

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
FILIAL - JAÉN



TESIS

**RELACIÓN ENTRE ESTRÉS ACADÉMICO Y LA GASTRITIS
EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD
NACIONAL DE CAJAMARCA FILIAL JAÉN-2021.**

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

AUTORA:

Margori Stefani Damian Becerra

ASESOR:

Emiliano Vera Lara

JAÉN, PERÚ

2023

Damián M. 2023. Relación entre estrés académico y la gastritis en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén-2021, Margori Stefani Damian Becerra, 2021/. 67 páginas.

Asesor: Emiliano Vera Lara

Disertación académica para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería - UNC 2023.

RELACIÓN ENTRE ESTRÉS ACADÉMICO Y LA GASTRITIS EN
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE
CAJAMARCA FILIAL JAÉN-2021

AUTORA: Margori Stefani Damian Becerra

ASESOR: Emiliano Vera Lara

Tesis evaluada y aprobada para optar el Título Profesional de Licenciada en
Enfermería en la Universidad Nacional de Cajamarca, por los siguientes
miembros:

JURADO EVALUADOR



Dra. Francisca Edita Díaz Villanueva
Presidente



Lic. Enf. Marleny Emperatriz Miranda Castro
Secretario



M.Cs. Leyder Guerrero Quintones
Vocal

Jaén 2023, Perú

Dedico este trabajo:

A Dios, por ser la luz de mi camino, la fuerza espiritual para lograr mis metas, quien me ha iluminado y me ha brindado protección a lo largo del desarrollo de mi formación profesional y durante la ejecución de este proyecto.

A mi querida madre Lucia, por su amor, comprensión, por lo valores inculcados y generados en mi persona.

A mi hermana, familiares y amigos quienes con su apoyo han contribuido en mi formación profesional, para alcanzar una de

Mi agradecimiento:

A Dios todo poderoso, por acompañarme, ser el guía, el amigo, por brindarme la fuerza en medio de las dificultades y esperanzas, por la salud, sabiduría, y cuidarme durante mi existencia, Gracias señor

A mi querida madre y hermana por brindarme su apoyo incondicional, confianza, comprensión, dedicación en todo momento, por los principios y valores inculcados que me ayudaron a crecer como persona, por alentarme a cumplir mi anhelado deseo de ser profesional.

A los docentes de la Escuela Académica Profesional de Enfermería por compartir los conocimientos, por su entrega y enseñanza valiosa que nos servirán en el desempeño laboral.

Al Dr. Emiliano Vera Lara, mi asesor, quien no dudo en asesorarme en la elaboración del presente trabajo y me encaminó durante todo este proceso.

A mi alma mater, la Universidad Nacional de Cajamarca- Filial Jaén por acogerme en sus aulas, y llenarme de conocimientos científicos, éticos y morales durante mi formación profesional.

A mis amigos con quienes compartimos día a día momentos inolvidables, anécdotas, tristeza, alegrías, apoyo, experiencias, durante la formación profesional basada en el compañerismo y respeto.

Índice	Pág.
Lista de tablas	ix
Lista de anexos.....	x
RESUMEN	xi
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	3
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	3
1.1. Planteamiento del problema	3
1.2. Objetivos.....	5
1.2.1. Objetivo general.....	5
1.2.2. Objetivos específicos	5
1.3. Justificación	6
CAPÍTULO II	8
MARCO TEÓRICO.....	8
2.1. Antecedentes del estudio	8
Internacional.....	8
Nacional	9
Local.....	11
2.2. Bases teóricas - conceptuales.....	11
2.2.1. Estrés académico.....	11
2.2.2. Gastritis	15
2.3. Teorías relacionadas a las variables.....	17
2.4. Hipótesis de la investigación	18
2.5. Variable de estudio	18
2.6. Operacionalización de la variable.....	18
CAPÍTULO III.....	21
DISEÑO METODOLÓGICO	21
3.1. Tipo y diseño de estudio	21

3.2. Población de estudio	22
3.3. Criterio de inclusión y exclusión	22
3.4. Unidad de análisis.....	22
3.5. Marco muestral	22
3.6. Muestra	22
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	23
3.8. Proceso de recolección de datos	24
3.9. Procesamiento y análisis de la información.....	24
3.10. Criterios éticos de la investigación.....	25
CAPÍTULO IV.....	26
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	26
4.1. RESULTADOS	26
4.2. DISCUSIÓN	32
CONCLUSIONES	37
RECOMENDACIONES.....	38
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	39
ANEXOS	45

Lista de tablas

Tabla 1.	Características del estrés académico en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.	26
Tabla 2.	Nivel de nivel de estrés en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca – Filial Jaén.	27
Tabla 3.	Características de la sintomatología de la gastritis que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.	28
Tabla 4.	Padecimiento de la gastritis según sintomatología en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.	29
Tabla 5.	Sintomatología de la gastritis según dimensiones en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.	29
Tabla 6.	Relación entre el estrés académico y la sintomatología de la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.	30
Tabla 7.	Correlación de Pearson	30

Lista de anexos

Anexo 1: Matriz de consistencia.....	46
Anexo 2: Cuestionario: Sintomatología de gastritis	47
Anexo 3: Cuestionario de estrés académico	48
Anexo 4: Autorización para recolección de la información	49
Anexo 5: Prueba de fiabilidad.....	50
Anexo 6: Datos complementarios	51
Anexo 7: Consentimiento informado.....	53
Anexo 8: Formulario de autorización del repositorio digital institucional.....	54

RESUMEN

Título: Relación entre estrés académico y la gastritis en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén-2021.

Autora: Margori Stefani Damian Becerra¹

Asesor: Emiliano Vera Lara²

Objetivo: Determinar la relación entre el estrés académico y la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén. **Metodología:** Estudio de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo- correlacional, diseño transversal. La población estuvo conformada por 115 estudiantes de enfermería matriculados en el ciclo 2021-I y una muestra de 89 participantes. Para la recolección de datos se aplicaron dos cuestionarios, para el estrés académico, el cuestionario de Estrés Académico de 15 ítems y tres dimensiones: física, psicológica y comportamental; y un cuestionario sobre sintomatología de gastritis de 13 ítems; ambos diseñados y validados por Tirado²⁰. **Resultados:** Los niveles de estrés en los participantes del estudio son: 47,2% moderado, 32,6% severo y 20,2% leve; el 71,9% de los participantes presenta síntomas de gastritis, y el 28.1% no tienen síntomas de esta enfermedad. La sintomatología de la gastritis en las dimensión fisiológica y psicológica, presentan gastritis con síntomas, en el 62,9% y 75,3% respectivamente y no presentan síntomas de gastritis en las mismas dimensiones, el 37,1% y 24,7%. **Conclusión:** A la prueba de X^2 de Pearson, se encontró una relación significativa entre estrés académico y gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén ($p < 0,05$), validándose la hipótesis planteada.

Palabras clave: Estrés académico, gastritis, estudiante de enfermería.

¹ Aspirante a Licenciada en Enfermería [Bach. Enf. Margori Stefani Damian Becerra, UNC]

² Emiliano Vera Lara. [Doctor en Gestión Pública y Gobernabilidad. Profesor Principal de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Cajamarca, Perú].

ABSTRACT

Title: Relationship between academic stress and gastritis in nursing students of the National University of Cajamarca Filial Jaén-2021.

Author: Margori Stefani Damian Becerra³

Advisor: Emiliano Vera Lara⁴

Objective: To determine the relationship between academic stress and gastritis in nursing students of the Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén. Methodology: Quantitative approach study, descriptive-correlational type, cross-sectional design. The population consisted of 115 nursing students enrolled in the 2021-I cycle and a sample of 89 participants. Two questionnaires were applied for data collection: for academic stress, the Academic Stress questionnaire with 15 items and three dimensions: physical, psychological and behavioral; and a questionnaire on gastritis symptomatology with 13 items; both designed and validated by Tirado²⁰. Results: The levels of stress in the study participants are: 47.2% moderate, 32.6% severe and 20.2% mild; 71.9% of the participants present symptoms of gastritis, and 28.1% have no symptoms of this disease. Symptomatology of gastritis in the physiological and psychological dimensions, present gastritis with symptoms, in 62.9% and 75.3% respectively and do not present symptoms of gastritis in the same dimensions, 37.1% and 24.7%. Conclusion: Pearson's X^2 test showed a significant relationship between academic stress and gastritis in nursing students of the Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén ($p < 0.05$), validating the hypothesis.

Key words: Academic stress, gastritis, nursing students.

³ Aspiring Nursing Degree [Bach. Enf. Margori Stefani Damian Becerra, UNC]

⁴ Emiliano Vera Lara. [Doctor in Public Management and Governance. Principal Professor of the Faculty of Health Sciences of the National University of Cajamarca, Peru].

INTRODUCCIÓN

El impacto del estrés producido en la salud de las personas, es tan alto que es considerada la enfermedad del siglo XXI, evidenciado en la persistencia de un estilo de vida marcado por la prisa e inmediatez, que afecta el rendimiento de las personas.

Según el Índice Global de Emociones 2021 Gallup, en un estudio realizado en 116 países, las personas que desarrollan actividad laboral, se caracterizan por mostrar, preocupación, estrés, ira y tristeza, las cuales han ido en aumento durante la última década y se agudizó durante la pandemia, lo que significa que casi 190 millones de personas en todo el mundo experimentaron estrés significativo el año 2020, en relación a años anteriores¹.

En ese sentido uno de los grupos afectados por el estrés resulta los estudiantes universitarios, producto de diversos problemas y exigencias académicas, algunas de las consecuencias desencadenadas por el estrés académico, al que son sometidos los estudiantes se proyectan en malestar tanto físico como emocional, visibles a simple vista, ya que en ellos se refleja un cambio de humor y dolores en distintas partes del cuerpo, especialmente en la cabeza y el estómago. Esto afecta su salud y emocionalmente es una carga que lleva al estudiante a pensar que no podrá realizar lo que se siempre ha podido, lo que a su vez trasciende sus relaciones personales con su familia y amigos porque su estado de ánimo cambia.

Un tipo de problema frecuente en los estudiantes es la gastritis por estrés, nerviosa o emocional, provocada, por situaciones de tensión emocional y ansiedad constantes que mantienen a la persona con una tensión continua y una sensación de alerta, que acaba perjudicando la salud de todo el organismo, incluido el estómago. Esto se explica porque el estrés y nerviosismo constante acaba inflamando las paredes del estómago, que si no se trata adecuadamente puede acabar provocando la formación de úlceras gástricas de alto riesgo para la salud².

De allí que es fundamental determinar la relación entre el estrés académico y la gastritis, a fin de afianzar o reorientar las acciones preventivas en beneficio de la salud personal, de la familia y la comunidad universitaria.

El estudio tuvo como objetivo, determinar la relación entre el estrés académico y la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén; y tiene un aporte importante, considerando que, si se identifica oportunamente el estrés, se abordará

oportunamente, con acciones tanto en el nivel directivo y académico, que ayuden a minimizar el impacto de los procesos de exigencia académica en los estudiantes, los resultados servirán de referencia para otras investigaciones.

El estudio está organizado según se describe en: Introducción, El Capítulo I: corresponde al problema de investigación, que contienen la definición y planteamiento del problema, pregunta de investigación, los objetivos y la justificación. El Capítulo II: comprende el marco teórico, e incorpora, los antecedentes de la investigación, la base teórica, la hipótesis de investigación y las variables. El Capítulo III: incorpora el marco metodológico, y describe el tipo y diseño de estudio, la población y muestra; técnicas e instrumentos de recolección de datos, el procesamiento y análisis de los datos y los criterios éticos. El Capítulo IV: presenta los resultados y discusión, finalmente, se presentan las conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

Actualmente el estrés es un problema que presenta una atención creciente, que afronta el sistema de la educación universitaria, debido a las presiones, demandas y disfunciones académicas, que afectan la salud, el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. La vida universitaria genera retos académicos diversos y múltiples, que aumentan la predisposición a estados de depresión, ansiedad y estrés³.

Las investigaciones han demostrado que cada vez más, las universidades de todo el mundo se enfrentan a tasas crecientes de trastornos mentales; un estudio realizado en 19 universidades de 8 países, aproximadamente 1/3 de los estudiantes de primer año que participaron en una encuesta de autoinforme dieron positivo en al menos 1 trastorno común de ansiedad, estado de ánimo o al consumo de sustancias medicamentosas⁴.

Según la Organización Mundial de la Salud, 1 de cada 4 personas (450 millones) sufren de un trastorno mental o de la conducta y el estrés es considerado, la enfermedad de salud mental del siglo XXI y puede ser el detonante de la depresión o incluso del suicidio, según los expertos; una de las causas son los procesos de aprendizaje en los distintos niveles educativos, que genera en los estudiantes experiencias de distintos niveles de tensión, al cual se le denomina estrés académico⁵.

Los expertos en salud mental precisan que ninguna población en el mundo, tiene menos de 20% de sus habitantes afectados por impactos en su salud mental, y la comunidad universitaria, es uno de los grupos sociales más afectados⁴. Estudios realizados en Chile, encontraron que el 27% de los estudiantes universitarios presenta sintomatología depresiva severa, 24% consumo problemático de alcohol, 15% trastorno de la alimentación y el 5% sufriría intento de suicidio; finalmente uso creciente de medicamentos para mejorar los niveles de concentración y rendimiento, que luego conduciría a problemas gástricos, fundamentalmente gastritis⁷.

En Puerto Rico, en una investigación realizada, se encontró que los estudiantes de enfermería que cursan los primeros semestres de la vida universitaria son más propensos a generar la aparición de estrés académico, lo cual influye para que disminuya

significativamente su rendimiento académico; y al ingresar a la vida laboral siguen siendo los profesionales quienes más estrés experimentan⁸.

En nuestro país la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, estudió los problemas de salud mental, encontrando que en estudiantes de Enfermería se evidenciaron frecuencias de 10,2% en intento suicida, 7,6% de ideación homicida, 26,9% de indicadores de conducta antisocial y 4,2% de problemas con el alcohol; aunque un porcentaje de alumnos ya ingresa a la universidad afectado por ellos, el entorno universitario sería factor agravante en depresión, ansiedad y problemas con el alcohol⁹.

Los estudiantes de enfermería se encuentran expuestos a múltiples situaciones que causan mayor estrés, como el no disponer del tiempo suficiente para cumplir con todas las actividades académicas, los exámenes y las exposiciones de trabajos, lo que incrementa el estrés al momento de exponer y finalmente se agrava con la falta de tiempo para poder disfrutar de una vida social¹⁰.

La gastritis, en cualquiera de sus formas, es una de las enfermedades más comunes de los seres humanos, y se estima que en el mundo más del cincuenta por ciento de la población padece esta enfermedad en algún grado¹¹. Según el Ministerio de Salud (MINSA), los principales motivos de consulta externa, en los jóvenes, son las infecciones de las vías respiratorias superiores, el trastorno gastrointestinal y la duodenitis¹².

Como razones, citan el consumo de alimentos que contienen grasas o especias adicionales y la falta de horarios fijos para las comidas; en el caso de los estudiantes, muchos se saltan el desayuno o almuerzan tarde por motivos de estudio o trabajo paralelo¹³.

La infección por *Helicobacter pylori* que alcanza entre el 60 - 70% de las personas en los países en vías de desarrollo, se constituye en el factor de riesgo más frecuente de la gastritis, sin embargo, también se señalan al: tabaquismo, alcoholismo, estrés y la edad menor de 50 años^{14, 15}.

En relación a las evidencias clínicas producto del estrés de origen académico, las investigaciones han encontrado que los estudiantes tienen asociado síntomas somáticos, como: dolores de cabeza, mareos, problemas digestivos como es la gastritis¹⁶. Asimismo, el incremento del pulso y la transpiración, la tensión muscular de brazos y piernas, la respiración entrecortada, el roce de los dientes, los trastornos del sueño, la fatiga crónica, la cefalea y los problemas de digestión¹⁷.

También son evidentes las respuestas conductuales frecuentes, como el deterioro del desempeño, tendencia a polemizar, aislamiento, desgano, tabaquismo, consumo de alcohol, ausentismo, reducción del apetito y el incremento de sueño; y como respuestas psicológicas: la inquietud, la depresión y la ansiedad; generando incapacidad para concentrarse, irritabilidad, pérdida de confianza en sí mismo y dificultad para tomar decisiones¹⁸.

Es ese contexto, se ha podido observar que, durante el proceso de formación académica, los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, se encuentran constantemente enfrentando situaciones de estrés y con frecuencia presentan trastornos gastrointestinales, cuya evidencia se expresa en algunos testimonios que se detallan:

“A pesar que me levanto temprano, llego tarde a clases, no cumplo con las tareas académicas, siempre estoy distraído en las clases, siento asfixiarme al no poder tomar decisiones”

“Mis clases son a las 7 a.m. por lo que siempre voy sin desayunar a fin de llegar temprano; nos programan en un día dos o tres exámenes de diferentes cursos, además de la entrega de trabajos, siento que me falta tiempo, lo que me causa dolor de cabeza, tensión, fatiga, problemas estomacales entre otros”

Frente a la situación anterior surge la necesidad de formularse la siguiente pregunta de investigación.

¿Cuál es la relación entre estrés académico y la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaen-2021?

1.2. Objetivos

1.2.1. Objetivo general

Determinar la relación entre el estrés académico y la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

1.2.2. Objetivos específicos

- Identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

- Identificar la sintomatología de la gastritis que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

1.3. Justificación

Este estudio encuentra justificación en la presencia de alto índice de morbilidad por gastritis y las enfermedades gástricas en general que muchas veces desencadena en cáncer gástrico; siendo el estrés su principal desencadenante, en el extremo de ser considerado un fenómeno universal que afecta a todas las personas que lo sufren, particularmente la población joven y adulta joven en el Perú, especialmente a un grupo de riesgo como los estudiantes universitarios, quienes tienen asociado a la sobrecarga y acumulación de tareas académicas.

Actualmente vivimos en “sociedades del rendimiento”, caracterizadas por un compulsivo exceso de trabajo, y en las universidades la evidencia es la alta carga académica en los estudiantes, que genera serios problemas en la salud, evidenciados por cansancio, nerviosismo y depresión, con experiencias de estrés agudo y crónico, vinculados estrechamente a problemas digestivos donde el más común es la gastritis⁷.

Diversos factores son los que mantienen proclive a la alteración de la salud de los estudiantes, sin embargo, destacan el exceso de carga académica, largas horas de estudio y la acumulación de noches sin dormir como factores principales que afectan la salud mental de los estudiantes, que podrían generar graves consecuencias, de las cuales muchas son irreparables¹⁹.

En el desarrollo de la formación profesional en la Escuela de Enfermería, existe sobrecarga académica caracterizada por exceso de tareas académicas, tanto en la parte práctica y teórica, además de acumular hasta 3 o 4 exámenes diarios, lo que genera altos niveles de tensión en los estudiantes, además de que ni siquiera se dispone de tiempo para consumir los alimentos debido a que los horarios no lo permiten por la cercanía de culminar una clase y empezar otra, lo que genera problemas de gastritis con tendencia a desencadenar mayores riesgos en la salud.

Esta problemática debería ser coberturada por el área de Bienestar Universitario, sin embargo, esta se encuentra inoperativa, producto de que no existe personal encargado de atender los principales motivos de consulta médica, ni psicológica de los estudiantes, que con altos niveles de tensión podría desencadenar en situaciones de mayor complejidad.

En ese contexto, se considera necesario desarrollar esta investigación, ya que una cantidad importante de estudiantes de enfermería tienen problemas gástricos, producto de los altos niveles de tensión que padecen y por otro lado no utilizarían medidas preventivas frente al estrés, a pesar de conocer el impacto que genera en la salud de las personas.

El resultado de esta investigación nos permite tener una visión global del conocimiento que tienen los estudiantes de enfermería sobre el estrés y los síntomas de la gastritis y a partir de ese referente, fortalecer las debilidades académicas, buscando sensibilizar a los directivos sobre el problema y su prevención.

De igual manera los resultados proporcionan información relevante que sirven de referencia para justificar la implementación del Área de Bienestar Universitario con personal necesario para atender esta problemática.

Así mismo esta investigación sirve de referencia para otras investigaciones.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del estudio

Internacional

Pérez, et al²⁰., realizaron una investigación en el 2018, sobre: estrés académico percibido por los estudiantes de las ciencias de la salud, cómo les afecta y qué mecanismos emplean para afrontarlos. Los resultados muestran la edad de 18 y 21 años de edad, 76.7% del sexo femenino; el 82.2% negó alguna enfermedad. Los estresores se agruparon en tres categorías: En los cursos teóricos: estrés por los horarios extendidos y la carga de asignaciones. En la práctica clínica, la personalidad del docente y la responsabilidad profesional inmersa, con 29% y 42%, respectivamente, el traslado a la práctica para ser puntuales y no contar con transporte público, el temor a cometer errores. Los estresores personales: falta de tiempo para descansar y no poder cumplir con compromisos familiares. Las reacciones psicológicas incluyen ansiedad, angustia y desesperación. Las reacciones físicas: dolor de cabeza y fatiga crónica y las comportamentales: desgano y cambio en hábitos de comer.

Castillo et al.¹⁶, en el año 2017, realizaron una investigación, con el objetivo de describir el estrés académico de estudiantes de enfermería de la ciudad de Cartagena, Colombia. Encontrando que el 90,8% reportó haber experimentado momentos de ansiedad o nerviosismo durante el semestre, el 42% reportó un nivel medio de estrés, relacionado a la sobrecarga académica de tareas teóricas y prácticas de la materia. La estrategia de abordaje más utilizada fue la actividad religiosa (41,7%). En conclusión, los estudiantes presentan niveles de estrés variables y se encuentran nerviosos y preocupados por la carga académica presentada en ambos semestres de estudio, lo que puede repercutir negativamente su salud física y mental.

Gordillo y Quezada²¹ en el 2016, investigaron sobre Estrés y hábitos alimenticios en relación con la presencia de gastritis en pacientes atendidos en el Hospital Básico Catacocha. Los resultados obtenidos evidenciaron que un 62% de pacientes fueron diagnosticado mediante H. pylori en heces y un 38% mediante endoscopía; el 67% de los pacientes se encuentran levemente estresados, el 32% están moderadamente estresados y

el 2% se encuentra gravemente estresado; el 58% presenta hábitos alimenticios higiénicos. Se concluye que no existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés y los hábitos alimenticios con la gastritis en esta población estudiada.

Palma¹⁸ en el 2015, realizó una investigación sobre estrés académico factor causal de gastritis en estudiantes de la carrera de licenciatura en enfermería, UPSE Ecuador. Los resultados indican que el 98 % de estudiantes conoce sobre estrés, el 91% identifica sus signos y síntomas, como pirosis, náuseas, anorexia, el 81% conoce las complicaciones, incluyendo gastritis, úlcera, colitis, depresión y ansiedad; el 42 % de la población en estudio se identificó con un episodio de gastritis. El estresor dominante en la vida académica es la sobrecarga académica, experimentado por el 82% de los estudiantes, otros factores estresores son la falta de tiempo, exposiciones, exámenes y tareas de estudio. El 67% de estudiantes desconoce sobre técnicas de afrontamiento al estrés, siendo necesario implementar un proyecto educativo sobre este tema, previniendo complicaciones futuras del estrés y optimizando la preparación académica

Nacional

Tirado²². realizó un estudio en el año 2018, con el objetivo de determinar la relación entre el estrés académico y los síntomas de gastritis en el comedor de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas. Se encontró que el 71,1% de los estudiantes beneficiarios presentaban síntomas de gastritis y estrés académico moderado; El 20% no presentaba síntomas de gastritis, pero si estrés académico leve y el 8,9% no presentaba síntomas de gastritis, pero si estrés académico moderado. La hipótesis se obtuvo con una prueba estadística chi-cuadrado ($p = 0,023$). En resumen, el estrés académico está directamente relacionado con los síntomas de la gastritis.

Miraval²³. en su investigación realizada en el 2017, con el objetivo de Determinar la relación que existe entre los estilos de vida y los trastornos gastrointestinales en los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Huánuco – 2017. Los resultados respecto a los estilos de vida, fueron que el 81,9% de estudiantes tuvieron estilos de vida saludables y el 18,1% presentaron estilos de vida no saludables; en cuanto a los trastornos intestinales, el 66,1% presentaron trastornos gastrointestinales y el 33,9% restante no tuvieron trastornos gastrointestinales. Al analizar la relación entre las variables se encontró que los estilos de vida ($p < 0,002$) y sus dimensiones hábitos alimenticios ($p < 0,006$), hábitos de sueño ($p < 0,005$), aspectos psicosociales ($p < 0,000$), hábitos nocivos

para la salud ($p < 0,002$), y hábitos de cuidado de la salud ($p < 0,031$) se relacionaron significativamente con la presencia de trastornos gastrointestinales en los estudiantes de Enfermería en estudio. Conclusiones: Los estilos de vida se relacionan con los trastornos gastrointestinales en los estudiantes de Enfermería.

Gaspar y Viennev²⁴, en su investigación realizada en el año 2016, sobre Prevalencia de factores de riesgo tradicional de la gastritis en universitarios de Huancayo, estudiándose las características sociodemográficas, factores de riesgo, signos y síntomas y hábitos alimenticios y toxicológicos. Los resultados del estilo de vida fueron que el 81,9% de los estudiantes eran saludables y el 18,1% no saludables; en relación a las enfermedades gastrointestinales estuvieron presentes en el 66,1% y el 33,9% restante no presentó estas enfermedades. El análisis de la relación entre las variables reveló que los estilos de vida ($p = 0,002$) y sus dimensiones hábitos alimentarios ($p = 0,006$), hábitos de sueño ($p < 0,005$), aspectos psicosociales ($p = 0,000$), hábitos nocivos para la salud ($p = 0,002$) y los hábitos de cuidado de la salud ($p = 0,031$) se relacionaron significativamente con la presencia de trastornos gastrointestinales en los participantes del estudio. Concluyendo que los estilos de vida de los estudiantes de enfermería están asociados a trastornos gastrointestinales.

Del Risco et al²⁵, investigó estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería - Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, Iquitos, 2015. Se encontró que el 83,3 % presentaron estrés medio, de los cuales manifiestan hasta 4 o más de los ítems de situaciones estresantes planteados en el Test de Estrés; manifiestan reacciones físicas como somnolencia 19,1%, cansancio permanente 17,8%, dolores de cabeza 17,6%; y reacciones psicológicas como inquietud 22,0% y problemas de concentración 20,7%. Al realizar el análisis bivariado se encontró resultados estadísticos significativos $\alpha = 0,003$.

Local

Al realizar la búsqueda, no se encontró investigaciones sobre el tema en estudiantes de enfermería a nivel local.

2.2. Bases teóricas - conceptuales

2.2.1. Estrés académico

A) Estrés

Es un conjunto de procesos y reacciones neuroendocrinos, inmunológicos, emocionales y conductuales que se dan ante situaciones que exigen al organismo una adaptación mayor a la habitual y que el individuo percibe como amenazas o amenazas a su integridad, ya sea biológica o psicológica²⁶.

El estrés es una reacción fisiológica de nuestro organismo, frente a situaciones difíciles, que con el tiempo afecta diferentes funciones del organismo, pero se puede controlar si se tiene equilibrio y organización en el estilo de vida²⁷.

B) Estrés académico

Se define como la tensión que experimentan los individuos en las etapas de aprendizaje desde el nivel preescolar hasta el nivel de posgrado, ocurriendo tanto en la investigación individual como en el aula. El desencadenante está en el ámbito académico y como tal puede afectar por igual a estudiantes y docentes²⁸.

Según Lazarus el estrés académico es el que sufren los estudiantes de secundaria y universitarios como consecuencia de los estresores relacionados con las actividades que desarrollan en el ámbito escolar²⁹.

El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos:

- Primero: al estudiante se le presentan altas demandas insatisfactorias, las cuales son consideradas estresantes según la propia evaluación del estudiante.
- Segundo: estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta como una serie de síntomas (indicadores de desequilibrio).

- Tercero: este desequilibrio obliga al estudiante a realizar acciones de supervivencia para restablecer el equilibrio sistémico¹⁹.

El proceso de afrontamiento es un proceso psicológico que se pone en marcha cuando el entorno se considera amenazante y cada sujeto tiende a actuar de manera distinta, dependiendo de su capacidad de resiliencia, sea por aprendizaje o por descubrimiento fortuito, en una situación de emergencia³⁰.

C) Tipo de estrés

1. Estrés agudo

Es un tipo de estrés que tiene como desencadenante las exigencias que nos imponemos nosotros mismos o los demás, las que son alimentadas por un pasado reciente, o en anticipación de un futuro próximo; puede ser positivo en pequeñas dosis, pero en dosis elevadas puede acabar por generar severas consecuencias en nuestra salud mental y física; sin embargo, el espacio temporal es corto y como tal no deja secuelas y es de fácil curación³¹.

Clínicamente puede producir manifestaciones alérgicas como asma, urticaria, eczema; dolores musculares (cefalea, dolor de espalda y contractura muscular); emociones negativas (depresión, ansiedad, miedo, frustración); problemas gástricos (estreñimiento, acidez, diarrea, dolor abdominal) y sobreexcitación del sistema nervioso (aumento de la presión sanguínea, taquicardia, náuseas, sudoración excesiva y migraña)³¹.

2. Estrés crónico

Es aquel que se desarrolla en un largo plazo, no tiene una función adaptativa y protectora en el organismo, y da lugar a carga alostática que induce el desarrollo de patologías; aparece en prisiones, guerras o en situaciones de pobreza extrema, situaciones en lo que se debe estar continuamente en alerta, también puede venir de un trauma vivido en la niñez³².

Puede causar manifestaciones físicas, comportamentales y/o neuropsiquiátricas (ansiedad y depresión), trastornos metabólicos (obesidad, diabetes mellitus tipo 2), trastornos cardiovasculares (hipertensión, infarto de miocardio) y trastornos del sueño (insomnio) (cuya presencia y efecto se extiende en el tiempo)³².

El estrés crónico puede conducir al suicidio, la violencia, el ataque al corazón, la apoplejía e incluso el cáncer. Las personas se desgastan hasta llegar a una crisis nerviosa final y fatal³³.

3. Estrés y enfermedad gastrointestinal

El estrés es un enemigo de nuestro bienestar, y repercute de manera directa en nuestra salud; el estrés ataca a nuestro sistema digestivo haciéndole liberar cortisol y catecolaminas, hormonas que en exceso afectan al proceso digestivo y como consecuencia aparece: indigestión, dolor abdominal, flatulencias³⁴.

El aparato digestivo es capaz de producir bienestar, la evidencia es que el tubo digestivo es el encargado de liberar la mayor parte de la serotonina que se produce en nuestro organismo y el estrés genera déficit, afectan nuestro estado de ánimo, generando ansiedad y disminuyendo la sensación de felicidad; su carencia también dificulta el sueño ya que la melatonina requiere de la serotonina para producirse³⁴.

La causalidad de las enfermedades es diversa, existen causas biológicas, predisposición hereditaria, factores ambientales y psicológicos, que pueden contribuir al proceso de la enfermedad; las enfermedades crónicas generalmente, están vinculadas etiológicamente con el estrés excesivo y a su vez este estado es producto de situaciones específicas, inherentes a la organización de las sociedades tecnológicas modernas³⁵.

Razali citado por Rosales³⁶, señala que las enfermedades gastrointestinales, como la úlcera péptica y la colitis ulcerosa, están fuertemente relacionadas con el estrés; las úlceras pépticas están causadas por un exceso de ácidos gástricos; las investigaciones en pacientes con úlceras gástricas, han puesto de manifiesto que la ira y la hostilidad incrementan la acidez del estómago.

Algunas investigaciones encontraron que eventos vitales como problemas ocupacionales, educacionales o económicos, enfermedad familiar o separación por divorcio o muerte, que desencadenan estrés, se constituyen en un factor de riesgo, que preceden al desarrollo o recurrencia de úlcera, sugiriendo a partir de esto, una asociación causal³⁷.

D) Dimensiones del estrés

1. Dimensión psicológica:

En el plano cognitivo, Smith citados por Blanco¹⁹, encontraron que los patrones de evaluación emocional y de la realidad variaron significativamente desde el período

anterior a la realización del examen hasta el momento en que se anunció la calificación. Por otro lado, los participantes en el estudio de Hill experimentaron más estrés durante el examen que fuera del mismo.

El estrés es un proceso de adaptación que puede utilizarse para reaccionar ante situaciones inesperadas, cambios en la rutina de la vida diaria, que pueden ser positivas o negativas. En este sentido, Selye mencionado por Blanco¹⁷ distinguió dos tipos de estrés: el distrés y el eustrés, cuyos indicadores incluyen agotamiento, tristeza, dificultad para concentrarse, trauma, manos sudorosas y aumento o disminución del apetito.

2. Dimensión fisiológica

Selye³⁸, describe el estrés como una secuencia de reacciones fisiológicas manifestadas por un individuo, y cuando ocurre, las pupilas se dilatan, la audición se agudiza, los músculos se tensan listos para actuar y las frecuencias cardíaca y respiratoria aumentan, los cambios fisiológicos son la primera fase de la reacción al estrés. En la segunda fase, estos cambios fisiológicos se mantienen para satisfacer las demandas emocionales de la situación (fase de mantenimiento), y en la tercera fase de agotamiento, el nivel de activación fisiológica cae bruscamente, de lo contrario el organismo llega al colapso.

Algunos estudios muestran la prevalencia del estrés académico en los problemas de salud; donde se evidencia la actividad de las células T y las células asesinas naturales (NK) durante los períodos de estudio en situaciones altamente estresantes, indicadores de una depresión del sistema inmune³⁸.

3. Dimensión Comportamiento:

A nivel conductual, Álvarez estudió cómo cambia el estilo de vida de los estudiantes a medida que se acerca la época de exámenes, convirtiéndose en hábitos poco saludables, como lo demuestran: el consumo excesivo de cafeína, tabaco, sustancias psicoactivas para generar excitación, y en algunos casos incluso el consumo de sedantes, que posteriormente puede conducir a trastornos de salud³⁹. En su estudio, Martin⁴⁰ encontró diferencias en el consumo de tabaco y cafeína en los dos momentos estudiados. Es importante destacar que las personas que consumieron cafeína regularmente durante la prueba no aumentaron significativamente su consumo. Sin embargo, se incrementó en aquellos individuos que no relataron consumo de cafeína en periodos libres de estrés y

presentaron indicadores como: drena, desgasta, destruye: cuerpo, mente y vida; depresión, tristeza, diarrea, insomnio, fatiga y aislamiento.

2.2.2. Gastritis

A) Definición

La gastritis se define como la inflamación de la mucosa gástrica, según Marshal et al. citado por Gaspar y Jacobe⁴¹, la gastritis es etiológicamente multifactorial. Un mismo paciente puede verse influido por varios factores, tanto exógenos como endógenos. Las causas más comunes son: uso significativo de medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (AINE), exceso de alcohol y tabaco e infección por *Helicobacter pylori*; y las causas menos comunes incluyen: anemia perniciosa, reflujo biliar, estrés extremo e infecciones virales.

La gastritis es una enfermedad aguda o crónica de la mucosa gástrica, capa celular que recubre el interior del estómago, que protege contra la acidez del jugo gástrico, provoca síntomas dispépticos a causa de la enfermedad, y cuya existencia se sospecha clínicamente. endoscópicamente y requiere confirmación histológica.

Hay entidades cuyas características endoscópicas corresponden a gastritis por eritema o edema mucoso, donde el componente inflamatorio está ausente histológicamente, pero si tienen daño epitelial o endotelial, se les denomina gastropatías. En la práctica clínica, el término gastritis se utiliza tanto para la propia gastritis como para las gastropatías, porque tienen manifestaciones clínicas y hallazgos endoscópicos muy similares^{43, 44}.

B) Tipos de gastritis

1. Gastritis aguda

Sepúlveda⁴⁵ citado por Fernández, señala que este tipo de gastritis se caracteriza por ser de origen bacteriano, resultante del consumo de alimentos contaminados con bacterias o sus toxinas; las más comunes son las primeras etapas de la infección por *Helicobacter pylori*, que suelen pasar desapercibidas porque son asintomáticas. El diagnóstico se realiza por endoscopia con análisis histológico o microbiológico o ambas muestras.

2. Gastritis crónica no atrófica

En estas formas de gastritis se observa infiltración de leucocitos sin destrucción o pérdida de glándulas gástricas. Estos incluyen la gastritis antral difusa, en la que la mucosa

oxíntica (cuerpo y fondo) puede ser normal o levemente inflamada. El infiltrado inflamatorio puede ser puramente linfoplasmocitario o puede estar acompañado de células polimorfonucleares, a las que se ha denominado actividad inflamatoria (refiriéndose a la gastritis crónica activa)⁴²

3. Gastritis nerviosa

Es un tipo de gastritis causada por el estrés que afecta el estómago inflamando e irritando la mucosa gástrica, produciendo síntomas muy similares a los de la gastritis causada por la bacteria *Helicobacter pylori*⁴⁴.

C) Causas

La gastritis es generalmente una enfermedad de etiología multifactorial que se presenta con frecuencia en la población mundial.

Se señalan como causas de la gastritis, al *Helicobacter pylori*, consumo de antiinflamatorios no esteroideos (AINEs), consumo excesivo de alcohol, hábito de fumar y enfermedades autoinmunes⁴⁵.

D) Síntomas

La gastritis crónica se caracteriza por presentar: ausencia de hambre, dolor abdominal, náuseas, acidez gástrica, hematemesis y melena⁴³.

La gastritis nerviosa evidencia los siguientes síntomas: distensión abdominal, dolor gástrico posterior a la ingesta de alimentos, reflujo, pérdida de apetito, sensación de ardor en el estómago y/o esófago entre las comidas o por la noche, y un dolor en la parte superior del abdomen⁴⁶.

E) Dimensiones de la gastritis emocional

Según Sánchez citado por Tirado²², muestra que existen parámetros que determinan el nivel de estrés de una persona y son de dos tipos:

1. Nivel psicológico. La persona siente tristeza, dolor, ansiedad, nerviosismo, trastornos del sueño, tendencia a la violencia e irritabilidad.
2. Nivel fisiológico. El estrés puede manifestarse en síntomas físicos como: flatulencia, náuseas, vómitos, dolor de cabeza, palpitaciones, etc.

2.3. Teorías relacionadas a las variables

Teoría General de Dorotea Orem

Esta teoría tiene 3 componentes: la teoría del autocuidado, la teoría del déficit del autocuidado y la teoría de los sistemas de enfermería.

- a) Teoría del autocuidado, hace referencia a las acciones que llevan a cabo los individuos para mantener su salud. Considera que el autocuidado se va desarrollando a lo largo de la vida y se ve influenciada por las creencias y hábitos de la familia o comunidad a la que pertenecemos. Del mismo modo, Orem hace referencia a los requisitos de autocuidado, con los cuales se busca propiciar condiciones saludables y prevenir situaciones adversas.

Dentro de los requisitos de autocuidado universales se encuentran el mantenimiento de la respiración, agua y alimentos, además la promoción adecuada del organismo en relación con el potencial humano. Los requisitos de desarrollo sumados a los requisitos universales resultan ser actividades de promoción de la salud y prevención de la enfermedad. Por último, el requisito de autocuidado en las desviaciones de la salud hace referencia a prevenir incapacidad prolongada en personas que padecen alguna enfermedad.

- b) Teoría del déficit de autocuidado, cuando los individuos no tienen la capacidad de atenderse por sí mismos, es que enfermería con su labor de cuidado intervienen, resaltando la relación enfermera-paciente. En esta teoría se menciona cinco métodos que el profesional de enfermería hace uso para asistir al individuo en su autocuidado: Actuar o hacer para otra persona, guiar y orientar, proporcionar apoyo físico y psicológico, propiciar un ambiente de apoyo para el desenvolvimiento personal y enseñar.
- c) Teoría de los sistemas de enfermería, definida como las acciones que realizan las enfermeras para ayudar a los individuos a que adopten actitudes de responsabilidad ante su autocuidado. Los cuidados de enfermería se brindan de acuerdo a la capacidad del individuo para realizar su autocuidado, los cuales están agrupados en sistemas:

- Sistema totalmente compensatorio, aquel en el cual el individuo no desarrolla ninguna actividad de autocuidado por sí mismo y depende totalmente de otra persona, como es el caso de personas en coma o con fracturas vertebral.
- Sistema parcialmente compensatorio, en este sistema el paciente puede realizar ciertas actividades de autocuidado y el personal de enfermería lo complementa apoyándolo en las actividades que no puede realizar por sí mismo, como es el caso de pacientes que han sido sometidos a una cirugía abdominal en la cual pueden realizar actividades pequeñas como lavar su rostro, pero necesitan ayuda para la deambulación.
- Sistema de apoyo – educación, aquí el personal de enfermería se encarga de enseñar al paciente a ser agente de su autocuidado⁴⁷.

2.4. Hipótesis de la investigación

La relación entre el estrés académico y la sintomatología de la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca - Filial Jaén es estadísticamente significativa.

2.5. Variable de estudio

Variable 1: Estrés académico.

Variable 2: Sintomatología de la gastritis.

2.6. Operacionalización de las variables

Relación entre estrés académico y sintomatología de la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén-2021

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Medición	Escala de medición	Instrumento
Estrés académico	Es una tensión vivida por las personas en la fase de aprendizaje desde el nivel preescolar hasta el posgrado, tanto en la investigación individual como en el aula ²⁸ .	El estrés académico de los estudiantes de enfermería será evaluado a través de sus dimensiones: psicológica, fisiológica y conductual	Psicológica	<ul style="list-style-type: none"> - Agotamiento - Tristeza - Problemas de concentración - Lesiones - Sudoración de manos - Aumento o disminución del apetito 	Leve: 15-25 puntos Moderado: 26-50 puntos Severo: 51-75 puntos	Ordinal	Cuestionario
			Fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> - Causa irritabilidad - Tensión - Ansiedad - Deterioro de las relaciones interpersonales - Aumento del ritmo cardíaco - Eczema - Indiferencia 			
			Conductual	<ul style="list-style-type: none"> - Agota, consume, destruye: cuerpo, mente y vida. - Depresión - Tristeza - Diarrea - Insomnio - Fatiga - Aislamiento 			

Sintomatología de la gastritis	Conjunto de síntomas propios de la gastritis que se presentan en una persona enferma ⁴⁶ .	La sintomatología de la gastritis será medida en sus dimensiones: fisiológica y psicológica.	Fisiológico	<ul style="list-style-type: none"> - Vómitos - Nauseas - Ardor y dolor del epigastrio - Melena 	Con síntomas >50%: 04 ítems “si” marcados). Sin síntomas < 50%: 04 ítems “no” marcados		
			Psicológico	<ul style="list-style-type: none"> - Estrés - Ansiedad - Insomnio - Tristeza 			

CAPÍTULO III

DISEÑO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y diseño de estudio

La investigación es de un enfoque cuantitativo, tipo descriptivo- correlacional, diseño transversal.

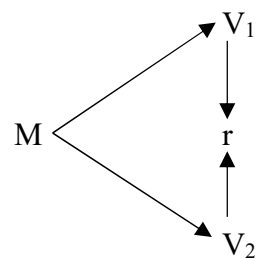
Es de enfoque cuantitativo porque se usa la recolección de datos con base en la medición numérica y el análisis estadístico.

Es de tipo descriptivo, porque se observa lo que ocurre con el fenómeno en estudio en condiciones naturales, describiendo las variables⁴⁸.

Es correlacional, porque mide el grado de relación y semejanza entre las variables, no pretende establecer una explicación completa de la causa – efecto de lo ocurrido, solo aporta indicios de las posibles causas de un acontecimiento; en esta investigación se describen y correlacionan las variables estrés académico y sintomatología de la gastritis en estudiantes de enfermería⁴⁹.

Es de diseño transversal, porque se recopilan datos en un solo momento, haciendo un corte en el tiempo y las variables se estudian simultáneamente; se denominan diseños observacionales de base individual con componente descriptivo y analítico; cuando hay predominio del primer componente se habla de estudios transversales descriptivos o de prevalencia, cuya finalidad es el estudio de la frecuencia y distribución de eventos de salud y enfermedad⁵⁰.

Su diagrama es el siguiente:



Donde:

- M: Muestra
- V1: Estrés académico

- r: Coeficiente de correlación
- V2: Sintomatología de gastritis

3.2. Población de estudio

Estuvo constituida por 115 estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, matriculados en el ciclo 2021-I.

3.3. Criterio de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

- Estudiantes de 1er, 2do y 3er ciclo de estudios.
- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes que al menos una vez hayan tenido sintomatología estrés.
- Estudiantes que al menos una vez hayan tenido sintomatología gastritis.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que renuncien a participar de la investigación aun firmando el consentimiento informado.
- Estudiantes que no respondan el cuestionario de la investigación.

3.4. Unidad de análisis

Cada uno de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, matriculados en el ciclo 2021-I.

3.5. Marco muestral

Está constituido por el listado de alumnos de la Escuela Académico Profesional de Enfermería Filial Jaén, matriculados en el periodo académico 2021-I.

3.6. Muestra

La muestra fue establecida probabilísticamente, método con el cual todos los individuos tienen la misma probabilidad de ser elegidos.

La muestra estuvo conformada por 89 estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, dato obtenido utilizando la fórmula para poblaciones conocidas, con nivel de confianza del 95% y un error del 5%.

Para calcular la muestra se empleó la fórmula:

$$n = \frac{Z^2 PQN}{E^2 (N - 1) + Z^2 PQ}$$

$$n = \frac{(1,96)^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5 \cdot 115}{0,05^2 (115 - 1) + (1,96)^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5}$$

$$n = \frac{110.446}{1.2454} = 88,68$$

Para distribuir la muestra se utilizó el muestreo probabilístico estratificado proporcional. “Estratificado” en la medida que la población está dividida en subgrupos (año de estudios), y “proporcional” considerando que el tamaño de cada estrato se ha fijado teniendo en cuenta la población de estudiantes por año de estudios.

Estratos	Población por estratos	Factor	Muestra
1er ciclo	39	0,773	30
3er ciclo	40	0,773	31
5to ciclo	36	0,773	28
Total	115		89

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario para ambas variables.

Para medir la variable Estrés académico, se utilizó el cuestionario denominado Estrés Académico, diseñado y validado en Perú por Tirado²², dispone de 15 ítems, en tres dimensiones: física, psicológica y comportamental, con una confiabilidad de 0.85 y una validez por expertos de 8.88178. Su valoración es tipo Likert: (1) nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre y (5) siempre, lo que permite identificar el tipo de estrés académico.

El instrumento fue auto administrado en un tiempo promedio de 15 a 20 minutos. Las categorías utilizadas fueron: Estrés académico leve, moderado y severo. La ponderación de la variable fue: Estrés académico severo = 51 – 75 puntos, estrés académico moderado = 26 – 50 puntos y estrés académico leve = 15 – 25 puntos.

Para medir la variable Sintomatología de gastritis, se utilizó como instrumento el Cuestionario Sintomatología de la gastritis, diseñado y validado en Perú por Tirado²², con una confiabilidad de 0.85; dispone de 13 ítems, presentadas en preguntas de dos opciones en una escala dicotómica.

Las categorías utilizadas son: Con sintomatología y sin sintomatología, quedando categorizadas como: Con sintomatología = > 50 % (07 ítems “si” marcados) y sin sintomatología = < 50 % (07 ítems “no” marcados)

El instrumento para la variable estrés, considerando su alta valoración fue utilizado como tal, pero se obtuvo nueva confiabilidad, con esa finalidad se aplicó una prueba piloto en 10 estudiantes con las mismas características de la muestra, alcanzando un alfa de Cronbach de 0,89. (Ver Anexo 08)

El instrumento relacionado a la variable Sintomatología de la gastritis, considerando su alto nivel de validez, no se realizó esta prueba, pero se determinó nueva confiabilidad mediante la prueba de Kuder Richardson (KR-20) considerando la naturaleza de las preguntas, alcanzando un valor de 0,85. (Ver Anexo 08)

3.8. Proceso de recolección de datos

- Para la ejecución del estudio se solicitó a la Dirección de la Escuela de Enfermería, la autorización para la aplicación del instrumento, así como la lista de correos electrónicos institucionales de los estudiantes.
- Recibida la autorización, se envió a los correos institucionales de los estudiantes de enfermería el consentimiento informado y el cuestionario para la recolección de la información, se informó el objetivo del estudio y se absolvió inquietudes de algunos estudiantes, se utilizó el mismo medio para ello, vía correo electrónico.

3.9. Procesamiento y análisis de la información

La información obtenida fue analizada en el programa SPSS versión 25,0. Los datos se presentan en tablas de entrada simple, tablas de contingencia y gráficos.

Para la correlación de variables se utilizó la prueba Chi-Cuadrado de Pearson, para lo cual se correlacionó el estrés académico con la sintomatología de la gastritis. El análisis se realizó teniendo en cuenta el marco teórico.

3.10. Criterios éticos de la investigación

Se utilizó los principios de:

Principio de beneficencia: Se trata del deber ético de buscar el bien para las personas participantes en una investigación⁵¹. Se explicó e hizo de conocimiento a los participantes en que consiste y que es lo que se espera conseguir al concluir la investigación.

Principio de respeto a las personas: Permite reconocer la capacidad de las personas para tomar sus propias decisiones, es decir su autonomía, incluye dos convicciones éticas: trato como agentes autónomos, y en autonomía disminuida brindar protección⁵². Se mantuvo el respeto durante el proceso de la investigación hasta la publicación de resultados.

Principio de justicia: Comprende el derecho al trato justo y a la privacidad de los sujetos en el estudio⁵¹. Los participantes del estudio fueron tratados con amabilidad y respeto sin discriminación alguna en todo el proceso de la investigación.

Autonomía: Es la capacidad del individuo para hacer elecciones, tomar decisiones y asumir las consecuencias de las mismas⁵¹. Las personas participantes en la investigación tuvieron la libertad de decidir su participación, luego de conocer los objetivos y metodología del estudio.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS

4.1.1. Identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

Tabla 1. Características del estrés académico en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén

	Indicador	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre					
Reacciones fisiológicas											
1	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadilla)	9	10,1	40	44,9	11	12,4	18	20,2	11	12,4
2	Fatiga crónica (cansancio permanente)	3	3,4	44	49,4	11	12,4	17	19,1	14	15,7
3	Dolores de cabeza o migrañas	2	2,2	39	43,8	13	14,6	16	18,0	19	21,3
4	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	1	1,1	25	28,1	15	16,9	27	30,3	21	23,6
5	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc	10	11,2	42	47,2	6	6,7	17	19,1	14	15,7
6	Somnolencia o mayor necesidad de dormir	4	4,5	38	42,7	6	6,7	17	19,1	14	15,7
Reacciones psicológicas											
7	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	2	2,2	25	28,1	20	22,5	23	25,8	19	21,3
8	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	13	14,6	59	66,3	5	5,6	10	11,2	2	2,2
9	Ansiedad, angustia o desesperación	5	5,6	56	62,9	13	14,6	6	6,7	9	10,1
10	Problemas de concentración	3	3,4	32	36,0	19	21,3	21	23,6	14	15,7
11	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.	12	13,5	44	49,4	13	14,6	12	13,5	8	9,0
Reacciones comportamentales											
12	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	2	2,2	39	43,8	16	18,0	13	14,6	19	21,3
13	Aislamiento de los demás	1	1,1	28	31,5	24	27,0	21	23,6	15	16,9
14	Desgano para realizar las labores universitarias	7	7,9	46	51,7	15	16,9	13	14,6	8	9,0
15	Aumento o reducción del consumo de alimentos.	2	2,2	43	48,3	18	20,2	16	18,0	10	11,2

En la Tabla 1, se puede apreciar las respuestas respecto al cuestionario estrés en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén; en ella se puede observar que, la mayoría responde que rara vez, tiene: trastornos en el sueño, fatiga crónica, dolores de

cabeza o migrañas, se rasca, muerde las uñas, somnolencia, inquietud, sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad, angustia o desesperación, problemas de concentración, sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad, conflictos o tendencia a polemizar o discutir, desgano para realizar las labores universitarias y aumento o reducción del consumo de alimentos, en porcentajes que van del 40 al 60%, asimismo *casi siempre*, presenta problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea (30,3%); seguido de *casi siempre* y *siempre* respecto a los mismos indicadores como: trastornos en el sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza o migrañas, rascarse y morderse las uñas, somnolencia o mayor necesidad de dormir, inquietud, problemas de concentración, con porcentaje acumulativo del 20 al 50%.

Tabla 2. Nivel de nivel de estrés en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca – Filial Jaén.

Nivel de estrés	N°	%
Leve	18	20.2
Moderado	42	47.2
Severo	29	32.6
Total	89	100.0

En la Tabla 2, podemos observar que el nivel de estrés en los participantes del estudio en su mayoría es moderado con un 47,2%, seguido de un nivel severo con 32,6%, y un nivel leve de 20,2%.

4.1.2. Identificar la sintomatología de la gastritis que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

Tabla 3. Características de la sintomatología de la gastritis que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

Indicador		Si		No	
Dimensión fisiológica		n°	%	n°	%
1	¿Tienes problemas gastrointestinales?	37	41,6	52	58,4
2	¿Sufre acidez estomacal o reflujo gástrico?	40	44,9	49	55,1
3	¿Presentas falta o exceso de apetito?	65	73,0	24	27,0
4	¿Presenta dolor tipo ardor, en la zona alta del estómago, en horas de la madrugada?	32	36,0	57	64,0
5	¿Presentas malestar después de comer?	22	24,7	67	75,3
6	¿Actualmente ha presentado síntomas como: nauseas o vómitos?	28	31,5	61	68,5
7	¿Las heces que realiza son de color marrón oscuro?	15	16,9	74	83,1
Dimensión psicológica					
8	¿Tienes frecuentemente problemas del sueño?	53	59,6	36	40,4
9	¿Presentas frecuentemente estrés?	69	77,5	20	22,5
10	¿Frecuentemente presentas sentimientos de tristeza?	54	60,7	35	39,3
11	¿Sientes ansiedad por realizar tus trabajos académicos más de lo habitual?	56	62,9	33	37,1
12	¿Sientes mucha irritabilidad, habitualmente cuando las cosas te salen mal?	64	71,9	25	28,1
13	¿Presentas habitualmente dificultades de concentración?	54	60,7	35	39,3

En la Tabla 3, se puede apreciar las respuestas respecto a la sintomatología de la gastritis que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén; en ella se puede observar que, la mayoría de estudiantes respondió que (SI): presenta falta o exceso de apetito, tienen frecuentemente problemas del sueño, presentan frecuentemente estrés, sentimientos de tristeza, sienten ansiedad por realizar sus trabajos académicos más de lo habitual, y habitualmente presenta mucha irritabilidad cuando las cosas le salen mal, además

de presentar dificultades de concentración. Además de un porcentaje importante presentar problemas gastrointestinales, acidez estomacal o reflujo gástrico, dolor tipo ardor en la zona alta del estómago durante la madrugada, malestar después de comer, náuseas o vómitos entre otros.

En segundo lugar, se puede observar las respuestas negativas, de los participantes del estudio, respecto que NO: Tienen problemas gastrointestinales, ni sufren acidez estomacal o reflujo gástrico, tampoco dolor tipo ardor en la zona alta del estómago durante la madrugada, ni malestar después de comer, menos náuseas o vómitos y el color de las heces no son de color marrón oscuro.

Tabla 4. Padecimiento de la gastritis según sintomatología en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

Sintomatología de la gastritis	Resultados	
	Usuario	Porcentaje
Con síntomas	64	71,9
Sin síntomas	25	28,1
Total	89	100,0

En la Tabla 4, se puede apreciar que el 71,9% de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, señalan presentar síntomas de gastritis, mientras que el 28.1% indicaron no tener síntomas de esta enfermedad.

Tabla 5. Sintomatología de la gastritis según dimensiones en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

Dimensión	Escala de Medición	Resultados	
		Usuarios	Porcentaje
Dimensión Fisiológica	Sin síntomas	33	37,1
	Con síntomas	56	62,9
Dimensión Psicológica	Sin síntomas	22	24,7
	Con síntomas	67	75,3
Total		89	100,0

En la Tabla 5, se puede apreciar la sintomatología de la gastritis según dimensiones en los participantes del estudio, al respecto en las dimensiones fisiológica y psicológica, la mayoría presenta gastritis con síntomas, en el 62,9% y 75,3% respectivamente; seguido de participantes que no presentan síntomas de la gastritis en ambas dimensiones, con 37,1% y 24,7% en las dimensiones fisiológica y psicológica respectivamente

4.1.3. Determinar la relación entre el estrés académico y la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

Tabla 6. Relación entre el estrés académico y la sintomatología de la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

Estrés Académico	Sintomatología de la gastritis				Total	
	Sin síntomas		Con síntomas		f _i	%
	f _i	%	f _i	%		
Leve	8	9.0	10	11.2	18	20.2
Moderado	12	13.5	30	33.7	42	47.2
Severo	5	5.6	24	27.0	29	32.6
Total	25	28.1	64	71.9	89	100.0

En la tabla 6, se muestra que el 47,2% de la población estudiantil participante, presenta un nivel de estrés académico moderado, de los cuales el 33,7% tiene síntomas de gastritis y el 13,5% no evidencia; el 32,6% padece estrés moderado, 27% con síntomas y 5,6% sin síntomas de gastritis; finalmente 20,2% padece estrés leve, 11,2% con síntomas y el 9% sin síntomas de gastritis.

Tabla 7. Correlación de Pearson

Correlación de Pearson			
Estrés	Correlación de Pearson	1	,890
	Sig. (bilateral)		,021
	N	89	89
Sintomatología de la gastritis	Correlación de Pearson	,890	1
	Sig. (bilateral)	1	,890
	N		,021

En la tabla 7, podemos observar la relación entre las variables: estrés académico y gastritis en los estudiantes de enfermería participantes del estudio, encontrando mediante la correlación de Pearson, una significancia de $p= 0,021$ ($p<0,05$); lo que indica que existe una relación significativa directa entre el estrés académico y la variable sintomatología de la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

4.2. DISCUSIÓN

Al identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, los resultados muestran que la mayoría de participantes tienen un estrés moderado (47,2%), seguido de un nivel severo con 32,6%, y un nivel leve de 20,2%; caracterizado porque rara vez, presentan: trastornos en el sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza, rascado y mordedura de uñas, somnolencia, inquietud, depresión, tristeza, ansiedad, angustia o desesperación, problemas de concentración, sentimiento de agresividad o irritabilidad, conflictos o tendencia a polemizar o discutir, desgano para realizar las labores universitarias y aumento o reducción del consumo de alimentos.

Sin embargo, es destacable encontrar que casi siempre, presentan problemas de digestión como dolor abdominal o diarrea; además precisar las respuestas de casi siempre y siempre respecto a los mismos indicadores, destacando los síntomas fisiológicos y psicológicos (trastornos en el sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza o migrañas, rascarse y morderse las uñas, somnolencia o mayor necesidad de dormir, inquietud, problemas de concentración)

Al respecto Castillo et al¹⁴ encontraron en su estudio, resultados semejantes en relación al estrés, el 90,8% manifestó haber tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso del semestre, el 42% reportó un nivel medio de estrés, relacionado a la sobrecarga académica por tareas de las asignaturas teóricas y prácticas (48,2%)

Por otro lado, Gordillo y Quezada¹⁹ a través de su investigación encontraron que el 67% de los participantes se encuentran levemente estresados, el 32% están moderadamente estresados y el 2% se encuentra gravemente estresado.

Asimismo, Palma¹⁶ encontró que el 98% de estudiantes conoce sobre estrés, siendo el estresor dominante en la vida académica, la sobrecarga académica, experimentado por el 82% de los estudiantes, otros factores estresores son la falta de tiempo, exposiciones, exámenes y tareas de estudio.

De igual manera Del Risco et al²³, en su investigación realizada, encontraron que el 83,3% de los participantes del estudio, presentaron estrés medio, manifestado por reacciones físicas como somnolencia 19,1%, cansancio permanente 17,8%, dolores de

cabeza 17,6%; y reacciones psicológicas como inquietud 22,0% y problemas de concentración 20,7%. Al realizar el análisis bivariado se encontraron resultados estadísticos significativos $\alpha = 0,003$.

Al identificar la sintomatología de la gastritis que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, encontramos que la mayoría de estudiantes de enfermería participantes del estudio (71,9%), presentan síntomas de gastritis, mientras que el 28,1% indicaron no tener síntomas de esta enfermedad.

Por otro lado, al caracterizar la gastritis según dimensiones en los participantes del estudio, encontramos que, en las dimensiones fisiológica y psicológica, la mayoría presenta gastritis con síntomas, en el 62,9% y 75,3% respectivamente; seguido de participantes que no presentan síntomas de la gastritis en ambas dimensiones, con 37,1% y 24,7% en las dimensiones antes señaladas.

Las manifestaciones clínicas que señalan son: falta o exceso de apetito, tienen frecuentemente problemas del sueño y estrés, sentimientos de tristeza, ansiedad por realizar sus trabajos académicos más de lo habitual, y habitualmente mucha irritabilidad cuando las cosas le salen mal, dificultades de concentración, además de problemas gastrointestinales, acidez estomacal o reflujo gástrico, dolor tipo ardor en la zona alta del estómago durante la madrugada, malestar después de comer, náuseas o vómitos entre otros.

Similares resultados encontraron Pérez, et al.¹⁸ quienes, en su estudio desarrollado sobre estrés académico percibido por los estudiantes de las ciencias de la salud, encontraron reacciones psicológicas (ansiedad, angustia y desesperación), reacciones físicas (dolor de cabeza y fatiga crónica) y comportamentales (desgano y cambio en hábitos de comer).

Asimismo, Palma¹⁶ en su estudio sobre estrés académico como factor causal de gastritis en estudiantes de enfermería encontró resultados semejantes al mostrar que el 91% de los participantes, identifica los signos y síntomas, como pirosis, náuseas, anorexia, el 81% conoce las complicaciones y el 42 % de la población en estudio se identificó con un episodio de gastritis.

Por otro lado, Tirado²⁰ en su investigación sobre estrés académico y la sintomatología de gastritis en beneficiarios de un comedor universitario, encontró resultados parecidos, mostrando que el 71,1% de estudiantes beneficiarios presentaron sintomatología de gastritis con estrés académico moderado; el 20% no presentó sintomatología de la gastritis, pero tiene estrés académico leve y el 8,9% no tiene sintomatología de la gastritis, pero tienen estrés académico moderado.

Finalmente, Gaspar y Viennev²², en su investigación sobre prevalencia de factores de riesgo tradicional de la gastritis en universitarios, encontró un 56% de prevalencia de factores de riesgo tradicional de la gastritis en los estudiantes, de los cuales el 69,9% estuvieron expuestos al estrés académico, laboral y familiar; el 3,5% desarrollaron epigastralgia muy frecuentemente, el hábito alimenticio con mayor incidencia es el consumo de alimentos fritos o dorados que son cocidos en aceite (81,8%), en los hábitos toxicológicos, el consumo de gaseosas alcanza el 11,9%.

Los resultados de la investigación muestran que todos los estudiantes de enfermería participantes del estudio padecen de estrés en sus distintas categorías, destacando el nivel moderado y severo que juntos alcanzan casi el 80%, esto significa que están expuestos a riesgos mayores de salud, como gastritis atrófica y úlcera péptica, precedentes de neoplasia gástrica.

Al respecto es fundamental considerando los resultados de la investigación, una intervención rápida del servicio de bienestar universitario a fin de coordinar la atención de salud necesaria y por otro lado también la responsable de la escuela de enfermería, debe supervisar los procesos de desarrollo de las asignaturas en relación a la cantidad y calidad de tareas asignadas.

En relación a la Teoría del autocuidado en la presente investigación esta fundamenta las acciones del enfermero (a), ya que ofrece herramientas para el cuidado de calidad, en cualquier situación relacionada con el binomio salud-enfermedad, tanto a las personas enfermas como a quienes están tomando decisiones sobre su salud. salud y personas sanas que deseen mantener o modificar conductas de riesgo para su salud⁴⁵.

El enfoque de esta teoría, precisa que el autocuidado es una función humana reguladora que cada individuo debe aplicar para mantener su vida y su estado de salud, desarrollo y

bienestar, por tanto, es un sistema de acción, el cual debe aprenderse y aplicarse de manera deliberada y continua en el tiempo.

Esta teoría es considerada como la herramienta más adecuada para promover la adopción de conductas de autoprotección por parte de los usuarios para el mantenimiento o mejora de su estado de salud y calidad de vida, hacia el bienestar personal, familiar y social.

Al Determinar la relación entre el estrés académico y la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, mediante el estadístico Chi-cuadrado de Pearson, se encontró una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y la gastritis cuyo nivel de significación fue $p = 0,021$ ($p \text{ valor} < 0,05$), validándose la hipótesis planteada.

La evidencia muestra que la mayoría de la población estudiantil participante, presente un nivel de estrés académico moderado con síntomas de gastritis (33,7%), seguido de estrés severo con síntomas (27%) y estrés leve con síntomas (11,2%), destacando que en su mayoría son mujeres, de edades entre 17-25 años, de estado civil soltero y de procedencia urbana.

Resultados similares encontró Tirado²⁰ en su investigación realizada, estrés académico y la sintomatología de gastritis, quien al contrastar la hipótesis mediante la prueba estadística de Ji-cuadrada, encontró un p valor de 0.023 ($p < 0,05$), concluyendo que hay una correlación directa entre las variables.

Asimismo, Miraval²¹ en su estudio, sobre estilos de vida y trastornos gastrointestinales en los estudiantes de Enfermería, encontró que la relación entre las variables estilos de vida y sus dimensiones hábitos alimenticios, hábitos de sueño, aspectos psicosociales, hábitos nocivos y hábitos de cuidado de la salud, se relacionaron significativamente con la presencia de trastornos gastrointestinales ($p < 0.05$)

Al respecto Palma¹⁶ en su investigación realizada sobre estrés académico factor causal de gastritis en estudiantes de la carrera de licenciatura en enfermería, encontró que siendo el estresor de mayor riesgo la sobrecarga académica, el problema mayor reside en que el 67% de estudiantes desconoce las técnicas de afrontamiento al estrés.

Estos resultados tendrían su explicación en la condición de los estudiantes, quienes, durante los primeros ciclos de estudio, tienen una lucha constante por los procesos de adaptación tanto social como académica, además de desigualdades en el nivel cognitivo asociado a las instituciones educativas donde desarrollaron sus estudios de nivel secundario, encontrando divergencia del nivel de exigencia en relación a los estudios universitarios.

Asimismo, las dificultades que muchos estudiantes tienen para establecer vínculos amicales y de grupo, y la sobrecarga académica, que conlleva a desarrollar situaciones estresantes que afectan su salud, siendo una de las evidencias mayoritarias, los procesos de alteraciones gástricas que desencadenan en gastritis, con alto riesgo para procesos subsecuentes de enfermedades de mayor complejidad en su atención y costo.

CONCLUSIONES

- La mayoría de participantes tienen un estrés moderado (47,2%), seguido de un nivel severo (32,6%) y un nivel leve (20,2%).
- La mayoría de estudiantes de enfermería participantes del estudio, presentan síntomas de gastritis, mientras que el 28,1% indicaron no tener síntomas de esta enfermedad.
- Se encontró una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y la gastritis (p valor = 0,021), validándose la hipótesis planteada.

RECOMENDACIONES

A la Dirección General

- A la Dirección General de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, para que a través del área o servicio de bienestar universitario, puedan implementar acciones de abordaje del estrés, considerando el riesgo que representa para la salud de los estudiantes.

A la Escuela de Enfermería

- Elaborar los horarios académicos, tomando en consideración los espacios temporales suficientes para que los estudiantes de enfermería, puedan disponer del tiempo necesario para tomar sus alimentos con tranquilidad.
- Implementar un programa de actividad física, mediante competencias deportivas o danzas, ya que ayudará a aliviar los niveles de tensión y estrés constante.
- Supervisar los procesos de desarrollo de las asignaturas en relación a la cantidad y calidad de tareas asignadas, considerando que la sobrecarga es considerada un desencadenante mayor de la gastritis.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. State of the Global Workplace: 2022 Report. Stress among the world's workers reached an all-time high -- again. [El estrés entre los trabajadores del mundo alcanzó un máximo histórico, nuevamente]. [consultado el 14.11.2022]. Disponible en: <https://www.gallup.com/workplace/349484/state-of-the-global-workplace.aspx>
2. Arévalo Y, García D, Huaccho H, et al. ¿El estrés académico está asociado a la gastritis en estudiantes del I ciclo de cursos generales de la UNMSM 2019?. [consultado el 14.11.2022]. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/471729063/Estres-academico-asociado-a-la-gastritis-1-docx>
3. Martín I. Estrés Académico en estudiantes universitarios. Apuntes de Psicología. [Internet] 2007. [consultado el 11-02-2020], vol. 25: págs. 87-99. Disponible en: <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117/119>
4. MacDonald A. Proyecto para estudiantes universitarios internacionales de las encuestas mundiales de salud mental de la OMS: Prevalencia y distribución de los trastornos mentales. [Internet]. 2021. [consultado febrero 8 2021]. Disponible en: <https://www.apa.org/pubs/journals/abn>
5. Banco Mundial. El estrés, aliado de la pobreza de Latinoamérica. [Internet] [consultado febrero 08 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/95uz>
6. Huertas E. [20.09.2018]. Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre de impactos en su salud mental por presión académica. *RPP Noticias. En Columna Vital* [Internet] [consultado febrero 08 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/i1vv6>
7. Jiménez et al. Problemas de salud mental en estudiantes universitarios (I): ¿consecuencias de la (sobre) carga académica? [internet] 11.03.2019. [consultado feb 08 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/1yneq>
8. Pacheco J. Estrés académico de los estudiantes de enfermería en una universidad privada de Puerto Rico y su asociación con el rendimiento académico. [Tesis Doctoral]. Universidad de Málaga, España 2017. [consultado el 08 de febrero del 2021]. Disponible en: <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/15903>
9. Perales A, Izaguirre M, Sánchez E, et al. Salud mental en estudiantes de pregrado de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. *An. Fac. med.* [Internet]. 2019 Oct [consultado Feb 08 2021]; 80(4): 443-450. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v80n4/a06v80n4.pdf>

10. Guerrero G. El estrés académico y su correlación con la ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de medicina de la ciudad de Ambato. Pontificia Universidad Católica. Ambato, Ecuador, 2017. [consultado el 8 de febrero del 2021]. Disponible en: <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2151/1/76573.pdf>
11. Quiñones D. Asociación entre zonas altitudinales de residencia y gastritis en pacientes ambulatorios del Perú. Universidad Ricardo Palma. Lima, Perú. 2018. [Tesis de pregrado] [consultado febrero 10 de 2021]. Disponible en: [https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1218/130%20DQUI%C3%91ON ES.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1218/130%20DQUI%C3%91ON%20ES.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
12. Ministerio de Salud. Documento Técnico: Situación de salud de los adolescentes y jóvenes en el Perú. 1a ed., Lima, 2017. [consultado el 02 de febrero del 2022]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4143.pdf>
13. Barrenechea, O. Índice de gastritis en el Perú. Quilab y Farma. [Internet] [consultado febrero 10 de 2021]. Lima, 2013. Disponible en: <https://www.diariomedico.pe/?p=4965>
14. Rodríguez J, Boffill A, Rodríguez L, et al. Factores de riesgo asociados a la gastritis aguda o crónica en adultos de un hospital ecuatoriano. MEDISAN 2019; 23(3):424. <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v23n3/1029-3019-san-23-03-424.pdf>
15. Romero C, Viteri L, Campos J, et al. Factores epidemiológicos asociados a la gastritis aguda por *Helicobacter pylori* en pacientes atendidos en un servicio de gastroenterología. Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento. Vol. 2 núm.3, julio, 2018, pp. 694-704. [consultado 17 febrero 2021]. Disponible en: <http://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/328>
16. Castillo I, Barrios A, Alvis L. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena. [Tesis de pregrado]. Universidad de Cartagena. Colombia, 2018. Rev. Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo, 20(2) [Consultado el 18.01.2021]. Disponible en: <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/view/16457>
17. Gutiérrez A, Amador M. Estudio del estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. Quipu [Internet]. 15jul.2016 [consultado 8feb.2021];24(45):23-8. Disponible en: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/quipu/article/view/12457>
18. Palma K. Estrés académico factor causal de gastritis en estudiantes de la carrera de licenciatura en enfermería. 2015. [Tesis de pregrado]. Universidad Estatal Península

- De Santa Elena. Ecuador 2015. [consultado 02 de diciembre de 2019]. Disponible en: www.repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/1915/1/upse-ten-2015-0006.pdf
19. Blanco K, Cantillo N, Gonzales C, et al. Estrés académico en los estudiantes del área de la salud en una universidad pública, Cartagena. [Tesis de pregrado]. Universidad de Cartagena, Colombia, 2015. [consultado 03 de diciembre de 2019]. Disponible en: <https://repositorio.unicartagena.edu.co/handle/11227/2652>
 20. Pérez M, Vanela Y, Smith A, et al. Caracterización del estrés académico percibido por estudiantes de las ciencias de la salud y los mecanismos que utilizan para afrontarlo. Veraguas, 2018. [consultado el 18.01.2021]. Disponible en: <https://www.revistas.up.ac.pa/index.php/antataura/article/view/502/412>
 21. Gordillo A, Quezada K. Estrés y hábitos alimenticios en relación con la presencia de gastritis en pacientes atendidos en el hospital básico Catacocha, periodo enero – junio 2016. Loja – Ecuador. Universidad Nacional De Loja. 2017. [consultado 26 de diciembre de 2020]. Disponible en: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/19472>
 22. Tirado J. Estrés académico y sintomatología de gastritis en beneficiarios del comedor de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza. Chachapoyas, Amazonas 2017. [Tesis de pregrado] [consultado el 06.02.2021]. Disponible en: <http://repositorio.unrtm.edu.pe/handle/UNTRM/1297>
 23. Miraval G. Estilos de vida y su relación con los trastornos gastrointestinales en los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huánuco – 2017. [Tesis de pregrado] [consultado el 06.02.2021]. Disponible en: <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/569>
 24. Gaspar M. Viennev J. Prevalencia de Factores de Riesgo Tradicional de la Gastritis en Universitarios de Huancayo 2016. [Tesis de pregrado]. Universidad Peruana Los Andes. Huancayo, Perú. Consultado el 28.01.2021. Disponible en: <http://repositorio.upla.edu.pe/handle/UPLA/155>
 25. Del Risco, et al. Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería - Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, Iquitos – 2015. [Tesis de Pregrado]. [Consultado febrero 06 2021]. Disponible en: <http://repositorio.unapiquitos.edu.pe/handle/UNAP/3954>
 26. Jerez M, Oyarzo C. Estrés académico en estudiantes del departamento de salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Chile 2015 [26.01.2021]; Revista Neuro-psiquiatría

- vol. (3) Pag: 149-157. Disponible en <http://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v53n3/art02.pdf>
27. Ávila J. El estrés un problema de salud del mundo actual. [Internet]. Rev. Cs. Farm. y Bioq. 2014 [consultado 2021 Feb 16]; 2(1): 117-125. Disponible en: http://www.revistasbolivianas.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2310-02652014000100013&lng=es.
 28. Orlandini A. El estrés, qué es y cómo evitarlo. México 2012. Edit. Fondo de Cultura Económica, 17 oct. 2012- 220 pág. [Consultado el 16 febrero de 2021]. Disponible en: <https://www.iberlibro.com/servlet/BookDetailsPL?bi=19302641714>
 29. Lazarus R. Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud. Berkeley, EE.UU. Editorial Desclée de Brouwer 2000. <https://www.edesclée.com/img/cms/pdfs/9788433015235.pdf>
 30. Barraza A, Acosta M. El estrés de examen en educación media superior. Caso Colegio de Ciencias y Humanidades de la Universidad Juárez del Estado de Durango. *Innovación Educativa* 2007; 7: 17-37.
 31. Asociación Americana de Psicología. Los distintos tipos de estrés. [Internet] [consultado el 16.02.2021]. Disponible en: <https://n9.cl/ah9x2>
 32. Rodríguez M. Tipos de estrés y sus desencadenantes: ¿Cuáles son las distintas clases de estrés y cómo afectan a nuestra mente? [consultado el 16.02.2021]. Disponible en: <https://psicologiaymente.com/clinica/tipos-de-estres>
 33. Asociación Mexicana para la Práctica, Investigación y Enseñanza del Psicoanálisis. Los diferentes tipos de estrés y sus implicaciones en la salud psíquica y física (AMPIEP). . [Adaptado de *The Stress Solution* de Lyle H. Miller y Alma Dell Smith. [Internet]. Consultado el 16 de febrero del 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/7njzi>
 34. Soria C. Así afecta el estrés a tu aparato digestivo. [Internet]. 2019. [consultado el 16 de febrero del 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/epvb>
 35. Pérez D, García J, García T, et al. Vulnerabilidad al estrés en pacientes con enfermedad ulcerosa péptica. *Rev Cubana de Medicina General Integral*. La Habana, Cuba 2014; 30(2):168-184. [Consultado el 16 de febrero del 2021]. <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v30n2/mgi03214.pdf>.
 36. Rosales R. Estrés y Salud. [Tesis de Pregrado]. España: Universidad de Jaén; 2014. [consultado el 16 de febrero del 2021]. Disponible en: <http://tauja.ujaen.es/handle/10953.1/952>

37. Vinaccia et al. Estrés psicosocial y úlcera péptica duodenal: una perspectiva bio-psico-social. *Rev Latinoamericana de Psicología*, vol. 33 (2d), pp. 117-130. Bogotá, Colombia; 2001. [consultado el 16 de feb del 2021]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80533201.pdf>
38. Selye H. La evolución del concepto de estrés. *American Scientist*, 1973; 61:692. (Consultado 7/02/2021). Disponible en: <https://www.jstor.org/stable/27844072?seq=1>
39. Alvares J, Aguilar J, Javier J, et al. La ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios: relaciones con variables personales y académicas. *Rev Electronic Journal of Research in Educational Psychology*. 2012 [consultado el 16.02 2021]; vol (1), pag. 333-354. disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/2931/293123551017.pdf>
40. Martín I. Estrés académico en estudiantes universitarios. 2007. [Internet]. vol. (25): pág. 87-99. [consultado el 24 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2351037>
41. Gaspar M, Jacobe V. Prevalencia de factores de riesgo tradicional de la gastritis en universitarios de Huancayo 2016”. [Tesis de Pregrado]. Huancayo: Universidad Los Andes. [consultado el 17.02.2021], Disponible en: <http://repositorio.upla.edu.pe/handle/UPLA/155>
42. Valdivia m. gastritis y gastropatías. artículo de revisión. 2011[15 de julio del 2019]; 31-1: 38-48. disponible en <http://www.scielo.org.pe/pdf/rgp/v31n1/a08v31n1>
43. Fernández J. Incidencia actual de la gastritis: una breve revisión *Revista CENIC. Ciencias Biológicas*, vol. 45, núm. 1, 2014, pp. 10-17 Centro Nacional de Investigaciones Científicas Ciudad de La Habana, Cuba. [consultado el 17.02.2021]. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/1812/Resumenes/Resumen_181230079002_1.pdf
44. Castillo J. Estrés como factor de riesgo de gastritis crónica en estudiantes de la carrera de enfermería, UNL, 2018. Loja – Ecuador: Universidad Nacional de Loja; 2019. [Consultado el 16 de febrero del 2021]. Disponible en: <http://192.188.49.17/jspui/bitstream/123456789/22044/1/tesis%20yesica%20castillopdf%20ultimo1.pdf>
45. Sepúlveda A, Patil M. Abordaje práctico del diagnóstico patológico de gastritis. *Arch Pathol Lab Med*. 2008; 132(10):1586-1593. [consultado del 16.02.2012]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18834216/>

46. RPP. ¿Cómo evitar la gastritis emotiva? [22.07.2017] [consultado del 13 de febrero del 2021]. Disponible en: <https://rpp.pe/campanas/contenido-patrocinado/como-evitar-la-gastritis-emotiva-noticia-1052290>
47. Orem D. Modelo de Orem concepto de enfermería en la práctica. España, 1993. Editorial MASSON, ISBN: 9788445800928, p. 10-13
48. Gandía C, et al. Metodologías de la investigación: estrategias de indagación. 1a ed . - Buenos Aires, Argentina: Estudios Sociológicos Editora, 2017.
49. Iglesias V. Diseño transversal. [Internet]. Rev. Centro Universitario Interamericano. [consultado el 17 de febrero del 2021]. Disponible en: http://metodologiainter.weebly.com/uploads/1/9/2/6/19268119/investigacin_correlacional.pdf
50. Fresno C. Metodología de la Investigación: así de fácil. Córdoba, Argentina: El Cid Editor, 2019. – 153 páginas.
51. Cabanach R, Valle A, Rodríguez S, et al. Escala de afrontamiento del estrés académico (A-CEA). Rev Iberoam de Psicología y Salud, vol. 1 (1), enero, 2010, pp. 51-64. Coruña, España. [consultado el 17 de febrero del 2021]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/2451/245116411005.pdf>
52. Belmont. Principios éticos y directrices para la protección de sujetos humanos de investigación. [[consultado el 06 de febrero del 2021]. Disponible en: http://ori.hhs.gov/education/products/mass_cphs/training_staff/RCRspan/RCRBelmontReport.htm

ANEXOS

Anexo 1
MATRIZ DE CONSISTENCIA

RELACIÓN ENTRE ESTRÉS ACADÉMICO Y LA GASTRITIS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA FILIAL JAÉN-2021

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<p>Pregunta de investigación:</p> <p>¿Cuál es la relación entre estrés académico y la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén-2021?</p>	<p>General:</p> <p>Determinar la relación entre el estrés académico y la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.</p> <p>Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén. • Identificar la sintomatología de la gastritis que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén. 	<p>H1. La relación entre el estrés académico y la gastritis en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca filial Jaén es estadísticamente significativa.</p>	<p>Variables</p> <p>Variable 1: Estrés académico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dimensión fisiológica: <ul style="list-style-type: none"> - Indicadores: Agotamiento, tristeza, problemas de concentración, traumatismos, sudoración de manos, aumento o reducción del apetito • Dimensión psicológica: <ul style="list-style-type: none"> - Indicadores: Irritabilidad, tensión, ansiedad, deterioro de las relaciones interpersonales, aumento del pulso, eczema, desgano. • Dimensión comportamental: <ul style="list-style-type: none"> - Indicadores: Agota, desgasta y destruye el cuerpo, mente y vida; depresión, tristeza, diarrea, insomnio, cansancio y aislamiento <p>Variable 2: Sintomatología de la gastritis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dimensión fisiológica: <ul style="list-style-type: none"> - Indicadores: Vómitos, náuseas, ardor y dolor del epigastrio y melena. • Dimensión fisiológica: <ul style="list-style-type: none"> - Indicadores: Estrés, ansiedad, insomnio y Tristeza 	<p>Tipo de estudio:</p> <p>Estudio de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo- correlacional, diseño transversal.</p> <p>Sujetos de estudio:</p> <p>115 estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, matriculados en el ciclo 2021-I.</p> <p>Técnica: Encuesta.</p> <p>Instrumento: Cuestionario.</p> <p>Procesamiento: Programa estadístico SPSS versión 25.0</p> <p>Criterio ético y rigor científico: Principio de respeto a las personas, beneficencia, consentimiento informado, justicia y autonomía.</p>

Anexo 2

CUESTIONARIO SOBRE SINTOMATOLOGÍA DE GASTRITIS

I. **Instrucciones.** Responder la alternativa que considere a cada una de las preguntas, cabe mencionar que es completamente confidencial y los resultados serán usados expresamente para fines de investigación.

II. Datos generales

1. Edad: _____
2. Sexo: 1. Masculino () 2. Femenino ()
3. Ciclo a la que pertenece: 1^{er}ciclo () 2^{do} ciclo () 3^{er} ciclo ()
4. Lugar de procedencia: _____
Indique si es zona urbana () o Rural ()

III. **Responda a las siguientes preguntas marcando: Si () o No ()**

A) Dimensión fisiológica

	Preguntas	Si	No
1	¿Tienes problemas gastrointestinales?		
2	¿Sufre acidez estomacal o reflujo gástrico?		
3	¿Presentas falta o exceso de apetito?		
4	¿Presenta dolor tipo ardor, en la zona alta del estómago, en horas de la madrugada?		
5	¿Presentas malestar después de comer?		
6	¿Actualmente ha presentado síntomas como: nauseas o vómitos?		
7	¿Las heces que realiza son de color marrón oscuro?		

B) Dimensión psicológica

	Preguntas	Si	No
1	¿Tienes frecuentemente problemas del sueño?		
2	¿Presentas frecuentemente estrés?		
3	¿Frecuentemente presentas sentimientos de tristeza?		
4	¿Sientes ansiedad por realizar tus trabajos académicos más de lo habitual?		
5	¿Sientes mucha irritabilidad, habitualmente cuando las cosas te salen mal?		
6	¿Presentas habitualmente dificultades de concentración?		

Anexo 3

CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

Instrucciones: Marque con un aspa (X) en el casillero correspondiente que refleje su forma pensar o sentir, considerando que se abordan vuestras reacciones físicas, psicológicas y de comportamiento. Recuerde que esto no es un examen, por lo que no existen respuestas malas ni buenas, agradeceremos no deje ninguna pregunta sin contestar.

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 físicas, psicológicas y comportamental cuando estabas preocupado o nervioso.

	Tipo de reacciones	Tipo de respuesta				
		N	RV	AV	CS	S
N ⁰	Reacciones fisiológicas [físicas]					
1	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadilla)					
2	Fatiga crónica (cansancio permanente)					
3	Dolores de cabeza o migrañas					
4	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
5	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc					
6	Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
	Reacciones psicológicas					
7	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
8	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
9	Ansiedad, angustia o desesperación					
10	Problemas de concentración					
11	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.					
	Reacciones comportamentales					
12	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
13	Aislamiento de los demás					
14	Desgano para realizar las labores universitarias					
15	Aumento o reducción del consumo de alimentos.					

Muchas gracias.

Anexo 4

AUTORIZACIÓN PARA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA****SECCION JAEN**

"Norte de la Universidad Peruana"
 Fundada por Ley N° 14015 del 13 de Febrero de 1962
 Bulvar N° 1168 - Plaza de Armas - Telef. 431907
 JAEN - PERU

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Jaén, 07 de abril de 2022

OFICIO VIRTUAL N° 0197-2022-SIE-UNC

Señores

ALUMNOS DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE
 ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA -
 FILIAL JAEN

CIUDAD

ASUNTO: SOLICITO AUTORIZACIÓN PARA
 APLICACIÓN ENCUESTA DE TRABAJO DE
 INVESTIGACIÓN

Es grato dirigirme a Ud., para expresarle mi cordial saludo, al mismo tiempo manifestarle que la Bach. MARGORI STEFANI DAMIAN BECERRA, está realizando el trabajo de investigación: RELACIÓN ENTRE ESTRÉS ACADÉMICO Y LA GASTRITIS EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA FILIAL JAEN-2021, con fines de optar el título de Licenciada en Enfermería.

Siendo necesario la recolección de información para el desarrollo del trabajo de investigación, esta Dirección autoriza a la referida egresada para presentarse ante su persona, a fin de efectuar la aplicación de Encuesta vía virtual dirigida a los estudiantes de la Escuela de Enfermería - Filial Jaén, que se encuentran matriculados en el Semestre académico 2021-II, a partir de la fecha y/o durante el período que se requiera para la recolección de datos.

Agradeciéndole anticipadamente por la atención que brinde al presente, hago propicia la oportunidad para testimoniarle las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,

C.C: Archivos
 MAVS/rm.

Anexo 5

PRUEBAS DE FIABILIDAD

- 1) **Prueba de confiabilidad del cuestionario: Relación entre estrés académico y la gastritis en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén-2021.**

Para determinar la confiabilidad del instrumento se procedió a utilizar la prueba estadística de Kuder Richardson, considerando la dicotomía de las respuestas.

Cuestionario	KR -20	N° de elementos
Estrés académico	0.85	13

- 2) **Prueba de confiabilidad del cuestionario sintomatología de la gastritis en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.**

Para determinar la confiabilidad del instrumento se procedió a utilizar la prueba estadística Alfa de Cronbach

Alfa de Cronbach	N° de elementos
,864	15

Anexo 6.
DATOS COMPLEMENTARIOS

Tabla 9. Características sociodemográficas de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

Características Sociodemográficas		Resultados	
		Usuarios	Porcentaje
Edad	17 - 25 años	86	96.6
	26 - 34 años	1	1.1
	35 - 45 años	2	2.2
Sexo	Femenino	68	76.4
	Masculino	21	23.6
Ciclo	I Ciclo	30	33.7
	III Ciclo	31	34.8
	V Ciclo	28	31.5
Estado Civil	Soltero	89	100.0
Zona de procedencia	Rural	43	48.3
	Urbana	46	51.7

En la Tabla 9, podemos observar que la mayoría de las participantes (96,6%), tienen una edad promedio de 17 – 25 años, el 35%; en relación al estado civil, el 100% son solteros, respectivamente; en torno al sexo: el 76% son mujeres y el 23,6 varón; en relación a la procedencia: el 51,7% proceden de la zona urbana y el 48,3% de la zona rural; en relación al ciclo de estudios está distribuido proporcionalmente con ligera variación en un promedio del 30%.

Figura 1. Nivel de estrés en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca – Filial Jaén.

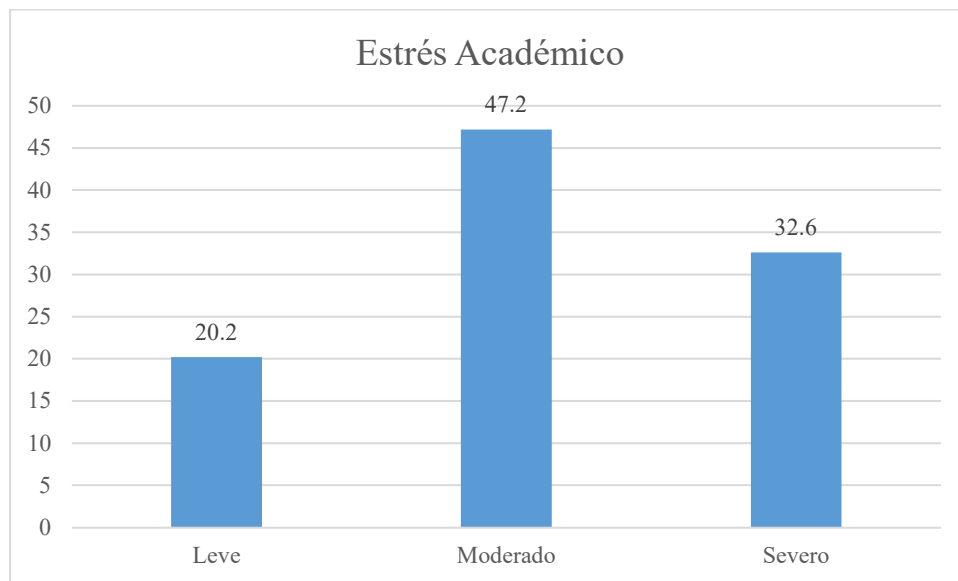
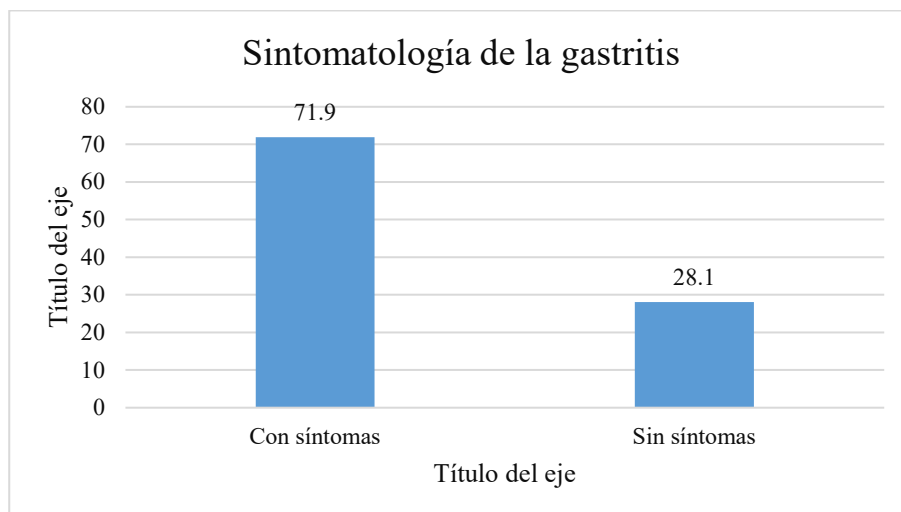


Figura 2. Gastritis según sintomatología en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.



Anexo 7



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

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título del estudio: Relación entre estrés académico y gastritis en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén-2021.

Yo.....identificado (a) con DNI N°....., acepto participar en la Investigación “Relación entre estrés académico y gastritis en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén-2021”, desarrollado por la Bachiller en Enfermería Margori Stefani Damian Becerra, asesorada por el Dr. Emiliano Vera Lara. Dicha investigación tiene como objetivo: Determinar la relación entre las características sociodemográficas y el nivel de conocimiento sobre cáncer uterino en usuarias de una Clínica Privada en Jaén.

Por lo cual participaré en la encuesta realizada por la investigadora, quien menciona que dicha información será publicada sin mencionar los nombres de los participantes, garantizando el secreto respecto a mi privacidad.

Jaén, agosto del 2021

Firma del participante

Anexo 8

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
 “NORTE DE LA UNIVERSIDAD PERUANA”

Av. Atahualpa N° 1050

Repositorio digital institucional

Formulario de autorización

1. Datos del autor:

Nombres y apellidos: Margori Stefani Damian Becerra

DNI N°: 70088639

Correo electrónico: mdamianb14@unc.edu.pe

Teléfono: 937290828

2. Grado, título o especialidad

Bachiller

Título

Magister

Doctor

3. Tipo de investigación

Tesis

Trabajo académico

Trabajo de investigación

Trabajo de suficiencia profesional

Título: Relación entre estrés académico y gastritis en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén-2021.

Asesor: Dr. Emiliano Vera Lara

DNI N°: 27740444

Código ORCID: 0000-0002-2589-4368

Año: 2021

Escuela Académico/ Unidad: Escuela Académico Profesional de Enfermería filial Jaén

4. Licencias

a) Licencia Estándar

¹Tipos de investigación

Tesis: Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería.

Bajo los siguientes términos autorizo el depósito de mi trabajo de investigación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Nacional de Cajamarca.

Con la autorización de depósito de mi trabajo de investigación, otorgo a la Universidad Nacional de Cajamarca una Licencia no exclusiva para reproducir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición al público mi trabajo de investigación, en forma físico o digital en cualquier medio, conocido o por conocer, a través de los diversos servicios previstos de la universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de la UNC, colección de tesis, entre otros, en el Perú y en el extranjero, por el tiempo y veces que considere necesarias, libre de remuneraciones.

En virtud de dicha licencia, la Universidad Nacional de Cajamarca podrá reproducir mi trabajo de investigación en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación.

Declaro que el trabajo de investigación es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad comparativa, y me encuentro facultando a conceder la presente licencia y, así mismo garantizo que dicho trabajo de investigación no infringe derechos de autor de terceras personas. La Universidad Nacional de Cajamarca consignará en nombre de los autores del trabajo de investigación, y no hará ninguna modificación más que la permitida en la presente licencia.

Autorizo el depósito (marque con un X)

- Si autorizo que se deposite inmediatamente.
 Si autorizo que se deposite a partir de la fecha.
 No autorizo.

b) Licencias Creative Commons²

- Si autorizo el uso comercial y las obras derivadas de mi trabajo de investigación.
 No autorizo el uso comercial y tampoco las obras derivadas de mi trabajo de investigación.



Firma

27/02/23

²Licencia creative commons: Las licencias creative commons sobre su trabajo de investigación, mantiene la titularidad de los derechos de autor de esta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de esta, siempre y cuando reconozcan la autoría correspondiente. Todas las licencias creative commons son de ámbito mundial. Emplea el lenguaje y la terminología de los tratados internacionales. En consecuencia, goza de una eficacia a nivel mundial, gracias a que tiene jurisdicción neutral.

Anexo 2

Universidad Nacional de Cajamarca

Facultad de Ciencias de la Salud

Acta de sustentación de tesis virtual, basado en el Reglamento de sustentación de tesis virtuales Resolución 944-2020 artículo 8

Siendo las 9:50 AM. del día 23 de febrero del año 2023 se procedió a iniciar la sustentación virtual de la tesis titulada: **RELACIÓN ENTRE ESTRÉS ACADÉMICO Y LA GASTRITIS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA FILIAL JAÉN-2021**

Presentada por la Bachiller en: ENFERMERÍA

MARGORI STEFANI DAMIAN BECERRA

El Jurado Evaluador está integrado por:

Presidente: Dra. Francisca Edita Díaz Villanueva.

Secretaria: Lic Enf. Marleny Emperatriz Miranda Castro.

Vocal: M Cs. Leyder Guerrero Quiñones

Asesor: Dr. Emiliano Vera Lara.

Terminado el tiempo de sustentación estipulado en el Reglamento.

La tesista ha obtenido el siguiente calificativo: **Diecisiete (17)** Siendo las **.11.10 am.** del día **23** del mes **febrero** del año **2023** se dio por concluido el proceso de Sustentación Virtual de Tesis.



.....
Presidente

Francisca Edita Díaz Villanueva



.....
Secretaria

Marleny Emperatriz Miranda Castro



.....
Vocal

Leyder Guerrero Quiñones



.....
Asesor

Emiliano-Vera Lara



.....
Tesisista

Margori Stefani Damian Becerra