

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA SERIE 200,
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD, UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN
CRISTÓBAL DE HUAMANGA, 2018**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

Presentado por:

YUPANQUI RODRIGUEZ, Guisela Digna.

CAJAMARCA JANAMPA, Merlit

AYACUCHO-PERU

2019

ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA SERIE 200, FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD, UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA, 2018

YUPANQUI RODRIGUEZ, Guisela Digna, CAJAMARCA JANAMPA, Merlit

RESUMEN

La presente tesis tiene como objetivo determinar la relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en estudiantes de serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, 2018. Diseño metodológico: Estudio de enfoque cuantitativo, de tipo aplicativo, de nivel descriptivo – correlacional y de diseño transversal retrospectivo. La población estuvo conformada por 325 estudiantes de serie 200 matriculados en el semestre 2018-II en la Facultad de Ciencias de la Salud, UNSCH y la muestra estuvo conformado por 176 estudiantes, obtenida mediante muestreo probabilístico estratificado. La técnica de recolección fue la encuesta y el análisis documental, y los instrumentos el test de estrés que fue sometido a prueba de validez y confiabilidad por Barraza (2010) y las fichas académicas de las Escuelas Profesionales. Los datos recolectados fueron analizados con el SPSS versión 21,0. La prueba estadística inferencial fue el Chi Cuadrado, con $\alpha = 0,05$. Resultados: 65,9% de estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud presentan un nivel de estrés moderado y 34,1% nivel de estrés alto. En rendimiento académico: 64,2% aprobado promedio, seguido por 32,4% desaprobado inferior al promedio, 2,8% aprobado superior al promedio y 0,6% desaprobado deficiente. Conclusión: Existe relación entre las variables nivel de estrés (moderado y alto) y rendimiento académico, aceptando la hipótesis de investigación ($p < 0.05$), a su vez descartando la hipótesis nula.

Palabras claves: Estrés y rendimiento académico en estudiantes.

**STRESS AND ACADEMIC PERFORMANCE IN 200 SERIES STUDENTS,
FACULTY OF HEALTH SCIENCES, NATIONAL UNIVERSITY OF SAN
CRISTÓBAL DE HUAMANGA, 2018**

YUPANQUI RODRIGUEZ, Guisela Digna, CAJAMARCA JANAMPA, Merlit

SUMMARY

This thesis aims to determine the relationship between stress level and academic performance in 200 series students of the Faculty of Health Sciences of the National University of San Cristóbal de Huamanga, 2018. Methodological design: Quantitative approach study , of an applicative type, of a descriptive-correlational level and of a retro-perspective cross-sectional design. The population consisted of 325 200 series students enrolled in the 2018-II semester at the Faculty of Health Sciences, UNSCH and the sample consisted of 176 students, obtained by stratified probabilistic sampling. The collection technique was the survey and the documentary analysis, and the stress test instruments that were tested for validity and reliability by Barraza (2010) and the academic records of the Professional Schools. The data collected were analyzed with the SPSS version 21.0. The inferential statistical test was Chi Square, with $\alpha = 0.05$. Results: 65.9% of students of the Faculty of Health Sciences have a moderate stress level and 34.1% high stress level. In academic performance: 64.2% approved average, followed by 32.4% disapproved below average, 2.8% approved above average and 0.6% disapproved deficient. Conclusion: There is a relationship between the variables stress level (moderate and high) and academic performance, accepting the research hypothesis ($p < 0.05$), in turn discarding the null hypothesis.

Keywords: Stress and academic performance in students.

El presente trabajo de investigación, lo dedicamos con mucho cariño a nuestros padres por innumerables motivos y porque nos encaminaron por el buen camino y así lograr el objetivo deseado.

A las autoridades y docentes de la escuela profesional de Enfermería por su paciencia y dedicación en cada una de sus enseñanzas durante nuestra formación académica para ser profesionales de éxito.

AGRADECIMIENTO

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento:

A Dios, por bendecirnos, protegernos y darnos el valor de seguir adelante.

A la universidad y a la escuela profesional de enfermería, por habernos acogido desde primer año y forjarnos un camino en esta carrera.

A nuestras familias y amigos por su afecto, amistad y apoyo continuo.

A todos mis docentes por brindarme los conocimientos e involucrarse en mi formación como persona y como profesional.

De igual forma a nuestra asesora la prof. Lidia González Paucarhuanca por su empuje y apoyo en la investigación.

A nuestros jurados la prof. Herlinda Calderón González (presidenta), la prof. Ruth Anaya Bonilla (miembro) y la prof. Mercedes Gallardo Gutiérrez (miembro) por sus valiosos aportes durante toda la ejecución de la investigación.

Finalmente a todos quienes apoyaron en la realización de la investigación.

ÍNDICE

RESUMEN	ii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
INDICE	vi
INTRODUCCION	vii
CAPITULO I: REVISION DE LA LITERATURA	
1.1. Antecedentes de estudio	13
1.2. Base Teórica	20
1.3 operacionalizacion de variables	34
CAPITULO II: DISEÑO DE INVESTIGACION	
2.1. Enfoque de Investigación	37
2.2. Tipo de Investigación	37
2.3. Nivel de Investigación	37
2.4. Diseño de Investigación	37
2.5. Área de Estudio	37
2.6. Población	37
2.7. Muestra	38
2.8. Técnica e Instrumento de Recolección de datos	40
2.9. Procedimiento de recolección de datos	40
2.10. Procesamiento de datos	41
2.11. Técnicas de procesamiento, análisis e interpretación de Datos	42
CAPITULO III: RESULTADOS	
3.1. Resultados	43
CAPITULO IV: DISCUSION	
4.1. Discusión	48
CONCLUSIONES	57
RECOMENDACIONES	58
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA	59
ANEXO	64

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) sostiene que el estrés es el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción. En términos globales se trata de un sistema de alerta biológico necesario para la supervivencia. ⁽¹⁾

El estrés es la respuesta automática y natural de nuestro cuerpo ante las situaciones que nos resultan amenazadoras o desafiantes. Nuestra vida y nuestro entorno, en constante cambio, nos exige continuas adaptaciones; por tanto, cierta cantidad de estrés es necesaria, no obstante, un aumento prolongado de la respuesta de estrés conlleva un deterioro en la salud del individuo que puede redundar de modo negativo en la salud física, mental y en el rendimiento académico de los estudiantes. ⁽²⁾

Considerando al estrés como un fenómeno adaptativo de las personas, la manera en que cada estudiante transite su paso por la etapa universitaria estará regulada por su adaptación a los factores estresantes. ⁽³⁾ Los llamados factores estresantes, son cualquier estímulo, externo o interno que, de una manera aguda o crónica, podría ser percibido por el individuo como importante, peligroso o potencialmente capaz de modificar su vida, propiciando la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo y

desencadenando una serie de cambios fisiológicos en el organismo. Esta activación inicial promueve la adaptación del individuo así como su supervivencia.⁽⁴⁾

Cuando el estudiante perciba que no cuenta con los recursos necesarios para afrontar o neutralizar la situación estresante surgirá el estrés académico. El estrés académico es el malestar que el estudiante presenta debido a factores físicos, emocionales, ya sean de carácter interrelacional, intrarrelacional o ambientales que pueden ejercer una presión significativa en la competencia individual para afrontar el contexto escolar.⁽³⁾

El estrés en estudiantes universitarios cada día va en aumento por la gran cantidad de actividades diarias que tienen que realizar y por el alto nivel de exigencia que establecen los estándares de calidad profesional.⁽⁵⁾ Según la encuesta realizada por la American College Health Association en estudiantes universitarios, el mayor obstáculo para el buen desempeño fue el estrés académico; de los 97.357 estudiantes que participaron en la encuesta, el 32% informó que el estrés académico se convirtió en una fuente de conflictos, siendo las principales causas la ansiedad por alcanzar éxito y los inadecuados hábitos de estudio de los estudiantes.⁽⁶⁾

En Latinoamérica esta realidad es más grave aún. Las investigaciones revelan que existe una elevada incidencia de estrés en los estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población estudiada, siendo estas de mayor incidencia durante el periodo de exámenes. La preocupación por el trabajo escolar (77%) y las calificaciones (74%) se encuentran en la parte superior de la lista de los elementos

estresantes.⁽⁷⁾ Así mismo, en el estudio realizado por la Universidad Nacional Autónoma de México, señala que el 80,6% de los universitarios se encontraba en un nivel moderado de estrés académico y el 7,9% un estrés profundo.⁽⁸⁾

En el Perú en la investigación realizada en la Universidad Autónoma de Lima, se encontró 80,5% de estudiantes universitarios que presentan un nivel promedio de estrés académico.⁽⁹⁾ En la región de Ayacucho, se encontró que el 51,3% de los alumnos de obstetricia presentaron un nivel de estrés intenso y el 59.3% presentaron rendimiento académico promedio.⁽¹⁰⁾

La manera en que cada estudiante transite la etapa universitaria estará regulada por su adaptación a los factores estresantes, Por lo tanto, aquellos alumnos que logren asimilar bien los cambios que conlleva el ámbito universitario aprenderán de la situación y se enriquecerán personalmente tomando dichos cambios como un desafío, pero por el contrario, aquellos que no puedan manejar correctamente estas situaciones experimentarán insatisfacción personal y/o desgaste produciéndose así en ellos, estrés académico.⁽¹¹⁾

Otro aspecto al que se enfrentan los estudiantes es la de mantener un rendimiento académico adecuado, que es la capacidad de respuesta que tiene un individuo a estímulos, objetivos y propósitos educativos previamente establecidos o también es la expresión que permite conocer la existencia de calidad en la educación a cualquier nivel. Un rendimiento académico bajo, significa que el estudiante no ha adquirido de manera adecuada y completa los conocimientos, además de que no posee las herramientas y

habilidades necesarias para la solución de problemas referentes al material de estudio. El fracaso del educando evidencia una dramática realidad que afecta a toda la comunidad educativa: alumnos, padres, profesores y por ende, al conjunto de la sociedad. ⁽¹²⁾.

El estudiante universitario desde su ingreso a la universidad hasta el egreso de ésta, se expone a un sin número de desafíos, decisiones, problemas y exigencias propias del contexto educativo, en donde el adiestramiento, el aprendizaje y el rendimiento académico son aspectos que pueden constituirse en fuentes de estrés. ⁽¹³⁾.

Un elevado nivel de estrés en el rendimiento académico del estudiante altera el sistema de respuestas del individuo a nivel cognitivo, motor y fisiológico. La alteración en estos tres niveles de respuestas influye de forma negativa en el rendimiento académico, sin embargo, otros autores señalan la importancia de ciertos niveles de estrés como una necesidad para lograr el estado de alerta adecuado y lograr realizar correctamente las tareas y exigencias del universitario. ⁽³⁾.

Durante los años de estudios universitarios, al interrelacionarnos con estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud, refieren haber presentado sintomatologías como angustia, problemas de concentración, irritabilidad, cansancio permanente, dolores de cabeza, trastornos en el sueño y otros, sobre todo en periodos de evaluación, en especial los estudiantes de la serie 200 quienes recién están en el proceso de adaptación a la vida universitaria y están iniciando el dictado de los cursos de especialidad en cada carrera profesional. Estos aspectos pueden favorecer al bajo rendimiento académico y al deterioro en la salud en los estudiantes universitarios. Por las referencias señaladas y la

experiencia motivaron la realización de la presente investigación titulada: “Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de la serie 200, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, 2018”

Para cuyo efecto se planteó los siguientes objetivos:

General:

Determinar la relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en estudiantes de serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, 2018.

Específicos:

- Evaluar el nivel de estrés en estudiantes de serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho 2018.
- Evaluar el rendimiento académico de los estudiantes de serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho 2018.
- Relacionar el nivel de estrés y el rendimiento académico en estudiantes de serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho 2018.

Las hipótesis propuestas para el presente estudio fueron:

Hi: Existe relación estadística significativa entre el nivel de estrés (moderado y alto) y el rendimiento académico en estudiantes de serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho 2018.

Ho: No existe relación estadística significativa entre el nivel de estrés (moderado y alto) y el rendimiento académico en estudiantes de serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho 2018.

Como resultados importantes se determinó que el nivel de estrés (moderado - alto) tiene relación significativa en el rendimiento académico existiendo diferencia estadística significativa ($p < 0.05$), afirmación que se constata porque a mayor grado de estrés es menor el rendimiento académico de los estudiantes de la serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, 2018.

El presente trabajo tiene la siguiente estructura: Introducción, capítulo I: Revisión de la literatura, capítulo II: Diseño metodológico, capítulo III: Resultados, capítulo IV: Discusión, conclusión, recomendaciones, bibliografía y anexos correspondientes.

CAPITULO I

REVISION DE LA LITERATURA

1.1. ANTECEDENTES DEL ESTUDIO

1.1.1 A nivel Internacional

En el estudio “Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de primer año de la Escuela de Medicina de la Universidad Pablo Guardado Chávez 2017-2018.” México, (2018). El propósito de este estudio es explorar el estrés académico de los estudiantes de ambos sexos que se encuentran transitando su primer año universitario y comparar su prevalencia entre hombres y mujeres. La metodología empleada fue de tipo cuantitativo, con un alcance descriptivo-exploratorio y correlacional. La muestra está compuesta por 94 alumnos. El instrumento aplicado para la recolección de datos fue el inventario de estrés académico SISCO, además de una encuesta sociodemográfica. Los resultados obtenidos demuestran que los estudiantes de primer año utilizan las estrategias de afrontamiento y presentan los síntomas físicos principalmente. Por otro lado, se evidenciaron diferencias significativas entre el rendimiento académico por asignatura en cuanto a grupos, sexo, primer año en la universidad y si han cursado algún preuniversitario.⁽¹¹⁾.

En el estudio “Relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Universidad Nacional autónoma de México”. México, (2011). El objetivo fue analizar si existe correlación entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes; para lo cual la muestra obtenida mediante el muestreo no probabilístico, lo conformaron 138 estudiantes. La técnica fue la encuesta y el instrumento el inventario SISCO de estrés. Los resultados encontraron que 49,93% se encontraban en el nivel bajo y medio de rendimiento académico y 80,6% de los universitarios se encontraban en un nivel moderado de estrés, debido a la sobrecarga de trabajos y las evaluaciones de los docentes como exámenes, trabajos de investigación, entre otros. Conclusión: Se concluye que no hay una relación estadística significativa ($p = ,019$) entre éstas variables, rechazando la hipótesis estadística correspondiente. ⁽⁸⁾.

En el estudio “Influencia del estrés sobre el rendimiento académico en los estudiantes de la comunidad de Angahuan.” México, (2011). Tuvo como objetivo establecer el nivel de influencia que tiene el nivel de estrés sobre el rendimiento académico de los estudiantes. El método empleado fue el cuantitativo, con un estudio no experimental, correlacional – causal. La población estudiada fueron los estudiantes de 2º, 4º y 6º semestre. Los resultados fueron: en el 2º y 4º semestre el nivel de estrés fue mayor, asimismo encontraron asociación estadística significativa entre el nivel de estrés y el rendimiento académico ($p < 0,05$). ⁽¹⁴⁾.

En el estudio “Estrés académico en estudiantes que cursan el primer año del ámbito universitario.” España, (2010). El objetivo fue explorar y comparar la presencia de los

estresores académicos, síntomas y estrategias de afrontamientos de estudiantes de ambos sexos que transitan en el primer año de la Universidad Abierta Iberoamericana; para la cual tuvieron una muestra de 120 estudiantes del primer año del periodo de noviembre-diciembre 2009. La técnica que emplearon para la recolección de datos fue la encuesta y como instrumento el inventario SISCO de estrés. Los resultados fueron: 107 estudiantes (89,2%) presentaban un cuadro de estrés, debido a la sobre carga de trabajos, tareas académicas, tiempo limitado y por el tipo de trabajos asignados por los docentes. El estudio también mostró que del total de estudiantes que presentaban un cuadro de estrés (107 estudiantes), el 58% presentaban reacciones físicas y psicológicas como somnolencia, falta de concentración, angustia y mordido de uñas.⁽¹⁵⁾

En el estudio “Cómo afecta y se relaciona el estrés con el rendimiento académico en estudiantes del Centro Universitario Metropolitano- Universidad de San Carlos”. Guatemala, (2010). Tuvo como objetivo determinar cómo afecta el estrés en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios del 2do año. La metodología empleada fue un estudio no experimental, de tipo transversal, de corte longitudinal. Con una muestra de 50 estudiantes del 2do año. Utilizaron como instrumento el test del estrés. Los resultados mostraron que 64% de los estudiantes tienen un nivel de estrés alto y el 36% tienen un nivel de estrés medio. Lo cual comprobó, que el grado de estrés (medio y alto) repercute en su bajo rendimiento académico, demostrándose así que el estrés influye en el rendimiento académico, durante su vida universitaria ($p < 0,05$).⁽¹⁶⁾

1.1.2 A Nivel Nacional

En la tesis “Rendimiento académico y estrés en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza.” Chachapoyas, (2018). El objetivo fue determinar la relación que existe entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de enfermería. Metodología: enfoque cuantitativo; relacional; observacional, prospectivo; transversal y analítico. La muestra estuvo constituida por 84 estudiantes seleccionados mediante el muestreo probabilístico de tipo estratificado; para la recolección de datos se utilizó como instrumento el cuestionario de SISCO del estrés académico. Los resultados evidencian que del 100% de los estudiantes de enfermería; el 69% presenta un rendimiento académico regular, el 23.8 % bajo, el 3.6% excelente; 2.4 % muy bajo; el 1.2 % muy excelente; por otro lado del 100% de los estudiantes de enfermería el 52.4 % presenta estrés leve, el 47.6 % moderado y ninguno severo. Para constatar las hipótesis se utilizó la prueba Estadística del ji-cuadrada cuyo valor fue de $X^2=5.892$, $GL=4$ $p=0.207>0.05$, contrastando de esta manera la hipótesis nula. En conclusión no existe relación entre las dos variables de estudio, lo cual quiere decir que ambas variables son independientes entre sí.⁽¹⁷⁾

En el estudio “Impacto del Estrés en el Rendimiento Académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Odontología del Primero al sexto semestre Académico de la Universidad Nacional del Altiplano, 2017-II”. Puno, (2018). Tuvo como objetivo determinar el impacto del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes. Metodología: la investigación es de tipo descriptivo correlacional, la muestra estuvo conformada por 109 estudiantes matriculados en el semestre 2017-II, el muestreo fue no probabilístico por conveniencia, para evaluar el impacto del estrés se utilizó el

Inventario SISCO. La variable desempeño académico se midió a través del registro de nota promedio del estudiante. Resultados: se determinó existencia de impacto del estrés en el rendimiento académico, estudiantes que rara vez presentaron estrés y logro esperado (48.62%), con casi siempre estrés se ubicaron en inicio de aprendizaje (1.83%), existiendo diferencia estadística significativa ($p=0.001$). Conclusión: Se concluye que existe impacto del estrés en el rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Odontología. ⁽¹⁸⁾.

En el estudio “Estrés académico y hábitos de estudio en Universitarios de la carrera de Psicología de un centro de formación superior privada de Lima-sur”. Lima, (2016). Tuvo como objetivo establecer la relación que existe entre el estrés académico y los hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología del I al IV ciclo. El diseño de investigación es correlacional y el tipo no experimental transversal. La muestra estuvo conformada por 337 estudiantes universitarios de la carrera de Psicología pertenecientes a los cuatro primeros ciclos, de ambos sexos y cuyas edades fluctúan entre los 16 y 31 años. Los instrumentos administrados para la recolección de datos fueron el inventario SISCO de estrés académico y el inventario de hábitos de estudio CASM-85. Los resultados obtenidos demuestran que el 80,50 % presenta un nivel promedio del estrés académico y el 78,99 % un nivel promedio de hábitos de estudio. Así mismo se encontró una correlación estadísticamente significativa y positiva entre el estrés académico y los hábitos de estudio. ⁽⁹⁾.

En la tesis “Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de la Amazonía Peruana”. Iquitos, (2015). Cuyo objetivo fue determinar la asociación entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes del segundo al cuarto nivel de estudios del semestre 2014-I y de tercero al quinto nivel de estudios del semestre 2015-I. El método empleado fue el cuantitativo y el diseño no experimental de tipo descriptivo, retrospectivo y transversal/correlacional. La población estuvo conformada por 174 estudiantes, con una muestra de 120 estudiantes. La técnica fue la encuesta y el análisis documental. Los datos fueron analizados con el SPSS versión 22,0. La prueba estadística inferencial fue el Chi Cuadrado, con $\alpha = 0,05$. Los resultados muestran que del 100% de estudiantes, 57,5% tuvo rendimiento académico bueno, del cual el mayor porcentaje 53,3% tuvo estrés medio. Se concluyó que al realizar el análisis inferencial se obtuvo resultados estadísticos significativos ($p = 0,003$), resultado que permitió aceptar la hipótesis de investigación: Existe asociación estadística significativa entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la Facultad de Enfermería.⁽¹⁹⁾

En el estudio “Estrés en estudiantes universitarios de la Universidad Privada Juan Mejía Baca”. Chiclayo, (2014). Cuyo objetivo fue estudiar los niveles de estrés en los estudiantes universitarios en el semestre académico 2014-II. Metodología: estudio cuantitativo, diseño descriptivo simple, en el que participaron 254 estudiantes de las cinco carreras, aplicándose un muestreo probabilístico simple proporcional, se aplicó el inventario SISCO de estrés académico. Los resultados muestran que existen niveles altos de estrés académico en los universitarios (45,28%), siendo las carreras de Educación

(61.54%) y Psicología (48.78%) los que mostraron mayores porcentajes. Los estresores identificados fueron las evaluaciones de los profesores (40.94%), sobrecarga de áreas y trabajos escolares (39.37%) y el tiempo limitado para hacer el trabajo (31.10%). Las reacciones físicas más frecuentes son la somnolencia (27.95%), dolores de cabeza o migrañas (23.23%) y la fatiga crónica (22.05%), los psicológicos: son los problemas de concentración (18.90%), sentimientos de tristeza (17.32%) y ansiedad, angustia o desesperación (15.75%). Concluyendo que los estudiantes muestran niveles altos de estrés académico.⁽²⁰⁾

1.1.3 A nivel local

En el estudio “Estrés en los estudiantes de la Facultad de Obstetricia y su relación con el rendimiento académico en la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga”. Ayacucho (2009). Cuyo objetivo fue conocer la relación entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios. Estudio descriptivo prospectivo longitudinal, con una muestra de 300 estudiantes, los datos fueron procesados utilizando el paquete estadístico SPSS, a través de los cuales se realizaron las pruebas de hipótesis para el chi cuadrado (nivel de confianza del 95%). Los resultados muestran que los alumnos de obstetricia presentaron nivel de estrés intenso en el 51,3% de los casos y en el 59.3% presentaron rendimiento académico promedio. Se concluye que el rendimiento académico está relacionado con el nivel de estrés de los alumnos de Obstetricia, presentándose un elevado porcentaje (30%) de alumnos con nivel de estrés moderado y rendimiento académico promedio.⁽¹⁰⁾

1.2. BASE TEÓRICA CIENTIFICA

1.2.1 ESTRÉS

1.2.1.1 Definición

El estrés es la respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento, de un sujeto que busca adaptarse y reajustarse a presiones tanto internas como externas. De esto se desprende que el estrés es una reacción del organismo para que éste se adapte a un esfuerzo corriente, pero debe considerarse que la sobrecarga de situaciones estresantes puede llevar a consecuencias negativas, ya sea en términos de enfermedades médicas.⁽²¹⁾

El estrés no es una enfermedad sino una respuesta fisiológica útil y eficiente que únicamente puede resultar nociva en determinadas circunstancias.⁽²²⁾

El estrés se interpreta primariamente como una respuesta y se supone que se trata de un estado especial del organismo caracterizado por el sobreesfuerzo, lo que genera un cambio en los estados emocionales.⁽²³⁾

El estrés es el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción; lo cual es necesario para hacer frente de manera efectiva y eficiente a situaciones que salen de lo cotidiano y que demandan respuestas inmediatas. De esta manera, desde el punto de vista biomédico, puede pensarse al estrés como una respuesta adaptativa a estímulos externos e internos.⁽²⁴⁾

1.2.1.2 fases del estrés

Se describe el estrés a través de 3 fases:

- a) **Fase de reacción o alarma:** Son breves periodos de activación corporal que prepara al cuerpo para una actividad vigorosa. Esta fase ocurre cuando experimentamos una situación como un desafío que excede a nuestro control, por ejemplo un susto. Nos prepara para dar una respuesta casi inmediata a la situación que se nos presenta. En esta fase el corazón late más fuerte y rápido subiendo la presión arterial, la sangre se desvía del estómago y de la piel hacia los músculos por si necesitamos realizar movimientos rápidos, las pupilas se dilatan, la respiración aumenta y los músculos se contraen. Si el estresante se prolonga, el cuerpo entra en una etapa de resistencia. ⁽²⁵⁾.
- b) **Fase de resistencia o adaptación:** Es un estado de activación moderada. El organismo puede tolerar y resistir mayores efectos debilitantes de los estresantes prolongados. Sin embargo, si el estresante es lo bastante prolongado e intenso, los recursos corporales se agotan y el organismo entra en la etapa de agotamiento. En esta fase la presión arterial sube lentamente. Los tejidos del cuerpo retienen componentes químicos como el sodio. Las suprarrenales aumentan de tamaño y liberan cortisol al torrente sanguíneo, provocando una serie de cambios físicos. El nivel de colesterol aumenta y aparece una pérdida de potasio. Hay un aumento de la secreción de ácidos grasos, disminuyen las defensas y aumenta el desequilibrio del estado emocional derivando hacia la depresión. ⁽²⁵⁾.
- c) **Fase de agotamiento:** El cuerpo pierde la suficiencia necesaria para seguir en activación y comienza a decaer por debajo del nivel que debería estar normalmente debido a que le falta la disposición necesaria para manejar adecuadamente una

situación. El estrés continuo hace que el funcionamiento hormonal libere sustancias químicas que dañan a los tejidos abriendo posibilidades a diferentes enfermedades.⁽²⁵⁾

Selye llama a este ciclo de 3 estadios el síndrome general de adaptación.

1.2.1.3 La respuesta al estrés: aspectos neurobiológicos

Ante un estímulo o situación potencialmente peligrosa y estresante, el organismo reacciona para mantener la homeostasis. Los mecanismos que se activan ante una respuesta de estrés son:

- Eje hipotálamo-hipofisario-adrenal, que es el responsable de la liberación de glucocorticoides al torrente sanguíneo.
- Activación del eje simpático-médulo-adrenal, que da lugar a la liberación de catecolaminas (adrenalina y noradrenalina).

Respecto al eje hipotálamo-hipofisario-adrenal, el procesamiento de la información del estímulo estresante tiene lugar en el núcleo paraventricular del hipotálamo. Las señales nerviosas promueven la síntesis del factor liberador de corticotropina, que es conducido a la hipófisis anterior.⁽⁴⁾

Una vez el Factor de liberación de Corticotropina, alcanza la hipófisis anterior, éste estimula la síntesis y liberación de otra hormona, la adrenocorticotropina. Cuando la adrenocorticotropina es secretada por la hipófisis anterior, viaja a través del sistema circulatorio hasta alcanzar las glándulas adrenales, localizadas en la parte superior de

los riñones, donde se produce la secreción de las denominadas “hormonas del estrés”:
Glucocorticoides y catecolaminas (adrenalina y noradrenalina).⁽⁴⁾

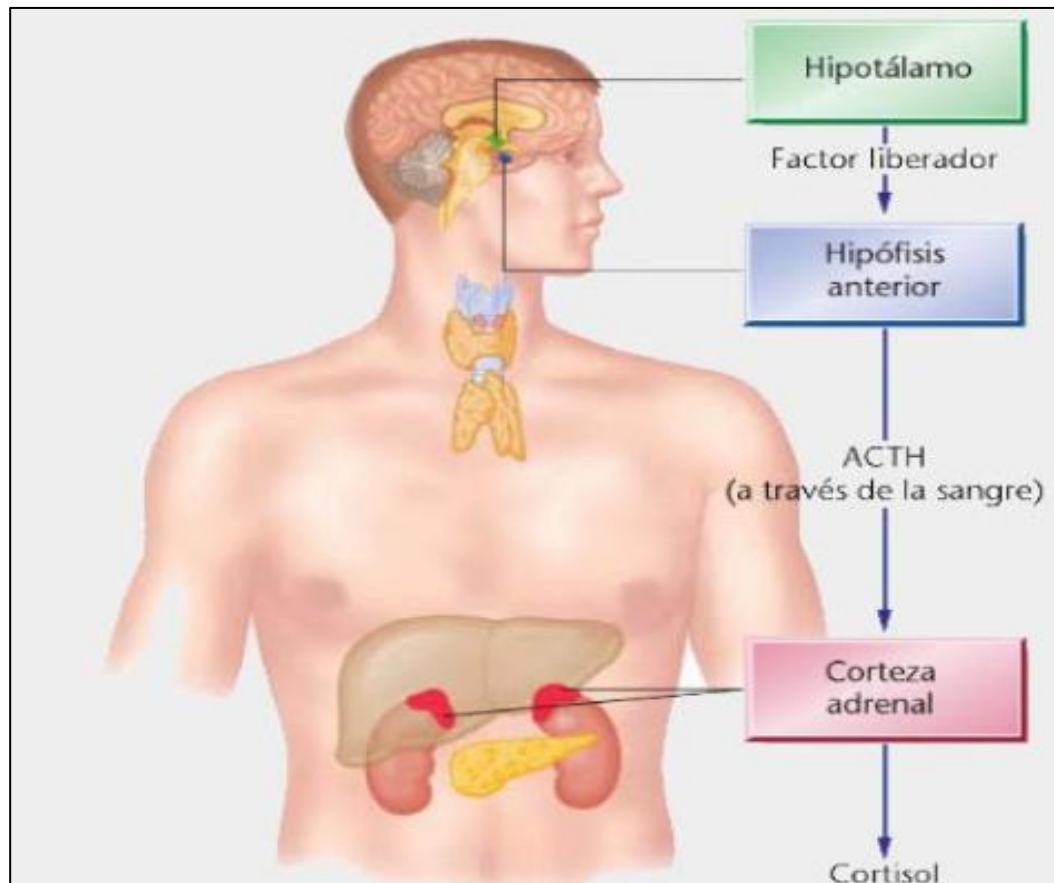


Figura Nº1. Fisiología del estrés.

Los glucocorticoides: El más importante de este grupo es el cortisol, entre sus principales funciones esta facilitar la secreción de agua y mantener la presión arterial, actúa en la homeostasis del calcio y de fosfatos, aumentando su producción. El cortisol actúa en estrecha relación con el sistema nervioso autónomo, de manera que si aumentan los niveles de cortisol por los efectos del estrés, se eleva la frecuencia cardíaca, la presión sanguínea, los niveles de glucosa en sangre, etc.^(4. 26).

Dadas las características liposolubles de los glucocorticoides, éstos pueden atravesar fácilmente la barrera hematoencefálica y acceder al cerebro donde se unen a los receptores ubicados en distintas regiones cerebrales. Hay tres áreas principales en el cerebro que contienen receptores de glucocorticoides, éstas son el hipocampo, la amígdala y los lóbulos frontales, estructuras implicadas todas ellas en el aprendizaje y la memoria. ⁽⁴⁾.

El sistema nervioso vegetativo, conocido también como sistema nervioso autónomo. Este sistema se encarga de controlar las acciones involuntarias y mantiene la homeostasis del organismo. La activación simpática supone la secreción de catecolaminas, que son: La adrenalina segregada por parte de la médula suprarrenal, especialmente cuando un individuo presenta un estrés psíquico y estados de ansiedad. La noradrenalina segregada también por la médula suprarrenal aumentando su concentración principalmente en el estrés de tipo físico, en situaciones de alto riesgo o de agresividad. Estas hormonas son las encargadas de poner el cuerpo en estado de alerta preparándolo para luchar o huir. Son las que permiten enlazar el fenómeno del estrés con los fenómenos psicofisiológicos de la emoción. La otra mitad del sistema nervioso autónomo, el sistema nervioso parasimpático, se ve inhibida. ⁽²⁶⁾

Una activación prolongada del eje hipotálamo-hipofisario-adrenal supone un riesgo para la salud del individuo, dado que puede dar lugar al desarrollo de determinadas patologías, como por ejemplo: síndrome de Cushing, estrés crónico, trastorno de pánico,

diabetes mellitus, hipertensión arterial, hipertiroidismo, trastorno obsesivo compulsivo, alcoholismo y depresión, entre otros.⁽⁴⁾

1.2.1.4 Estrés académico

El estrés académico es un proceso sistémico, que se da de forma adaptativa y psicológica cuando el alumno se encuentra sometido a diversas tareas y responsabilidades que son considerados estresores.⁽²⁷⁾

El estrés académico es aquél que se genera por las demandas que impone el ámbito educativo. En consecuencia, tanto alumnos como docentes, pueden verse afectados por este problema.⁽⁵⁾

Tipos de estrés académico

- a) **Estrés leve:** Es la forma de estrés más común. Surge de las exigencias y presiones del pasado reciente y las exigencias y presiones anticipadas del futuro cercano. El estrés leve es emocionante y fascinante en pequeñas dosis, pero cuando es demasiado resulta agotador.
- b) **Estrés moderado:** Suele provocar irritabilidad, mal humor, ansiedad, tensión, etc. Las personas asumen, por iniciativa propia, muchas responsabilidades y no pueden completar ninguna de ellas. Las relaciones interpersonales se deterioran con rapidez. Se presenta hostilidad sin motivo aparente.
- c) **Estrés severo:** Es el estrés que agota y desgasta a las personas día tras día; destruye al cuerpo, mente y vida. Surge cuando una persona no encuentra salida a una

situación deprimente. Es el estrés de las exigencias y presiones implacables durante períodos aparentemente interminables.⁽²⁸⁾

Síntomas del Estrés académico

El estrés se manifiesta a nivel:

- **Respuesta fisiológica.** Opresión en el pecho, dolores de cabeza o migrañas, sudor en las palmas de las manos, palpitaciones, temblor corporal, manos y pies fríos, tensión muscular, falta o aumento de apetito, problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea, fatiga, caída de cabello, tensión en el cuello, dolor de espalda.
- **Emocional o psicológico:** Inquietud, nerviosismo, angustia, irritabilidad, sentimientos de tristeza, cambios de humor constantes, inhibición del deseo sexual y depresión.
- **Conductual.** Aislamiento, desgano para realizar actividades, incapacidad de dirigirse verbalmente a un grupo de personas de forma satisfactoria, conflicto o tendencia a discutir, morderse las uñas, risa nerviosa, rechinar los dientes, tics nerviosos, problemas sexuales, aumento o reducción del consumo de alimentos, beber o fumar con mayor frecuencia, somnolencia o mayor necesidad de dormir.
- **Cognitiva:** Dificultad para concentrarse, disminución de la memoria, disminución de la capacidad para razonar y resolver problemas.

No es frecuente apreciar todas estas manifestaciones a la vez en la misma persona. Sin embargo, puede aparecer uno o dos síntomas dominantes, al igual que pueden presentarse uno o más de los restantes de forma leve. ^(18. 29).

Causas del estrés académico

Las causas del estrés académico son: Sobrecarga de tareas y trabajos, la competencia con los compañeros del grupo, las evaluaciones de los docentes, el tipo de trabajo que te piden los docentes, no entender los temas que se abordan en clase, participación en clase, tiempo limitado para hacer el trabajo. ⁽²⁹⁾.

Las causas del estrés académico se presentan a través de diversos factores o estímulos que se dan en el ámbito educativo y que causan un evento o una demanda, como la gran carga académica en el estudiante determina la forma de cómo cada individuo lo afronte. ⁽¹¹⁾.

Factores Asociados

- Estrés y carrera universitaria: El nivel de estrés académico va en aumento dependiendo del ciclo en el que se encuentre el estudiante, es decir, a mayor avance, mayor nivel de estrés. ⁽³⁰⁾.
- Estrés y género: Sostienen que la variable sexo no es tan significativa en el estrés académico, sin embargo algunos estudios nos refieren que hay mayor prevalencia de estrés académico en las mujeres que en los hombres estos se debe a la mayor cantidad de malestar psicológico y ansiedad que pueden percibir las mujeres. ⁽¹¹⁾.
- Estrés y variables educativas: Afirma que para que haya un buen rendimiento académico tiene que haber un bajo nivel de estrés. ⁽¹⁷⁾.

Consecuencias del estrés académico

- Fisiológicas: Altos niveles de presión arterial, problemas respiratorios y alteraciones en el sueño. ⁽³¹⁾.
- Psicológicas: Ansiedad, depresión, preocupación, aumento de irritabilidad, deteriorando la memoria a corto o largo plazo, pérdida del interés por las cosas. ⁽³⁰⁾.

Las consecuencias del estrés académico a largo plazo son las siguientes: Tristeza, malestar, disminución de la autoestima, falta de habilidades sociales entre otras. Estas consecuencias hacen que la vida académica no sea fácil; sin embargo, aquel estudiante universitario capaz de afrontar estas situaciones estresantes, se mantendrá siempre en un equilibrio adecuado. ⁽³²⁾.

Medición del estrés académico

El estrés es medido mediante el Inventario SISCO que evalúa reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, el cual fue modificado, adaptado y estandarizado por Barraza (2007) tiene una validez de 87% y una confiabilidad obtenida mediante el coeficiente alfa de Cronbach de 90%. ⁽²⁹⁾.

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

frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.

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

Su evaluación se clasifica en:

- Estrés bajo: 0-33 puntos
- Estrés medio o moderado: 34-66 puntos
- Estrés alto o profundo = 67-100 puntos

1.2.2 RENDIMIENTO ACADÉMICO

Definición

El rendimiento académico es el producto de la asimilación del contenido de los programas de estudio, expresado en calificaciones dentro de una escala convencional y establecida. Se refiere al resultado cuantitativo que se obtiene en el proceso de aprendizaje de conocimientos, conforme a las evaluaciones que realiza el docente mediante pruebas objetivas y otras actividades. ⁽³³⁾.

El rendimiento académico es el resultado del aprendizaje suscitado por la actividad educativa del docente y producido en el estudiante en el dominio cognitivo, psicomotor y afectivo, y que es expresado en una calificación cualitativa y cuantitativa, una nota que si es consciente y válida será el reflejo de un determinado aprendizaje registrados en el récord académico.⁽³⁴⁾

El rendimiento académico es la capacidad de respuesta que tiene un individuo a estímulos, objetivos y propósitos educativos previamente establecidos o también es la expresión que permite conocer la existencia de calidad en la educación a cualquier nivel. Un rendimiento académico bajo, significa que el estudiante no ha adquirido de manera adecuada y completa los conocimientos, además de que no posee las herramientas y habilidades necesarias para la solución de problemas referente al material de estudio. El fracaso del educando evidencia una dramática realidad que afecta a toda la comunidad educativa: alumnos, padres, profesores y por ende, al conjunto de la sociedad.⁽¹²⁾

Factores asociados al rendimiento académico

El rendimiento académico, por ser multicausal, envuelve una enorme capacidad explicativa de los distintos factores y espacios temporales que intervienen en el proceso de aprendizaje. Existen diferentes aspectos que se asocian al rendimiento académico, entre los que intervienen componentes tanto internos como externos al individuo.⁽³³⁾

Los factores educativos universitarios son:

- **Factores pedagógico-didácticos:** Plan de estudios inadecuados, estilos de enseñanza poco apropiados, deficiencias en la planificación docente, desconexión con la práctica, tiempo de aprendizaje inadecuado, escasez de medios y recursos.
- **Factores organizativos o institucionales:** Como la ausencia de equipos en la universidad, excesivo número de alumnos por aula, etc.
- **Factores relacionados con el docente:** Características personales del docente, formación inadecuada, falta de interés por la formación permanente y la actualización.
- **Factores personales y sociales:** Se incluyen aquellos factores de índole personal, cuyas interrelaciones se pueden producir en función de variables subjetivas, sociales e institucionales, como la competencia cognitiva, motivación, bienestar psicológico, satisfacción y abandono con respecto a los estudios, asistencia a clases, inteligencia, aptitudes, Sexo, formación académica previa a la universidad, entorno familiar, contexto socioeconómico, variables demográficas y el estrés.⁽³³⁾

Importancia del rendimiento académico

El rendimiento académico es importante porque permite establecer en qué medida los estudiantes han logrado cumplir con los objetivos educacionales, no sólo sobre los aspectos de tipo cognoscitivos sino en muchos otros aspectos; puede permitir obtener información para establecer estándares.

También los registros de rendimiento académico son especialmente útiles para el diagnóstico de habilidades y hábitos de estudio, no sólo puede ser analizado como

resultado final sino mejor aún como proceso y determinante del nivel. El rendimiento académico es fruto del esfuerzo y la capacidad de trabajo del estudiante, el conocer y precisar estas variables conducirá a un análisis más minucioso del éxito académico o fracaso del mismo. ⁽³⁵⁾.

Evaluación del rendimiento académico

Evaluar el rendimiento académico consiste en el juicio acerca de los resultados obtenidos por el educando, al cabo de un determinado periodo de estudios luego del estudio de un tema o unidad, perteneciente a un área o disciplina, es la evaluación que se realiza en función de una intención de orientar el aprendizaje por medio de métodos y técnicas de enseñanza.

El sistema de evaluación de los aprendizajes tiene por finalidad contribuir a la mejora de la calidad de los procesos de enseñanza y aprendizaje, por tanto, debe darse antes, durante y después de estos procesos permitiendo la regulación de las interrelaciones, detectar las dificultades que se van presentando, averiguar las causas y actuar oportunamente sin esperar que el proceso concluya; por tanto, es de naturaleza formativa. ⁽³⁶⁾.

Índice académico

El índice académico es una representación del rendimiento académico de los estudiantes. Este se obtiene multiplicando la calificación de cada una de las asignaturas por el número de créditos que le corresponde; se suman los productos obtenidos y el resultado se divide entre la suma de los créditos cursados. ⁽³⁷⁾.

Calificación

La expresión explícita de la evaluación es la calificación, que viene a ser la interpretación cuantificada de la información procesada durante el desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje. Para la valoración cuantitativa, se utiliza el sistema de la escala vigesimal de 0 a 20. La nota mínima aprobatoria es de once.⁽³⁸⁾

El rendimiento académico se evaluará mediante el sistema vigesimal de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga:

Categoría	Puntaje	Rendimiento Académico	Resultado
1	18 – 20	Excelente	Aprobado
2	15 – 17	Superior al promedio	Aprobado
3	11 – 14	Promedio	Aprobado
4	06 – 10	Inferior al promedio	Desaprobado
5	00 - 05	Deficiente	Desaprobado

1.3 OPERACIONALIZACION DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN Y RESULTADO FINAL
<p>Variable Dependiente</p> <p>Rendimiento académico</p>	<p>Es un proceso técnico pedagógico que juzga los logros de acuerdo a objetivos de aprendizaje previstos.</p> <p>El rendimiento académico es entendido como una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación.</p>	<p>Considerada como el nivel de aprendizaje logrado por los/las estudiantes de la serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud, se evaluará a través del índice académico semestral 2018 II, registrado en las fichas de evaluación académica.</p>	<p>Cursos de formación general.</p> <p>Cursos de Especialidad.</p>	<p>Índice académico semestral 2018 II.</p>	<p>Escala ordinal</p> <p>18-20 Aprobado excelente</p> <p>15-17 Aprobado superior al promedio</p> <p>11-14 Aprobado - promedio</p> <p>06-10 Desaprobado – inferior al promedio</p> <p>00-05 Desaprobado - deficiente</p>

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Criterios de medición	Escala de medición y resultado final
Variable independiente Nivel de estrés	Se considera como el proceso que se pone en marcha cuando el estudiante percibe una situación o acontecimiento como amenazante o desbordante que perturban el equilibrio emocional de los/las estudiantes de la serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud de	La variable se medirá mediante una encuesta, empleando como instrumento el Test de Estrés, modificado, adaptado y estandarizado por Barraza A- 2010. Clasificando en: bajo, medio y alto	Situaciones estresantes	<ul style="list-style-type: none"> - La competencia con los compañeros del grupo - Sobrecarga de tareas y trabajos - El carácter del docente - Evaluación de docentes - Tipo de trabajo que pide cada docente - Falta de comprensión de clases - Participación en clase - Tiempo limitado para hacer los trabajos. 	Nunca : 1 Rara vez :2 Algunas veces:3 Casi siempre: 4 Siempre: 5	Escala ordinal Estrés Bajo o leve: 0-33 puntos. Estrés Medio o moderado: 34-66 puntos.
			Reacciones físicas	<ul style="list-style-type: none"> - Trastornos en el sueño - Fatiga crónica - Dolores de cabeza o migrañas - Problemas de digestión - Morderse las uñas. - Somnolencia o mayor necesidad de dormir. 		

	la UNSCH.		Reacciones psicológicas	<ul style="list-style-type: none"> - Inquietud - Sentimientos de tristeza - Angustia o desesperación - Problemas de concentración - Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad 	<p>Nunca : 1</p> <p>Rara vez :2</p> <p>Algunas veces: 3</p>	Estrés Alto o profundo : 67-100 puntos
			Reacciones comportamentales	<ul style="list-style-type: none"> - Conflicto o tendencia a discutir - Aislamiento de los demás - Desgano para realizar las labores universitarias - Aumento o reducción del consumo de alimentos 	<p>Casi siempre: 4</p> <p>Siempre: 5</p>	
			Estrategias para enfrentar la situación	<ul style="list-style-type: none"> - Habilidad asertiva - Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas - Elogios a si mismo - La religiosidad - Búsqueda de información sobre la situación - Ventilación y confidencias 		

CAPITULO II

MATERIALES Y MÉTODOS

2.1 ENFOQUE DE ESTUDIO

Cuantitativo.

2.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN.

Aplicada.

2.3. NIVEL O ALCANCE DE INVESTIGACIÓN

Descriptiva - correlacional

2.4 DISEÑO DE INVESTIGACION

Transversal, retrospectiva

2.5. AREA DE ESTUDIO

La presente investigación se realizó en la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga.

2.6 POBLACION

La población estuvo conformada por 325 estudiantes de serie 200 matriculados en el semestre 2018-II en la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga (UNSCH).

- Escuela Profesional de Medicina humana: 61 estudiantes
- Escuela Profesional de Enfermería: 95 estudiantes
- Escuela Profesional de Obstetricia: 76 estudiantes
- Escuela Profesional de Farmacia y bioquímica: 93 estudiantes

2.7 MUESTRA

La muestra estuvo conformada por 176 estudiantes de serie 200 matriculados en el semestre 2018-II de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga (UNSCH).

Muestra obtenida mediante muestreo probabilístico, estratificado. Determinado a través de la siguiente fórmula estadística:

$$n = \frac{N Z^2 S^2}{d^2 (N-1) + Z^2 S^2}$$

n = Es el tamaño de la muestra poblacional a obtener

N: Tamaño de la población

Z: Punto crítico bajo la curva normal con un nivel de confianza dado $(0,95) = 1,96$

d = Error absoluto = $(0,05)$

S: Proporción de rendimiento académico = $(0,5)$.

Reemplazando tenemos:

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.5)^2 325}{\{[(0.05)^2 (325-1)] + [(1.96)^2 (0.5)^2]\}}$$

$$n = \frac{3.8416 * 0.25 * 325}{\{[(0.0025 * 324)] + [(3.8416 * 0.25)]\}}$$

$$n = \frac{0.9604 * 325}{\{ (0.81) + 0.9604 \}}$$

$n = 176.30479$
 $n = 176$

Cabe señalar que la muestra obtenida pertenece a todos los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud, es decir a las cuatro Escuelas Profesionales, por tanto para determinar los estudiantes participantes por Escuela Profesional, se determinó la proporción de estudiantes del total de la muestra, para dar representatividad y proporcionalidad a su presencia en la muestra.

Nº	Escuela profesional	Nº estudiantes serie 200	Proporción	Muestra del estrato
01	Enfermería	95	29.2%	52
02	Medicina Humana	61	18.8%	33
03	Obstetricia	76	23.4%	41
04	Farmacia y Bioquímica	93	28.6%	50
TOTAL		325	100.0%	176

2.7.1 CRITERIOS DE SELECCIÓN

CRITERIO DE INCLUSIÓN

- Estudiantes de serie 200
- Que acepten participar en la investigación.
- De ambos sexos.

CRITERIO DE EXCLUSIÓN

- Estudiantes de serie 100,300,400 y 500
- Estudiantes que no acepten participar en la investigación.

2.8 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

VARIABLES	TÉCNICA	INSTRUMENTO
Nivel de estrés.	Encuesta	Test de Estrés
Rendimiento académico	Análisis documental	Fichas académicas de cada estudiante

2.9 RECOLECCIÓN DE DATOS

La recolección de datos se realizó en dos momentos:

La recolección de datos estuvo bajo la responsabilidad de las investigadoras YUPANQUI RODRIGUEZ, Guisela Digna y CAJAMARCA JANAMPA, Merlit, y tuvo un tiempo de duración de 25 días.

1. Para la recolección de datos se tuvo que conversar y coordinar con los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud para que se nos pueda ceder el tiempo de 15 minutos, para la recolección de datos. Una vez obtenido el permiso de los docentes, previo consentimiento informado de los estudiantes, se instruyó para el llenado del test reiterándose su carácter confidencial, para asegurar que todos los ítems sean respondidos adecuadamente, en especial el código universitario, el cual era importante para determinar el índice académico de cada estudiante. Después de la aplicación del instrumento se verificó el correcto llenado del test de estrés.

Cabe señalar que la aplicación del test de estrés se realizó en diferentes fechas, porque no se llegaba al número de encuestas por escuela y se tenía que regresar a las aulas para recolectar de nuevo, obteniendo duplicidad en algunos casos los cuales fueron eliminados.

2. Para obtener el rendimiento académico de los estudiantes se acudió a la Dirección de las Escuelas de la Facultad de Ciencias de la Salud, en dicha dependencia se solicitó las fichas académicas del semestre 2018-II. Se revisó el código universitario que cada estudiante consignó en el test del estrés con el cual se determinó el índice académico correspondiente a cada estudiante, las notas se trasladaron a la hoja de registro previamente elaborado.

2.10. PROCESAMIENTO DE DATOS

El procesamiento de la información se realizó mediante la base de datos del paquete estadístico SPSS Versión 21,0 en español.

2.11 PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS

Para el análisis univariado del nivel de estrés y el rendimiento académico, se aplicó las frecuencias simples y porcentajes, los resultados se presentan en tablas unidimensionales.

El análisis bivariado del nivel de estrés relacionado al rendimiento académico, se presenta en la tabla bidimensional o de doble entrada y para el análisis o prueba de contrastación de hipótesis de investigación, se empleó la prueba estadística Chi Cuadrado (X^2), y con $\alpha < 0,05$.

CAPITULO IV

RESULTADOS

TABLA N° 1

**NIVEL DE ESTRÉS DE LOS ESTUDIANTES DE SERIE 200 DE LA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD - UNSCH, 2019.**

NIVEL DE ESTRÉS	N°	%
Bajo	0	0,0
Medio	116	65,9
Alto	60	34,1
TOTAL	176	100,0

Fuente: Datos obtenidos por la aplicación del test de estrés SISCO (Barraza A.- 2007), en las Facultad De Ciencias de la Salud.

En la tabla N° 01 se observa que del 100% de los estudiantes de serie 200 de las escuelas profesionales de la Facultad de Ciencias de la Salud, el 65,9% presentan un nivel de estrés moderado, mientras el 34,1% de estudiantes presenta un nivel de estrés alto y finalmente no se encontraron estudiantes con nivel de estrés bajo.

Cabe señalar que realizando la diferencia por escuelas, la Escuela Profesional de Enfermería presenta un 22,7% de nivel de estrés moderado porcentaje más alto a diferencia de las demás escuelas; en tanto en el nivel de estrés alto la Escuela Profesional de Medicina Humana presenta el porcentaje más alto 9.7% del total de la muestra. Este resultado se presenta en la tabla N° 4, que se considera en los anexos.

TABLA N° 2

**RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE SERIE 200 DE
LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD - UNSCH, 2019.**

RENDIMIENTO ACADÉMICO	N°	%
Aprobado excelente (18 – 20)	0	0,0
Aprobado - superior al promedio (15 – 17)	5	2,8
Aprobado – promedio (11 – 14)	113	64,2
Desaprobado - inferior al promedio (06 – 10)	57	32,4
Desaprobado – deficiente (00 - 05)	1	0,6
TOTAL	176	100,0

Fuente: Datos obtenidos de las fichas académicas del semestre académico 2018-II, de la Facultad de Ciencias de la Salud.

La tabla N°3 indica que del 100% de la muestra estudiada, tenemos que el 64.2% de estudiantes presenta un rendimiento académico aprobado - promedio, 32.4% desaprobado-inferior al promedio, 2.8% aprobado superior al promedio y el 0.6% como desaprobado deficiente, finalmente ningún estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud destaca con rendimiento académico de excelencia.

TABLA N° 3
RELACIÓN DE NIVEL DE ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SERIE 200 DE LA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD, UNSCH, AYACUCHO 2019.

NIVEL DE ESTRES	RENDIMIENTO ACADÉMICO											
	Aprobado Excelente		Aprobado Superior al promedio		Aprobado promedio		Desaprobado Inferior al promedio		Desaprobado Deficiente		TOTAL	
	N	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Leve	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Moderado	0	0,0	4	2,3	90	51,1	22	12,5	0	0,0	116	65,9
Alto	0	0,0	1	0,6	23	13,1	35	19,9	1	0,6	60	34,1
TOTAL	0	0,0	5	2,8	113	64,2	57	32,4	1	0,6	176	100,0

Fuente: Datos obtenidos por la aplicación del test de estrés SISCO (Barraza A- 2007) y de las fichas académicas del semestre académico 2018-II, en la Facultad de Ciencia de la Salud.

Chi-cuadrado= 30.790 P-valor= 0.000 < 0.05

En la tabla N° 03, del 100% de estudiantes de serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud, el 65,9% de estudiantes tienen un nivel de estrés moderado de ellos, 51,1% tienen rendimiento académico aprobado promedio, 12,5% desaprobado inferior al promedio y 2,3% aprobado superior al promedio; mientras el 34,1% de estudiantes presentan un nivel de estrés alto de ellos, 19,9% tienen rendimiento académico desaprobado inferior al promedio, 13,1% aprobado promedio y 0,6% aprobado superior al promedio y desaprobado deficiente respectivamente, y finalmente se observa que ningún estudiante muestra ausencia de estrés o estrés leve y rendimiento académico excelente.

La prueba estadística Chi cuadrado (X^2) confirma que el nivel de estrés (moderado – alto) tiene relación significativa ($p < 0.05$) en el rendimiento académico de estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga; afirmación que se constata porque a mayor nivel de estrés es menor el rendimiento académico de los estudiantes.

CAPITULO V

DISCUSIÓN.

Respecto al nivel de estrés de los estudiantes de serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud - UNSCH, 2019 (tabla N°01), se evidencia que el 65,9% de estudiantes presentan un nivel de estrés moderado, mientras el 34,1% de estudiantes presenta un nivel de estrés alto y no se encontraron estudiantes con nivel de estrés leve. Este hallazgo no es compatible a los resultados reportados por las investigaciones: “Rendimiento académico y estrés en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza” (2018), que arribó como resultado que el 52.4% presenta estrés leve, el 47.6% moderado y ninguno severo⁽¹⁸⁾; y con la investigación “El estrés en los estudiantes de la Facultad de Obstetricia y su relación con el rendimiento académico en la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga” (2009), reporto que 51,3% de los alumnos de Obstetricia presentan nivel de estrés intenso.⁽¹⁰⁾

Sin embargo, los resultados obtenidos en esta investigación de predominio de mayor proporción (65,9%) de nivel de estrés moderado y en menor porcentaje (34,1%) de nivel de estrés alta o profunda en estudiantes universitarios, se asemeja con el estudio “Estrés en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana” (2015), que obtiene como resultado el 83,3% tienen estrés medio, 13,3% estrés alto y el 3,4% estrés bajo⁽¹⁹⁾; así mismo en el estudio: “Relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de México” (2011) donde concluye 80,6% de los universitarios se encontraban en un nivel moderado de estrés, debido a la sobrecarga de trabajos y las evaluaciones de los docentes y el 7,9% un estrés profundo⁽⁸⁾.

El estrés es la respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento, de un sujeto que busca adaptarse y reajustarse a presiones tanto internas como externas. De esto se desprende que el estrés es una reacción del organismo para que éste se adapte a un esfuerzo corriente, pero debe considerarse que la sobrecarga de situaciones estresantes puede llevar a consecuencias negativas, ya sea en términos de enfermedades médicas.⁽²¹⁾ De esta manera, desde el punto de vista biomédico, puede pensarse al estrés como una respuesta adaptativa a estímulos externos e internos.⁽²⁴⁾

La vida universitaria constituye una experiencia estresante que implica afrontar cambios importantes en la forma de enfocar el aprendizaje y el estudio, y en muchos casos, también en la esfera personal, factores que podrían aumentar el riesgo de que los estudiantes universitarios generen sintomatología clínica.⁽³⁾

A pesar que el estrés leve, moderado y alto, es un fenómeno normal que ocurre en el estudiante universitario para afrontar un conjunto de exigencia y necesidades; sin embargo cuando el estrés alto se torna crónico en el estudiante se debe prestar mayor cuidado, ya que éste puede iniciar con la complicación de la salud (desarrollo de determinadas enfermedades orgánicas) y salud mental que a la larga puede producir trastornos depresivos, de ansiedad y otros.

A partir de estos resultados, se podría sugerir a la Facultad de Ciencias de la Salud la implementación de estrategias de afrontamiento del estrés (talleres, conversatorios, etc.), con la participación activa de los estudiantes y con el apoyo permanente de los docentes.

Respecto al rendimiento académico de los estudiantes de serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud (Tabla N°02), se evidencia: 64,2% de estudiantes que presentan un rendimiento académico aprobado promedio, seguido por 32,4% con desaprobado inferior al promedio, continuado con un porcentaje mínimo de 2,8% aprobado superior al promedio, así mismo 0,6% con desaprobado deficiente y finalmente ningún estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud destaca con rendimiento académico de excelencia.

Este resultado relativamente difiere en algunos aspectos y es similar en otros con los resultados de las investigaciones citados: En la tesis: “Rendimiento académico y estrés en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza” (2018) arribó como resultado que el 69% de estudiantes presentan un rendimiento académico regular, el 23.8 % bajo, el 3.6% excelente; 2.4 % muy bajo y el 1.2 % muy excelente.⁽¹⁷⁾

En el estudio: “Relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de México” (2011) reportó 49,93% de estudiantes con rendimiento académico bajo y medio.⁽⁸⁾ Así también en el estudio “Estrés en los estudiantes de la Facultad de Obstetricia y su relación con el rendimiento académico en la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga” (2009) obtuvo como resultado que 59,3% de los alumnos de obstetricia tienen rendimiento académico promedio.⁽¹⁰⁾

El rendimiento académico constituye un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el estudiante, representa el nivel de eficacia en la consecución de los objetivos curriculares para las diversas asignaturas. En esta definición se hace alusión a cómo el rendimiento académico expresa el grado de logro que han tenido

los estudiantes en la asimilación y comprensión de los contenidos curriculares; es decir, lo que el estudiante ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación, y define de un modo u otro el éxito o fracaso en el estudio.⁽³⁹⁾

El rendimiento académico de los estudiantes constituye uno de los indicadores de mayor consenso al abordar la calidad de la enseñanza superior; se relaciona con conceptos tales como excelencia académica y eficacia escolar. Las universidades requieren de todo un sistema de acciones psicopedagógicas para asegurar el progreso satisfactorio de los educandos con los planes de estudio y que sus egresados alcancen una formación académica integral y de alta calidad educativa. Los factores o variables que inciden en el rendimiento académico son diversas y corresponden a múltiples interacciones de muy diversos referentes como inteligencia, motivación, personalidad, actitudes, contextos, entre otros. A temer de lo anterior, se emiten reflexiones sobre estas variables con incidencia en el rendimiento académico y se proponen acciones de intervención para el trabajo psicopedagógico de los profesores.

Haciendo el análisis de los resultados del presente cuadro estadístico, de los resultados de las investigaciones y teorías citadas, referente al rendimiento académico de los estudiantes universitarios; se infiere que a nivel local, nacional e internacional el rendimiento académico de estudiantes universitarios hace varios años en la mayoría de las universidades abordadas se mantiene de promedio e inferior al promedio; como consta en el resultado de esta investigación: En la Facultad de Ciencias de la Salud en forma general el rendimiento académico es: aprobado promedio 64.2%, seguido por desaprobado inferior al promedio 32,4%, 2,8% de

aprobado superior al promedio, 0,6% de desaprobado deficiente y 0% de rendimiento académico excelente.

El rendimiento académico de promedio e inferior al promedio de los estudiantes universitarios y específicamente de las Escuelas Profesionales de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNSCH, probablemente está asociado a variables pedagógicas (expectativas y actitudes del profesor, su formación y experiencia, personalidad, proceso didáctico, acompañamiento pedagógico, clima de la clase y tamaño del grupo) y variables personales del alumno (sociodemográficas, familiares, motivacionales, cognoscitivas y emocionales); tema que debe ser investigada para dar el tratamiento correspondiente.

Respecto a la relación de nivel de estrés y el rendimiento académico en estudiantes de serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud, UNSCH, Ayacucho 2019, (tabla N° 03), se evidencia que el 65,9% de estudiantes tienen un nivel de estrés moderado; de ellos, 51,1% tienen rendimiento académico aprobado promedio, 12,5% desaprobado inferior al promedio y 2,3% aprobado superior al promedio; mientras de 34,1% de estudiantes que presentan un nivel de estrés alto; el 19,9% tienen rendimiento académico desaprobado inferior al promedio, 13,1% aprobado promedio y 0,6% aprobado superior al promedio y desaprobado deficiente respectivamente, y finalmente se observa que ningún estudiante muestra ausencia de estrés o estrés leve y rendimiento académico excelente. Resultado sometido a prueba estadística de X^2 , se obtiene P valor menor a 0,05, que significa que el nivel de estrés está relacionado con el rendimiento académico. Resultado concordante con los resultados de las investigaciones:

En el estudio: “Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de la Amazonía peruana” (2015) encontraron estadísticos significativos ($p = 0,003$), resultado que permitió aceptar la hipótesis de investigación: Existe asociación estadística significativa entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la Facultad de Enfermería.⁽¹⁹⁾

En el estudio: “Influencia del estrés sobre el rendimiento académico en los estudiantes de la comunidad de Angahuan, México” (2011) se encontró asociación estadística significativa entre el nivel de estrés y el rendimiento académico ($p < 0,05$).⁽¹⁴⁾

En la tesis: “Cómo afecta y se relaciona el estrés con el rendimiento académico en estudiantes del Centro Universitario Metropolitano- Universidad de San Carlos” (2010) lograron comprobar que el grado de estrés (medio y alto) repercute en su bajo rendimiento académico, demostrándose así que el estrés influye en el rendimiento académico, durante su vida universitaria ($p < 0,05$).⁽¹⁶⁾ Así mismo “El estrés en los estudiantes de la Facultad de Obstetricia y su relación con el rendimiento académico en la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga” (2009) ha concluido que el rendimiento académico está relacionado con el nivel de estrés de los alumnos de obstetricia, presentándose un elevado porcentaje (30%) de alumnos con nivel de estrés moderado y rendimiento académico promedio.⁽¹⁰⁾

Por el contrario, el resultado difiere de los estudios reportados en:

En la tesis: “Rendimiento académico y estrés en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza” (2018) llegó a concluir que no existe relación entre las dos variables de estudio, donde utilizó la prueba Estadística del ji-cuadrada, dando como resultado $p=0.207 > 0.05$, lo cual quiere decir que ambas variables son independientes entre sí.⁽¹⁷⁾

Así también en el estudio: “Relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de México” (2011) concluyó mediante el análisis de correlación de Pearson, que no hay una relación estadística significativa ($p= -,019$) entre las variables, rechazando la hipótesis estadística correspondiente.⁽⁸⁾

El estrés académico es aquél que se genera por las demandas que impone el ámbito educativo. El estrés académico es un proceso sistémico, que se da de forma adaptativa y psicológica cuando el alumno se encuentra sometido a diversas tareas y responsabilidades que son considerados estresores.^(5,27)

Las causas del estrés académico se presentan a través de diversos factores o estímulos que se dan en el ámbito educativo y que causan un evento o una demanda, los más importantes son la competencia con los compañeros, sobrecarga de tareas y trabajos, las evaluaciones y tipo de trabajo que piden los docentes, tiempo limitado para hacer el trabajo, entre otros.

Conforme se abstrae de las literaturas y de la experiencia en el proceso de la investigación; ciertos niveles de estrés (leve y moderado) son necesarios para lograr el estado de alerta adecuado y lograr realizar correctamente las tareas y exigencias del universitario; es decir influye positivamente en el rendimiento académico, y

mientras el estrés alto o elevado nivel de estrés (distres) altera el sistema de respuestas del individuo a nivel cognitivo, motor y fisiológico, por tanto la alteración en estos tres niveles de respuestas influye de forma negativa en el rendimiento académico.

Si no se interviene en este problema de estrés y su influencia en el rendimiento académico tendremos una población universitaria bajo constante estrés académico en largos períodos, y que estos a la larga puede producir trastornos depresivos, de ansiedad y un alza en el consumo de alcohol como placebo, así como también estudiantes con bajas calificaciones, cursos desaprobados y la deserción de las universidades.

Para afrontar el estrés académico los estudiantes universitarios deben poner en marcha determinadas estrategias protectoras del estrés. Las estrategias de afrontamiento son aquellos procesos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas o internas que son evaluadas como desbordantes de los recursos del individuo. ^(4,15).

Luego de un amplio análisis de los resultados arribados en la presente investigación y de los hallazgos obtenidos por diferentes investigadores citados sobre la relación de estrés y rendimiento académico de los estudiantes universitarios; con el apoyo de la estadística descriptiva e inferencial (X^2), obteniéndose resultados estadísticos significativos ($p = 0,00$), se deduce que el nivel de estrés (moderado y alto) está relacionado con el rendimiento académico de los estudiantes de las diferentes Escuelas Profesionales de la Facultad de Ciencias de la Salud, UNSCH.

CONCLUSIONES.

En base a los objetivos planteados y los resultados encontrados, se ha llegado a las siguientes conclusiones:

1. El 65,9% de estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud presentan un nivel de estrés moderado y el 34,1% nivel de estrés alto.
2. En la facultad de Ciencias de la Salud, los estudiantes presentan 64.2% de rendimiento académico aprobado promedio; seguido por 32,4% desaprobado inferior al promedio; 2,8% de aprobado superior al promedio y 0,6% desaprobado deficiente.
3. El nivel de estrés (moderado y alto) está relacionado con el rendimiento académico, existiendo diferencia estadística significativa ($p < 0.05$), afirmación que se constata porque a mayor grado de estrés es menor el rendimiento académico de los estudiantes de la serie 200 de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, 2018.

RECOMENDACIONES

1. La oficina de Bienestar Universitario de la UNSCH debe diseñar e implementar estrategias y programas de salud mental debiendo priorizar la implementación de espacios donde se identifique y maneje el estrés, mediante charlas educativas, talleres, promoción de estilos de vida saludable, práctica de deportes, etc.
2. Se recomienda a los docentes implementar técnicas de afrontamiento saludables al estrés, mediante talleres de tutoría encaminados a promover mecanismos de defensa frente al estrés y así evitar las consecuencias y poder mejorar la calidad de vida de cada estudiante.
3. Se recomienda a los estudiantes tener una adecuada organización y administración del tiempo con actividades que fortalezcan su desarrollo personal y académico.
4. Realizar investigaciones sobre rendimiento académico y factores relacionados, a fin de mejorar la calidad educativa universitaria.

BIBLIOGRAFÍA

1. Torrades S. “Estrés y burn out” ámbito farmacéutico. España. Divulgación sanitaria. Vol. 26 Núm. 10; 2007.
2. Pulido Rull MA., Serrano Sánchez ML., Valdés Cano E., Chávez Méndez MT., Hidalgo Montiel P., Vera García F. “Estrés académico en estudiantes universitarios”. México. Psicología y Salud; 2011.
3. Alfonso Águila B., Calcines Castillo M., Monteagudo de la Guardia R., Nieves Achon Z. “Estrés académico”. Cuba. Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara; 2015. disponible: <http://www.revedumecentro.sld.cu>.
4. Rosales Fernández R. “Estrés y salud”. España. Universidad de Jaén, Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación; 2014.
5. Caldera J., Pulido B. y Martínez G. “Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos”. México. Revista de Educación y Desarrollo; 2007.
6. American College Health Association. “Estrés Académico y su relación con la ansiedad en estudiantes universitarios.” Silver Spring - EE.UU 2006. Recuperado de: <http://www.ehowenespanol.com/estresacademicorelacionansiedad>.
7. Román Collazo CA., Ortiz Rodríguez F., Hernández Rodríguez Y. “El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de medicina”. Cuba. Revista Iberoamericana de Educación; 2008.

8. Vallejo Anaya L. “Relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la Carrera Química Farmacéutica-Biológica de la UNAM.” México; 2011.
9. Rosales Fernández JG. “Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de Lima-Sur”. Perú. Universidad Autónoma del Perú. Facultad de humanidades. Escuela de Psicología; 2016.
10. Palomino Vargas VA. “Estrés en los estudiantes de la facultad de obstetricia y su relación con el rendimiento académico en la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, julio – diciembre 2008”. Ayacucho – Perú; 2009.
11. Chacón Zenteno C. “Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de primer año de la escuela de medicina de la Universidad Pablo Guardado Chávez 2017-2018.” México; 2018.
12. García Cruz R., Guzmán R. y Martínez J. “Tres aristas de un triángulo: Bajo rendimiento académico, Fracaso y deserción escolar, y un centro: El adolescente.” Revista electrónica de Psicología; 2006. Disponible en: http://dgsa.reduaeh.mx/revista/psicologia/IMG/pdf/No_2-1.pdf.
13. Caballero C., Abello R. y Palacios J. “Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios”. Bogotá - Colombia. Universidad del Rosario. Avances en Psicología Latinoamericana, vol. 25, número 002; 2007.
14. Hernández HA. “Influencia del estrés sobre el rendimiento académico en los estudiantes del colegio de bachilleratos de la comunidad de Angahuan”. Michoacán - México. Tesis de Bachiller. Universidad Don Vasco, A.C; 2011.

15. Oliveti A. “Estrés académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario”. España. Universidad Abierta Latinoamericana, Facultad en Psicología y Relaciones Humanas; 2010.
16. Beltrán K., Estrada M., Martínez A., Navarro T. “Cómo afecta y se relaciona el estrés con el rendimiento académico en estudiantes de segundo año de la carrera de medicina del CUM-USAC, durante el mes de mayo de 2010”. Guatemala. Centro Universitario Metropolitano-Universidad de San Carlos; 2010.
17. Castro Toro EM. “Rendimiento académico y estrés en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2017”. Chachapoyas - Perú. Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería; 2018.
18. Apaza Luque R. “Impacto del Estrés en el Rendimiento Académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Odontología del Primero al sexto semestre Académico de la UNA-Puno, 2017-II”. Puno – Perú. Universidad Nacional del Altiplano, Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Odontología; 2018.
19. Del Risco Torres MC., Gómez Molano DS. “Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de Enfermería - Universidad Nacional de la Amazonía peruana”. Iquitos – Perú; 2015.
20. Hernández Chepe G. y Maeda Diez K. “Estrés en estudiantes universitarios de la Universidad Privada Juan Mejía Baca semestre académico 2014 - II”. Chiclayo – Perú. Universidad Privada Juan Mejía Baca, carrera profesional de psicología; 2014.

21. Trianes M., Blanca M., Fernández F., Escobar M., Maldonado E. “Evaluación y tratamiento del estrés cotidiano en la infancia.” España. Papeles del Psicólogo. Universidad de Málaga; 2012.
22. Torres Xavier BE. “Comprender el estrés”. Barcelona. Editorial AMAT. Pág. 12; 2014.
23. Sandín B. “Estrés, coping y alteraciones psicofisiológicas.” En: B Sandín y J Bermúdez (dir.): Procesos emocionales y salud. Cuadernos de la UNED. Madrid; 1989.
24. Corral F. “Método de relajación. Estrés en los adolescentes.” Madrid. Publicaciones Copyright; 2009.
25. Richard J., Gerrig, Philip G., Zimbardo “Psicología y vida” Traducido por José Francisco Javier Dávila Martínez. Editor Pearson Educación, Pág. 409; 2005.
26. Nogareda S. “Fisiología del estrés”. Inst Nac Segur e Hig en el Trab. pag 1–6; 2000
27. Barraza Macía A. “Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico”. México. Psicología Científica; 2006. <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-167-un-modeloconceptual-para-el-estudio-del-estresacademico.pdf>.
28. Sánchez B. “Clasificación del estrés académico en estudiantes universitarios.” 2015. Disponible en: <http://clubestrésensayos.com>.
29. Barraza Macía A. “Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico.” Durango – México. Universidad Pedagógica de Durango. Revista Psicología Científica; 2007.
30. Monzón Martín I. “Estrés académico en estudiantes universitarios”. Sevilla – España. Revista Apuntes de Psicología, 25(1) ,87-99; 2007.

31. Mendiola J. “El manejo del Estrés Académico en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención.” Universidad Nacional Autónoma de México. Chimalhuacán – México; 2010.
32. Naranjo M. “Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo”. San Jose – Costa Rica. Revista Educación; 2009.
33. Garbanzo M. “Factores asociados al rendimiento académico.” Costa Rica. 1era Edición. San José. Editorial Orbe; 2008.
34. Figueroa C. “Sistemas de evaluación académica” primera edición, el salvador, editorial universitaria; 2004.
35. Vicente S. “Predictores psicopedagógicos del rendimiento académico en estudiantes de primero y segundo de Bachillerato Unificado Polivalente (BUP) del instituto de Bachillerato”. Colombia. Universidad privada de Barranquilla; 2010.
36. Nérci GI. “Metodología de la enseñanza”. México. Edit. Kapelusz; 1982.
37. Reglamento General actualizado de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. 2011. Capítulo XI “Evaluación e inscripción de actas”, Art. 129, pág. 24. Oficina general de gestión académica.
38. Estatuto de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga art. 195, 196 Ley Universitaria, n.º 30220, pág.38. (versión 2.0, 2016) disponible en:<http://209.45.73.21/transparencia/wpcontent/uploads/2016/05/estatut-unsch-12.pdf>.
39. García Ortiz, et al. “Estudiantes universitarios con bajo rendimiento académico”, Rev. Edumecentro vol.6 no.2 Santa Clara mayo-agosto; 2014. Disponible: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S207728742014000200018.

ANEXO

ANEXO 1

“ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA SERIE 200, FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA, 2018

TEST DE ESTRÉS

NOMBRE:

.....

CÓDIGO UNIVERSITARIO:

ESCUELA PROFESIONAL:

SEXO: Masculino () Femenino ()

I. PRESENTACIÓN:

El presente instrumento, forma parte de un proyecto de investigación para determinar la relación entre el estrés y rendimiento académico en estudiantes de la serie 200 de la Facultad de ciencias de la salud de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, 2018. Para la ejecución de la misma solicitamos su valiosa participación voluntaria, para responder de forma sincera y veraz las siguientes aseveraciones con la seguridad de que la información recolectada será de carácter privado y de uso exclusivo para las investigadoras. Le agradecemos de antemano por la información brindada.

II. INSTRUCCIONES:

A continuación se le presenta un conjunto de preguntas, marque con una (X) la respuesta que cree conveniente, con responsabilidad y atendiendo a las indicaciones específicas.

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

Si No

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

5	4	3	2	1

Señale con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos					
El carácter del docente					
Las evaluaciones de los docentes (exámenes, trabajos de investigación)					
El tipo de trabajo que te piden los docentes (fichas de trabajo, informes, etc.)					
No entender los temas que se abordan en clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
señale con qué frecuencia tuvo las siguientes reacciones físicas, durante las labores académicas					
REACCIONES FÍSICAS	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
- Fatiga crónica (cansancio permanente)					
- Dolores de cabeza o migrañas					
- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
- Morderse las uñas					
- Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
REACCIONES PSICOLÓGICAS	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
- Sentimientos de tristeza					
- Angustia o desesperación					
- Problemas de concentración					
- Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
REACCIONES	Nunca	Rara	Algunas	Casi	Siempre

COMPORTAMENTALES		vez	veces	siempre	
- Conflicto o tendencia a discutir					
- Aislamiento de los demás					
- Desgano para realizar las labores universitarias					
- Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					

El test de estrés está modificado, adaptado y estandarizado por Barraza A 2007.

EVALUACIÓN

- 0-33 puntos según escala: nivel de estrés Bajo o leve
- 34-66 puntos según escala: nivel de estrés Medio o moderado
- 67-100 puntos según escala: nivel de estrés Alto o profundo

ANEXO “2”

HOJA DE REGISTRO DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO DEL ESTUDIANTE DE LA SERIE 200 DE LA FACULTA DE CIENCIAS DE LA SALUD, UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA SEMESTRE 2018-II.

Nº	ESCUELA PROFESIONAL	CÓDIGO	ÍNDICE ACADÉMICO
1	Obstetricia	18150517	7.6
2	Obstetricia	18173101	8.52
3	Obstetricia	18172126	10.79
4	Obstetricia	18150309	10.8
5	Obstetricia	18076057	9.68
6	Obstetricia	18170112	13.13
7	Obstetricia	18172128	9.53
8	Obstetricia	18170119	13.67
9	Obstetricia	18172124	12.23
10	Obstetricia	18170106	10.58
11	Obstetricia	18172301	11.36
12	Obstetricia	18170111	11.85
13	Obstetricia	18172302	10.19
14	Obstetricia	18172120	11.5
15	Obstetricia	18172119	11.17
16	Obstetricia	18170301	12.68
17	Obstetricia	18172199	12.79
18	Obstetricia	18172503	13.14
19	Obstetricia	18172114	10.32
20	Obstetricia	18170504	12.55
21	Obstetricia	18172198	10.55
22	Obstetricia	18172111	13.05
23	Obstetricia	18172502	13.14
24	Obstetricia	18170101	9.96
25	Obstetricia	18172118	12.15
26	Obstetricia	18172125	9.69
27	Obstetricia	18170118	12.33
28	Obstetricia	18172109	9.59
29	Obstetricia	18173301	8.75
30	Obstetricia	18172122	9.46

31	Obstetricia	18162131	11.26
32	Obstetricia	18142354	9.86
33	Obstetricia	18130735	7.19
34	Obstetricia	18172117	13.24
35	Obstetricia	18172112	12.92
36	Obstetricia	18163303	9.36
37	Obstetricia	18170503	12.96
38	Obstetricia	18172115	12.59
39	Obstetricia	18172121	11.27
40	Obstetricia	18172129	13.08
41	Obstetricia	18170110	13.14

Nº	ESCUELA PROFESIONAL	CÓDIGO	ÍNDICE ACADÉMICO
1	Enfermería	14172121	13.57
2	Enfermería	14172112	13.3
3	Enfermería	14170122	9.91
4	Enfermería	14172107	12.75
5	Enfermería	14172128	12.31
6	Enfermería	14170501	9.47
7	Enfermería	14170111	12.72
8	Enfermería	14170114	11.4
9	Enfermería	14172130	12.72
10	Enfermería	14172104	13.33
11	Enfermería	14170503	14.34
12	Enfermería	14173201	11.9
13	Enfermería	14170105	9.5
14	Enfermería	14170113	13.85
15	Enfermería	14172122	12.42
16	Enfermería	14173101	9.65
17	Enfermería	14172108	13.69
18	Enfermería	14172123	9.64
19	Enfermería	14172125	14.73
20	Enfermería	14172118	15.68
21	Enfermería	14172124	12.41
22	Enfermería	14172119	14.42
23	Enfermería	14170120	14.63
24	Enfermería	14170123	12.89
25	Enfermería	14170103	13.96
26	Enfermería	14170115	13.96

27	Enfermería	14172302	13.83
28	Enfermería	14172301	14
29	Enfermería	14170507	10.33
30	Enfermería	14170505	10.91
31	Enfermería	14162141	11.54
32	Enfermería	14161201	11.4
33	Enfermería	14130212	11.74
34	Enfermería	14172103	14.55
35	Enfermería	14134271	4.85
36	Enfermería	14162133	10.2
37	Enfermería	14170112	13.83
38	Enfermería	14172116	12.83
39	Enfermería	14172127	13.26
40	Enfermería	14172132	14.38
41	Enfermería	14170508	12.82
42	Enfermería	14162120	12
43	Enfermería	14172115	11.69
44	Enfermería	14172504	10.17
45	Enfermería	14170117	13.1
46	Enfermería	14162148	12.48
47	Enfermería	14172503	11.26
48	Enfermería	14170109	10.42
49	Enfermería	14162135	11.18
50	Enfermería	14172109	11.44
51	Enfermería	14170506	13.42
52	Enfermería	14172502	5.71

Nº	ESCUELA PROFESIONAL	código	índice académico
1	Farmacia y Bioquímica	20172103	11.46
2	Farmacia y Bioquímica	20172119	8.3
3	Farmacia y Bioquímica	20170112	12.52
4	Farmacia y Bioquímica	20172110	8.93
5	Farmacia y Bioquímica	20170108	11.82
6	Farmacia y Bioquímica	20170501	8.93
7	Farmacia y Bioquímica	20172504	12.31
8	Farmacia y Bioquímica	20170502	11.2
9	Farmacia y Bioquímica	20170301	10.17
10	Farmacia y Bioquímica	20170119	8.88
11	Farmacia y Bioquímica	20172107	9.79

12	Farmacia y Bioquímica	20172115	11.61
13	Farmacia y Bioquímica	20170505	9.67
14	Farmacia y Bioquímica	20170110	8.74
15	Farmacia y Bioquímica	20172188	10.24
16	Farmacia y Bioquímica	20172501	11.15
17	Farmacia y Bioquímica	20170102	8.57
18	Farmacia y Bioquímica	20172113	12.82
19	Farmacia y Bioquímica	20172105	11.92
20	Farmacia y Bioquímica	20170108	11.82
21	Farmacia y Bioquímica	20172108	12.78
22	Farmacia y Bioquímica	20162124	9.38
23	Farmacia y Bioquímica	20162301	7.88
24	Farmacia y Bioquímica	20162138	10.15
25	Farmacia y Bioquímica	20172178	13.27
26	Farmacia y Bioquímica	20162125	10
27	Farmacia y Bioquímica	20163301	10.67
28	Farmacia y Bioquímica	20173201	10.88
29	Farmacia y Bioquímica	20172122	11.71
30	Farmacia y Bioquímica	20172509	11.47
31	Farmacia y Bioquímica	20149410	11.13
32	Farmacia y Bioquímica	20170507	11.52
33	Farmacia y Bioquímica	20172506	12.35
34	Farmacia y Bioquímica	20173101	12
35	Farmacia y Bioquímica	20162132	10.84
36	Farmacia y Bioquímica	20172120	12.71
37	Farmacia y Bioquímica	20172179	12.69
38	Farmacia y Bioquímica	20172121	11
39	Farmacia y Bioquímica	20162506	9.35
40	Farmacia y Bioquímica	20172186	9.63
41	Farmacia y Bioquímica	20172102	12.62
42	Farmacia y Bioquímica	20170117	10.14
43	Farmacia y Bioquímica	20170116	10.24
44	Farmacia y Bioquímica	20170101	10.08
45	Farmacia y Bioquímica	20172104	10.81
46	Farmacia y Bioquímica	20171101	9.38
47	Farmacia y Bioquímica	20172114	11.42
48	Farmacia y Bioquímica	20170107	8.85
49	Farmacia y Bioquímica	20170115	11.57
50	Farmacia y Bioquímica	20172116	11.58

Nº	ESCUELA PROFESIONAL	CÓDIGO	ÍNDICE ACADÉMICO
1	Medicina Humana	29173101	10.9
2	Medicina Humana	29172503	9.63
3	Medicina Humana	29172104	13.1
4	Medicina Humana	29170501	13.4
5	Medicina Humana	29173201	15.86
6	Medicina Humana	29170101	12.63
7	Medicina Humana	29173301	11.83
8	Medicina Humana	29170502	11.22
9	Medicina Humana	29171101	11.04
10	Medicina Humana	29170104	8.5
11	Medicina Humana	29160101	11.5
12	Medicina Humana	29172118	7.85
13	Medicina Humana	29160110	8.18
14	Medicina Humana	29170113	8.95
15	Medicina Humana	29162113	14
16	Medicina Humana	29172102	10.63
17	Medicina Humana	29170504	9.67
18	Medicina Humana	29170102	8.79
19	Medicina Humana	29180701	12.27
20	Medicina Humana	29182602	12.18
21	Medicina Humana	29160112	8
22	Medicina Humana	29170502	11.1
23	Medicina Humana	29170106	11.38
24	Medicina Humana	29170110	11.45
25	Medicina Humana	29170111	10.55
26	Medicina Humana	29172106	8.72
27	Medicina Humana	29171301	8.92
28	Medicina Humana	29172502	12
29	Medicina Humana	29170505	12.76
30	Medicina Humana	29145229	11.58
31	Medicina Humana	29162502	12.06
32	Medicina Humana	29172301	12.55
33	Medicina Humana	29172501	12.21

OBTENIDO DE LAS FICHAS ACADÉMICAS, CORRESPONDIENTE AL SEMESTRE 2018-II BRINDADO POR LA OFICINA DE INFORMÁTICA Y SISTEMAS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA.

ANEXO N° 3

TABLA N° 4

NIVEL DE ESTRÉS DE LOS ESTUDIANTES DE SERIE 200 DE LAS ESCUELAS PROFESIONALES DE ENFERMERIA, FARMACIA Y BIOQUÍMICA, OBSTETRICIA Y MEDICINA HUMANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD - UNSCH, 2019.

ESCUELAS PROFESIONALES	NIVEL DE ESTRÉS							
	Leve		Medio		Alto		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Enfermería	0	0,0	40	22,7	12	6,8	52	29,5
Obstetricia	0	0,0	26	14,8	15	8,5	41	23,3
Farmacia y Bioquímica	0	0,0	34	19,3	16	9,1	50	28,4
Medicina Humana	0	0,0	16	9,1	17	9,7	33	18,8
TOTAL	0	0,0	116	65,9	60	34,1	176	100,0

Fuente: Datos obtenidos por la aplicación del test de estrés SISCO (Barraza A.- 2007), en la Escuela Profesional de Enfermería, Farmacia y Bioquímica, Obstetricia y Medicina Humana.

De la tabla que antecede el 65.9% de estudiantes presenta un nivel de estrés medio, de los cuales el 22.7% pertenece a la Escuela Profesional de Enfermería, seguido de Farmacia y Bioquímica con 19.3%, Obstetricia con 14.8% y Medicina Humana con 9.1%; así también el 34.1% presenta un nivel de estrés alto de los cuales

9.7% es de la Escuela Profesional de Medicina Humana seguido de Farmacia y Bioquímica con 9.1%, Obstetricia con 8.5% y por ultimo Enfermería con 6.8% y finalmente no se encontraron estudiantes con nivel de estrés leve.

TABLA N° 5

RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE SERIE 200 DE LAS ESCUELAS PROFESIONALES DE ENFERMERIA, FARMACIA Y BIOQUÍMICA, OBSTETRICIA Y MEDICINA HUMANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD - UNSCH, 2019.

ESCUELA PROFESIONAL	RENDIMIENTO ACADÉMICO										TOTAL	
	Aprobado excelente		Aprobado- Superior al promedio		Aprobado - Promedio		Desaprobado - Inferior al Promedio		Desaprobado - Deficiente			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Enfermería	0	0,0	4	2,3	36	20,5	11	6,3	1	0,6	52	29,5
Obstetricia	0	0,0	0	0,0	27	15,3	14	8,0	0	0,0	41	23,3
Farmacia y Bioquímica	0	0,0	0	0,0	28	15,9	22	12,5	0	0,0	50	28,4
Medicina Humana	0	0,0	1	0,6	22	12,5	10	5,7	0	0,0	33	18,8
TOTAL	0	0,0	5	2,8	113	64,2	57	32,4	1	0,6	176	100,0

Fuente: Datos obtenidos de las fichas académicas del semestre académico 2018-II, de las Escuelas Profesionales de Enfermería, Farmacia y Bioquímica, Obstetricia y Medicina Humana.

De la tabla que antecede se observa que del total de la muestra el 64.2% de estudiantes presenta un rendimiento académico aprobado – promedio de los cuales el 20.5% pertenece a la Escuela Profesional de Enfermería, seguido de 15.9% de Farmacia y Bioquímica, 15.3% de Obstetricia, y Medicina Humana con 12.5%; el 32.4% presenta un rendimiento académico desaprobado inferior al promedio de los cuales 12.5% es de la Escuela Profesional de Farmacia y Bioquímica, seguido de 8.0% de Obstetricia, Enfermería con 6.3% y Medicina Humana con 5.7%; así mismo tenemos un rendimiento académico superior al promedio con 2.8% de los cuales el 2.3% pertenece a la Escuela Profesional de Enfermería y el 0.6% de Medicina Humana; por ultimo tenemos un rendimiento académico desaprobado – deficiente con 0.6% perteneciente a la Escuela Profesional de Enfermería.

