.....aceptó participar en la presente investigación.

## ANEXO 7

### PRUEBA DE REGRESIÓN LINEAL PARA DETERMINAR LA INFLUENCIA

<b>Estadísticos descriptivos</b>			
	<b>Media</b>	<b>Desviación estándar</b>	<b>N</b>
<b>Rendimiento Académico</b>	12.4027	1.26355	94
<b>Nivel de estrés</b>	81.06	10.370	94

<b>Correlaciones</b>			
		<b>Rendimiento Académico</b>	<b>Nivel de estrés</b>
<b>Correlación de Pearson</b>	<b>Rendimiento Académico</b>	1.000	-0.975
	<b>Nivel de estrés</b>	-0.975	1.000
	<b>Sig. (unilateral)</b>		0.000
<b>N</b>	<b>Rendimiento Académico</b>	94	94
	<b>Nivel de estrés</b>	94	94

En este cuadro se analizan las correlaciones entre el nivel de estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería del semestre 2016 – II; donde nos muestra que existe una correlación positiva altamente significativa entre el nivel de estrés y el rendimiento académico  $r = 0.975$ ,  $p = 0.000$ .

Resumen del modelo <sup>b</sup>					
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación	Durbin-Watson
1	,975 <sup>a</sup>	0.951	0.950	0.28133	0.268
a. Predictores: (Constante), Nivel de estrés					
b. Variable dependiente: Rendimiento Académico					

El rendimiento académico se explica en un 95.1% por el nivel de estrés ( $R^2 = 0.951$ ), el estadístico de prueba de Durbin Watson es próximo a 2, por lo tanto se cumple el supuesto de independencia de los residuos (autocorrelación).

ANOVA <sup>a</sup>						
Modelo		Suma de cuadrados	Gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	<b>Regresión</b>	141.200	1	141.200	1784.089	,000 <sup>b</sup>
	<b>Residuo</b>	7.281	92	0.079		
	<b>Total</b>	148.481	93			
a. Variable dependiente: Rendimiento Académico						
b. Predictores: (Constante), Nivel de estrés						

Observamos en el resultado de análisis de la varianza que el modelo resulta significativo ( $p=0.000$ ). Admitiendo que hay algún tipo de asociación entre el estrés y el rendimiento académico

En la siguiente tabla tenemos información sobre los coeficientes. El resultado se lee de la siguiente manera:

El modelo de regresión lineal simple es:

Rendimiento académico = 22.035 - 0.119 Nivel de estrés.

Coeficientes <sup>a</sup>						
Modelo		Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	T	Sig.
		B	Error estándar	Beta		
1	(Constante)	22.035	0.230		95.855	0.000
	Nivel de estrés	-0.119	0.003	-0.975	-42.238	0.000

a. Variable dependiente: Rendimiento Académico

El término constante cuyo valor es 22.035; se puede interpretar como la diferencia en la puntuación del rendimiento académico obtenida para un participante de la muestra, que al empezar tuviera una puntuación de estrés 0.

El término para la variable nivel de estrés es significativo ( $p=0.000$ ), es decir; se rechaza que sea nulo, tiene un valor de -0.119; el valor del coeficiente nos indica cuanto esperamos que disminuya el nivel de estrés.