UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL ÁREA RURAL DE LA CIUDAD DE CHOTA, 2025

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA

AUTORES

Bach. CIEZA SEGURA, RUBIT

ORCID: 0009-0001-6828-0761

Bach. LLATAS VÁSQUEZ, MAVILA ELIZABETH

ORCID: 0009-0003-2355-2633

ASESORA

Dra. HOLMOS FLORES, ERLINDA

ORCID: 0000-0003-2896-236X

COASESOR

Mg. CIEZA ALTAMIRANO, GILDER

ORCID: 0000-0002-7936-1495

CHOTA - PERÚ

2025

"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

Chota, 22 de octubre del 2025.

C.O. N° 039-2025-UI-FCCSS

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El que suscribe, Jefe de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, hace constar que el Informe Final de Tesis titulado: **"ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL ÁREA RURAL DE LA CIUDAD DE CHOTA, 2025"** elaborado por los **Bachilleres en enfermería: Rubit Cieza Segura** y **Mavila Elizabeth Llatas Vásquez,** para optar el Título Profesional de Licenciada (o) en Enfermería, presenta un índice de similitud de 17%, sin incluir material bibliográfico, material citado, fuentes con menos de 20 palabras y depósitos de trabajos de estudiantes; asimismo, comparado con contenido de páginas web, boletines, periódicos y publicaciones [desde el resumen hasta las recomendaciones]; por lo tanto, cumple con los criterios de evaluación de originalidad establecidos en el Reglamento Específico de Grados y títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud, aprobado mediante Resolución de Facultad N° 075-2023-FCCSS-UNACH /C.

Se expide la presente, en conformidad a la directiva antes mencionada, para los fines que estime pertinentes.

Atentamente,

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA · FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD · UNIDAD DE INVESTIGACIÓN · CHOTA

Dr. JORGE ROMAIN TENORIO CARRANZA
Jefe de la Unidad de Investigación
Facultad Ciencias de la Salud
UNACH

Unidad de Investigación
Facultad en Ciencias de la Salud
UNACH

C.c.
Archivo
Ch/2025

Mavila Elizabeth LLatas

IFT

REVISIONES DE TESIS

REVISIONES DE TESIS

Universidad Nacional Autonoma de Chota

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::1:3381053177

Fecha de entrega

21 oct 2025, 8:16 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

21 oct 2025, 8:23 a.m. GMT-5

Nombre del archivo

Turnitin_IFT_RUBIT_CIEZA._MAVILA_LLATAS.docx

Tamaño del archivo

119.3 KB

46 páginas

10.592 palabras

57.286 caracteres

17% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca…

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado

Fuentes principales

17% Fuentes de Internet
11% Publicaciones
0% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

17% Fuentes de Internet
11% Publicaciones
0% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	hdl.handle.net 5%
2	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe 2%
3	Internet	repositorio.unach.edu.pe 2%
4	Internet	www.researchgate.net <1%
5	Internet	repositorio.utelesup.edu.pe <1%
6	Internet	up-rid.up.ac.pa <1%
7	Internet	repositorio.autonomadeica.edu.pe <1%
8	Internet	repositorio.uap.edu.pe <1%
9	Internet	repositorio.une.edu.pe <1%
10	Internet	repositorio.unjbg.edu.pe <1%
11	Internet	tesis.ucsm.edu.pe <1%

12	Internet	
repositorio.continental.edu.pe		<1%
13	Internet	
glifos.umg.edu.gt		<1%
14	Internet	
www.coursehero.com		<1%
15	Internet	
www.dspace.uce.edu.ec		<1%
16	Internet	
repositorio.unap.edu.pe		<1%
17	Internet	
repository.uniminuto.edu		<1%
18	Internet	
deustoteka.deusto.es		<1%
19	Internet	
repositorio.xoc.uam.mx		<1%
20	Internet	
alicia.concytec.gob.pe		<1%
21	Internet	
www.powtoon.com		<1%
22	Publicación	
Talavera Salas, Illich Xavier. "Estrés académico, síndrome de burnout y estilos de ...		<1%
23	Internet	
core.ac.uk		<1%

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA
Creada el 11 de mayo de 2010 mediante Ley Nº 29531
Facultad de Ciencias de la Salud

Formato N° 11: Acta de sustentación Informe final de tesis

Siendo las **10:00** horas del día **30** de **setiembre** del año **2025**, se reunieron en la Sala de Sustentaciones de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, el Jurado Evaluador presidido por el (la) **Dra. Kelly Myriam Jiménez de Aliaga**, secretario (a) **Dr. Hernán Tafur Coronel**, como vocal **Mg. Delis Alexander Acuña Diaz** como asesor y coasesor del Informe Final de Tesis el (la) **Dra. Erlinda Holmos Flores** y el **Mg. Gilder Cieza Altamirano**

Actuando de conformidad con el Reglamento Específico de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, se dio inicio a la Sustentación del Informe Final de Tesis: **"Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Institución Educativa Jorge Basadre de Cañafisto, Chota 2025"** presentado por el (los) bachiller (es): **Rubit Cieza Segura** y **Mavila Elizabeth Llatas Vásquez** de la Escuela Profesional de Enfermería.

Luego de la sustentación, deliberación y consenso de los integrantes del Jurado Evaluador se acordó: Aprobar el Informe Final de Tesis en mención, con la calificación de (números y letras): 14 Catorce y con la denominación Aprobado por lo tanto el(la) bachiller(es) puede(n) proseguir con los trámites ulteriores, para la recepción del diploma que le (la) acredite como licenciado (a) en Enfermería.

En señal de conformidad, firman los presentes a horas 11.40 h del 30 de setiembre del 2025.

JURADO EVALUADOR	FIRMA
Presidente : - Dra. Kelly Myriam Jiménez de Aliaga	
Secretario: - Dr. Hernán Tafur Coronel	
Vocal: - Mg. Delis Alexander Acuña Diaz	

ASESOR / COASESOR	FIRMA
- Dra. Erlinda Holmos Flores	
- Mg. Gilder Cieza Altamirano	

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
V°B°
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN
CHOTA

COMITÉ CIENTÍFICO

Dra. Erlinda Holmos Flores

Asesora

Mg. Gilder Cieza Altamirano

Coasesor

Dra. Kelly Myriam Jiménez de Aliaga

Presidente del comité científico

Dr. Hernán Tafur Coronel

Miembro del comité científico

Mg. Delis Alexander Acuña Díaz

Miembro del comité científico

AGRADECIMIENTOS

Al culminar el desarrollo de la presente tesis, agradecemos a Dios por darnos la vida y la salud; a nuestros padres y hermanos, quienes han sido el pilar inquebrantable a lo largo de estos años. Gracias por su amor, paciencia, confianza y fuerza.

A nuestra asesora la Dra. Erlinda Holmos Flores, nuestro más sincero agradecimiento por su sabiduría y guía. Su paciencia, sus consejos y su constante motivación que nos ha permitido llegar hasta aquí. Además, agradecer a nuestro Coasesor el Mg. Gilder Cieza Altamirano por su dedicación y por la confianza depositada en nosotros.

A su vez queremos agradecer a los integrantes de la Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, quienes nos ofrecieron su apoyo durante la elaboración y ejecución de este proyecto.

También queremos expresar gratitud a nuestros amigos, que han sido el apoyo emocional en los momentos de estrés y agotamiento. Su compañía y palabras de aliento han sido un bálsamo para nuestra alma.

Con todo nuestro corazón, gracias.

A:

Dios, por ser nuestro guía constante, fuente de fortaleza e inspiración a lo largo de este proceso. Sin su presencia y amor, este logro no hubiera sido posible.

Nuestros padres, por su amor incondicional, sacrificios y apoyo constante. Su confianza depositada en nosotros ha sido la luz que nos ha orientado en cada paso de nuestro camino. A ellos les debemos todo lo que somos, y este trabajo es un pequeño tributo a su incansable esfuerzo y apoyo.

Nuestros hermanos, por su compañía, aliento y por permanecer a nuestro lado de forma constante, brindándonos su confianza y motivación en los momentos más difíciles.

Y a nuestros asesores, por su dedicación, paciencia y asesoramiento durante todo el desarrollo. Sus conocimientos y consejos fueron fundamentales para el desarrollo de este proyecto.

Con todo nuestro cariño y gratitud, este trabajo es un reflejo de su amor y apoyo.

Rubit y Mavila

ÍNDICE DE CONTENIDO

	Pág.
RESUMEN	VIII
ABSTRACT	IX
CAPÍTULO I	1
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO II	
MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes del estudio	4
2.2. Bases conceptuales	6
2.3. Definición de términos básicos	16
CAPÍTULO III	
MARCO METODOLOGÍCO	
3.1. Ámbito de estudio	17
3.2. Diseño de investigación	17
3.3. Formulación de hipótesis	18
3.4. Población y muestra	18
3.5. Operacionalización de variables	19
3.6. Descripción de la metodología	21
3.7. Procesamiento y análisis de datos	25
CAPITULO IV	
RESULTADOS	
4.1. Caracterizar a los estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.	28
4.2. Nivel de estrés académico en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025.	31
4.3. Nivel de estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025.	33
4.4. Relación estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025.	37
4.5. Prueba de normalidad y prueba de hipótesis	39
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	42
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	44
ANEXOS	50

ÍNDICE DE TABLAS

Pág.

Tabla 1. Características de los estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025. **28**

Tabla 2. Nivel de estrés académico en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025. **31**

Tabla 3. Nivel de estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025. **33**

Tabla 4. Estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025. **35**

Tabla 5. Relación del estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025. **37**

Tabla 6. Prueba de normalidad **39**

Tabla 7. Prueba de hipótesis **40**

INDICE DE ABREVIACIONES

ACS:	Escala de Afrontamiento para Adolescentes
ACTH:	Hormona Adrenocorticotropa
CRF:	Factor Liberador de Corticotropina
CONASAME:	El Consejo Nacional de Salud Mental
HSP:	El eje Hipofisosuprarrenal
SISCO:	Inventario Sistémico Cognoscitivista para el Estudio del Estrés Académico
SNV:	Sistema Nervioso Vegetativo
UNICEF:	El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota en el año 2025. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de tipo básico, con diseño no experimental, alcance descriptivo–correlacional y corte transversal. La muestra estuvo conformada por 75 estudiantes, a quienes se les aplicó el “Inventario del Sistema Cognitivo (SISCO) del Estrés Académico” y la “Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)”, obteniendo coeficientes de confiabilidad de 0,87 y 0,94, respectivamente. Los resultados evidenciaron que el 60,0% de los estudiantes presentó un nivel moderado de estrés académico, el 32,0% bajo y el 8,0% alto. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, el 60,0% se ubicó en un nivel moderado, el 22,7% bajo y el 17,3% alto. Asimismo, se identificó que el 26,7% de los estudiantes usan la estrategia de afrontamiento de religiosidad, el 17,3% de elogios a sí mismo, el 16,0% en de habilidad asertiva, el 14,7% el de elaboración de un plan para resolver el problema, el 12,0% el de búsqueda de información, el 9,3% el uso de confidencias o apoyo social; finalmente, el 4,0% de evitar el problema. Además, se observó que el 37,3% de los estudiantes reportó simultáneamente niveles moderados en ambas variables, mientras que un 2,7% presentó alto estrés académico con afrontamiento bajo, reflejando una situación de vulnerabilidad. El análisis de correlación de Pearson arrojó un valor r = .001 con un nivel de significancia p = 0,990, superior al 0,05, lo que indica una correlación positiva débil y no significativa entre las variables. En consecuencia, se aceptó la hipótesis nula y se rechazó la hipótesis alternativa, concluyendo que no existe relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en la población estudiada.

Palabras clave: Estrategias de afrontamiento, estrés, estudiantes.

ABSTRACT

The present research aimed to analyze the relationship between academic stress and coping strategies among students at an Educational Institution in the rural area of the city of Chota in the year 2025. The study was conducted using a basic, quantitative approach, with a non-experimental design, a descriptive-correlational scope, and a cross-sectional approach. The sample consisted of 75 students, who were administered the "Cognitive Systems Inventory (SISCO) of Academic Stress" and the "Adolescent Coping Scale (ACS)", obtaining reliability coefficients of 0.87 and 0.94, respectively. The results showed that 60.0% of the students presented a moderate level of academic stress, 32.0% a low level, and 8.0% a high level. Regarding coping strategies, 60.0% were at a moderate level, 22.7% at a low level, and 17.3% at a high level. Likewise, it was identified that 26.7% of students used the coping strategy of religiosity, 17.3% used self-praise, 16.0% used assertiveness, 14.7% used developing a plan to solve the problem, 12.0% used information seeking, 9.3% used trust or social support, and 14.7% used social support. Finally, 4.0% used problem avoidance. Furthermore, it was observed that 37.3% of students simultaneously reported moderate levels of both variables, while 2.7% presented high academic stress with low coping, reflecting a situation of vulnerability. Pearson's correlation analysis yielded an r value of .001 with a significance level of p = 0,990, higher than 0.05, indicating a weak and non-significant positive correlation between the variables. Consequently, the null hypothesis was accepted and the alternative hypothesis was rejected, concluding that there is no statistically significant relationship between academic stress and coping strategies in the study population.

Keywords: Coping strategies, stress, students.

CAPITULO I

INTRODUCCIÓN

El estrés es definido por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), como una sensación común que enfrentan todas las personas bajo una situación determinada, en la que se experimenta presión, sobrecarga o incapacidad para afrontarlas; ya que esto nos permite enfrentar al estresor y adaptarnos en base al entorno [1].

Además, para Lewis (2023), mencionó que la ansiedad es la respuesta de la mente o cuerpo frente al estrés, aun considerando la no existencia o presencia de factores estresantes, el adolescente hace un esfuerzo por generar un equilibrio que se denomina homeostasis teniendo como resultado la conducta dirigida a evaluar el potencial desestabilizador del estrés [2]. En cuanto a las estrategias de afrontamiento del estrés, Ordoñez Y [3], menciona en su estudio que la mayoría de los estudiantes utiliza estrategias de afrontamiento inmaduras, como "Reservarlo para mí" o "Autoculparse", lo que constituye que la mayoría tienden evitar el estrés, y no adoptar estrategias de afrontamiento para lograr el equilibrio, entre ellas son el de búsqueda de pertenencia, buscar apoyo social o espiritual, realizar actividad física o de relación, entre otros.

Un problema que incide al estudiante de Colombia fue evidenciado en 2024, donde un estudio determinó que el 17,5% de estudiantes tienen estrés académico, además, concluyó la relevancia de elaborar tácticas para afrontar el estrés de acuerdo a la población estudiantil [4]. De manera similar en Perú, un estudio del 2024, evidencia una relación con la variable estrés académico 23,7% tuvo un nivel severo y el 45,6% un nivel moderado y de la variable afrontamiento el 53,5% aplicó la estrategia esforzarse y tener éxito, el 30,7% preocuparse y el 15,8% buscar diversión relajante, concluyendo, además su r Spearman es de .614 y su p valor de 0,001 indicando que a un mayor estrés académico los estudiantes aplicaron estrategias para afrontarlo [5]. En otra parte del Perú se presentó el estrés académico en un 38,7% a nivel moderado y el 47,3% a nivel bajo [6].

A nivel provincial en Cajamarca en 2024, el 46,5% de estudiantes tiene un nivel bajo de estrés, el 50,0% estrés moderado y el 3,5% estrés alto [7]. Además, el Consejo Nacional de Salud Mental (CONASAME), conformado por el ministerio de educación, ministerio de salud y otros ministerios, en el año 2020 implementaron el decreto supremo n° 007- 2020, aprobando la ley n° 30947 de salud mental. Esta ley implementa programas de prevención de riesgos para la salud mental de la población estudiantil, a través de las instituciones educativas; a su vez se enfocan que la persona tenga un empoderamiento comunitario y también la implementación de programas que están articulados con la unidad de gestión educativa local y a nivel nacional [8]. Se concluye que este es un problema que afecta esta población, ya sea por las exigencias académicas o la falta de habilidades de afrontamiento.

Una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota es el ámbito de investigación, tomando en consideración la información recopilada para la aplicación de los instrumentos, es por ello que, se formuló la pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación del estrés académico con las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de la Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025?

El objetivo general de esta investigación fue analizar la relación entre estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025., que se concretizo a través de los siguientes objetivos específicos, tales como el de caracterizar a los estudiantes de la Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025; identificar el nivel de estrés académico en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025.; determinar el nivel de las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025; y establecer la relación entre estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025.

Entre los resultados más relevantes se identifican los siguientes: el 60% de los estudiantes tienen estrés académico moderado, el 32,0% estrés académico bajo y el 8,0% estrés académico alto. En la variable estrategias de afrontamiento el

60,0% de los estudiantes tienen un nivel moderado, el 22,7% en bajo y 17,3% alto; también se presentó la relación entre variables 37,3% de los estudiantes tuvieron un estrés académico moderado y a su vez estrategias de afrontamiento moderado, además el 2,7% de los estudiantes con estrés académico alto tienen en estrategias de afrontamiento bajo. El resultado de R de Pearson determinó una correlación positiva débil de r= .001 y un nivel de significancia de valor p =0,990.

El estudio se construyó en base a cinco capítulos. Capítulo I: Introducción. Capítulo II: Marco Teórico, justificar el estudio bajo un marco de investigación internacional y nacional, así como evidenciar las bases teóricas de la investigación. Capítulo III: Marco Metodológico, ámbito de estudio, diseño de investigación, población y las técnicas de recolección de datos. Capítulo IV: Resultados y discusión, contrastar el resultado de la investigación con el marco internacional y nacional de las investigaciones similares y diferentes. Capítulo V: Conclusiones y recomendaciones; además de las referencias bibliográficas y anexos.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de Estudio

Bravo C. (Ecuador, 2024) realizó su investigación con el objetivo de determinar el nivel de estrés académico de los estudiantes de tercer año de bachillerato de la Unidad Educativa Don Bosco de Macas. Investigación de diseño no experimental transversal con enfoque cuantitativo; una muestra conformada de 144 estudiantes, utilizó como instrumento el inventario SISCO del Estrés Académico; los resultados indicaron que el 68,8% tuvo un nivel de estrés moderado, 26,4% severo y 4,8% leve, asimismo se evidenció la existencia de una la relación entre sexo, edad con estrés académico [9].

Peña M. (Barranquilla, 2024) realizó su investigación con el objetivo de determinar factores asociados al estrés académico en estudiantes entre 12 y 16 años en la Institución Educativa Juan José Nieto de Baranoa. Investigación de enfoque cuantitativo, correlacional y transversal; muestra de 203 estudiantes, se utilizó el inventario SISCO-21 para identificar que el 17,5% de los estudiantes experimentaban estrés. El valor B de .83, indicando que estrés, depresión y el tipo de adaptación familiar se asocian significativamente con el estrés académico. Se concluye que es fundamental implementar estrategias de afrontamiento adecuadas para gestionar el estrés en los estudiantes [4].

Paredes V. (Huancayo, 2024) ejecutó su investigación con el objetivo de determinar la relación entre estrategias de afrontamiento del estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria privada del distrito de San Miguel. Investigación correlacional transversal, con enfoque no experimental y cuantitativo; con 114 estudiantes, utilizaron los inventarios SISCO y la Adolescent Coping Scale (ACS), con resultado de Rho de Spearman un 0,614 lo que determinó la existencia de una correlación, en relación con la variable estrés académico el 23,7% tuvo un nivel severo y el

45,6% un nivel moderado y de la variable estrategias de afrontamiento el 53,5% aplicó la estrategia esforzarse y tener éxito, el 30,7% preocuparse y el 15,8% buscar “diversión relajante, concluyéndose que, a mayor nivel de estrés académico los estudiantes aplicaron estrategias de afrontamiento [5].

Aguirre M. (Lima, 2023) ejecutó una investigación con el objetivo de identificar los niveles del estrés en estudiantes del cuarto y quinto de secundaria del colegio América International School. Su investigación fue descriptiva, no experimental transversal, con enfoque cuantitativo; la muestra estuvo conformada por 150 alumnos, se utilizó el inventario SISCO del Estrés Académico. Los resultados indicaron que el 68,3% de los estudiantes presentaban un nivel de estrés severo, el 29,3% de estrés moderado y el 2,4% de estrés leve. Se concluye que los estudiantes enfrentan un estrés severo y, además, no disponen de estrategias de afrontamiento adecuadas [10].

Rojas J. (Lima, 2023) realizó su estudio con el objetivo de precisar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en estudiantes de secundaria de un colegio del distrito de Lucanas. Investigación correlacional, no experimental, enfoque cuantitativo transversal; la muestra estuvo conformada por 150 estudiantes, se utilizaron el inventario SISCO y la escala de afrontamiento para adolescentes (ACS). Obteniendo como resultados, en la variable estrategias de afrontamiento el 96,7% de la población muestral presento el nivel de “en algunas ocasiones”, es decir que aplicaron alguna estrategia para afrontar el estrés, de la variable estrés académico el 38,7% presento un nivel moderado y el 47,3% un nivel bajo, además se presenta un rechazo a su hipótesis con p valor de 0,240 [6].

Sánchez P, (Cajamarca, 2024) ejecutó una investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre el estrés académico y el aprendizaje en el área de Matemática. Investigación descriptiva correlacional, enfoque cuantitativo; la muestra estuvo conformada por 26 estudiantes, se utilizó el inventario Sistémico de Estrés Académico SISCO-21. Los resultados indicaron que el 46,5% presentaron un nivel bajo de estrés, el 50,0% con moderado estrés y

el 3,5% estrés alto. Se concluyó que hay un alto porcentaje en el nivel de estrés moderado [7].

Castro C. (Huancayo, 2022), realizó una investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre el estrés académico y los modos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios. La población de estudio estuvo conformada de 366. Se utilizaron dos instrumentos: el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE) de Carver et al. (1989) y el Inventario SISCO de Estrés Académico de Barraza (2006). Los resultados mostraron una correlación de .639 y p valor de 0,000, indicando una asociación positiva moderada entre las variables de estrés académico y modos de afrontamiento. Además, en la variable estrés académico se presentó en el 63,7 % severa, 29,3 % moderado, mientras que un 7,0% de los estudiantes exhibe un grado leve, en la variable estrategias de afrontamiento, se evidenció 51 % de los participantes muestra nivel medio y el 45,3 % nivel alto y un 3,7 % demuestra un nivel bajo [11].

Salazar A. (Lima, 2022), realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación de los niveles de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de una universidad, Lima 2022. Estudio con enfoque cuantitativo, diseño no experimental y corte transversal. La muestra estuvo conformada por 150 estudiantes. Se uso, SISCO Y COPE-28. Los resultados mostraron en estrés académico el 57,3% presento del nivel moderado, 30% nivel alto y 12,6% nivel bajo; además en estrategias de afrontamiento se mostró el 61,3% nivel moderado, 26,6% nivel bajo y 12,0% en nivel alto [12].

2.2. Bases conceptuales

2.2.1. Base Teórica

En el presente estudio para la variable estrés académico se consideró como referente teórico al psicólogo Richard Stanley Lazarus precursor de la teoría transaccional de estrés, ya que esta explica cómo el estrés repercute en el ámbito psicológico, y en el caso de la variable estrategias de afrontamiento

se tomó como base a Sor Callista Roy quien elaboró el modelo Roy Adaptation Model (RAM), que explica el cómo las personas pueden adaptarse a los estímulos mediante respuestas cognitivas.

- ✓ **Teoría transaccional del estrés de Lazarus**

El sustento teórico utilizado para esta investigación en relación con el estrés es la teoría transaccional del estrés de Lazarus, plantea que el ser humano adopta determinada conducta frente al estrés, en donde la persona dependiendo de sus recursos personales y del entorno en el que se encuentra afrontará el estrés; se usará esta teoría ya que permite explicar el comportamiento de las personas frente a una situación estresante.

En 1986, Lazarus planteó que el estrés posee un carácter individual, afectando de manera particular a cada persona, tanto en el ámbito fisiológico como psicológico. Este autor desarrolló la teoría transaccional del estrés, la cual considera al estrés como una variable dependiente, bajo el enfoque de un punto de vista de la conducta humana. Esta variable puede verse desde tres enfoques teóricos: transaccional, estimulo-respuesta y tradicional, los investigadores señalaron que las dos últimas difieren de la teoría del estrés y que la primera mantiene un carácter dinamismo y relacional dentro de un diseño ipsativo-normativo [13].

Asimismo, el autor señala que las estrategias de afrontamiento dirigidas al estrés surgen cuando la persona percibe que puede modificar el entorno, en ese momento, la persona diseña una estrategia de afrontamiento centrada en el problema, identificando los recursos disponibles, procedimientos a seguir, posibles obstáculos y presiones ambientales.

Lazarus manifiesta para que la persona mantenga un nivel de estrés moderado debe realizar tres tipos de procesos[14]:

- El primero, corresponde a lo que la persona hace o piensa en un momento determinado, en contraste con lo que normalmente suele hacer o pensar.
- El segundo, corresponde a examinar en un contexto específico lo que la persona piensa o hace actualmente.
- El tercero, corresponde a cómo deben desarrollarse los procesos de cambios en el pensamiento y las acciones para que la persona pueda manejar situaciones estresantes.

✓ **Modelo de Adaptación de Callista Roy**

Además, se utilizó el Modelo de Adaptación de Callista Roy, en la cual plantea que la persona presenta diferentes reacciones ante su entorno a través de procesos fisiológicos, creencias, relaciones personales, entre otros. Esta teoría se emplea porque explica el cómo las personas se adaptan a su entorno en respuesta a diversos estímulos.

En 1970, Callista Roy elaboró el modelo de Roy Adaptation Model (RAM), donde estipula que las respuestas adaptativas son las respuestas que apoyan la integridad del ser humano en términos de dominio, reproducción, crecimiento y metas de supervivencia. Roy, a partir de su experiencia como enfermera contemplo que los niños tienen una gran capacidad de recuperación para adaptarse a variaciones psicológicas y físicas relevantes; en este punto, describe que los mecanismos de afrontamiento constituyen un proceso automático y que las experiencias vividas ayudan a tener estímulos particulares y reacciones habituales que se activan de forma automática para hacer frente a las circunstancias del entorno [15].

En concordancia a lo argumentado Callista Roy, definió cuatro tipos de modelos [16]:

- **El modo fisiológico de adaptación:** Se manifiesta principalmente en conductas y reacciones físicas que presenta la persona ante determinados niveles de estrés. La enfermera tiene la posibilidad de intervenir orientando a la persona a identificar sus propias respuestas

a ciertos estímulos y a implementar estrategias que le permitan controlar las reacciones del sistema nervioso autónomo, como el aumento de la frecuencia cardiaca, respiración, sudoración o la elevación de la tensión arterial, entre otros.

- **Modo de adaptación del autoconcepto grupal:** Enfocado en aspectos psicológicos y espirituales; como es la autoestima, refiriéndose a la percepción que la persona tiene de ella misma, su sentido de unidad, así como el propósito y significado en su vida dentro del universo. La enfermera ayuda principalmente a la persona a identificar sus recursos internos, centrándose en fortalecerlos, sin dejar de lado sus debilidades.

- **Modo de adaptación en el desempeño de rol:** Entendiéndose como una forma de adaptación social que pone énfasis en el rol que desempeña la persona dentro de la sociedad, así como en la necesidad de conocerse a sí mismo en relación con los demás, para determinar cómo actuar adecuadamente. La enfermera puede asistir a la persona en identificar cuál es su rol esencial e irremplazable, utilizando técnicas que ayuden a reconocer cómo distribuir su tiempo, establecer prioridades y crear espacios aceptables.

- **Modo de adaptación de interdependencia:** Este modo se refiere directamente con la integridad de las relaciones como centro de la interdependencia de la persona. La enfermera como ayuda permite identificar las dificultades que enfrentan las personas y a su vez proporciona sistemas de apoyo, tanto en lo social como en los recursos asistenciales, orientados a aliviar el conflicto.

2.2.2. Estrés Académico

Definición

Para Barra A., citado por Berrío en 2011, se define al estrés académico como un proceso psicológico adaptativo y sistémico que ocurre cuando el estudiante enfrenta, dentro del contexto escolar, una serie de demandas que, al ser evaluadas, se perciben como factores estresantes. Cuando estos factores estresantes provocan un desequilibrio en el sistema, se manifiestan a través de diversos de síntomas, lo que conduce al estudiante a adoptar modos o estrategias de afrontamiento con el fin de reestablecer el equilibrio sistémico [17].

Causas

Para Kloster G. (citado por Pacheco Castillo, 2017) considera como causas del estrés académico lo siguiente [18]:

- **Competitividad grupal:** algunos compañeros de clase se ven amenazados entre ellos, generando un ambiente conflictivo que el estudiante no logra manejar adecuadamente, provocando estrés.
- **Rendimiento en examen:** en ocasiones la incertidumbre de que pueda contener el examen puede generar ansiedad y bloqueos mentales.
- **Demanda de tareas**: el cúmulo de tareas y la expectativa organizativa sobrecargan al estudiante generando estrés.
- **Exposición:** el temor a la burla o comunicar las palabras adecuadas puede originar estrés a la hora de exponer, ya que esta ansiedad intensa, hará que se olvide de su tema o parte de este.
- **Participación en clase:** el temor de equivocarse o decir algún comentario que origine burla ocasiona estrés de no conocer el resultado final.

- **Ambiente físico:** el estudiante puede desmotivarse si el aula no es la adecuada o no cumple con los requisitos mínimos deseados para sentir algún tipo de confort.

Tipos de estrés

Estrés académico de los estudiantes tiene relación con el entorno, y puede intensificarse o empeorar debido a la sobrecarga de actividades, factores estresantes ambientales y problemas psicológicos [19].

- **Eustres:** se considera estrés positivo cuando la persona percibe un cambio que es capaz de manejar, lo que permite que el organismo se adapte a la situación y responda. Este tipo de estrés se refiere al estrés constructivo, positivo y beneficioso, el cual se considera un factor clave en la evolución humana, ya que el ser humano requiere ciertos estímulos de tensión básica.

- **Distres:** se considera estrés negativo cuando la persona experimenta impotencia al no poder enfrentar una situación que la amenaza o un cambio reciente en su entorno, lo que condiciona su respuesta al fracaso. Este tipo de estrés es destructivo, negativo y patológico, ya que puede causar daño físico interno en la persona. Es fundamental abordar este tipo de estrés de manera inmediata mediante acciones preventivas a corto o mediano plazo.

Respuesta Fisiología

La respuesta fisiológica son aquellas reacciones del organismo frente a estímulos estresantes, activando el eje hipofiso-suprarrenal y el sistema nervioso autónomo del cuerpo humano [20].

- El eje hipofiso-suprarrenal (HSP): Se activa tanto ante factores estresantes físicas como psicológicas, y al activarse, el hipotálamo libera la hormona CRF (factor liberador de corticotropina), que actúa sobre la hipófisis y estimula la secreción de la hormona adenocorticotropa (ACTH).

- El sistema nervioso vegetativo (SNV): La activación simpática implica la liberación de catecolaminas.

    - ✓ La adrenalina que es secretada por la médula suprarrenal, ante una respuesta a episodios de estrés de origen psicológico.

    - ✓ La noradrenalina es secretada por las terminaciones nerviosas simpáticas, especialmente en situaciones de estrés físico.

Estas hormonas son responsables de activar el cuerpo y ponerlo en estado de alerta, preparándolo para enfrentar una amenaza a través de la lucha o huida. Son las encargadas de conectar el estrés con los aspectos psicofisiológicos de la emoción.

Características del estrés

De acuerdo con Ávila J, las características del estrés se categorizan como [21]:

- **Cognitivo:** Se refiere a los pensamientos y emociones relacionados con el miedo, ansiedad y la inseguridad, aquí la persona deja de pensar en sus dificultades para encontrar soluciones, lo que produce malestar interno de no poder resolver un pequeño problema. Aquí la persona experimenta una profunda inseguridad, miedo, ansiedad, temor, pensamientos negativos hacia otras personas, falta de control sobre sus miedos, desconcentración, etc.

- **Fisiológico:** Se refiere a síntomas subyacentes como dolor de cabeza, sudoración excesiva, dolor de espalda, acné dolor de cuello, etc. Estas respuestas físicas son características de la internalización del estrés en el cuerpo humano.

- **Motor:** Se refiere a los cambios en los hábitos de vida frente al estrés prolongado, lo que provoca que el individuo comience a crear malos hábitos, tales como: beber excesivamente, fumar,

comer grasa o carbohidratos y finalmente la necesidad de suicidarse, a mayor intensidad y duración del estrés.

Consecuencias de estrés

En la investigación de Ortiz YR, tuvo como resultado la conceptualización literaria y compleja de las consecuencias del estrés en jóvenes durante el periodo escolar, siendo estas [22]:

- **Acoso, escolar o bullying**

  El bullying, como fenómeno, se describe como abuso entre iguales. Las definiciones más comunes incluyen al menos cuatro elementos esenciales:

  a) Ocurre entre pares.

  b) Implica una situación de desequilibrio de poder.

  c) Que fue sostenido en el tiempo o continua y no un episodio aislado de abuso.

  d) La víctima o víctimas se encuentra impotente para salir de la situación.

- **Consumo de drogas y/o alcohol**

  Principalmente los adolescentes, al no disponer de habilidades necesarias para hacer frente de manera adecuada al estrés, recurren a soluciones inadecuadas para “aliviarlas”. Una de las opciones más comunes es el consumo de drogas y alcohol. Entre las más frecuentes es el consumo de tabaco y el consumo de marihuana para calmar el estrés.

  Las drogas más utilizadas en los adolescentes son:

  a) Alcohol: Buscado y consumido por sus efectos eufóricos, desapego de la realidad y sus problemas.

  b) Tabaco: Se asocia a diferentes problemas de salud en jóvenes y adultos, tales como: cáncer de pulmón y problemas cardiovasculares.

- **Estados ansiosos y depresivos**

  El estrés ocurre cuando el individuo siente una amenaza, ya sea por real o imaginaria. Es una respuesta normal y adaptativa que prepara al cuerpo para afrontarla. Sin embargo, como se mencionó anteriormente, en algunas ocasiones el individuo encuentra difícil reaccionar de manera adaptativa debido a la naturaleza del problema, ya sea por la forma de adaptación del sujeto o por eventos.

- **Crisis de pánico**

  Son situaciones que no están relacionados con ningún evento específico. Estas situaciones, surgen de manera temporal o aislados sentimientos intensos de miedo o malestar, acompañados de una serie de comportamientos que comienzan de forma abrupta y alcanzan su punto máximo en los primeros diez minutos. Experimentar una crisis de pánico es muy desagradable. Por esta razón, muchos pacientes temen que la crisis se repita, manifestando tener “miedo al miedo”.

- **Fobia Escolar**

  La fobia escolar se manifiesta como la dificultad, ya sea total o parcial que experimenta el estudiante para asistir a clases, provocada por un miedo asociado a aspectos del contexto escolar. Esta condición se caracteriza por la presencia de ansiedad anticipatoria antes de ir al colegio y un empeoramiento después de las vacaciones, durante el cual el niño se queda en casa con el permiso de sus padres, esto por problemas físicos o psicológicos.

2.2.3. Estrategias de Afrontamiento a estrés académico

Definición

Frydenberg y Lewis (1993) citado por Palacio C. en el 2023, indica que las estrategias de afrontamiento son acciones o modos de adaptación que un individuo lleva a cabo para hacer frente a las situaciones que le generan tensión o preocupación en su vida diaria. Además, estos autores en 1996,

proponen la siguiente clasificación: estrategias orientadas a resolver el problema, aquellas basadas en la interacción con los demás y el afrontamiento improductivo [23].

A las definiciones anteriores se suma Folkman y Lazarus (1986), quienes conceptualizaron a las estrategias de afrontamiento como “esfuerzos cognitivos y comportamentales, constantemente cambiantes para manejar las demandas específicas externas o internas apreciadas como excedentes o que desbordan los recursos del individuo”. Desde esta perspectiva, la selección de la estrategia a emplear a afrontar el momento de tensión dependerá de cómo se valore el estímulo, ya sea interno o externo [23].

Modelos de Afrontamiento

Según autores Folkman y Lazarus citado por Espinoza S. en el 2019, presentan tres modelos distintos de afrontamiento, cada uno con su propia perspectiva sobre cómo las personas enfrentan el estrés y las dificultades [24]:

- **Resistencia centrado en el problema:** Se indica que, en este modelo, el individuo posee la capacidad de cambiar su perspectiva frente a la situación, eligiendo enfrentar y resistir el impacto del problema. Se adapta a las estrategias factibles para afrontar la situación, lo que implica tomar acciones con el objetivo de reducir el estrés.

- **Afrontamiento orientado en las emociones:** Consiste en que el individuo evita involucrar sus emociones y sentimientos en las situaciones estresantes. Por lo tanto, busca afrontar la situación de una manera diferente.

- **Afrontamiento de evitación:** En este caso, la persona opta por no implicarse en el problema, incluso si le afecta. Evita por completo el factor estresante y no realiza ninguna acción.

Niveles de Estrategias de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento, medidas con la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), suelen clasificarse en tres niveles principales [24]:

- **Nivel bajo**

  Indica que el estudiante utiliza pocas o inadecuadas estrategias para manejar situaciones de estrés.

  Se asocia con mayor vulnerabilidad emocional, baja capacidad de adaptación y riesgo de presentar síntomas como ansiedad, frustración o desmotivación académica.

- **Nivel moderado**

  Refleja que el estudiante emplea estrategias de afrontamiento en forma parcial o limitada, logrando regular su malestar solo en ciertas circunstancias.

  Este nivel es común en adolescentes en contextos escolares, donde las demandas académicas generan estrés, pero los recursos personales y sociales permiten sobrellevarlo en alguna medida.

- **Nivel alto**

  Representa un uso adecuado, frecuente y variado de estrategias para enfrentar el estrés académico.

  Los estudiantes en este nivel tienden a recurrir a conductas de afrontamiento adaptativas como la planificación, búsqueda de apoyo social, reevaluación positiva y solución de problemas

2.3. Definición de términos básicos

a) **Estrés académico:** proceso cognitivo y emocional que los estudiantes perciben al recibir un impacto de factores estresantes académicos [3].

b) **Estrategias de afrontamiento:** proceso cambiante a través de la experiencia, es decir, que bajo la psicología cognitiva conductual del entorno humano la persona busca recursos para enfrentar exigencias del propio ambiente [20].

c) **Estudiantes:** es el actor plural que se encuentra inserto en múltiples experiencias que vive simultáneamente en diversos contextos del ámbito escolar [25].

CAPITULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Ámbito de estudio

La investigación se ejecutó en el distrito de Chota, ubicado en el departamento de Cajamarca, en la región andina norte del Perú. Este distrito tiene una extensión de 261,75 km^2, se sitúa en la parte central de la región y tiene como capital a la ciudad de Chota, asentada en la meseta de Acunta, a una altitud de 2.388 metros sobre el nivel del mar. Chota se encuentra a 150 Km al norte de Cajamarca y a 219 Km al este de Chiclayo, en el departamento de Lambayeque. Limita al norte con los distritos de Chiguirip y Conchán, al oeste con Lajas, al este con Chalamarca y al sur con Bambamarca, capital de Hualgayoc. El clima es templado, con una temperatura media anual de 17.8 °C. Las lluvias se concentran en los meses de noviembre a abril, mientras que la temporada seca son de mayo a octubre [26].

La Institución Educativa está ubicada al este de la ciudad de Chota. Es una institución mixta, administrada por la Unidad de Gestión Educativa Local, (UGEL) de Chota desde el 23 de mayo del 2001. Pertenece al ámbito rural y ofrece educación en el nivel secundario. Para el año 2025, la institución cuenta con 75 estudiantes [27].

3.2. Diseño de investigación

La investigación tuvo un diseño no experimental, ya que no se realizó manipulación alguna de las variables; en otras palabras, las investigadoras no intervinieron sobre ellas, limitándose a observar el fenómeno en su contexto natural. De diseño correlacional descriptivo, porque se buscó establecer mediante la investigación el vínculo que existe entre las variables, identificar el nivel de estrés e identificar el nivel de las estrategias de afrontamiento de los estudiantes. Con corte transversal, puesto que la recolección de datos se realizó en un único momento, respetando

rigurosamente el contexto- tiempo en el que se desarrolló el estudio, con el fin de analizar la incidencia de las variables en ese momento específico [28].

Asimismo, el enfoque de la investigación fue cuantitativo, ya que se basó en observaciones sistemáticas obtenidas tras la aplicación de los instrumentos, lo que permitió establecer e identificar patrones de comportamiento en la población estudiada [29].

Además, es de tipo básica, porque se busca obtener un nuevo conocimiento sobre 2 variables, esto sin necesidad de una aplicación práctica.

3.3. Formulación de la Hipótesis

Ha: Existe relación significativa entre estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

Ho: No existe relación significativa entre estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

3.4. Población y muestra

Población

El desarrollo de la investigación estuvo conformado por 75 estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

Muestra

En la presente investigación no se consideraron criterios de inclusión ni de exclusión, dado que la población y la muestra coincidieron. Se trabajó con la totalidad de los 75 estudiantes matriculados en la Institución Educativa rural seleccionada en el año 2025, aplicándose un muestreo censal. En este sentido, todos los estudiantes formaron parte del estudio sin aplicar filtros adicionales, lo cual garantizó la representatividad y evitó la pérdida de información.

3.5. Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Valor Final
Estrés Académico	Proceso psicológico adaptativo y sistémico que ocurre cuando el estudiante enfrenta, dentro del ámbito escolar, una serie de demandas que, al ser evaluadas, se perciben como factores estresantes [17].	Estresores	- Competencia con los compañeros de grupo - Sobrecarga de tareas y trabajos - Personalidad y carácter del profesor - Evaluaciones de los profesores - Tipo de trabajo que te piden los profesores - No entender los temas que se abordan en la clase - Participación en clase - Tiempo limitado para hacer el trabajo	Puntuación total es de 31 a 155 puntos Estrés académico bajo: 31 a 62 puntos. Estrés académico moderado: 63 a 93 puntos. Estrés académico alto: 94 a 155 puntos.
		Síntomas	- Reacciones físicas - Reacciones psicológicas - Reacciones comportamentales	
		Estrategias de afrontamiento	- Habilidad asertiva - Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas - Elogios a sí mismo - La religiosidad	

			- Búsqueda de información sobre la situación - Ventilación y confidencias	
Estrategias de afrontamiento	Son conductas que una persona lleva a cabo para afrontar las situaciones que le generan tensión o preocupación en su día a día [23].	Resolver el problema	- Enfocarse en resolver el problema - Esforzarse y tener éxito - Conocer amigos íntimos - Buscar pertenencia - Reservárselo para si - Fijarse en lo positivo de las cosas - Buscar actividades relajantes - Realizar deporte	Puntuación total es de 0 a 400 puntos Estrategia de afrontamiento bajo: de 0 a 160 puntos Estrategia de afrontamiento moderado de 161 a 240 puntos Estrategia de afrontamiento alto de 241 a 400 puntos.
		Referencia a otros	- Buscar apoyo social - Acción social - Apoyo espiritual - Ayuda profesional	
		Afrontamiento no productivo	- Preocuparse - Búsqueda de pertenencia - Hacerse ilusiones - No afrontamiento - Ignorar el problema - Reservar para si mismo - Auto inculparse	

3.6. Descripción de la metodología

3.6.1 Métodos:

- **Técnica de recolección de datos**

La técnica de recolección de datos utilizada en la investigación fue la encuesta, la cual se aplicó mediante la entrega de documentos físicos a cada estudiante. Las preguntas fueron de tipo cerrado, lo que permitió obtener respuestas concretas en cada ítem presentado. Además, esta metodología facilitó el análisis de un conjunto representativo de datos provenientes de la población seleccionada, optimizando tanto la recolección como el procesamiento de la información en un período de tiempo reducido [30].

- **Estrategias de recolección de datos**

La estrategia de recolección de datos consistió en la aplicación de dos encuestas hetero administrada. La aplicación se realizó de manera sincrónica, ya que la escala fue completada conjuntamente con cada estudiante en un mismo momento, considerando que no requería de un tiempo prolongado. Asimismo, la recolección fue anónima, dado que no se solicitó ni se registró información personal que permitiera identificar a los participantes.

- **Procedimientos en recolección de la información**

Se presentó una solicitud formal de permiso al director de la Institución Educativa para la elaboración del proyecto de tesis (Anexo 1), acompañada de una carta de presentación para la ejecución del estudio (Anexo 2). Dicha gestión tuvo como finalidad obtener información básica de los estudiantes, como nombres y apellidos, número de documento de identidad y dirección domiciliaria.

Una vez recopilada esta información preliminar, se convocó a una reunión general con los padres de familia. A aquellos que no asistieron se les realizó una visita domiciliaria, durante la cual se les explicó detalladamente el propósito de la investigación. En ambos

casos, se aplicó el consentimiento informado correspondiente (Anexo 3). Además, se aplicó el asentimiento informado a los estudiantes de estudio (Anexo 4).

Tras obtener la autorización de los padres o tutores para la participación de sus hijos en el estudio, se procedió a la aplicación de los instrumentos de recolección de datos (Anexo 5). En los casos en que no fue posible aplicar los instrumentos durante la semana establecida, se realizó la aplicación al día siguiente, hasta completar la totalidad de la muestra.

La recopilación de datos y la aplicación de la escala se llevaron a cabo durante un periodo de dos semanas, entre los meses de febrero y marzo del año 2025.

3.6.2 Materiales

Instrumentos de medición

Inventario Sistema cognitivo (SISCO) del estrés académico

El instrumento que se uso fue diseñado en el 2007 por Barraza, la construcción del SISCO se basó en el abordaje de su modelo teórico de tres componentes: estímulos estresores, síntomas indicadores del desequilibrio teórico y estrategias de afrontamiento [31].

Ficha técnica

Instrumento : Inventario SISCO del estrés académico.

Creador : Barraza Macias, Arturo

Año : 2006

Administración : Colectiva e individual

Tiempo de aplicación : 15 minutos

Ámbito de aplicación : Estudiantes

Validez : Análisis factorial

Confiabilidad : Alfa de cronbach 0.9

Calificación : Suma de puntaje total

Este instrumento está compuesto por 31 ítems, distribuidos en tres dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. La puntuación del inventario se realiza mediante una escala tipo Likert con cinco opciones de respuesta: Siempre (5 puntos), casi siempre (4 puntos), algunas veces (3 puntos), rara vez (2 puntos) y nunca (1 punto) [31].

En cuanto a los valores finales de este inventario se tiene una puntuación total es de 31 a 155 puntos, estrés bajo: 31 a 62 puntos, estrés moderado: 63 a 93 puntos y estrés alto de 94 a 155 puntos.

Validez

La evidencia se fundamentó en el estudio original del autor del instrumento, en el cual se demuestra la estructura interna del Inventario SISCO del Estrés Académico a través de diversos procedimientos estadísticos, tales como el análisis factorial y el análisis de consistencia interna [31].

En relación con nuestra investigación se realizó a través de la validez de contenido cuyos valores oscilan de 0.92 a 1, es decir que tienen claridad de sintaxis y sistemática; a su vez usamos la validez de constructo y se comprobó por medio de la prueba KMO y Bartlett la idoneidad de los datos para su estructura, en donde se verifican para KMO 0,72 y un valor de significancia de ,000 lo que indica que es apropiada para realizar la factorización.

Confiabilidad

Obtuvo dos resultados: confiabilidad por mitades 0,87 y del resultado de la prueba estadística Alfa de Cronbach 0,90 [31].

En nuestra investigación se evidenció la fiabilidad de consistencia interna de los ítems a través de la prueba de alfa de Cronbach de 0,871.

Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS)

El instrumento para la recolección de datos que se utilizó fue la Escala de estilos de afrontamiento ACS [32], fue diseñada en 1996 por Frydenberg y Lewis, fue el resultado de una investigación de 5 años el cual tenía como objetivo la construcción de una escala que permita medir las formas o modos de afrontar las dificultades los adolescentes, seguidamente fue validada por Arias y Huamán en el año 2017, siendo aplicada en escolares del nivel secundario de la ciudad de Arequipa.

Ficha técnica

Instrumento : Escala de estilos de afrontamiento ACS.

Creadores : R. Lewis y E. Frydenberg

Adaptación : W. Arias y J. Huaman

Elaboración 1996

Administración : Colectiva e individual

Tiempo de aplicación : 20 – 25 minutos

Ámbito de aplicación : Escolares

Validez : Análisis factorial

Confiabilidad : Alfa de Cronbach 0.84

Resultados : Suma de puntaje total

El instrumento consta de 80 ítems el cual se divide en tres dimensiones: resolver el problema, referencia a otros y afrontamiento no productivo. Se tomará para la puntuación del inventario la escala de tipo likert con cinco alternativas de respuesta: lo hago con mucha frecuencia (5)

puntos, lo hago a menudo (4) puntos, lo hago algunas veces (3), lo hago rara vez (2) y nunca lo hago (1).

En cuanto a los valores finales de esta escala se tiene una puntuación total es de 0 a 400 puntos, afrontamiento bajo: de 0 a 160 puntos, moderado de 161 a 240 puntos, alto de 241 a 400 puntos.

Validez

En un estudio de la ciudad de Arequipa dirigido a estudiantes, se evidencio una validez del constructo mediante la prueba de Kaiser Meyer Olkin de 0,87 en donde se evidencia una buena validez del instrumento [32].

En relación con nuestra investigación se evidenció a través de la validez de contenido cuyos valores oscilan de 0.98 a 1, es decir que tienen claridad de sintaxis y sistemática; a su vez usamos la validez de constructo y se comprobó por medio de la prueba KMO y Bartlett la idoneidad de los datos para su estructura, en donde se verifican para KMO 0,81 y un valor de significancia de ,000 lo que indica que es apropiada para realizar la factorización.

Confiabilidad

En el mismo estudio se evidencio una confiablidad de 0.84 siendo esta una alta confiabilidad a través de alfa de Cronbach; en 1980 Brown obtuvo una confiabilidad de 0,7 como resultado de la aplicación de los instrumentos en su investigación [32].

En nuestra investigación se evidenció la fiabilidad de consistencia interna de los ítems a través de la prueba de alfa de Cronbach de 0,94.

Ambos instrumentos se usaron para la ejecución del proyecto de acuerdo al autor, sin modificaciones, ya que previamente se había aplicado a una población parecida.

3.7 Procesamiento y análisis de datos

- **Procesamiento de datos**

  La información recopilada se analizó de manera científica para comprobar la fiabilidad de los datos; por ello, los resultados obtenidos a partir de los instrumentos fueron ingresados en Microsoft Excel, donde se elaboraron tablas de frecuencia y base de datos. Además, se utilizó estadística descriptiva por medio del software estadístico SPSS versión 27.0, considerando un nivel de significancia de 0.05.

- **Análisis de datos**

  Se hizo usó de base datos para agrupar la información resultante de la aplicación de los instrumentos de las variables en estudio, además se usó tablas de frecuencia para visualizar el análisis de procesamiento de datos y tener descripción analítica más precisa; además, el análisis inferencial es a través de la correlación de Pearson para obtener la relación entre variables.

CAPITULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Características de los estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

Tabla 1. Edad, sexo y grado de los estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025.

Características		N°	%
Edad	12 a 13 años	19	25,3
	14 a 15 años	28	37,3
	16 a 17 años	28	37,3
Sexo	Femenino	30	40,0
	Masculinos	45	60,0
Grado	Primero	15	20,0
	Segundo	17	22,7
	Tercero	9	12,0
	Cuarto	22	29,3
	Quinto	12	16,0
Total		**75**	**100,0**

Fuente: Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota,2025.

En la tabla 1, muestra que el 37,3% de los estudiantes se encuentra entre los 16 y 17 años, también el 37,3% de los estudiantes tiene 14 a 15 años, mientras que el 25,3% de los estudiantes tienen entre 12 a 13 años.

Por otra parte, según el sexo el 60,0% de los estudiantes son del sexo masculino y el 40,0% de los estudiantes son del sexo femenino.

Finalmente, según el grado el 29,3% de los estudiantes cursan el cuarto grado, el 22,7% de los estudiantes cursan el segundo grado, el 20,0% de los estudiantes cursan el primer grado, 16,0% de los estudiantes cursan el quinto grado y el 12,0% de los estudiantes cursan el tercer grado.

Asimismo, para Paredes V. [5], en su estudio, evidenció que la mayoría de los estudiantes tenía 17 años, representando el 70,0% del total. A este grupo le siguieron los estudiantes de 14 y 16 años, con un 22,2% y 7,6%, respectivamente. En cuanto al sexo, se observó que el 51,4% correspondía al masculino y el 48,6% al femenino. Cabe destacar que el estudio se llevó a cabo en una institución de educación secundaria, incluyendo a todos los grados que conforman dicha entidad educativa.

Por otro lado, para Salazar A. [12], en su estudio evidencia que el 50,6% de los estudiantes son del sexo masculino, el 49,3% de los estudiantes son del sexo femenino; además según la edad, la mayoría de los estudiantes son mayores de 17 años con un 62,0% y menores de 17 años en un 32,0%.

Sin embargo, estos resultados difieren de Castro C. [11], quien en su estudio evidencia una mayor cantidad de estudiantes del sexo femenino en un 54,0% y de sexo masculino en un 46,0%.

De la misma manera para Peña M. [4], evidencia en su estudio que 59,1% de los estudiantes son del sexo femenino y el 40,9% de los estudiantes son del sexo masculino; en cuanto a la edad, el 23,6% de los estudiantes tienen 13 y 14 años simultáneamente, el 21,7% de los estudiantes tienen 15 años, el 16,3% de los estudiantes tienen12 años y 14,8% de estos tienen 16 años; además, evidencia el grado que cursan los estudiantes, primero el 30,5% de los estudiantes, segundo el 23,2%, tercero el 19,7%, segundo el 17,7% y primero el 8,9%.

Sin embargo, en el estudio de Zarate P. [25], los estudiantes son el actor plural que se encuentra inserto en múltiples experiencias que vive simultáneamente en diversos contextos del ámbito escolar, tales como su edad, sexo y grado de instrucción.

Por ello es importante, caracterizar la población de estudio es esencial porque brinda una visión clara, precisa y contextualizada del grupo investigado, fortaleciendo la credibilidad, validez y aplicabilidad de los resultados obtenidos.

A su vez, conocer las características sociodemográficas de los estudiantes de enfermería es fundamental para mejorar la calidad educativa, promover la equidad y favorecer el desarrollo integral de los futuros profesionales de la salud. Esta información permite diseñar estrategias pedagógicas acordes a las necesidades del alumnado, identificar factores de riesgo académico, y fomentar entornos inclusivos. Asimismo, contribuye a una mejor planificación institucional y al diseño de políticas educativas más eficaces y a fortalecer su formación ética y profesional, al desarrollar en ellos competencias como la empatía y la sensibilidad hacia la diversidad, elementos esenciales en el ejercicio de la enfermería.

4.2. Identificar el nivel de estrés académico en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025.

Tabla 2. Nivel de estrés académico en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

Estrés Académico	N°	%
Estrés académico bajo	24	32,0
Estrés académico moderado	45	60,0
Estrés académico alto	6	8,0
Total	**75**	**100,0**

Fuente**:** Inventario cognoscitivista sistémico para analizar estrés académico (SISCO).

En la tabla 2, muestra que el 60,0% de estudiantes tiene estrés académico moderado, el 32,0% presenta un estrés académico bajo y el 8,0% estrés académico alto. Estos resultados coinciden con lo hallado por Bravo C. [9], que en su investigación encontró como resultados que el 68,8% padece de estrés académico moderado, 26,4% estrés académico severo y estrés académico leve de 4,8%.

Así mismo, estos resultados son similares a lo encontrado por, Sánchez P. [7], quien demostró que el 50,0% de estudiantes tienen estrés académico moderado, 46,5% tiene bajo estrés académico y el 3,5% tiene alto estrés académico.

De igual manera, en su estudio de Paredes V. [5], evidencia que el 45,6% de los estudiantes presenta estrés académico moderado, el 30,7% de los estudiantes estrés académico bajo y el 23,7% de los estudiantes con estrés académico alto.

Sin embargo, estos resultados difieren con el estudio de Aguirre M. [10], quien en su investigación encontró que el 68,3% de los estudiantes tienen estrés académico severo, el 29,3% estrés académico moderado y el 2,4% estrés académico leve.

De la misma forma, en su estudio de Salazar A. [12], el 57,3% de los estudiantes tienes un estrés académico medio, el 30,0% de los estudiantes tienen un estrés académico alto y el 12,7% de los estudiantes tienen un estrés académico bajo.

Para Barra A. [17], el estrés académico es un proceso psicológico adaptativo y sistémico. Asimismo, para Lazarus [13], plantea que el estrés posee un carácter individual que afecta a la persona y en este caso a los estudiantes de una manera fisiológica y psicológica. Además, plantea que está se padece de acuerdo a la persona, ya sea por un agente estresor o a través de la evitación del problema.

De la misma forma, para Lazarus, menciona, que el estrés académico es importante porque revela cómo los estudiantes interpretan y enfrentan las demandas del entorno educativo, mostrando su capacidad de adaptación, afrontamiento y equilibrio emocional, aspectos esenciales para su desarrollo personal y académico.

En enfermería implica una alta carga teórica y práctica, así como contacto directo con situaciones humanas complejas en este caso en los estudiantes, lo que puede generar elevados niveles de presión. Identificar oportunamente el estrés académico permite implementar estrategias de apoyo psicoeducativo, técnicas de afrontamiento y programas institucionales de salud mental. Además, ayuda a prevenir consecuencias negativas como la desmotivación, el bajo rendimiento, el ausentismo o la deserción. De esta manera, se favorece la formación de profesionales más saludables, resilientes y preparados para enfrentar los desafíos de su futura labor en el ámbito de la salud.

En tal sentido, el estrés académico representa un problema relevante en los estudiantes de la Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, porque experimentan niveles moderados y altos niveles de estrés académico, lo que evidencia la presión constante que enfrentan en su entorno educativo.

4.3. Determinar el nivel de estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025.

Tabla 3. Nivel de estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

Estrategias de afrontamiento	N°	%
Estrategias de afrontamiento bajo	17	22,7
Estrategias de afrontamiento moderado	45	60,0
Estrategias de afrontamiento alto	13	17,3
Total	**75**	**100,0**

Fuente: Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS).

En la tabla 3, muestra que el 60,0% de estudiantes presentan un nivel de estrategias de afrontamiento moderado, el 22, 7% un nivel de estrategias de afrontamiento bajo y sólo el 17,3% de los estudiantes presentó un nivel de estrategias de afrontamiento alto.

Estos resultados, son similares a los resultados encontrados por Castro C. [11], donde se evidenció que el 51,0% de los estudiantes presentaba un nivel moderado de estrategias de afrontamiento, el 45,3% un nivel alto y el 3,7% un nivel leve. Estos resultados pueden explicarse, por el hecho de que, si bien la mayoría de los estudiantes utiliza estrategias de afrontamiento en situaciones de estrés académico, dichas estrategias no siempre son las más adecuadas o efectivas, ya que muchos de ellos recurren a mecanismos centrados en la emoción, como evadir la situación, o la búsqueda de apoyo social, en lugar de estrategias centradas en la solución del problema.

De igual manera, en el estudio de Salazar A. [12], refleja que el 61,3% de los estudiantes tienen un nivel moderado de estrategias de afrontamiento, el 26,6% un nivel bajo de estrategias de afrontamiento y el 12,0% un nivel alto de estrategias de afrontamiento.

Desde la perspectiva del Modelo de Adaptación de Callista Roy [15], el cual concibe al ser humano como un sistema holístico que responde a estímulos

del entorno mediante mecanismos de afrontamiento regulatorios y cognitivos y a su vez, la persona se adapta de acuerdo con sus recursos y obteniendo un empoderamiento colectivo. Dicho modelo plantea que, frente a situaciones de estrés o cambio, el individuo pone en marcha respuestas adaptativas que pueden manifestarse en cuatro modos principales: fisiológico, autoconcepto, función de rol e interdependencia.

Sin embargo, el predominio de un nivel bajo en el uso de recursos de afrontamiento refleja un proceso de adaptación inefectivo, donde las estrategias empleadas no logran restablecer el equilibrio frente a las demandas académicas, lo que resalta la necesidad de fortalecer las capacidades de afrontamiento adaptativo a través de intervenciones psicoeducativas que promuevan respuestas más eficaces ante los estresores [23].

Mientras que, para la enfermería, conocer el nivel de estrategias de afrontamiento en estudiantes es esencial para orientar adecuadamente su formación personal y académica. Durante esta etapa, los adolescentes enfrentan múltiples cambios y presiones relacionados con el rendimiento escolar, la toma de decisiones vocacionales y el desarrollo de su identidad. Identificar las estrategias que utilizan para manejar el estrés y los desafíos permite brindarles herramientas adecuadas que fortalezcan su salud mental, su motivación y su capacidad de adaptación. El desarrollo temprano de habilidades de afrontamiento positivas, como la resolución de problemas, el autocontrol emocional y el pensamiento resiliente, es clave para prepararlos no solo para los retos de la educación superior, sino también para su ejercicio profesional futuro y en su estabilidad emocional.

Finalmente, los resultados obtenidos, resaltan la importancia de fortalecer las habilidades de afrontamiento en los estudiantes mediante programas educativos, como orientación psicológica y espacios de apoyo emocional dentro de la institución educativa.

Tabla 4. Estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025

Estrategias de Afrontamiento	N°	%
Habilidad asertiva (defender preferencias, ideas o sentimientos)	12	16,0
Elaboración de un plan para resolver el problema	11	14,7
Religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	20	26,7
Elogios a sí mismo	13	17,3
Búsqueda de información	9	12,0
Confidencias (apoyo social)	7	9,3
Evitar el problema	3	4,0
Total	**75**	**100,0**

Fuente: Inventario cognoscitivista sistémico para analizar estrés académico (SISCO).

En la tabla 4, se muestra que el 26,7% de los estudiantes usan la estrategia de afrontamiento de religiosidad, el 17,3% de elogios a sí mismo, el 16,0% en de habilidad asertiva, el 14,7% el de elaboración de un plan para resolver el problema, el 12,0% el de búsqueda de información, el 9,3% el uso de confidencias o apoyo social; finalmente, el 4,0% evitar el problema.

Los resultados, son diferentes de los encontrados por Paredes V. [5], donde se evidencio que el 53,5% aplicó la estrategia esforzarse y tener éxito, el 30,7% preocuparse y el 15,8% buscar “diversión relajante”, siendo estos adaptados para su población de estudio.

De la misma manera, para Ordoñez Y. [3], evidencia en su estudio que la mayoría de los estudiantes buscan en un 96,0% el de preocuparse o buscar un plan para resolver el problema, el 3,0% de los estudiantes busca apoyo social y el 1,0% busca ayuda en la religión.

Para Callista Roy [15], menciona que las estrategias de afrontamiento son herramientas clave para que los estudiantes enfrenten los desafíos

académicos y personales. Su correcta aplicación reduce el impacto del estrés, mejora la salud integral y favorece el éxito académico y personal**.** Es esencial que desde la educación y la salud se fomente su desarrollo desde etapas tempranas.

Por otra parte, para Lazarus [22], este es un proceso dinámico y contextual, en la cual el estudiante evalúa la situación y afronta de acuerdo a sus recursos disponibles. Pero no siembre las estrategias de afrontamiento elegida es absoluta, sino que depende de la evaluación del sujeto, recursos y situación; además, menciona que al afrontamiento como un proceso activo, que proporciona metodologías para el diseño de programas y estudios para el manejo de estrés y mejorar la salud mental de acuerdo a su entorno.

Por ello, el estudio constituye un valioso aporte para la enfermería, ya que permite comprender cómo los estudiantes afrontan el estrés académico y cuáles son las estrategias que utilizan para adaptarse a las exigencias del entorno educativo. Esta información resulta fundamental para la disciplina de enfermería, pues orienta la planificación de intervenciones de promoción de la salud mental y prevención del estrés, fortaleciendo el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes.

4.4. Establecer la relación entre estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de chota, 2025.

Tabla 5. Relación del estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

Estrés Académico	Estrategias de afrontamiento						Total	
	Bajo		Moderado		Alto			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	7	9,3	13	17,3	4	5,3	24	32,0
Moderado	8	10,7	28	37,3	9	12,0	45	60,0
Alto	2	2,7	4	5,3	0	0,0	6	8,0
Total	**17**	**22,7**	**45**	**60,0**	**13**	**17,3**	**75**	**100,0**

Fuente: SPSS 27.0

En la tabla 5, evidencia que, el 17,3 que los estudiantes con estrés académico bajo tienen estrategias de afrontamiento moderado, el 5,3% de los estudiantes con estrés académico bajo tienen estrategias de afrontamiento alto; además, el 37,3% de los estudiantes con estrés académico moderado tienen estrategias de afrontamiento moderado y el 12,0% de los estudiantes con estrés académico moderado tienen estrategias de afrontamiento alto; finalmente, el 2,7% de los estudiantes con estrés académico alto tienen estrategias de afrontamiento bajo y el 5,3% los estudiantes con estrés académico alto tienen estrategias de afrontamiento moderado.

Estos resultados son diferentes a los resultados encontrados por Paredes V. [5], donde los estudiantes presentan un 23,7% con estrés académico severo y el 53,5% tienen estrategias de afrontamiento moderado.

Para Callista Roy [15], en su modelo de adaptación estipula que la persona recibe respuestas adaptativas cuando hay un agente estresor, siendo este

un proceso automático, tales como nos presenta su teoría transaccional de estrés de Lazarus, en donde la persona dependiendo de sus recursos personales y del entorno en el que se encuentra afrontará el estrés enfocado principalmente en sus síntomas psicológicos y fisiológicos.

Folkman y Lazarus [22], sustentan que los mecanismos de afrontamiento al estrés en el manejo de estrés como proceso y afrontamiento dirigido a las emociones, ambos se basan en que la persona presentará emociones e incluso tratará de minimizar aspectos negativos a través de su entorno.

Para enfermería, es esencial para la práctica, siendo no solo efectiva para la intervención oportuna o eficaz ante situaciones de sobrecarga en los estudiantes, sino que también contribuye a la formación de profesionales de la salud más resilientes y preparados para enfrentar las exigencias del entorno académico y profesional.

Finalmente, los resultados del estudio, permite identificar que ante mayor estrés académico se evidencia un bajo afrontamiento de parte de los estudiantes de la Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota; así mismo si el estudiante tiene un estrés académico moderado, el afrontamiento será similar; por lo cual se requiere habilidades de formación intencional y un acompañamiento adecuado de la Institución Educativa para la adopción de estrategias de afrontamiento en estos estudiantes.

4.5. Analizar la relación entre el nivel de estrés académico y el nivel de las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

Regla de decisión para una distribución normal

Ho: La variable tiene distribución normal.

Ha: La variable no tiene distribución normal.

Si p valor > 0.05, rechazamos la Ha y aceptamos la Ho.

Si p valor < 0.05, rechazamos la Ho y aceptamos la Ha.

Tabla 6. Prueba de normalidad

Variable	Kolmogórov-Smirnov		
	Estadístico	Gl	Sig.
Estrés académico	,068	75	,200
Estrategias afrontamiento	,097	75	,078

La tabla 6, detalla que para ambas variables el p valor es > 0.05, lo que determina que la data tiene distribución normal, es por ello que se rechaza la Ha y se acepta la Ho.

Hipótesis general

Ha: Existe relación significativa entre estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

Ho: No existe relación significativa entre estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

Regla de decisión

Nivel de Significancia α 0.05

P(Sig)< α elegido, se rechaza la Ho y se acepta la Ha

P(Sig)> α elegido, se acepta Ho y se rechaza la Ha

Para fines de esta investigación, se aplicó la prueba R de Pearson, ya que esta permitió comprobar la existencia de una relación entre las dos variables continúas estudiadas.

Tabla 7. Prueba de Hipótesis

		Estrés académico	Estrategias afrontamiento
Estrés académico	Correlación de Pearson	1	,001
	Sig. (bilateral)		,990
	N	75	75
Estrategias afrontamiento	Correlación de Pearson	,001	1
	Sig. (bilateral)	,990	
	N	75	75

La correlación es significativa en el nivel 0.01 (Bilateral)

La tabla 7, evidencia que no existe relación significativa entre estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025, con una correlación débil de r de .001 y con un nivel de significancia p valor>0,05 de 0,990.

De manera similar Rojas J. [6], infiere un rechazo sobre la hipótesis de su estudio y determina que el estrés académico no se relaciona con estrategias de afrontamiento de los estudiantes con un p. valor obtenido de 0,240.

Sin embargo, estos resultados difieren de lo encontrado en Salazar A. [12], quien acepta su hipótesis de estudio comprobando una relación entre estrés académico y estrategias de afrontamiento, con un p valor menor a 0.05.

Para Palacio C. [23], estás estrategias pueden ser adaptativas (centradas en la solución de problemas) o desadaptativas (evasión, negación, descarga emocional). La relación entre ambas variables tales como estrés académico y afrontamiento son fundamental, ya que, un afrontamiento inadecuado puede intensificar el malestar emocional y afectar el rendimiento escolar, mientras que el desarrollo de habilidades de afrontamiento efectivas favorece la adaptación del estudiante a las exigencias académicas, promoviendo su bienestar y desempeño educativo [23].

En conclusión, estos resultados evidencian que el afrontamiento no siempre se activa como respuesta directa al estrés académico. Por ello, es fundamental que las instituciones educativas intervengan activamente brindando espacios de orientación emocional y fortaleciendo habilidades de afrontamiento desde un enfoque formativo y preventivo.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

- Más de la mitad de los estudiantes tuvieron un nivel moderado de estrés académico en una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota,2025.

- Más de la mitad de los estudiantes tuvieron un nivel de estrategias de afrontamiento moderado en la Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota,2025.

- Más de la cuarta parte de los estudiantes de la Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025, usan como estrategia de afrontamiento la religiosidad.

- Más de una cuarta parte de los estudiantes con estrés académico moderado presentan también estrategias de afrontamiento de nivel moderado.

- No existe una relación significativa entre la variable estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

RECOMENDACIONES

A los directivos de la Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota

- Organizar la realización de talleres sobre manejo de estrés académico, resiliencia, técnicas de estudios, afrontamiento al estudiante académico a través de apoyo social, bienestar integral, autoestima, motivación, etc.

- Fomentar un mayor compromiso institucional que facilite a los docentes la apropiación y aplicación de estrategias de afrontamiento en los estudiantes.

- Promover hábitos de estudio saludables en los estudiantes, como, la organización del tiempo, la práctica de actividades recreativas, deportivas, y autocuidado personal, lo cual contribuirá a reducir los niveles de estrés académico.

A los docentes de la Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota

- Promover un clima escolar saludable y de apoyo, fortaleciendo la comunicación entre docentes, estudiantes y padres de familia, con el propósito de generar un entorno que facilite la adaptación académica y reduzca los niveles de estrés.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. El Fondo de las Naciones Unidad para la Infancia (UNICEF). Estrés. Articulo [Internet]. 9 de octubre de 2023 [Citado el 28 de octubre de 2024]; Disponible en: https://www.unicef.org/elsalvador/historias/estres

2. Instituto Nacional de la Salud de los EE.UU. Los adolescentes y el estrés: cuando es más que una preocupación. Revista de NIHMedlinePlus [Internet]. 18 de mayo de 2023 [citado 7 de septiembre de 2024]; Disponible en: https://magazine.medlineplus.gov/es/art%C3%ADculo/los-adolescentes-y-el-estres

3. Ordoñez Y. Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de medicina de una universidad pública de México. Scielo. Revista Salud Uninorte [Internet]. Barranquilla; 2024 [Citado el 28 de octubre de 2024] Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522024000100001&lang=es

4. Peña M. Factores asociados al estrés académico en estudiantes entre 12 a 16 años en la Institución Educativa Juan José Nieto de Baranoa en el periodo 2023-2 [Internet]. [Colombia]: Universidad de la Costa; 2024 [citado 7 de septiembre de 2024]. Disponible en: https://repositorio.cuc.edu.co/entities/publication/7918f95c-91a9-4c62-ae80-7cb7d3e03e07

5. Paredes V. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 5to año de secundaria de un colegio particular del distrito de San Miguel, 2022 [Internet]. [Perú]; 2024 [citado 7 de septiembre de 2024]. Disponible en: https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/14978/8/IV_FHU_501_TE_Paredes_Torero_2024.pdf

6. Rojas J. Estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de un colegio de Lucanas, 2022 [Internet]. [Perú]: Universidad Cesar Vallejo; 2023 [citado 7 de septiembre de 2024]. Disponible en:

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/111016/Rojas_%20PJE-SD.pdf?sequence=8&isAllowed=y

7. Sánchez P. Estrés Académico y aprendizaje en el área de matemática de los estudiantes de tercer grado “A” de secundaria de la institución educativa “Javier Prado”- Cajamarca, 2023[Internet]. [Perú]: Universidad Nacional de Cajamarca; 2024 [citado 28 de octubre de 2024]. Disponible en: http://190.116.36.86/bitstream/handle/20.500.14074/6643/TESIS.pdf?sequence=3&isAllowed=y

8. Ministerio de Salud. Decreto supremo n° 007-2020. Ley de salud mental. [Internet]. 2020; Perú. [Citado el 19 de noviembre del 2024]. Disponible en: https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/538805/decreto-supremo-007-2020-SA.PDF?v=1583869327

9. Bravo C. Nivel de estrés académico de los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Don Bosco de Macas, periodo septiembre 2023 - febrero 2024 [Internet]. [Ecuador]: Universidad Politécnica Salesiana; 2024 [citado 7 de septiembre de 2024]. Disponible en: https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/26975/1/UPS-CT011181.pdf

10. Aguirre M. Estrés académico en los estudiantes de secundaria del colegio América International School-Lima, 2023 [Internet]. [Perú]: Universidad Cesar Vallejo; 2023 [citado 7 de septiembre de 2024]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/134746/Aguirre_FMX-Santos_RM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

11. Castro C. Estrés académico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la universidad privada de huancayo-2022. Tesis [Internet.] Universidad privada de Huancayo; 2024. [citado el 10 de setiembre de 2024]. Disponible en: https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/14080/2/IV_FHU_501_TE_Castro_Millan_2024.pdf

12. Salazar A. Nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de los últimos ciclos de la universidad Norbert Wiener, Lima 2022.

Tesis [Internet] Universidad Norbert Wiener;2022. [Citado el 13 de enero de 2025]. Disponible en: https://repositorio.uwiener.edu.pe/server/api/core/bitstreams/2e0e141e-f556-47fd-97ca-6bced7221ed3/content

13. Mentes Abiertas Psicología. La teoría de Lazarus y Folkman: comprendiendo el estrés y la respuesta adaptativa. [Internet]. 18 de septiembre de 2023 [citado 29 de octubre de 2024]. Disponible en: https://www.mentesabiertaspsicologia.com/blog-psicologia/la-teoria-de-lazarus-y-folkman-comprendiendo-el-estres-y-la-respuesta-adaptativa

14. Ruiz L. La teoría del estrés de Richard S. Lazarus. Portal Psicología y mente [Internet]. 22 de marzo del 2019 [citado 29 de octubre de 2024]. Disponible en: https://psicologiaymente.com/psicologia/teoria-estres-lazarus

15. Bonfil E. Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy. Revista Índex de enfermería [Internet]. diciembre de 2010 [citado 7 de septiembre de 2024];19(4). Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000300010

16. Raile M. Modelos y teorías de enfermería. Scribd [Internet]. 2023 [citado 29 de octubre de 2024]; 10°ed. 256-268. Disponible en: https://es.scribd.com/document/652465678/Modelos-y-teori-as-en-enfermeri-a-Tenth-Edition

17. Berrio N. Estrés académico. Revista Psicológica de la Universidad de Antioquia [Internet]. 2011 [citado 7 de septiembre de 2024];3(2):65-85. Disponible en: http:// pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006

18. Kloster G. Estrés académicos en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná [Internet]. [Argentina]; 2019 [citado 7 de septiembre de 2024]. Disponible en: https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf

19. Vílchez R. Estrés laboral en Licenciados de enfermería en áreas COVID-19 del Hospital José Cayetano Heredia - Piura [Internet]. [Piura]: Universidad de Piura; 2021 [citado 7 de septiembre de 2024]. Disponible en: https://repositorio.unp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12676/2855/ENFE-MOR-VIL-2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y

20. Romero E. Fisiología del Estrés y su integración al sistema nervioso y endocrino. [Internet]. Revista Médica científica. 2020. [citado 28 de octubre de 2024];32:61-70. Disponible en: https://www.revistamedicocientifica.org/index.php/rmc/article/view/535/988

21. Ávila J. El estrés un problema de salud del mundo actual. Revista Conciencia [Internet]. 16 de abril de 2014 [citado 7 de septiembre de 2024];2(1). Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2310-02652014000100013#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20se%20manifiesta%20con,de%20pecho%20que%20simula%20infarto

22. Ortiz YR. Rendimiento académico y estrés en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pucusana, 2022. [Tesis] Perú; 2022. [citado 28 de octubre de 2024]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/98597

23. Palacio C, Gutiérrez J. Estrategias de afrontamiento del estrés escolar y acciones docentes para fomentarlas. Voces y Silencios Revista Latinoamericana de Educación. [Internet]. 9 de agosto de 2023 [Citado el 28 de octubre del 2024];13(2):148-73. Disponible en: file:///C:/Users/BIG%20BANG%20STORE/Downloads/07_VyS067_Chavarriaga-Avendan%CC%83o_148-173.pdf

24. Espinoza S. Relación entre los estilos de crianza y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del nivel secundario de un colegio estatal de Lima Este, 2019 [Internet]. [Perú]: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2020 [citado 7 de septiembre de 2024]. Disponible en: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/604981fb-8454-4321-9c55-e35f46927284/content

25. Zarate P. El arte de la relación maestro alumno en el proceso enseñanza-aprendizaje. Revista Instituto Politécnico Nacional. 2022.[Consultado el 20 de diciembre del 2024]. Disponible en: https://es.scribd.com/doc/228076096/El-Arte-de-La-Relacion-Maestro-Alumno-en-El-Proceso-Ensenanza-Apre-Ndizaje-Spanish

26. Municipalidad Provincial de Chota. Ubicación Geográfica. [Internet] Chota, Perú: Municipalidad Provincial de Chota; 2022 [Consultado 20 de septiembre de 2024]. Disponible en: https://www.munichota.gob.pe/ubicacion-geografica

27. MINEDU. Colegio Jorge Basadre Cañafisto- Chota. [Internet]. Ministerio de Educación. InstituciónEducativa.info.Chota. [Consultado el 21 de septiembre de 2024]. Disponible en: https://www.institucioneducativa.info/dre/dre-cajamarca/colegio-jorge-basadre-45449/

28. Arias J. Diseño y metodología de la investigación. [Internet]. Artículo. Enfoques Consulting EIRL. 2021. [citado 28 octubre de 2024]; 1(1):66-78. p. Disponible en: https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf

29. Galvez A. The Nursing Stress Scale-Spanish Version: An Update to Its Psychometric Properties and Validation of a Short-form Version in Acute Care Hospital Settings. Int J Environ Res Public Health. 15 de noviembre de 2020. [Citado el 30 de octubre del 2024]; 17(22):8456. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33203132/

30. Gonzales J. Métodos de investigación online: herramientas digitales para recolectar datos. [Internet]. 2020 [citado 28 de octubre de 2024]. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/CONC_7994a24e8af52a879e3429b063e13bfe.

31. Barraza A. El inventario SISCO del estrés académico. Centro de Investigación Educativa de la Universidad Pedagógica de Durango [Internet]. 2007 [citado 22 de septiembre de 2024]; 7:89-93. Disponible en: https://editorialupd.mx/revistas/index.php/ined/article/view/54/54

32. Arias W, Huaman J. Escala de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis aplicada a escolares de nivel secundario de la ciudad de Arequipa (Perú). Revista unfv. [Internet]. 2017 [citado 28 de octubre de 2024];191-233. Disponible en: https://revistas.unfv.edu.pe/CVFP/article/view/324/754

ANEXOS

Anexo 1: Solicitud para elaboración de proyecto

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

SOLICITUD

SOLICITO:
Permiso para obtener información para elaboración y ejecución de proyecto de tesis

Mg. José Hernán Collantes Rubio
Director de la Institución Educativa "Jorge Basadre" de Cañafisto.

Yo, Mavila Elizabeth Llatas Vásquez, identificado con DNI N° 73416987, Egresada de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, ante Ud. respetuosamente me presento y expongo:

Que, siendo necesario realizar la elaboración y ejecución del proyecto de investigación titulado : "ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "JORGE BASADRE" DE CAÑAFISTO, CHOTA 2024", siendo este necesario para obtención de título universitario y a su vez el de analizar la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de dicha institución educativa; por ello, solicito a Ud. el permiso y la autorización para obtener la información pertinente a fin de cumplir con los objetivos antes expuestos, la misma que se utilizará solo con fines académicos e investigativos.

Así mismo, la investigación lo estoy desarrollando junto con la egresada Rubit Cieza Segura con DNI N°75829487.

Por lo expuesto, ruego a Ud. acceder a mi solicitud.

Chota, 28 de Febrero del 2025

Llatas Vásquez, Mavila Elizabeth
DNI: 73416987

Cieza Segura Rubit
DNI: 75829487

Recibido el 28/02/2025

DIRECCIÓN

Dr. José Hernán Collantes Rubio
Director

Anexo 2: Carta presentación para ejecución de proyecto

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA
UNIVERSIDAD LICENCIADA CON RESOLUCIÓN N° 160-2018-SUNEDU/CD
COORDINACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

Chota, 26 de febrero de 2025.

CARGO

CARTA N° 019– 2025 – FCCSS – UNACH/C.

Señor:

Mg. José Hernán Collantes Rubio.
Director de la Institución Educativa Jorge Basadre de Cañafisto.

PRESENTE. -

ASUNTO : Presentación de tesista y solicitud de autorización para aplicar instrumentos de investigación con fines de Titulación Profesional.

Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente, en nombre de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Chota (UNACH), y el mío propio; a la vez, sirva la presente para presentar a las Bachilleres en Enfermería LLATAS VÁSQUEZ MAVILA ELIZABETH y CIEZA SEGURA RUBIT, quienes se encuentra en la fase de elaboración de su proyecto de tesis titulado: **"Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Institución Educativa Jorge Basadre de Cañafisto, Chota 2024",** bajo el asesoramiento de la Dra. Erlinda Holmos Flores, en tal sentido solicito su autorización a fin de que las mencionadas tesistas puedan realizar la recolección de información y proseguir con la ejecución de su tesis, la cual tiene fines netamente académicos para la obtención de su Título Profesional de Licenciadas en Enfermería.

Agradezco anticipadamente a usted por la atención brindada y expreso los sentimientos de mi mayor consideración y estima.

Recibido el 28/02/2025

Atentamente;

I.E. "JORGE BASADRE" - CAÑAFISTO
DIRECCIÓN
Mg. José Hernán Collantes Rubio
Director

Dr. HERNÁN TAFUR CORONEL
COORDINADOR DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA

C.c
Archivo

HTC/CPCCSS.
Mariela Regalado
Cel. 914333399.
asist2-ciencias-salud@unach.edu.pe
CH.2025

Campus Universitario Colpa Matara – Chota

Anexo 3: Consentimiento informado

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la Investigación:

ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL ÁREA RURAL DE LA CIUDAD DE CHOTA, 2025

Objetivo de la investigación:

Analizar la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

Yo .....,
identificado (a) con DNI N°……, mediante la información dada por las Egresadas en enfermería Mavila Elizabeth Llatas Vásquez y Rubit Cieza Segura; acepto que mi menor hijo (a) ……... con DNI N°….....participe y brinde información solicitada para el desarrollo de la investigación, teniendo en cuenta que la información obtenida será confidencial y su identidad no será revelada.

Chota……de.....de 2025

FIRMA, HUELLA DE PADRE, MADRE
O APODERADO

Anexo 4: Asentimiento Informado

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ASENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación:

ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL ÁREA RURAL DE LA CIUDAD DE CHOTA, 2025

Objetivo de la investigación:

Analizar la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

Yo ....., identificado (a) con DNI N° ……., mediante la información dada por las Egresadas en enfermería Mavila Elizabeth Llatas Vásquez y Rubit Cieza Segura; acepto brindar la información solicitada por las investigadoras de manera personal, teniendo en cuenta de que la información obtenida será confidencial y mi identidad no será revelada.

Chota,……de ..... del 2025.

FIRMA Y HUELLA

Anexo 5: Instrumento de recolección de datos

Instrumento 01

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA
Escuela Profesional de Enfermería

Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

INVENTARIO SISTÉMICO COGNOSCITIVISTA PARA EL ESTUDIO DEL ESTRÉS ACADÉMICO (SISCO)

(Barraza, 2006)

INSTRUCCIONES: El presente cuestionario tiene como objetivo analizar la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025. La sinceridad con la que respondan a dicho cuestionario será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejan resultados globales.

I. Datos generales

Edad

- ➢ 12-13 años ( )
- ➢ 14- 15 años ( )
- ➢ 16- 17 años ( )

Sexo:

- ➔ Femenino ( )
- ➔ Masculino ( )

Grado:

- Primero ( )
- Segundo ( )
- Tercero ( )
- Cuarto ( )
- Quinto ( )

II. Instrumento

1. Durante el transcurso de este semestre. ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

Si ▢ No ▢

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

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

1	**2**	**3**	**4**	**5**

3. Dimensión estresores

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 una X, con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:**

Estresores	**1 Nunca**	**2 Rara Vez**	**3 Algunas veces**	**4 Casi siempre**	**5 Siempre**
1.La competencia con los compañeros de grupo					
2.Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3.La personalidad y carácter del profesor					
4.Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
5.El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6.No entender los temas que se abordan en la clase					
7.Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
8.Tiempo limitado para hacer el trabajo					

4. Dimensión síntomas (Reacciones)

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. **Responde, señalando con una X, con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.**

Reacciones físicas					
Síntomas	**1 Nunca**	**2 Rara Vez**	**3 Algunas veces**	**4 Casi Siempre**	**5 Siempre**
9.Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
10.Fatiga crónica (cansancio permanente)					
11.Dolores de cabeza o migrañas					
12.Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
13.Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
14.Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
Síntomas	**1 Nunca**	**2 Rara Vez**	**3 Algunas veces**	**4 Casi Siempre**	**5 Siempre**
15.Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
16.Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)					
17.Ansiedad, angustia o desesperación					
18.Problemas de concentración					
19.Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
Síntomas	**1 Nunca**	**2 Rara**	**3 Algunas**	**4 Casi**	**5 Siempre**

		Vez	veces	Siempre	
20.Conflicto o tendencia a polemizar o discutir					
21.Aislamiento de los demás					
22.Desgano para realizar las labores escolares					
23.Aumento o reducción del consumo de alimentos					

5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

Responde, señalando con una X, **con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés.**

Afrontamiento	**1 Nunca**	**2 Rara Vez**	**3 Algunas veces**	**4 Casi siempre**	**5 Siempre**
24.Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
25.Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
26.Elogios a sí mismo					
27.La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
28.Busqueda de información sobre la situación					
29.Ventilación y confidencias (verbalización de las situaciones)					

Instrumento 02

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA
Escuela Profesional de Enfermería

Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025.

Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS)
(Frydenberg y Lewis, 1993)

INSTRUCCIONES: El presente cuestionario tiene como objetivo identificar las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa del área rural de la ciudad de Chota, 2025. La sinceridad con la que respondan a dicho cuestionario será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejan resultados globales.

Responde, señalando con una "X" la letra A, B, C, D, E.

Nunca lo hago	A
Lo hago raras veces	B
Lo hago algunas veces	C
Lo hago a menudo	D
Lo hago con mucha frecuencia	E

Según tu respuesta. **Qué estrategias de afrontamiento realizas.**

N°	ITEM	RESPUESTAS				
1	Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema	A	B	C	D	E
2	Me dedico a resolver lo que está provocando el problema	A	B	C	D	E
3	Sigo con mis tareas como es debido	A	B	C	D	E
4	Me preocupo por mi futuro	A	B	C	D	E
5	Me reúno con mis amigos más cercanos	A	B	C	D	E
6	Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan	A	B	C	D	E
7	Espero que me ocurra lo mejor	A	B	C	D	E
8	Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada	A	B	C	D	E
9	Me pongo a llorar y/o gritar	A	B	C	D	E
10	Organizo una acción en relación con mi problema	A	B	C	D	E
11	Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema	A	B	C	D	E
12	Ignoro el problema	A	B	C	D	E
13	Ante los problemas, tiendo a criticarme	A	B	C	D	E
14	Guardo mis sentimientos para mí solo(a)	A	B	C	D	E
15	Dejo que Dios me ayude con mis problemas	A	B	C	D	E
16	Pienso en aquellos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves	A	B	C	D	E
17	Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo	A	B	C	D	E

18	Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.	A	B	C	D	E
19	Practico un deporte	A	B	C	D	E
20	Hablo con otros para apoyarnos mutuamente	A	B	C	D	E
21	Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades	A	B	C	D	E
22	Sigo asistiendo a clases	A	B	C	D	E
23	Me preocupo por buscar mi felicidad	A	B	C	D	E
24	Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)	A	B	C	D	E
25	Me preocupo por mis relaciones con los demás	A	B	C	D	E
26	Espero que un milagro resuelva mis problemas	A	B	C	D	E
27	Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)	A	B	C	D	E
28	Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas	A	B	C	D	E
29	Organizo un grupo que se ocupe del problema	A	B	C	D	E
30	Decido ignorar conscientemente el problema	A	B	C	D	E
31	Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas	A	B	C	D	E
32	Evito estar con la gente	A	B	C	D	E
33	Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas	A	B	C	D	E
34	Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas	A	B	C	D	E
35	Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas	A	B	C	D	E
36	Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades	A	B	C	D	E
37	Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud	A	B	C	D	E
38	Busco ánimo en otras personas	A	B	C	D	E
39	Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta	A	B	C	D	E
40	Trabajo intensamente (Trabajo duro)	A	B	C	D	E
41	Me preocupo por lo que está pasando	A	B	C	D	E
42	Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)	A	B	C	D	E
43	Trato de adaptarme a mis amigos	A	B	C	D	E
44	Espero que el problema se resuelva por sí solo	A	B	C	D	E
45	Me pongo mal (Me enfermo)	A	B	C	D	E
46	Culpo a los demás de mis problemas	A	B	C	D	E
47	Me reúno con otras personas para analizar el problema	A	B	C	D	E
48	Saco el problema de mi mente	A	B	C	D	E
49	Me siento culpable por los problemas que me ocurren	A	B	C	D	E
50	Evito que otros se enteren de lo que me preocupa	A	B	C	D	E
51	Leo la Biblia o un libro sagrado	A	B	C	D	E
52	Trato de tener una visión positiva de la vida	A	B	C	D	E
53	Pido ayuda a un profesional	A	B	C	D	E
54	Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan	A	B	C	D	E
55	Hago ejercicios físicos para distraerme	A	B	C	D	E
56	Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él	A	B	C	D	E
57	Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago	A	B	C	D	E
58	Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo	A	B	C	D	E
59	Me preocupo por las cosas que me puedan pasar	A	B	C	D	E
60	Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica	A	B	C	D	E
61	Trato de mejorar mi relación personal con los demás	A	B	C	D	E
62	Sueño despierto que las cosas van a mejorar	A	B	C	D	E

63	Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos	A	B	C	D	E
64	Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo	A	B	C	D	E
65	Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo	A	B	C	D	E
66	Cuando tengo problemas, me aíslo para poder evitarlos	A	B	C	D	E
67	Me considero culpable de los problemas que me afectan	A	B	C	D	E
68	Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento	A	B	C	D	E
69	Pido a Dios que cuide de mí	A	B	C	D	E
70	Me siento contento(a) de cómo van las cosas	A	B	C	D	E
71	Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo	A	B	C	D	E
72	Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas	A	B	C	D	E
73	Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema	A	B	C	D	E
74	Me dedico a mis tareas en vez de salir	A	B	C	D	E
75	Me preocupo por el futuro del mundo	A	B	C	D	E
76	Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir	A	B	C	D	E
77	Hago lo que quieren mis amigos	A	B	C	D	E
78	Me imagino que las cosas van a ir mejor	A	B	C	D	E
79	Sufro dolores de cabeza o de estómago	A	B	C	D	E
80	Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas	A	B	C	D	E

Anexo 6: Análisis de fiabilidad de los instrumentos

- **Instrumento:** Sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO)

Validez de contenido

La validez de contenido del instrumento Inventario sistemática Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO) se realizó por medio de la valoración de juicio experto constituido por cinco expertos, para ello tuvieron una escala Likert de calificación de 0 a 2 siendo los valores: siempre (2), a veces (1) y nunca (0). El resultado obtenido fue evaluado por la prueba estadística V de Aiken método score.

$$V = \frac{\bar{l} - 1}{K}$$

$\bar{l}$ = media de las calificaciones de los jueces

K = Rango de los valores posibles de la escala likert

Ítems	Criterio	V de Aiken	Límite inferior	Límite superior
P1	Claridad	0.92	0.74	0.98
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P2	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P3	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P4	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P5	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P6	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P7	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P8	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P9	Claridad	1.00	0.86	1.00

	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P10	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P11	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P12	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P13	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P14	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P15	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P16	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P17	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P18	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P19	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P20	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P21	Claridad	0.92	0.74	0.98
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P22	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P23	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P24	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P25	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P26	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99

P27	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.92	0.74	0.98
P28	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P29	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99

Como se verifica en la tabla los valores oscilan de 0.92 a 1, es decir que tienen claridad de sintaxis y sistemática.

Validez de constructo

La validez de constructo se realizó por medio del análisis factorial exploratorio que utilizó el método de componentes principales y la rotación Varimax, previo a esto se comprobó por medio de la prueba KMO y Bartlett la idoneidad de los datos para su estructura, en la tabla se verifica un valor de KMO 0,728 y un valor de significancia de ,000 lo que indica que es apropiada para realizar la factorización.

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		,728
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	946,716
	Gl	406
	Sig.	<.001

ÌTEMS	Extracción
V1_P1	,712
V1_P2	,772
V1_P3	,660
V1_P4	,745
V1_P5	,662
V1_P6	,884
V1_P7	,892
V1_P8	,888

V1_P9	,705
V1_P10	,803
V1_P11	,794
V1_P12	,888
V1_P13	,760
V1_P14	,885
V1_P15	,686
V1_P16	,709
V1_P17	,719
V1_P18	,765
V1_P19	,781
V1_P20	,741
V1_P21	,812
V1_P22	,700
V1_P23	,884
V1_P24	,712
V1_P25	,755
V1_P26	,689
V1_P27	,698
V1_P28	,746
V1_P29	,704

Método de extracción: análisis de componentes principales.

En la table se verifica que la carga factorial de cada ítem es adecuada sobre el valor de la comunalidad, es decir se ha establecido una relación entre la estructura y las dimensiones planteadas por el autor.

Confiabilidad del instrumento

La confiabilidad se realizó por medio del coeficiente del Alfa de Cronbach, la cual ha permitido medir la fiabilidad de consistencia interna de los ítems del instrumento.

Alfa de Cronbach	N de elementos
,871	29

Como se visualiza el coeficiente de Alfa de Cronbach del instrumento es 0,871 lo que indica que se encuentra dentro de los rangos aceptables de confiabilidad para la investigación.

- **Instrumento:** Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS)

Validez de contenido

La validez de contenido del instrumento Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) se realizó por medio de la valoración de juicio experto constituido por cinco expertos, para ello tuvieron una escala Likert de calificación de 0 a 2 siendo los valores: siempre (2), a veces (1) y nunca (0). El resultado obtenido fue evaluado por la prueba estadística V de Aiken método score.

$$V = \frac{\bar{l} - 1}{K}$$

$\bar{l}$ = media de las calificaciones de los jueces

K = Rango de los valores posibles de la escala likert

Items	Criterio	V de Aiken	Límite inferior	Límite superior
P1	Claridad	0.92	0.74	0.98
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P2	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P3	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P4	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P5	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P6	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99

P7	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P8	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P9	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P10	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P11	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P12	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P13	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P14	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P15	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P16	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P17	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P18	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P19	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P20	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P21	Claridad	0.92	0.74	0.98
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P22	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P23	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P24	Claridad	1.00	0.86	1.00

	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P25	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P26	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P27	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.92	0.74	0.98
P28	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P29	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P30	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P31	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P32	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P33	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P34	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P35	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P36	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P37	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P38	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P39	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P40	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P41	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00

P42	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P43	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P44	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P45	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P46	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P47	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P48	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P49	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P50	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P51	Claridad	0.92	0.74	0.98
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P52	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P53	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P54	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P55	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P56	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P57	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P58	Claridad	0.92	0.74	0.98
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P59	Claridad	1.00	0.86	1.00

	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P60	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P61	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P62	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P63	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P64	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P65	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P66	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P67	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P68	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P69	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P70	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P71	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P72	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P73	Claridad	0.92	0.74	0.98
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P74	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P75	Claridad	0.96	0.80	0.99
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P76	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00

P77	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P78	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00
P79	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	0.96	0.80	0.99
P80	Claridad	1.00	0.86	1.00
	Coherencia	1.00	0.86	1.00

Validez de constructo

La validez de constructo se realizó por medio del análisis factorial exploratorio que utilizó el método de componentes principales y la rotación Varimax, previo a esto se comprobó por medio de la prueba KMO y Bartlett la idoneidad de los datos para su estructura, en la tabla se verifica un valor de KMO 0,817 y un valor de significancia de ,000 lo que indica que es apropiada para realizar la factorización.

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		,817
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	981,210
	Gl	406
	Sig.	<.001

ÌTEMS	Extracción
V2_P1	,790
V2_P2	,820
V2_P3	,778
V2_P4	,792
V2_P5	,797
V2_P6	,812
V2_P7	,773
V2_P8	,797

V2_P9	,847
V2_P10	,856
V2_P11	,854
V2_P12	,840
V2_P13	,826
V2_P14	,851
V2_P15	,861
V2_P16	,781
V2_P17	,782
V2_P18	,706
V2_P19	,796
V2_P20	,844
V2_P21	,780
V2_P22	,828
V2_P23	,782
V2_P24	,785
V2_P25	,871
V2_P26	,830
V2_P27	,844
V2_P28	,853
V2_P29	,889
V2_P30	,813
V2_P31	,782
V2_P32	,833
V2_P33	,902
V2_P34	,776
V2_P35	,909
V2_P36	,828
V2_P37	,759
V2_P38	,821
V2_P39	,803
V2_P40	,781
V2_P41	,747

V2_P42	,774
V2_P43	,825
V2_P44	,854
V2_P45	,814
V2_P46	,774
V2_P47	,801
V2_P48	,824
V2_P49	,758
V2_P50	,847
V2_P51	,871
V2_P52	,841
V2_P53	,781
V2_P54	,802
V2_P55	,888
V2_P56	,879
V2_P57	,843
V2_P58	,766
V2_P59	,828
V2_P60	,825
V2_P61	,808
V2_P62	,885
V2_P63	,862
V2_P64	,833
V2_P65	,857
V2_P66	,921
V2_P67	,862
V2_P68	,816
V2_P69	,819
V2_P70	,867
V2_P71	,825
V2_P72	,863
V2_P73	,821
V2_P74	,763

V2_P75	,777
V2_P76	,801
V2_P77	,838
V2_P78	,838
V2_P79	,896
V2_P80	,763

Método de extracción: análisis de componentes principales.

En la tabla se verifica que la carga factorial de cada ítem es adecuada sobre el valor de la comunalidad, es decir se ha establecido una relación entre la estructura y las dimensiones planteadas por el autor.

Confiabilidad del instrumento

La confiabilidad se realizó por medio del coeficiente del Alfa de Cronbach, la cual ha permitido medir la fiabilidad de consistencia interna de los ítems del instrumento.

Alfa de Cronbach	**N de elementos**
,941	80

Como se visualiza el coeficiente de Alfa de Cronbach del instrumento es 0,941 lo que indica que se encuentra dentro de los rangos aceptables de confiabilidad para la investigación.