



FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**“RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO
ACADÉMICO EN INTERNOS DE ENFERMERÍA DE LA
UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS AREQUIPA 2017”**

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

BACHILLER: CHOQUE CARCAUSTO; YENI

AREQUIPA – PERÚ

2017

DEDICATORIA

- A Dios por darme las fuerzas para superar los obstáculos.
- A mis padres maravillosos por su apoyo incondicional en todo el camino de mi vida.
- A mis hermanos por quererme y apoyarme.

AGRADECIMIENTO

- A la UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS por darme la oportunidad de ser una profesional.
- A mis docentes que me formaron durante toda mi carrera profesional, en especial a la Dra. Gladys Arguelles Peralta, Lic. Claudia Escalante, Lic. Yaneth Gozme, Lic., Silvia Flores, por sus consejos, enseñanzas y sobre todo por brindarme su amistad.
- A mis asesores de tesis en especial a la Dra. Yuli Rodríguez Sueros y al Mg. Jesús Chávez Parillo por su paciencia y dedicación.
- A Dalheska y Yobanela por ser excelentes amigas, y por haberme motivado a seguir adelante.
- Y a los internos de enfermería que formaron parte de esta investigación.

RESUMEN

El presente estudio tiene como **Objetivo:** determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017. **Materiales y métodos:** el estudio es descriptivo correlacional simple de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 110 internos de enfermería de noveno y decimo ciclo periodo 2017. El muestreo fue no probabilístico censal. Para la prueba de hipótesis se utilizó como prueba estadística el Chi cuadrado de independencia. Para la variable estrés se utilizó Ficha técnica SISCO modificada, para la variable rendimiento académico se utilizó Ficha de observación documental de rendimiento académico; ambos instrumentos han sido validados y cuenta con un amplio reconocimiento. **Resultados:** se aprecia que un 80,0% de internos de enfermería presentan edades promedio de 20 a 25 años, El 94,6% están representadas por el sexo femenino y un 5,4% por el sexo masculino, un 60,0% de internos trabajan y estudian, solventando ellos sus estudios universitarios. Se encontró que existe un nivel alto de estrés representado por el 72,8% en los internos de enfermería y que se relaciona con el rendimiento académico regular. Existe relación entre el estrés y el conocimiento conceptual regular en un 43,7%, el estrés se relaciona con el conocimiento procedimental regular con un 46,5% y si existe relación entre el estrés y el conocimiento actitudinal regular con un 45,4% entonces se concluye que existe relación significativa entre el nivel de estrés alto representado por el 52,7% con el nivel regular de rendimiento académico en los internos de enfermería con un nivel de confianza del 0.94 y un nivel de significancia. de $0.000 < 0.05$; **Conclusiones:** existe relación significativa entre el estrés y el rendimiento académico en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017

Palabras clave: Estrés, Rendimiento académico, Internos de enfermería

ABSTRACT

The present study aims to determine the relationship between stress and academic performance in the inmates of the Professional School of Nursing at the University of Arequipa Alas Peruanas 2017. Materials and methods: the study is descriptive correlational simple cross-sectional. The sample consisted of 110 nurses from ninth and tenth cycles of 2017. The sampling was non-probabilistic census. For the hypothesis test, the square test of independence was used as the statistical test. For the stress variable, the SISCO modified, Data Sheet was used; for the academic performance variable, the document was used to document academic performance; both instruments have been validated and widely recognized. Results: it can be seen that 80.0% of nursing interns have ages ranging from 20 to 25 years, 94.6% are female and 5.4% male, 60.0% of interns work and study, solving their university studies. It was found that there is a high level of stress represented by 72.8% in nursing interns and it is related to regular academic performance. There is a relationship between stress and regular conceptual knowledge in 43.7%, stress is related to regular procedural knowledge with 46.5% and there is a relationship between stress and regular attitudinal knowledge with 45.4% then it is concluded that there is a significant relationship between the high stress level represented by 52.7% with the regular level of academic performance in nursing interns with a confidence level of 0.94 and a level of significance. of $0.000 < 0.05$; Conclusions: there is a significant relationship between stress and academic performance in the inmates of the Professional School of Nursing of the UAP, Arequipa 2017

Key words: Stress, Academic achievement, Nursing interns

ÍNDICE

	Pág.
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
RESUMEN	i
ABSTRACT	ii
ÍNDICE	iii
ÍNDICE DE TABLAS	v
INTRODUCCIÓN	vii
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Planteamiento del problema de investigación	1
1.2. Formulación del problema	4
1.3. Objetivos de la investigación	5
1.4. Objetivo general	5
1.5. Objetivos específicos	5
1.6. Justificación de la investigación	6
1.7. Limitaciones de la investigación	7
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de investigación	8
2.2. Base teórica	12
2.3. Definición de Términos	45
2.4. Hipótesis	46
2.4.1. Hipótesis general	46
2.4.2. Hipótesis específica	46
2.5. Variables	47
2.5.1. Definición conceptual de la variable	48
2.5.2. Definición operacional de la variable	48
2.5.3. Operacionalización de la variable	49
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	
3.1. Tipo y nivel de investigación	50

3.2. Descripción del ámbito de la Investigación	51
3.3. Población y muestra	52
3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	52
3.5. Validez y confiabilidad del instrumento	53
3.6. Plan de recolección y procesamiento de datos	57
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	58
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN	70
CONCLUSIONES	74
RECOMENDACIONES	76
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	78
ANEXOS	83

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1	59
<i>Población en estudio según edad en internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017</i>	
Tabla 2	60
<i>Población en estudio según sexo en internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017</i>	
Tabla 3	61
<i>Población en estudio según ciclo académico en que cursan los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017</i>	
Tabla 4	62
<i>Población en estudio según procedencia en internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017</i>	
Tabla 5	63
<i>Población en estudio según ocupación en internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017</i>	
Tabla 6	64
<i>Población en estudio según nivel de estrés en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017</i>	
Tabla 7	65
<i>Población en estudio según nivel de rendimiento académico en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017</i>	

Tabla 8	66
<i>Población en estudio según la relación entre el estrés y el conocimiento conceptual en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017</i>	
Tabla 9	67
<i>Población en estudio según la relación entre el estrés y el conocimiento procedimental en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017</i>	
Tabla 10	68
<i>Población en estudio según la relación entre el estrés y el conocimiento actitudinal en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017</i>	
Tabla 11	69
<i>Población en estudio según la relación entre el estrés y el rendimiento académico en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017</i>	

INTRODUCCIÓN

El ambiente universitario representa un conjunto de situaciones que son altamente estresantes para el estudiante debido a que puede experimentar, aunque sea de manera transitoria, una falta de control sobre el ambiente mencionado. Las investigaciones realizadas concuerdan en que existe una variedad de estresores académicos que pueden ocasionar altos índices de estrés en los estudiantes universitarios, entre ellos se destacan: las notas finales, el excesivo trabajo para la casa, estudiar para los exámenes y la distribución del tiempo.

Durante los estudios universitarios, se ha logrado observar cómo los internos de enfermería evidencian situaciones de estrés ya que presentan reacciones físicas (insomnio, cansancio, migraña, entre otros síntomas) o psicológicas (incapacidad de relajación, ansiedad, problemas de concentración, entre otros síntomas); sobre todo en periodos de evaluación. Todas estas reacciones físicas o psicológicas van en aumento de acuerdo al nivel de estudios que se encuentran los estudiantes universitarios; es decir que en toda la carrera universitaria éstos presentan situaciones de estrés.

Los internos se enfrentan cada vez más a exigencias, desafíos y retos que les demandan una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos de diferente índole. Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, y autocrítica, e, incluso, llevarlo a la pérdida de control sobre el ambiente, aunque sea sólo transitoriamente.

Mientras que los estudiantes del primer al cuarto ciclo enfrentan asignaturas básicas y especializadas con clases teóricas y prácticas bajo la supervisión de un profesional de enfermería, los internos de enfermería atraviesan situaciones propiamente directas a la atención del paciente en el campo clínico y comunitario llevando a cargo la responsabilidad propia de un enfermero (a).

Todos estos aspectos hacen que se observe un bajo rendimiento académico y el deterioro en la salud en los internos de enfermería, aunque existen estudios sobre estrés, aun no se les da la importancia necesaria, a pesar de que puede llegar a ser causante de problemas de salud física y mental en los jóvenes.

El ámbito universitario constituye un lugar en que son puestas en juego las competencias y habilidades para alcanzar los objetivos en un plazo determinado por la duración de la carrera elegida. Durante esta etapa los estudiantes también, deben enfrentar una gran cantidad de cambios, que pueden ser considerados estresores psicosociales, como el desarraigo, emancipación, disminución del apoyo económico y el reto que implica tener calificaciones satisfactorias, la sensación de indefensión y de incertidumbre ante el futuro.

La siguiente investigación está estructurada de la siguiente manera:

El capítulo I expone el problema de investigación, donde se plantea y se formula el problema, los objetivos, la justificación y las limitaciones de la investigación.

En el capítulo II se encuentra el marco teórico, donde se consideran los antecedentes del estudio de investigación, la base teórica, la hipótesis y las variables de investigación.

En el capítulo III se describe la metodología, el tipo, nivel y diseño de la investigación, descripción del ámbito de estudio, población y muestra, técnicas e instrumentos para la recolección de datos, procesamiento y análisis del mismo.

En el capítulo IV se precisan los resultados a nivel de indicadores y variables, con sus respectivas tablas.

En el capítulo V se presenta la discusión de los resultados encontrados, las opiniones del investigador, así como el respaldo teórico de otras investigaciones que complementen el estudio.

Y finalmente, se presentan las conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El estrés es una problemática que merece gran atención, existen muchos agentes estresantes en todos los ámbitos los cuales hacen referencia a estrés laboral, familiar, social, entre otros, por ello los estudiantes universitarios no son ajenos a esta situación.

A nivel mundial uno de cada cuatro personas presenta algún problema grave asociado al estrés, en las ciudades el 50% de personas padece algún problema mental como tensión y depresión, Por eso se afirma que el estrés está presente en todos los medios y ambientes. Siendo el género femenino más vulnerable a padecerla (1)

Muchas veces los internos de enfermería, pasan por un periodo de aprendizaje desde los estudios preescolares hasta la educación universitaria, en todo este trayecto experimentan estrés, lo que indica que el estrés está presente en todos los niveles y edades.

Los estudiantes universitarios se enfrentan cada vez más a retos y exigencias del medio profesional que demandan una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos de diversa índole. Los jóvenes que comienzan una carrera superior se enfrentan a una responsabilidad mayor, la necesidad de mantener un rendimiento académico adecuado, considerado como el cumplimiento de las metas, logros u objetivos establecidos en la asignatura que cursan, docentes que les exigen y asignan diversas actividades, presentar trabajos grupales, informes, prácticas clínicas, trabajos de investigación y exámenes con una exigencia elevada.

Todos estos elementos constituyen situaciones de evaluación en la que es importante ser exitoso, para facilitar el paso al siguiente semestre. (2)

En el año 2013 la Organización Mundial de Salud consideró al estrés como la epidemia de la modernidad.

Los índices de la epidemia en el Perú van en aumento. Según una encuesta realizada por REGUS en el año 2012 el 33% de personas adujeron sentirse más estresados. (3)

El estrés podría estar influenciado por diversos estresores académicos, tales como: tareas académicas, evaluaciones, falta de tiempo para la realización del trabajo y otros relacionados con su entorno familiar, factores económicos, las relaciones interpersonales; etc.

El estrés está catalogado como un problema en la sociedad que está captando gran atención, pero el estrés académico no recibe la suficiente atención en el ámbito de la investigación. (4)

El proceso del aprendizaje exige del interno de enfermería una actualización constante al medio, porque cada día el mercado laboral es más competitivo esto implica emulación entre estudiantes, que a su vez generan conflictos, que son potencialmente estresores, pueden ocasionar problemas emocionales, psicológicos y fisiológicos, dentro de la Universidad, en el Hogar y en lo laboral".(5)

Existen casos donde los estudiantes se encuentran desmotivados, no rinden académicamente o simplemente abandonan sus estudios sin que lleguemos a entender muy bien el por qué. La preocupación de las universidades por ofrecer una enseñanza de calidad supone considerar todas las variables implicadas en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Se puede evidenciar que algunos estudiantes presentan un bajo rendimiento académico, probablemente a causa del nivel de estrés, presentando problemas con sus calificaciones en diferentes asignaturas y en algunos casos abandonan la carrera universitaria.

En el área de enfermería, existen diferentes estudios relacionados con salud mental y/o psicología, motivo importante para conocer e identificar cómo se relaciona el estrés en el rendimiento académico de los internos de enfermería.

El presente trabajo de investigación busca la relación entre el estrés y el rendimiento académico en internos de enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema General

¿Cuál es la relación entre el estrés y el rendimiento académico en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?

1.2.2. Problemas Específicos

- a. ¿Cuáles son las características sociodemográficas de la población en estudio?
- b. ¿Cuál es el nivel de estrés en los internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?
- c. ¿Cuál es el nivel de rendimiento académico en los internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?
- d. ¿Cuál es la relación entre el estrés y el conocimiento conceptual en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?
- e. ¿Cuál es la relación entre el estrés y el conocimiento procedimental en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?
- f. ¿Cuál es la relación entre el estrés y el conocimiento actitudinal en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Objetivo General

Determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017

1.3.2. Objetivos Específicos

- a. Identificar las características sociodemográficas de la población en estudio
- b. Determinar el nivel de estrés en los internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017
- c. Identificar el nivel de rendimiento académico en los internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017
- d. Identificar la relación entre el estrés y el conocimiento conceptual en los internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017
- e. Determinar la relación entre el estrés y el conocimiento procedimental en los internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017
- f. Identificar la relación entre el estrés y el conocimiento actitudinal en los internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017

1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

El estrés se considera como las reacciones emocionales que se manifiestan cuando las exigencias curriculares sobrepasan las capacidades de recursos o necesidades de los estudiantes. Es un riesgo emergente en la educación, porque no se presta la atención adecuada para prevenir y controlar esta situación.

Este estudio es pertinente con la carrera profesional de enfermería, porque la enfermera dentro de su campo de acción esta la promoción de la salud mental de las estudiantes, asimismo se relaciona con la teoría de Dorothy Johnson, porque plantea que el sistema conductual del individuo se encuentra en equilibrio, que define como un estado de reposo estable, más o menos transitorio, en el que el individuo se encuentra en armonía consigo mismo y con su entorno; implica que las fuerzas biológicas y psicológicas estén en equilibrio entre sí y con las fuerzas sociales que se le afrontan.

La investigación es relevante, porque en la actualidad el estrés de los estudiantes, es un problema de suma importancia por lo tanto se debe priorizar y conocer cómo se relaciona con el rendimiento académico y las consecuencias que se presentan en los estudiantes.

La presente investigación es trascendental ya que relacionara dos variables, y los datos obtenidos aportarán información para posteriores investigaciones que darán a conocer la importancia de captar a tiempo el estrés y saber cómo mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería.

Estudios de investigación previos realizados en otros países, confirman que el estrés ocasiona grandes estragos en los estudiantes universitarios y muchas veces si estos no son captados a tiempo y no tienen un tratamiento adecuado pueden tener efectos negativos en su vida y en su rendimiento académico.

El estudio permitirá que los resultados ayuden a resolver los problemas de estrés y será de utilidad para proponer nuevas estrategias al estudiante de

enfermería en el marco de los niveles de atención y prevención desde una perspectiva multidisciplinaria y multisectorial.

La investigación aportara a los estudiantes y educadores el desarrollo de un pensamiento crítico que permita promover un óptimo rendimiento académico a pesar de la presencia de factores estresantes, y a su vez brindara ideas de aquellos aspectos que hay que tener en cuenta en su formación académica.

Así también se podrá programar estrategias de afrontamiento a la presión, la exigencia, la impaciencia, la falta de comprensión, etc. que se ve en muchos docentes que son poco pacientes y flexibles con los estudiantes.

El aporte científico, es que permitirá obtener nuevos conocimientos para la carrera profesional de enfermería y minimizar los problemas que ocasiona el estrés, y contribuir a mejorar el rendimiento académico en los internos de enfermería, es necesario enfatizar la importancia de la consejería en enfermería como estrategia de intervención

Finalmente es de interés para el investigador porque permitirá optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería.

1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación es válida solo para el área donde se realizó el presente trabajo.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. A Nivel Internacional

Maruris, M. Cortés P, Cabañas MA, Godínez F, González M, Landero R. México (2012) El nivel de estrés y los factores asociados en estudiantes de licenciatura de las diferentes Unidades Académicas de la Ciudad Universitaria de Chilpancingo, Guerrero, México; un estudio de diseño descriptivo transversal, la población estuvo constituida por 500 estudiantes de 17 a 44 años, la edad promedio fue de 21.29 ± 3.13 años.

Utilizaron como instrumento un estresómetro que contiene 96 preguntas relacionadas con el estilo de vida, ambiente, síntomas, empleo, ocupación, relaciones y personalidad. Los resultados refieren que la prevalencia de hiper estrés fue de 44,4%. Las Unidades Académicas con mayor prevalencia de estrés fueron Ciencias Químicas (56%) y Filosofía y Letras (52,54%). Las mujeres tienen mayor prevalencia en estrés que los hombres. Encontraron 17 factores asociados al hiper estrés, entre los que se encuentran: no hacer ejercicio, consumo de alcohol y sentirse cansado y sin energías, entre otros (6)

González, M. González S. México (2012) Herramientas de afrontamiento ante el Estrés Académico; un estudio de diseño taller vivencial, la población estuvo constituida por cuarenta estudiantes universitarios de cualquier semestre de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM.) Utilizaron como instrumento SISCO como pre-test y pos-test. El taller estuvo conformado por 5 sesiones duró 120 minutos; fue realizado en tres fases, titulándose “aprendiendo a manejar mi estrés académico”.

Los resultados en el pre test refirieron: “mayor número de estudiantes consideran que han presentado situaciones de preocupación y nervios, en concreto seis.” Posteriormente en el post-test se eleva el número de estudiantes que consideran que no han presentado situaciones de preocupación y nerviosismo llegando a 4 más de la mitad del grupo evaluado. Ya que en el pre-test los alumnos ubicaron su nivel de estrés entre los niveles 3, 5 y en el post-test lo ubicaron en los niveles 2 y 3. (7)

2.1.2. A Nivel Nacional

Ticona, A. Boullosa Gl. Lima (2013) Relacionar los niveles de estrés académico y el afrontamiento en alumnos de la Pontificia Universidad Católica del Perú; un estudio de diseño descriptivo correlacional, la

población estuvo constituida por 198 alumnos de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Utilizó como instrumento el inventario SISCO del estrés académico (Barraza 2007) y la escala de afrontamiento para los adolescentes. Los resultados mostraron un nivel de estrés académico medianamente alto, las situaciones generadoras de estrés fueron las evaluaciones y la sobrecarga académica. En cuanto a la sintomatología experimentada, las reacciones psicológicas fueron las principales. Así mismo hacen un mayor uso de estilo de afrontamiento resolver el problema, finalmente, en cuanto a la relación de ambas variables, el nivel de estrés percibido se correlaciona directamente con el estilo de afrontamiento (8)

Condori, M. Tacna (2012) Relación del Estrés Académico con las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de enfermería de la UNJBG; un estudio con diseño cuantitativo, descriptivo correlacional de corte transversal, la población estuvo constituida por 151 estudiantes de enfermería de primero a cuarto año de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann Tacna, Perú. Utilizó como instrumento la encuesta; los resultados mostraron que el grado de estrés académico general en los estudiantes de enfermería es de rango medio con un 56,3%. El uso de estrategias de afrontamiento regulares prevalece con el 79,5%, las estrategias inadecuadas representadas por 11,3 % y las estrategias adecuadas con el 9,3%. (9)

2.1.3. A Nivel Local

Castillo, M. Calata, F. y Quispe CHÁVEZ R. Arequipa (2014) Estresores y estrés percibido en las prácticas clínicas, en estudiantes de enfermería, de la universidad nacional de San Agustín Arequipa 2014” La presente investigación tuvo como objetivo determinar la asociación entre algunos

estresores y estrés percibido en las prácticas clínicas, en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín.

El método fue cuantitativo, diseño no experimental, descriptivo, correlacional, transversal.

La muestra estuvo constituida por 103 estudiantes del 2do al 4to nivel, matriculados en el segundo semestre académico 2014. Los instrumentos fueron: Escala de valoración de estresores en la práctica clínica, con una validez de 95,9% mediante el juicio de expertos y confiabilidad de 86,3% mediante el coeficiente Alfa de Cronbach; Escala de Estrés Percibido, cuya validez fue de 91,1% mediante el juicio de expertos y confiabilidad de 84,9% mediante el coeficiente Alfa de Cronbach. El procesamiento de datos se realizó mediante el programa estadístico SPSS versión 21 en español y los resultados fueron: 61,2% muestran competencias suficientes, 52,4% muestran impotencia e incertidumbre, 57,3% presentan relación insatisfactoria con el docente, 61,2% presentan satisfactoria relación con compañeros, 64,1% presentan implicación emocional, 76,7% se presenta como no dañada en la relación con el paciente y 74,8% presentan sobrecarga académica. Al identificar el estrés percibido en las prácticas clínicas, se obtuvo que: 45,6% tiene estrés leve y estrés medio, respectivamente. (10)

Parí, I. Arequipa (2012). Manifestaciones de estrés académico y métodos para afrontarlo en estudiantes de primero a cuarto semestre de la Escuela profesional de Educación Física de la UNA Puno 2012. En conclusión; logró determinar los niveles de estrés académico y métodos para afrontarlo, un estudio correlacional de tipo con el objetivo de determinar la relación entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Facultad de Enfermería UNA; la población estuvo constituida por 234 estudiantes de primero a cuarto año Arequipa, Perú. Utilizaron como instrumento la escala de estrés de Holmes y Rahe cuestionario de estimación de afrontamiento de COPE

que considera estrategias de enfocadas al problema, emoción y percepción. Los resultados mostraron que la mayor parte de la población estudiada fue de sexo femenino, con rango de edad de 19 a 20 años, el año de estudio que apuntó mayor número de estudiantes y mayor nivel de estrés fue el primer año, seguido de segundo, tercero y cuarto año; además la gran mayoría de estudiantes registra matrícula regular, El nivel de estrés se encontró severo (29,91%). Las estrategias más utilizadas orientadas al problema fueron: “planificación” y “enfrentamiento activo”; orientadas a la emoción: “reinterpretación positiva y crecimiento” y “negación” y orientadas a la percepción: “desentendimiento mental” y “enfocar y liberar emociones. (11)

2.2. BASE TEÓRICA

2.2.1. Modelo Teórico de Enfermería

A. Modelo Dorothy Jhonson, Sistemas Conductuales

Para el respectivo estudio de investigación se utilizó y aplicó el Modelo del Sistema Conductual de Dorothy Johnson por sus ventajas prácticas, relación con el estrés y el rendimiento académico.

Dorothy Johnson nació el 21 de agosto de 1919 en Savannah (Georgia). Realizó un curso de preparación en enfermería en el Armstrong Junior College de Savannah, en Georgia (1938); se licencio en enfermería en 1942 en la Vanderbilt University en Nashville (Tennessee) y obtuvo su master en salud pública en la Harvard University en Boston (1948).

Ella era la mejor estudiante de su clase y recibió la Medalla de la prestigiosa Vanderbilt Fundador. Trabajó brevemente como una

enfermera de salud pública y en 1944 regresó a Vanderbilt como instructora en Enfermería Pediátrica.

Dentro de su modelo, Johnson plantea que el sistema conductual del individuo se encuentra en equilibrio, que define como un estado de reposo estable, aunque más o menos transitorio, en el que el individuo se encuentra en armonía consigo mismo y con su entorno; implica que las fuerzas biológicas y psicológicas estén en equilibrio entre sí y con las fuerzas sociales que se le afrontan. (12)

El equilibrio del sistema conductual se ve constantemente enfrentado a factores estresantes positivos y negativos que provienen tanto del interior como del exterior del organismo, produciendo tensión y un cierto grado de inestabilidad.

Para Johnson es un estado de presión o esfuerzo contemplándose como el producto final de la interrupción del equilibrio; la tensión puede ser constructiva cuando se da una adaptación al cambio o destructiva cuando se produce un uso ineficaz de la energía que impide la adaptación y causa un posible daño estructural.

Se analiza el modelo y se realiza una aplicación en los subsistemas propuestos por Johnson y su influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes universitarios que viven esta problemática. Johnson logra un cambio revolucionario en la forma en que la enfermería fue vista cuando se proclama diferente de la medicina. Johnson propuso la idea de que la enfermería debe centrarse en el comportamiento de una persona, más que en su estado de salud o condición de la enfermedad.

La teoría Johnson es un modelo de atención que se centra en las necesidades humanas, y el uso de la enfermería para promover el equilibrio y disminuir el estrés. Este modelo tiene varias aplicaciones en el ámbito de enfermería, incluyendo educación, administración, clínica y de investigación.

Teoría y modelo

El modelo de Johnson considera a la persona como un sistema conductual compuesto de una serie de subsistemas interdependientes e integrados. El hombre como sistema conductual trata de alcanzar un equilibrio a través de ajustes y adaptaciones que consigue hasta cierto punto, para actuar de forma eficaz y eficiente. Cada subsistema conductual tiene requisitos estructurales y funcionales.

Los subsistemas según Johnson son siete:

- **Dependencia:** Promueve una conducta de colaboración que exige una respuesta recíproca, sus consecuencias son la aprobación, la atención o reconocimiento y la asistencia física. La conducta dependiente evoluciona desde un grado total de dependencia de los demás hasta un mayor grado de dependencia de uno mismo.
- **Ingestión:** Tiene que ver con cómo, cuándo, qué y cuánto y en qué condiciones nos alimentamos; cumple así la amplia función de satisfacer el apetito. Se encuentra estrechamente relacionado con factores ecológicos, sociales además de biológicos.
- **Eliminación:** Se relaciona con cuando, como y en qué condiciones se produce la eliminación, en los aspectos

biológicos de este subsistema influyen factores sociales y fisiológicos hasta el punto que pueden entrar en conflicto con él.

- **Sexual:** Obedece a la doble función de procreación y de satisfacción, incluye el cortejo y el emparejamiento y del mismo modo contempla un amplio espectro de conductas asociadas con el papel sexual.
- **Agresividad:** Consiste en proteger y conservar, y proviene de una intención primaria de dañar a los demás. La sociedad demanda límites en los modos de autoprotección y pide que se respete y proteja tanto a las personas como a su propiedad.
- **Realización:** Su función consiste en controlar o dominar un aspecto propio del mundo circundante hasta alcanzar un cierto grado de superación.

Se relacionan estrechamente las cualidades intelectuales, físicas, mecánicas y sociales.

- **Afiliación:** Proporciona supervivencia y seguridad. Sus consecuencias son inclusión, intimidad y formación y mantenimiento sociales de un enlace social fuerte.

Conceptos de los Meta paradigmas según Johnson

- **Persona:** Johnson (1980) considera que la persona es un sistema conductual con unos modos de actuación pautados, repetitivos y determinados que la vinculan con el entorno, la concepción de la persona es básicamente motivacional.

También admitió que la experiencia previa, el aprendizaje y los estímulos físicos y sociales influyen en la conducta.

Concibe a la persona como un sistema conductual con formas de comportamiento marcadas por un modelo, repetitivas e intencionadas, que la vinculan con el entorno.

Johnson presupone también que un sistema conductual es fundamental para el individuo, cuando alguna fuerza poderosa y una menor resistencia perturban el equilibrio del sistema conductual la integridad del individuo se ve amenazada.

Es un sistema abierto, que se esfuerza constantemente en mantener una situación estable mediante la adaptación al entorno.

Sistema adaptativo que utiliza los procesos internos con el fin de lograr la supervivencia, el crecimiento, la reproducción y el desarrollo mediante mecanismos de adaptación reguladores y cognitivos. (13)

- **Cuidado o Enfermería:** El objetivo de la enfermería es mantener y restaurar el equilibrio y la estabilidad del sistema conductual de la persona o ayudar a la persona a conseguir un nivel más óptimo de equilibrio y funcionamiento.

La enfermería según Johnson, es una fuerza externa que actúa para preservar la organización y la integración de la conducta del paciente hasta un nivel óptimo utilizando mecanismos reguladores o de control temporales o proporcionando recursos cuando el paciente sufre estrés o un desequilibrio del sistema conductual.

Es una fuerza externa que actúa para preservar la organización de la conducta del paciente cuando éste se siente sometido a estrés, por medio del fomento de mecanismos reguladores y otros recursos. Como técnica y como ciencia, presta asistencia externa antes y durante la pérdida del equilibrio del sistema y, por lo tanto, requiere un conocimiento del orden, el desorden y el control.

Es una fuerza de regulación externa, con el fin de mantener o restaurar el equilibrio y la estabilidad del sistema conductual. Fuerza externa destinada a restablecer la estabilidad del sistema. La enfermera evalúa los comportamientos, respuestas de adaptación y determina los estímulos focales, conceptuales y residuales.

- **Salud:** Johnson considera que la salud es un estado dinámico difícil de alcanzar, que está influenciado por factores biológicos, psicológicos y sociales. La salud se manifiesta por medio de la organización, interacción, interdependencia e integración de los subsistemas del sistema conductual (Johnson, 1980). Estado dinámico fugaz influido por factores biológicos, fisiológicos y sociológicos.

La salud se ve reflejada en la organización, la interacción, la interdependencia e integración de los subsistemas que integran el sistema conductual.

Es un estado dinámico y difícil de conseguir, influido por factores biológicos, psicológicos y sociales. Se define como el equilibrio y la estabilidad del sistema conductual de la persona.

Es el esfuerzo constante que hace el individuo para alcanzar su máximo potencial de adaptación.

- **Entorno:** En la teoría de Johnson, el entorno está formado por todos los factores que no son parte del sistema conductual del individuo, pero influyen en él (Brown, 2006).

El sistema conductual intenta mantener el equilibrio respecto a los factores del entorno, ajustándose y adaptándose a las fuerzas que intervienen en este entorno (Loveland-Cherry y Wilkerson, 1983).

Se compone de todos los factores que no forman parte del sistema conductual del individuo pero que influyen en él; algunos de ellos pueden ser utilizados por la enfermera a favor de la salud del paciente. Hace referencia a un entorno externo e interno de la persona, aunque no lo explica.

La presente investigación se relaciona con la teoría de Dorothy Johnson porque es un modelo de atención que se centra en las necesidades humanas, considera al ser humano como un sistema conductual que tiene siete subsistemas la cual se considera la de agresividad/protección que se relaciona con el tema de investigación sobre el estrés y la relación con el rendimiento académico.

Donde el subsistema de agresividad/protección consiste en proteger y preservar al ser humano, por ello la importancia de su salud y evitar daños y hacer que la enfermera cumpla su rol importante en la promoción y prevención de la salud del estudiante universitario y su salud mental.

2.2.2. Estrés

A. Definición

El estrés es un sentimiento que surge cuando te enfrentas a un desafío. En pequeñas dosis, el estrés puede ser algo bueno porque te pone en alerta y te da un impulso de energía. Pero sentir estrés durante mucho tiempo puede tener un impacto negativo sobre tu salud mental y física. Si bien puede parecer difícil encontrar maneras de desestresarse con todas las cosas que tienes pendientes, es importante buscar la forma (14)

El estrés se puede definir también como la tensión física o emocional que puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso.

El estrés es la reacción de su cuerpo a un desafío o demanda. En pequeños episodios el estrés puede ser positivo, como cuando le ayuda a evitar el peligro o cumplir con una fecha límite. Pero cuando el estrés dura mucho tiempo, puede dañar su salud. (15)

Es una respuesta automática del organismo ante cualquier cambio ambiental, externo o interno, mediante la cual el organismo se prepara para hacer frente a las posibles demandas que se generen como consecuencia de la nueva situación.

B. Historia del estrés

Estrés se deriva del latín “Stringere” que significa “apretar” o “provocar tensión”. Esta palabra se utilizó por primera vez en el siglo XIV y a partir de entonces se empleó en diferentes textos de inglés como

strees, stresse, strest y straise. Es por ello que se castellanizó a la forma en que es conocida hoy como estrés.

La historia del estrés se inicia en la década de 1930 cuando el austriaco húngaro Hans Selye, en ese entonces estudiante de medicina, observó que los pacientes analizados por él, presentaban síntomas comunes y de manera general como el cansancio, pérdida de apetito y de peso. Esto llamó mucho la atención de Selye, quien en un inicio lo denominó “Síndrome de estar enfermo”. (16)

Selye realizó varios experimentos como fisiólogo y concluyó que el estrés, sufrido de forma prolongada, provocaba desordenes de origen desconocido como enfermedades cardíacas, hipertensión arterial y trastornos emocionales o mentales.

Finalmente hizo extensivo su trabajo de investigación y determinó que no sólo los agentes físicos eran nocivos para la salud sino también las amenazas de carácter social o del entorno en que se desenvuelve.

C. Etiología del estrés

Cualquier suceso que genere una respuesta emocional, puede causar estrés. Esto incluye situaciones positivas, como el nacimiento de un hijo, una nota aprobatoria, etc. y negativas como la pérdida del empleo, una enfermedad, deceso de un familiar, entre otros.

Algunas personas están en mayor riesgo, las mujeres han mostrado tener una mayor vulnerabilidad porque tienen responsabilidades, que implican el crecimiento a nivel familiar y laboral.

A continuación, algunas de las causas de estrés son:

- Fisiológicas: Está relacionada con las enfermedades y lesiones del cuerpo que aumentan la tensión de la persona produciendo un nivel de estrés que se vuelve contraproducente hacia uno

mismo. Por ejemplo, una enfermedad orgánica produce una reacción negativa en el campo emocional.

- Psicológicas: Se relaciona con la vulnerabilidad emocional y cognitiva. Crisis vitales por determinados cambios: infancia, adolescencia, madurez, vejez.
- Sociales: Cambios sociales en los que cada época trae nuevos retos a afrontar.
- Ambientales: Son condicionamientos del medio físico que nos obligan, de vez en cuando, a una reacción de estrés, tales como: calor, frío, ruido, estímulos ópticos, contaminación del aire, traumas, entre otras. (17)

D. Situaciones estresantes

Cuando una persona sufre estrés se considera que se encuentra bajo una situación en la que las demandas ambientales sobrepasan sus propios recursos, de forma que percibe que no puede dar una respuesta efectiva ante esas demandas, viéndose incapaz para afrontar la situación e identificando la situación como estresante.

La respuesta de estrés de la persona depende en parte de la presencia de una situación estresante, que podría ser una mudanza, un cambio de trabajo, un examen de admisión u otros. Podríamos decir que estas situaciones serían potencialmente estresantes para la mayoría de nosotros.

La respuesta de estrés depende de la capacidad de percepción de la persona ante un estímulo. En este caso, ya no hablaríamos de la situación en sí, sino de cómo evalúa la persona esa situación y sus propias habilidades y recursos para afrontarla.

Por ejemplo, una situación de examen puede ser estresante para una persona y nada estresante para otra, quizás porque una tiende a ser más segura de sí misma y confiar en sus habilidades y conocimiento.
(18)

- **Competencia**

Las calificaciones son la fórmula que ocupan los organismos educacionales para evaluar rendimientos, pero en ocasiones se transforman en el punto de partida para estados de ansiedad, estrés y hasta temor por no rendir como se espera.

Desechar la idea de competencia respecto de quién tiene mejor nota o acabar con el estrés de obtener tal calificación, son objetivos que requieren del trabajo conjunto de la universidad y los profesores.

Entendiendo que no todos los estudiantes son iguales, los educadores pueden actuar desde la sala de clases, evaluando con fórmulas adaptadas a las habilidades particulares de los estudiantes e instruyendo en hábitos de estudio y formas de razonar.

- **Trabajos Académicos**

Los estudios superiores representan, el punto culminante del estrés académico por las altas cargas de trabajo, pero también porque coinciden con una etapa de la vida en la que el estudiante debe enfrentarse a muchos cambios en su vida. Específicamente, el ingreso a la universidad coincide con el proceso de separación de la familia, incorporación al mercado laboral y la adaptación a un medio poco habitual.

- **Participación**

Dentro de los estresores relacionados con el proceso de enseñanza aprendizaje, se ha concedido especial relevancia al papel que desempeñan las relaciones sociales que establecen los individuos que forman parte de un grupo y especialmente la de los estudiantes entre sí.

El profesor define las expectativas y demandas que configuran los roles académicos; los estudiantes establecen relaciones y forman grupos humanos, en parte condicionados por el estudio, en parte como fruto del contacto humano y buscan su desarrollo académico en el interior de las aulas.

Podría afirmarse que una parte significativa del éxito académico depende de la habilidad para utilizar los recursos personales y sociales. Estas habilidades favorecen la obtención de un mayor provecho del proceso de aprendizaje, un mejor rendimiento con el mismo esfuerzo e incluso un mejor pronóstico de inserción laboral futura.

En diversos modelos explicativos del estrés, la contribución para tomar decisiones y el apoyo social de los profesores y compañeros aparecen como los factores reductores de estrés más importantes, como consecuencia, entre otros aspectos, de su efecto sobre la satisfacción y el compromiso y la implicación en el estudio.

En efecto, el apoyo social contribuye a que el estudiante afronte más eficazmente la situación estresante o atenúa la experiencia

de estrés cuando ya se ha producido. Además, las relaciones sociales constituyen un importante recurso de afrontamiento. Se ha puesto de manifiesto también que la falta de participación es un consistente predictor del estrés

E. Estímulos estresores

El concepto estresor (desencadenante de estrés, factor de estrés) describe todas las cargas o exigencias externas que provocan una reacción de estrés. Un autobús que se ha perdido, una catástrofe natural, un accidente de coche, una enfermedad, una discusión familiar, la pérdida del empleo, la naturaleza propia de cada agente estresante es distinta. (19)

a. Reacciones físicas

Corresponden a los síntomas que se generan en nuestro cuerpo frente a los estresores habituales, algunos de ellos son:

- Somnolencia, mayor necesidad de dormir
- Cansancio y fatiga
- Dolores de cabeza o jaquecas
- Dolor de estómago y/o color irritable
- Bruxismo (tensión de mandíbulas)
- Dolor de espalda
- Taquicardia o palpitaciones fuertes
- Aumento o disminución del apetito
- Resfríos frecuentes (baja en el sistema inmune)
- Dificultades para dormir (insomnio o pesadillas)

b. Reacciones psicológicas y/o emocionales

Son las reacciones emocionales y cognitivas que tenemos frente a situaciones de estrés, entre las que destacan:

- Inquietud e hiperactividad
- Nerviosismo
- Enojo, furia constante o descontrolada
- Tristeza y/o desgano
- Ganas de gritar, miedo o pánico
- Cambios de humor constante
- Ansiedad constante
- Dificultades para concentrarse
- Dificultades para pensar (quedarse en blanco)
- Problemas de memoria, olvidos frecuentes
- Irritabilidad frecuente
- Temor a no poder cumplir con las obligaciones
- Baja motivación para actividades académicas
- Angustia y/o ganas de llorar frecuente

c. Reacciones conductuales

Consisten en los cambios que experimentamos en nuestra conducta producto de la vivencia de situaciones de estrés, que son fácilmente observados por otros, entre los que podemos encontrar:

- Frecuente tendencia a discutir con los demás
- Necesidad de estar solo, aislarse
- Uso de fármacos para estar despierto (auto medicados)
- Preferir otras actividades por sobre el estudio
- Uso de fármacos para dormir (auto medicados)
- Dificultad para sentarse a estudiar (“sacar la vuelta”)
- Aumento del consumo de café y/o tabaco
- Dejar de asistir a clases

- Frecuente participación en carretes poco saludables
- Tendencia a dejar de hacer, por desgano o apatía, lo que se acostumbra normalmente

F. Estrategias de afrontamiento

El afrontamiento ha sido definido como un conjunto de estrategias cognitivas y conductuales que la persona utiliza para gestionar demandas internas o externas que sean percibidas como excesivas para los recursos del individuo (Se puede considerar como una respuesta adaptativa, de cada uno, para reducir el estrés que deriva de una situación vista como difícil de afrontar).

La capacidad de afrontar no se refiere solo a la resolución práctica de los problemas, sino también a la capacidad de la gestión de las emociones y del estrés delante de la situación problema.

Modificar las propias estrategias de afrontamiento para afrontar con eficacia los eventos estresantes depende, entonces, sea de la manera de evaluación de los eventos, sea de la capacidad nuestra y de la posibilidad de captar informaciones, buscar ayuda y apoyo social en el contexto donde se vive. (20).

- **Asertividad**

La asertividad es la habilidad personal que nos permite expresar directamente los propios sentimientos, opiniones y pensamientos y defender nuestros derechos, en el momento oportuno, de la forma adecuada sin negar ni desconsiderar los sentimientos, opiniones, pensamientos y derechos de los demás.

- **Elogios**

Elogio es la alabanza de los méritos y las cualidades positivas de una persona, un objeto o un concepto. Alabanza es un elogio que puede hacerse también en privado que en público. Ejemplos: "estoy sorprendido de recibir tales elogios de alguien como tú", "la prensa no ha parado de elogios para describir el rendimiento del jugador del PSG", "Siempre me dijo que era un hombre temperamentalmente, lo que considero un elogio." (21)

La alabanza tiene un efecto positivo sobre la salud mental del individuo, algunos psicólogos creen que dar y recibir elogios es saludable y beneficioso porque ayuda a mejorar la autoestima

- **Religiosidad**

Es el grado y modo con que las creencias y prácticas religiosas se presentan en la conciencia y conducta del creyente o grupo de creyentes.

En este concepto se advierte un aspecto cuantitativo, la intensidad religiosa de la cual depende el nivel de regulación de la conciencia religiosa sobre la conducta del creyente según una posible gradación, y otro cualitativo, el tipo de religiosidad a partir del grado de elaboración del contenido de las ideas y prácticas religiosas.

- **Confidencialidad**

Una confidencia es la revelación de un secreto o la comunicación de una noticia reservada, no destinada a ser publicada.

G. Signos y síntomas del estrés

La acumulación del estrés suele dar como resultado distintas reacciones en la persona. La cantidad de estrés necesario antes de que éstas se manifiesten, varía dependiendo de distintos factores relacionados con la personalidad pudiendo ser:

a. Psicósomáticos

- Fatiga crónica.
- Alteraciones del sueño (insomnio, pesadillas, etc.
- Úlcera gástrica y otras alteraciones gastrointestinales (náuseas, vómitos, diarrea)
- Desórdenes alimentarios.
- Pérdida de peso.
- Taquicardia, palpitaciones, hipertensión.
- Cefaleas frecuentes.
- Dolores musculares (espalda, cuello, hombros)
- Alteraciones menstruales.

b. Emocionales

- Incapacidad para concentrarse, falta de memoria, olvidos y desorganización
- Irritabilidad, celos, críticas a los demás.
- Distanciamiento afectivo, retraimiento.
- Baja autoestima, sentimientos de desilusión, engaño y deseos de abandonar el trabajo.
- Depresión e ideas de suicidio.
- Autocrítica, y sentimientos de culpa.

c. Conductuales

- Ausentismo laboral: periodos de baja por enfermedad.
- Aumento de conducta violenta como explosiones de ira, agresividad y respuestas desproporcionadas a los estímulos externos.
- Abuso de sustancias como café, tabaco, alcohol, tranquilizantes y sedantes.
- Abandono personal.
- Pasividad ante las exigencias de los demás.
- Imposibilidad para relajarse.
- Caminatas sin rumbo.

d. Defensivos

- Negación de las emociones.
- Esfuerzo de contener sus sentimientos.
- Ironía, racionalización.
- Atención selectiva respecto a los pacientes.
- Desplazamiento de los afectos.

H. Clasificación del estrés

- **Eustrés** (Estrés Positivo)

Representa aquel estrés donde el individuo interacciona con su estresor, pero mantiene su mente abierta y creativa, y prepara al cuerpo y mente para una función óptima.

En este estado de estrés, el individuo deriva placer, alegría, bienestar, equilibrio, experiencias agradables y satisfactorias. El individuo expresa y manifiesta sus talentos especiales y su

imaginación e iniciativa en forma única y original. Se enfrentan y resuelven problemas.

Los estresantes positivos pueden ser una gran alegría, éxito profesional, satisfacción sentimental, satisfacción de un trabajo agradable, reunión de amigos, muestras de simpatía, admiración, una cita amorosa, participación en una ceremonia, la anticipación a una competencia de un evento deportivo principal, una buena noticia, desempeñando un papel en una producción teatral, entre otros.

Es un estrés para ser buscado con avidez y utilizado como auxiliador para el crecimiento personal y profesional.

- **Distrés** (Estrés Negativo)

Según Hans Selye, representa aquel "Estrés perjudicante o desagradable". Este tipo de estrés produce una sobrecarga de trabajo no asimilable, la cual eventualmente puede desencadenar un desequilibrio fisiológico y psicológico que termina en una disminución de la productividad del individuo, la aparición de enfermedades psicosomáticas y en un envejecimiento acelerado.

Es todo lo que produce una sensación desagradable. La vida cotidiana se encuentra repleta de los estresantes negativos, tales como un mal ambiente de trabajo, el fracaso, la ruptura familiar, un duelo, entre otros. (22).

I. Tipos de estresores

a. Estresores generales

- Acontecimientos vitales tales como separación de pareja, enfermedad del individuo o de un familiar cercano, muerte de un ser querido.
- Sobrecarga académica, relación superficial y falta de comunicación entre los miembros de la facultad; compaginar trabajos y estudios.
- Problemas educativos, pérdidas afectivas, problemas personales, y los familiares.
- Excesiva carga académica, curricular muy apretada, horario muy extenso, situación económica precaria; choque cultural.
- Lo que acontece del mundo, la situación personal-afectiva, aspectos biológicos-salud, la situación en el hogar y el quehacer académico en general.

b. Estresores académicos

Estímulos del ambiente organizacional educativo (eventos, demandas) que presionan o sobrecargan de algún modo al estudiante. Provoca en la persona una respuesta hacia el estímulo, busca volver al estado de equilibrio.

- Relación con el personal docente, administrativo y estudiante, las exigencias de la docente crea una atmósfera de tensión en clase, no son privativos de una carrera o nivel.
- La personalidad del docente dificulta la interrelación entre docente y estudiante generando estrés. En algunos casos los estudiantes se sienten intimidados.
- Sobrecarga de tareas: El número de trabajos asignados no contrasta con el tiempo que dispone el estudiante.
- Evaluaciones: Incluye las evaluaciones orales, escritas, grupales e individuales, que son generadoras de estrés. Los exámenes generan

estrés y ansiedad en cualquier estudiante. La falta de preparación hace sentir un estrés inmenso, sabe que la nota depende de un examen en particular, hace que el estudiante se bloquee.

- Tipo de trabajos: El docente manda a realizar varios trabajos, que demandan mucho esfuerzo.
- Participación en clase: Temen no responder adecuadamente. No estudian para intervenir.
- Exposición de trabajos en clase, realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura. La tarea de estudio, intervención en el aula.
- Exceso de responsabilidad por cumplir las obligaciones académicas, el tipo de trabajos que solicitan los profesores, la evaluación de los profesores.
- Mantener un buen rendimiento o promedio académico.

c. Estresores personales

Dificultades que tiene cada estudiante cuando asiste a la universidad, es estresante por las exigencias académicas, tienen la necesidad de adaptarse al transcurso de la carrera, a los nuevos compañeros, a los profesores.

Entre los estudiantes de enfermería los principales problemas son las prácticas clínicas y se derivan de la falta de competencia, del contacto con el sufrimiento, de la relación con los tutores y compañeros, de la impotencia e incertidumbre, de no controlar la relación con el enfermo, de la implicación emocional, de la relación con el enfermo, son las siguientes:

- Competencia entre compañeros: Es la competencia entre compañeros de clase por el orden de mérito. Algunos compañeros de clase se ven amenazados por las intervenciones en clase o notas del compañero

más sobresaliente. Ellos crean problemas y estrés si no se maneja adecuadamente estos conflictos con los compañeros del aula.

- Problema con los horarios: Los estudiantes perciben poco tiempo para la recreación.
- Comprensión de los temas: Los estudiantes se ven enfrentados a dificultades que no le permite entender adecuadamente el tema.
- Limitaciones del tiempo: Para poder cumplir con las actividades académicas: el tiempo no es suficiente para cumplir con las demandas, por ser varios cursos por cumplir. (23)

J. Consecuencias del estrés académico

- Efectos inmediatos: Aquellos efectos que producen en la persona en un corto período de tiempo, normalmente lo podemos expresar en cambios en la conducta del individuo.
- Efectos mediatos: Aquellos efectos que producen en la persona en un período de tiempo, a causa de los efectos inmediatos y que perduran en el tiempo, normalmente lo podemos expresar en enfermedades, afecciones, adicciones, disminución en su rendimiento habitual, etc.
- Fisiológicos: Cambios en el ritmo cardiaco, la presión arterial, la tasa respiratoria, las respuestas hormonales e inmunológicas, siendo la realización de exámenes el principal estresor académico.
- Psicofisiológico: Es la supresión de células T y de la actividad de las células Natural Killers (NK) durante el periodo de exámenes (situaciones percibidas altamente estresantes), estos cambios son indicadores de una depresión del sistema inmunitario y, por tanto, de una mayor vulnerabilidad del organismo ante enfermedades.

Los cambios en la respuesta inmune asociados al estrés académico, en este caso, evidenciados por una baja actividad de los linfocitos T y su respuesta ante los mitógenos (agente que desencadena el proceso por el que el organismo produce nuevas células, para el crecimiento y reparación de los tejidos).

- Efectos psicológicos: Los efectos a corto plazo repercuten en el nivel emocional presente, como puede ser ansiedad y tensión, en algunas respuestas cognitivas y emocionales, el sujeto valora la situación como estresante, puede manifestarse con conductas nocivas como son: consumo de tabaco, alcohol, cafeína, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos.
- Efectos cognitivos: Los patrones emocionales y de valoración de la realidad varían desde la realización del examen hasta el momento de las calificaciones.
- Efectos del rendimiento académico y comportamiento organizacional del estudiante: Decremento de la concentración, aumento de la irritabilidad, deterioro de la memoria (tanto a corto plazo como a largo plazo), la velocidad de respuesta disminuida, aumenta la frecuencia de cometer errores, deterioro de la capacidad organizativa y capacidad crítica.
- Conductual: El estilo de vida de los estudiantes se ve modificado cuando se acerca el periodo de exámenes, convirtiéndose en hábitos insalubres consumo de cafeína tabaco, sustancias psicoactivas, como excitantes, ingestión de tranquilizantes. Puede llevar a la aparición de trastornos de salud. (24)

K. Tratamiento para el estrés

Los tratamientos para el estrés son diversos; van desde prácticas físicas, técnicas de relajación, de respiración y ejercicio, hasta terapia con medicamentos que puedan ayudar a aliviar el estrés en las personas que lo padecen.

- **Tratamiento con fármacos**

Se emplean medicamentos con receta médica, que suelen ser tranquilizantes, también conocidos como ansiolíticos.

Por lo general son benzodiazepinas, que generan adicción en el consumidor, además de incitar al aumento de peso u otros efectos

- **Técnicas del Biofeedback**

Consiste en la práctica de control fisiológico y control mediante ejercicios corporales.

- **Técnicas de Respiración:**

Los especialistas aconsejan diversas formas de respiración para calmar el estrés, que requieren paciencia y tiempo. Se llevan a cabo mediante diversos ejercicios de respiración abdominal que ayudan a una mejor respiración. Consiste en inhalar profundamente y exhalar lentamente, haciendo varias repeticiones hasta que la sensación de estrés se vaya por completo. Existen varias técnicas de respiración adicionales, que requieren entrenamiento y práctica.

- **Técnica Cognitivo-Conductuales:**

Consiste en aprender a detener el pensamiento distorsionador y cambiarlo por emociones positivas. Ayuda a cambiar la mentalidad negativa y fatalista de las personas que padecen de estrés por pensamientos buenos, positivos y constructivos que pueden ayudar a tener una mejor calidad de vida.

- **Técnica del Autocontrol:**

Se emplea para regular la conducta mediante la dirección de nuestros esfuerzos en un mismo entorno: Si ya sabemos qué nos causa ansiedad y hemos detectado el tipo de estrés que nos aqueja, podemos realizar diversas técnicas de auto control para controlarlo. Antes de poder recurrir a estas técnicas se necesita un diagnóstico médico y un tratamiento principal, pues el autocontrol es una técnica secundaria a disposición del paciente, nunca una terapia principal.

- **Tratamiento con Medicina Alternativa**

Además de terapias psicológicas y farmacológicas se puede recurrir a métodos tradicionales que, además de otros efectos, calman el estrés y la ansiedad. Estas terapias, que se consideran medicina alternativa en estos casos, tienen un probado efecto relajante si se realizan del modo correcto.

- **Acupuntura:**

Esta técnica consiste en detectar ciertos puntos en el cuerpo humano y colocar pequeñas agujas (realizada por un especialista) que ayudan a prevenir y curar del estrés mediante una serie de sesiones.

La acupuntura es, ciertamente, demasiado compleja para tratarla en profundidad; baste decir que se basa en los flujos biomagnéticos corporales y la interacción con éstos en puntos clave. La ciencia moderna está investigando los principios fundamentales de este método milenario.

- **Yoga:**

Esta técnica consiste en adoptar diversas posiciones, sincronizando los movimientos con la respiración. Esto ayuda a tener un control

mente-cuerpo. Quienes lo practican afirman que es revitalizante y relajante.

- **Método Pilates:**

Esta técnica se le conoce como el Yoga moderno o el Yoga de occidente, consiste en ejercicios aeróbicos que fortalecen zonas concretas del cuerpo, lo que previene dolores y molestias y mejora la forma física.

Resulta asimismo relajante, por lo que está indicado para personas con problemas de estrés o ansiedad, tanto por su efecto relajante como por la descarga de frustración y ansiedad, de forma segura, por medio de los ejercicios físicos.

- **Digito Puntura:**

Este tratamiento casero consiste masajear algunos puntos del cuerpo humano para aliviar y contrarrestar de la tensión y del estrés, de forma similar a la acupuntura. (25)

L. Niveles de estrés

Según la escala de calificación del nivel de estrés en los estudiantes universitarios, se utilizó el Test del estrés modificado, el cual mide los diferentes niveles de estrés del estudiante encuestado viendo dos indicadores (situaciones estresantes, estímulos estresores) (26) y los clasifica de la siguiente manera:

- **Nivel Alto**

Cuando las evaluaciones del estudiante sus notas promedio del presente test oscilan entre 85 a 115. Puntos respectivamente.

- **Nivel Medio**

Cuando las evaluaciones del estudiante sus notas promedio del presente test oscilan entre 54 a 84 puntos respectivamente.

- **Nivel Bajo**

Cuando las evaluaciones del estudiante sus notas promedio del presente test oscilan entre 23 a 53 puntos respectivamente.

M. Intervenciones de enfermería

- Efectuar los diagnósticos de Enfermería a partir de los problemas de salud detectados en la valoración.
- Elaborar el plan y prestar cuidados, fijando objetivos, marcando las actuaciones necesarias y convenientes y estableciendo sistemas de evaluación.
- Participar en las sesiones de trabajo del equipo asistencial encaminados a diseñar las estrategias terapéuticas.
- Realiza tamizajes de captación de diferentes trastornos mentales en colegios, universidades u otros.
- Actúa como referente para el paciente con respecto al equipo de salud para asegurar la continuidad de cuidados.
- Observar, interpretar y registrar trastornos de la conducta, en el plano de la percepción, pensamientos y demás funciones psíquicas básicas.
- Realizar y/o participar en terapias individuales y grupales.
- Planificar y realizar actividades lúdicas y socio terapéuticas y de educación para la salud.
- Ayudar al paciente a independizarse lo antes posible y contribuir mediante actividades diversas a su rehabilitación y resocialización.
- Atiende las urgencias, resolviéndolas o canalizándolas, si fuera necesario, hacia los profesionales y/o servicios adecuados.

- Defiende y exige el cumplimiento de los derechos de los pacientes desde el punto de vista social e individual.
- Estructurar y realizar consultas de enfermería de salud Mental.
- Realizar visitas domiciliarias como instrumento imprescindible para el trabajo comunitario.
- Coordinar el equipo de enfermería de salud Mental en los diferentes ámbitos de actuación, delegando las actividades que procedan.
- Administrar tratamientos psicofarmacológicos prescritos cuando el paciente no pueda auto administrárselos.
- Realizar el seguimiento de los pacientes para evaluar el resultado de los cuidados y tratamientos aplicados y así poder readecuar las actuaciones al estado de sus necesidades.
- Proporcionar apoyo y asesoramiento a las enfermeras de atención primaria y a las que trabajan en las unidades hospitalarias.
- Participar en las reuniones de coordinación con los diferentes dispositivos de atención a la salud mental.
- Elaborar registros estadísticas y memorias que se deriven de sus funciones. (27)

2.2.3. Rendimiento académico

A. Definición

El rendimiento académico puede concebirse como el nivel de conocimientos, habilidades y destrezas que el estudiante adquiere durante el proceso enseñanza aprendizaje de los educandos matriculados en un curso, grado, ciclo o nivel educativo, lo que va estar en relación con los objetivos y contenidos de los programas y el desempeño de los estudiantes en todo el proceso mencionado (28)

Es la relación entre el proceso de aprendizaje, que involucra factores extrínsecos e intrínsecos al individuo, y el producto que se deriva de

él, expresado tanto en valores predeterminados por un contexto sociocultural como en las decisiones y acciones del sujeto en relación con el conocimiento que se espera obtenga de dicho proceso.

El rendimiento académico del estudiante es una de las dimensiones más importantes en el proceso de enseñanza y aprendizaje (Garzón, Pinzón, del Riesgo, Rojas & Salamanca, 2010).

Cada universidad determina sus criterios de evaluación para obtener un promedio ponderado (valoración) de las asignaturas que cursa el alumno, donde se toman en cuenta diversos elementos como la cantidad de los cursos, el número de créditos y el valor obtenido en cada uno de ellos.

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.

B. Dimensiones que inciden en el rendimiento académico

a. Dimensión académica

Esta dimensión refiere al qué y al cómo del desarrollo académico del sujeto en su proceso formativo en la universidad, en este sentido, se consideran tanto variables que afectan directamente la consecución del resultado de dicho proceso, como aquellas que lo evidencian.

b. Dimensión económica

La dimensión económica se relaciona con las condiciones que tienen los estudiantes para satisfacer las necesidades que plantea el sostenerse mientras cursa sus estudios académicos como: vivienda,

alimentación, vestuario, transporte, material de estudio, gastos en actividades de esparcimiento, entre otros.

Si estas son favorables se espera que desarrollen sus actividades académicas con solvencia, responsabilidad, autonomía y que los resultados sean satisfactorios.

c. Dimensión familiar

Se entiende esta dimensión, como el ambiente familiar donde se desarrolla y crece un individuo, el cual puede favorecer o limitar su potencial personal y social, además de tener efectos en la actitud que asume frente al estudio, la formación académica y las expectativas con proyectos de educación superior.

En la familia se gestan patrones de comportamiento, valores y sistemas de relación entre sus miembros que son registrados a nivel consciente e inconsciente de tal forma que en la dinámica familiar se puede constatar que la actitud del estudiante, sea de manera positiva o negativa.

d. Dimensión personal.

Esta dimensión atraviesa las otras cuatro dimensiones dirige el deseo, la intención y la acción en gran parte inconscientemente de cada sujeto como individualidad manifestándose en su singularidad. Una de las características que se incluye en esta dimensión son habilidades sociales y su adquisición por medio, principalmente, del aprendizaje que incluyen comportamientos verbales y no verbales, específicos y discretos; suponen iniciativas y respuestas efectivas y apropiadas, acrecientan el reforzamiento social, son recíprocas por naturaleza y suponen una correspondencia efectiva y apropiada. (29)

C. Factores académicos que inciden en el rendimiento académico

a. Capacidad Intelectual

Factor que se considera muy importante es la capacidad intelectual, que tiene una importancia muy significativa sobre el rendimiento académico.” todos los aprendizajes son obtenidos por la capacidad de percibir y organizar los conocimientos adquiridos durante la clase”

b. Asistencia a clases

Se refiere a la presencia del estudiante en las lecciones otorgadas por el docente, cuanto mayor asiste el estudiante a clases tendrá mejor calificación, la asistencia es uno de los factores más significativos que influye en el rendimiento académico.

c. La didáctica

Es muy importante que el docente utilice métodos para que tenga llegada al estudiante y a su vez pueda captar al cien por ciento la clase dictada.

d. Aptitudes

“Al igual que la inteligencia, las aptitudes son variables comúnmente estudiadas dentro de los determinantes de índole personal. Se asocian a habilidades para realizar determinadas tareas por parte del estudiante mediante diferentes pruebas”

e. Formación Académica Previa a la universidad

El rendimiento académico previa a la Universidad constituye uno de los indicadores con la mayor capacidad predictiva en el rendimiento académico en los estudiantes universitarios y tiene mucho que ver la calidad educativa de la institución de la que proviene el estudiante

f. Edad

Encontramos que los resultados del estudio de la relación entre la variable de la edad y el rendimiento pueden pensarse, en cierta forma contradictorias.

Por una parte parece claro que, en cada curso, los estudiantes más jóvenes son los que obtienen mejores tasas de rendimiento y mejores calificaciones y por otra, parece igualmente claro que los mejores rendimientos van asociados a los alumnos de los últimos cursos, es decir, los alumnos de mayor edad. (30)

D. Rendimiento académico relacionado al conocimiento

a. Conocimiento conceptual:

Hechos o información adquiridos por una persona a través de la experiencia o la educación, la comprensión teórica o práctica de un asunto referente a la realidad.

b. Conocimiento procedimental:

Es la forma adecuada o poco adecuada o inadecuada como se realiza una acción, un procedimiento o una tarea asignada o no.

c. Conocimiento actitudinal:

Defínase como una disposición de ánimo para realizar determinadas cosas, con ayuda o sin ayuda de otra persona (31).

E. Niveles del Rendimiento Académico

a. Nivel Muy Bueno

Cuando el estudiante evidencie el logro de aprendizaje sobresaliente y las evaluaciones promedian entre 18 a 20 puntos respectivamente.

b. Nivel Bueno

Cuando el estudiante evidencia el logro de su aprendizaje adecuado y las evaluaciones promedian oscilan entre 15 a 17 puntos respectivamente.

c. Nivel Regular

Cuando el estudiante evidencia un logro de su aprendizaje poco previsto, por lo cual requiere un acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo y las evaluaciones promedio oscilan entre 11 a 14 puntos respectivamente.

d. Nivel Deficiente

Cuando el estudiante evidencia dificultades para el desarrollo del logro de su aprendizaje y las evaluaciones promedio oscilan entre 05 a 10 puntos respectivamente. (32)

2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

a. Estrés

El estrés es la reacción de su cuerpo a un desafío o demanda. En pequeños episodios el estrés puede ser positivo, como cuando le ayuda a evitar el peligro o cumplir con una fecha límite. Pero cuando el estrés dura mucho tiempo, puede dañar su salud. (33)

b. Rendimiento académico

El rendimiento académico puede concebirse como el nivel de conocimientos, habilidades y destrezas que el estudiante adquiere durante el proceso enseñanza- aprendizaje de los educandos matriculados en un curso, grado, ciclo o nivel educativo, lo que va estar en relación con los objetivos y contenidos de los programas y el desempeño de los estudiantes en todo el proceso mencionado (34).

c. Estudiante

El estudiante es aquel sujeto que tiene como ocupación principal la actividad de estudiar percibiendo tal actividad desde el ámbito académico. La principal función de los estudiantes es aprender siempre cosas nuevas sobre distintas materias o ramas de la ciencia y arte, o cualquier otra área que se pueda poner en estudio. El que estudia ejecuta la lectura como la práctica del asunto o tema sobre el que está aprendiendo, desarrollando habilidades y destrezas (35)

2.4. HIPÓTESIS

2.4.1. Hipótesis General

Es probable que exista relación significativa entre el estrés y el rendimiento académico en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017

2.4.2. Hipótesis Específicas

H1. Existe un nivel alto de estrés en los internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017

H0. No existe un nivel alto de estrés en los internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017

- H2.** Existe un nivel deficiente de rendimiento académico en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017
- H0.** No existe un nivel deficiente de rendimiento académico en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017
- H3.** Existe relación significativa entre el estrés y el conocimiento conceptual en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017
- H0.** No existe relación significativa entre el estrés y el conocimiento conceptual en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017
- H4.** Existe relación significativa entre el estrés y el conocimiento procedimental en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017
- H0** No existe relación significativa entre el estrés y el conocimiento procedimental en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017
- H5.** Existe relación significativa entre el estrés y el conocimiento actitudinal en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017
- H0.** No existe relación significativa entre el estrés y el conocimiento actitudinal en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017

2.5. VARIABLES

a. Variable X

Estrés

- Situaciones estresantes
 - Competencias
 - Trabajos académicos
 - Participación
- Estímulos estresores
 - Reacciones físicas
 - Reacciones psicológicas
 - Reacciones conductuales

b. Variable Y

Rendimiento académico

- Conocimiento Conceptual
- Conocimiento Procedimental
- Conocimiento Actitudinal

2.5.1. Definición Conceptual De La Variable

Variable X: Estrés

Se puede definir al estrés como el proceso que se pone en marcha ante una situación o acontecimiento amenazante, que perturba el equilibrio emocional del individuo. (36)

Variable Y: Rendimiento Académico

Se considera una de las dimensiones más importantes en el proceso enseñanza aprendizaje, 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 universitaria. (37)

2.5.2. Definición Operacional de la Variable

Variable X: Estrés

Se medirá con el test del estrés académico modificado, que tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que en ocasiones suele acompañar a los estudiantes considerando aquellas situaciones o momentos donde el ser humano desarrolla un estrés en diferentes grados.

Variable Y: rendimiento académico

Se medirá con la aplicación de la ficha de observación documental, que evaluará el rendimiento conceptual, procedimental y actitudinal.

2.5.1. Operacionalización de la Variable

VARIABLE	INDICADORES	Nº DE ÍTEMS	INSTRUMENTO	PARÁMETRO	ESCALA
VARIABLE X ESTRÉS El estrés se puede definir también como la tensión física o emocional que puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso	SITUACIONES ESTRESANTES -Competencias -Trabajos académicos -Participación	1-2- 3-4 5-6- 7-8	TEST DEL ESTRÉS ACADÉMICO MODIFICADO	NIVEL BAJO 23-53 puntos NIVEL MEDIO 54-84 puntos	Ordinal
	ESTIMULOS ESTRESORES -Reacciones físicas -Reacciones psicológicas -Reacciones conductuales	9,10,11,12, 13,14,15,16 17,18,19,20 21,22,23		NIVEL ALTO 85-115 puntos	
VARIABLE Y RENDIMIENTO ACADEMINCO 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.	CONOCIMIENTO CONCEPTUAL	1	FICHA DE OBSERVACION DOCUMENTAL	NIVEL MUY BUENO 18-20 puntos.	Ordinal
	CONOCIMIENTO PROCEDIMENTAL	2		NIVEL BUENO 15-17 puntos. NIVEL REGULAR 11-14 puntos.	
	CONOCIMIENTO ACTITUDINAL	3		NIVEL DEFICIENTE 05-10 puntos	

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN

3.1.1. Tipo de Investigación

Es una investigación de tipo descriptiva correlacional, de corte transversal, no experimental cuantitativo porque no se va a manipular las variables sino correlacionar la relación entre las variables estrés y rendimiento académico de los internos de enfermería.

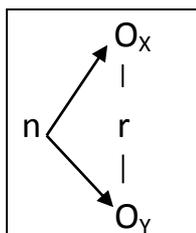
Según el número de variables es bivariado ya que se está trabajando con dos variables.

3.1.2. Nivel de la Investigación

Es una investigación relacional porque busca establecer relación entre las variables de estudio.

3.1.3. Diseño de la Investigación

Es un diseño correlacional no experimental porque se observará las acciones tal y como ocurren naturalmente y poder analizar e interrelacionar las variables en un momento dado.



Dónde:

n : Población de estudio.

O_x : Medición de la variable estrés.

r : Relación de la variable estrés y rendimiento académico

O_y : Medición de la variable rendimiento académico.

3.2. DESCRIPCIÓN DEL ÁMBITO DE LA INVESTIGACIÓN

3.2.1. Ubicación Espacial

La Universidad Alas Peruanas filial Arequipa está ubicada en la Urb. Daniel Alcides Carrión G-14, Paseo de La Cultura, José Luis Bustamante y Rivero. Ofrece al público arequipeño 17 carreras profesionales entre las que se encuentra la Carrera Profesional de Enfermería.

Departamento: Arequipa

- Región : Arequipa
- Provincia : Arequipa
- Distrito : José Luis Bustamante y Rivero

- Dirección : Urb. Daniel Alcides Carrión G-14, Paseo de La Cultura, José Luis Bustamante y Rivero

3.2.2. Ubicación Temporal

La presente investigación se realizará entre marzo a noviembre del año 2017.

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.3.1. Población

La población de estudio estará conformada por todos los internos de enfermería de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, filial Arequipa.

3.3.2. Muestra

La muestra que se utilizó para el presente proyecto está conformada por el total de la población constituida por 110 internos del IX y X ciclo de la carrera profesional de enfermería.

3.3.3. Muestreo

Fue de tipo no aleatorio censal

3.3.4. Criterios de Inclusión

- Internos de enfermería del IX y X ciclo.
- Internos de enfermería de ambos sexos

3.3.5. Criterios de Exclusión

- Internos de enfermería que no deseen participar en la presente investigación.

3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

3.4.1. Técnica

Durante el presente estudio las técnicas a utilizar son:

- Para la variable X:
Entrevista para aplicación del estrés académico.
- Para la variable Y:
Entrevista para conocer el Rendimiento académico.

3.4.2. Instrumento

Para la Variable X

Nombre : Ficha técnica SISCO Modificado

Autor : Arturo Barraza Macia

Modificado por: Yeni Choque Carcausto

Para la Variable Y

Nombre : Ficha de observación documental de rendimiento Académico

Autor : Escuela Profesional de Enfermería Universidad Alas Peruanas

3.5. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

3.5.1. Para la Variable X

Ficha técnica inventario SISCO modificado

Nombre: Inventario SISCO modificado (38)

Autor: Arturo Barraza Macia

Modificado por: Yeni Choque Carcausto

Estructura y Descripción: El inventario SISCO modificado se compone de 23 ítems distribuidos de la siguiente manera:

PRIMERA PARTE:

- Está elaborada para obtener datos sociodemográficos del encuestado (sexo, edad, trabajo, ciclo y procedencia).

SEGUNDA PARTE:

- Ocho ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar situaciones estresantes.
- 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.

Propiedades psicométricas:

El inventario SISCO de estrés académico modificado presenta una tabla donde se evalúa el grado de estrés académico, para confirmar su validez fue evaluado por expertos (Dra. Victoria Segovia de romero, Dra. Gladys Arguelles Peralta, Lic. Yanina Medina Cornejo)

Para validar el instrumento se toma una muestra conformada por 20 internos de enfermería de la Universidad Alas Peruanas del X semestre, teniendo como resultados, que el 95% internos son del sexo femenino, sus edades oscilan entre los 21 y 26 años, el 70% de los internos no trabajan y cuentan con el apoyo de sus padres o tutores, en cuanto el nivel de estrés el 85% de internos tienen un estrés alto, un 15% un nivel medio de estrés.

Para poder determinar el nivel de estrés se tomó en cuenta lo siguiente:

- Estrés alto
Cuando el estudiante obtiene entre 85 y 115 puntos, se considera que presenta un grado de estrés alto.
- Estrés regular
Cuando el estudiante obtiene entre 54 y 84 puntos, se considera que presenta un grado de estrés regular.
- Estrés bajo
Cuando el estudiante obtiene entre 23 y 53 puntos, se considera que presenta un grado de estrés bajo.

Administración: Individual o colectiva.

Duración: Su aplicación dura entre 10 y 15 minutos.

RESULTADO	VALOR
85-115 Puntos	Alto estrés
54-84 Puntos	Regular estrés
23-53 Puntos	Bajo estrés

3.5.2. Para la Variable Y

Ficha de observación documental de rendimiento académico

Nombre: Ficha de observación documental de Rendimiento Académico

Autor: Escuela profesional de Enfermería Universidad Alas Peruanas

Estructura y descripción: La presente ficha de observación documental es un instrumento que es utilizada para valorar el nivel de rendimiento académico de los internos de enfermería de la Universidad Alas Peruanas

Propiedades: A continuación, se observará una tabla donde se evalúa el rendimiento académico, se toma en cuenta las notas obtenidas por los estudiantes, esta ficha se divide en tres indicadores: conocimiento conceptual (presentación de caso clínico, elaboración de proyecto y presentación de PAE), conocimiento procedimental (desempeño en rotaciones de servicio) y el conocimiento actitudinal (asistencia a campo clínico y capacitación), ficha utilizada para evaluar el desempeño de los internos, se calificara de la siguiente manera:

- Nivel Muy Bueno
Cuando el estudiante evidencie el logro de aprendizaje sobresaliente y las evaluaciones promedian entre 18 a 20 puntos respectivamente.

- Nivel Bueno
Cuando el estudiante evidencia el logro de su aprendizaje adecuado y las evaluaciones promedian oscilan entre 15 a 17 puntos respectivamente

- Nivel Regular
Cuando el estudiante evidencia un manejo de logro de su aprendizaje poco previsto, por lo cual requiere un acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo y las evaluaciones promedio oscilan entre 11 a 14 puntos respectivamente.

- Nivel Deficiente
Cuando el estudiante evidencia dificultades para el desarrollo del logro de su aprendizaje y las evaluaciones promedio oscilan entre 05 a 10 puntos respectivamente.

PUNTUACIÓN	NIVELES
Puntuación entre 18 y 20	Nivel muy bueno
Puntuación entre 15 y 17	Nivel bueno
Puntuación entre 11 y 14	Nivel regular
Puntuación entre 05 y 10	Nivel deficiente

3.6. PLAN DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.6.1. Técnicas de procesamiento de datos recolectados

- Se revisa la calidad de datos del instrumento, verificando que todas las preguntas estén debidamente llenadas, en caso que algún cuestionario no esté completo no se incluye en el vaciado de datos.
- Se adquiere un programa estadístico SPSS Versión 21.
- Se obtiene el programa estadístico y se elabora una matriz de datos haciendo uso el programa ya mencionado.

3.6.2. Técnicas de Análisis de los Datos Recolectados

En la técnica del análisis de datos recolectados se analiza con porcentajes y frecuencias donde se aplica datos estadísticos de resumen como promedio, mediana, valor máximo y valor mínimo, también se utiliza las medidas de tendencia central.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos luego de la aplicación de los cuestionarios de estrés y la ficha de observación documental de rendimiento académico para la presente investigación.

Tabla 1

Población en estudio según edad en internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017

EDAD	fi	%
20 - 25	88	80,0
26 - 31	14	12,8
32 - 37	04	03,6
38 - 43	04	03,6
TOTAL	110	100,0

Fuente: encuesta, elaboración propia, 2017

$$n = 110; \bar{X} = 24,27; \sigma = 4.633$$

En la presente tabla se observa que las edades de los internos de enfermería de la Escuela Profesional de Enfermería, fluctúan entre los 20 y los 25 años en un 80% con una media aritmética de 24.27 y una desviación estándar de 4.633. El 12,8% de las edades se encuentran entre 26 y 31 años, en un 3,6% se encuentran a internos entre 32 y 37 años y el otro 3,6% de las edades agrupa a internos con edades entre 38 y 43 años.

Tabla 2

Población en estudio según sexo en internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017

SEXO	fi	%
Hombre	06	5,4
Mujer	104	94,6
TOTAL	110	100,0

Fuente: encuesta, elaboración propia, 2017

En la presente tabla se puede observar que la mayor parte de internos de la Escuela Profesional de Enfermería son de sexo femenino en un 94,6%, lo cual indica que las mujeres constituyen el mayor grupo en género y con menor porcentaje 5,4% está conformada por hombres.

Tabla 3

Población en estudio según ciclo académico en que cursan los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017

CICLO ACADÉMICO	fi	%
Noveno	41	37,2
Decimo	69	62,8
TOTAL	110	100,0

Fuente: encuesta, elaboración propia, 2017

En la presente tabla se puede observar que el 37,2% corresponden a los internos que están matriculados en el noveno ciclo, representando al menor grupo de internos de la Escuela Profesional de Enfermería y en un 62,8% corresponden a internos del ciclo decimo, lo cual indica que el mayor porcentaje de internos de enfermería se encuentran en el décimo ciclo.

Tabla 4

Población en estudio según procedencia en internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017

LUGAR DE PROCEDENCIA	fi	%
Arequipa	58	52,8
Puno	23	21,0
Cusco	8	7,2
Otros	21	19,0
TOTAL	110	100,0

Fuente: encuesta, elaboración propia, 2017

En la presente tabla se puede observar que el 52,8% de los internos de enfermería proceden del departamento de Arequipa, el 21,0% provienen del departamento de Puno, un 7,2 % proviene del departamento del Cusco y los internos que provienen de otros departamentos del Perú está representado por un 19,0%. Lo que significa que existe una migración importante de estudiantes en la Escuela Profesional de Enfermería.

Tabla 5

Población en estudio según ocupación en internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017

OCUPACIÓN	fi	%
Trabajan	44	40,0
No trabajan	66	60,0
TOTAL	110	100,0

Fuente: encuesta, elaboración propia, 2017

En la presente tabla se observa que del total de encuestados, un 60,0% son internos que trabajan para solventar sus estudios universitarios, mientras que el 40,0% no trabajan y son internos que tienen apoyo económico por parte de familiares. Lo que significa que existe un número importante de internos que trabajan y estudian.

Tabla 6

Población en estudio según nivel de estrés en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017

NIVEL DE ESTRÉS	Fi	%
Estrés alto 85- 115 puntos	80	72,8
Estrés regular 54 - 84 puntos	18	16,3
Estrés bajo 23 - 53 puntos	12	10,9
TOTAL	110	100,0

Fuente: encuesta, elaboración propia, 2017

En la presente tabla se puede observar que el 72,8% de internos de enfermería presentan un nivel alto de estrés, el 16,3% presenta un regular nivel de estrés y el 10,9% presentan un nivel bajo de estrés, lo que significa que los internos de enfermería del noveno y décimo ciclo se encuentran como un grupo vulnerable, al presentar estrés.

Tabla 7

Población en estudio según nivel de rendimiento académico en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017

NIVEL RENDIMIENTO ACADÉMICO	Fi	%
Muy bueno 18 - 20 puntos	15	13,7
Bueno 15 - 17 puntos	20	18,0
Regular 11 - 14 puntos	60	54,6
Bajo 05 - 10	15	13,7
TOTAL	110	100,0

Fuente: encuesta, elaboración propia, 2017

En la presente tabla se puede observar que los internos de enfermería tanto del noveno y décimo ciclo presenta un rendimiento académico regular de 54,6%, en un 18,0% poseen un rendimiento académico bueno y en un 13,7% presentan un rendimiento académico muy bueno, y el otro 13,7% presenta un rendimiento bajo, lo que significa son estudiantes que deben mejorar su rendimiento académico.

Tabla 8

Población en estudio según la relación entre el estrés y el conocimiento conceptual en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017

CONOCIMIENTO CONCEPTUAL	ESTRÉS						TOTAL	
	Estrés bajo 23 - 53		Estrés regular 54 - 84		Estrés alto 85 - 115		Fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Muy bueno 18 - 20	03	2,7	07	6,3	05	4,5	15	13,6
Buena 15 - 17	02	1,9	03	2,8	15	4,6	20	18,2
Regular 11-14	05	4,5	07	6,3	48	43,7	60	54,6
Baja 05 -10	02	1,9	01	0,9	12	11,0	15	13,6
TOTAL	12	11,0	18	16,3	80	72,8	110	100,0

Fuente: Encuesta, elaboración propia, 2017
 $X^2 = 18.432$ $p\text{-valor} = 0.000$ $gl=11$

En la presente tabla se tiene que el 43,7% de los internos de enfermería de la Escuela Profesional de Enfermería presentan un estrés alto y tienen un conocimiento conceptual regular.

Prueba de hipótesis:

Con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, existe relación ($p\text{-valor}=0.000 < 0.05$) entre el conocimiento conceptual y el nivel de estrés en internos de enfermería.

Por lo tanto se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 9

Población en estudio según la relación entre el estrés y el conocimiento procedimental en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017

CONOCIMIENTO PROCEDIMENTAL	ESTRÉS						TOTAL	
	Estrés bajo 23 - 53		Estrés regular 54 - 84		Estrés alto 85 - 115		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Muy bueno 18 - 20	01	0,9	07	6,3	07	6,3	15	13,6
Buena 15 - 17	01	0,9	07	6,3	12	11,0	20	18,2
Regular 11-14	05	4,6	04	3,7	51	46,5	60	54,6
Baja 05 -10	05	4,6	00	0,0	10	9,0	15	13,6
TOTAL	12	11,0	18	16,3	80	72,8	110	110,0

Fuente: Encuesta, elaboración propia, 2017
 $X^2 = 18.452$ p-valor = 0.000 gl=11

En la presente tabla se tiene que el 46,5 % de los internos de enfermería de la Escuela Profesional de Enfermería presentan un grado de estrés alto y tienen un conocimiento procedimental regular.

Prueba de hipótesis:

Con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, existe relación (p-valor=0.000<0.05) entre el conocimiento procedimental y el nivel de estrés en internos de enfermería.

Por lo tanto se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 10

Población en estudio según la relación entre el estrés y el conocimiento actitudinal en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017

CONOCIMIENTO ACTITUDINAL	ESTRÉS						TOTAL	
	Estrés bajo 23 - 53		Estrés regular 54 - 84		Estrés alto 85 - 115		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Muy bueno 18 - 20	05	4,6	07	6,4	03	2,8	15	13,6
Bueno 15 - 17	05	4,6	00	0,0	15	13,6	20	18,2
Regular 11-14	00	0,0	10	9,0	50	45,4	60	54,6
Bajo 05 -10	02	1,8	01	0,9	12	11,0	15	13,6
TOTAL	12	11,0	18	16,3	80	72,8	110	1100,0

Fuente: Encuesta, elaboración propia, 2017
 $\chi^2 = 18.444$ p-valor = 0.000 gl=11

En la presente tabla se tiene que el 45,4 % de los internos de enfermería de la Escuela Profesional de Enfermería presentan un grado de estrés alto y tienen un conocimiento actitudinal regular.

Prueba de hipótesis:

Con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, existe relación (p-valor=0.000<0.05) entre el conocimiento actitudinal y el nivel de estrés en internos de enfermería.

Por lo tanto se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 11

Población en estudio según la relación entre el estrés y el rendimiento académico en los internos de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP, Arequipa 2017

RENDIMIENTO ACADEMICO	ESTRÉS						TOTAL	
	Estrés bajo 23 - 53		Estrés regular 54 - 84		Estrés alto 85 - 115		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Rendimiento Muy bueno 18 - 20	05	4,6	07	6,3	03	2,7	15	13,6
Rendimiento Bueno15 - 17	05	4,6	10	9,0	05	4,6	20	18,2
Rendimiento Regular11-14	01	0,9	01	0,9	58	52,7	60	54,6
Rendimiento Bajo 05 -10	01	0,9	00	0,0	14	12,8	15	13,6
TOTAL	12	11,0	18	16,3	80	72,8	110	1100,0

Fuente: Encuesta, elaboración propia, 2017
 $X^2 = 18.532$ $p\text{-valor} = 0.000$ $f=11$

En la presente tabla se tiene que el 52,7 % de los internos de enfermería de la Escuela Profesional de Enfermería presentan una relación significativa con el rendimiento académico.

Prueba de hipótesis:

Con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, existe relación ($p\text{-valor}=0.000<0.05$) entre el rendimiento académico y el nivel de estrés en internos de enfermería.

Por lo tanto se acepta la hipótesis general.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Los estudiantes universitarios se enfrentan cada vez más a retos y exigencias del medio profesional que demandan una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos de diversa índole. Los jóvenes que comienzan una carrera superior se enfrentan a una responsabilidad mayor, la necesidad de mantener un rendimiento académico adecuado, considerado como el cumplimiento de las metas, logros u objetivos establecidos en la asignatura que cursan, docentes que les exigen y asignan diversas actividades, como presentar trabajos grupales, informes, prácticas clínicas, trabajos de investigación y exámenes con una exigencia elevada. Todos estos elementos constituyen situaciones de evaluación en la que es importante ser exitoso, para facilitar el paso al siguiente semestre.

En el año 2013 la Organización Mundial de Salud consideró al estrés como la epidemia de la modernidad. Los índices de la epidemia en el Perú van en aumento. Según una encuesta realizada por REGUS en el año 2012 el 33% de personas adujeron sentirse más estresados.

El proceso del aprendizaje exige del interno de enfermería una actualización constante al medio, porque cada día el mercado laboral es más competitivo esto implica emulación entre estudiantes, que a su vez generan conflictos, que son potencialmente estresores, y pueden ocasionar problemas emocionales, psicológicos y fisiológicos, dentro de la universidad, en el Hogar y en lo laboral”.

Existen casos en los que los estudiantes se encuentran desmotivados, no rinden académicamente o simplemente abandonan sus estudios sin que lleguemos a entender muy bien por qué. La preocupación de las universidades por ofrecer una enseñanza de calidad supone considerar todas las variables implicadas en el proceso de enseñanza aprendizaje, por ello se debe estar atento a la presencia del estrés.

En la presente investigación se encontró que las edades de la población estudiada fluctúan entre los 20 y los 25 años en un 80% de porcentaje. Asimismo, el 96,4% de internos de enfermería son de sexo femenino y el 5,4% de sexo masculino, el 37,2% son internas del noveno ciclo y un 62,8% son internos del décimo ciclo.

Se encontró que los internos de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Alas Peruanas, proceden en su mayoría con un 52,8% de la ciudad de Arequipa, el 21,0 % de la ciudad de Puno y un 19,0% de otras ciudades del Perú.

Por otro lado se encontró que existe un alto nivel de estrés representado por un 72,8%, seguido por un estrés regular de 16,3%. Existe un rendimiento académico regular de 54,6%, con un rendimiento académico bueno de 18% en internos de enfermería.

Ello implica que existe un alto nivel de estrés, en los internos de enfermería que muchas veces afectada distintos ámbitos de la vida y muchas veces se relaciona directamente en su rendimiento académico.

De manera similar Maruris, M. Cortés P, Cabañas MA, Godínez F, González M, Landero R. México (2012) en su investigación El nivel de estrés y los factores

asociados en estudiantes de licenciatura de las diferentes Unidades Académicas de la Ciudad Universitaria de Chilpancingo. Los resultados refieren que la prevalencia de hiper estrés fue de 44,4%. Las Unidades Académicas con mayor prevalencia de estrés fueron Ciencias Químicas (56%) y Filosofía y Letras (52,54%). Las mujeres tienen mayor prevalencia en estrés que los hombres. Encontraron 17 factores asociados al hiper estrés, entre los que se encuentran: no hacer ejercicio, consumo de alcohol y sentirse cansado y sin energías, entre otros (6)

Asimismo se encontró en la investigación que existe una relación significativa entre el estrés y conocimiento conceptual, se tiene que el 43,6% de los internos de la Escuela Profesional de Enfermería presentan un alto estrés y se relaciona con un conocimiento conceptual regular, que concuerda con lo que encontró Ticona, A. Boullosa GI. Lima (2013) en la investigación, Relacionar los niveles de estrés académico y el afrontamiento en alumnos de la Pontificia Universidad Católica del Perú; Los resultados mostraron un nivel de estrés académico medianamente alto, las situaciones generadoras de estrés fueron las evaluaciones y la sobrecarga académica. En cuanto a la sintomatología experimentada, las reacciones psicológicas fueron las principales. Así mismo hacen un mayor uso de estilo de afrontamiento resolver el problema, finalmente, en cuanto a la relación de ambas variables, el nivel de estrés percibido se correlaciona directamente con el estilo de afrontamiento (8)

En cuanto a la relación del estrés con el conocimiento procedimental de las internas se encontró una relación significativa 46,5 % en los internos de enfermería y a su vez se compara con el estudio de Calata, F. y Quispe Chávez R. Arequipa (2014) Estresores y estrés percibido en las prácticas clínicas, en estudiantes de enfermería, de la universidad nacional de San Agustín Arequipa 2014, Los resultados fueron: 61,2% muestran competencias suficientes, 52,4% muestran impotencia e incertidumbre, 57,3% presentan relación insatisfactoria con el docente, 61,2% presentan satisfactoria relación con compañeros, 64,1% presentan implicación emocional, 76,7% se presenta como no dañada en la relación con el paciente y 74,8% presentan sobrecarga académica. Al

identificar el estrés percibido en las prácticas clínicas, se obtuvo que: 45,6% tiene estrés leve y estrés medio, respectivamente. (10)

Finalmente se encontró que existe una relación significativa entre el estrés y el rendimiento académico, encontrando que un 60,0% de los internos de enfermería, trabajan y estudian y el 40,0% no trabajan y solo estudian, lo que evidencia que algunos estudiantes de enfermería presentan un regular rendimiento académico, relacionado al nivel de estrés, presentando problemas con sus calificaciones en diferentes asignaturas y en algunos casos abandonan la carrera universitaria.

CONCLUSIONES

PRIMERA. En el presente estudio se ha encontrado que las edades de la población estudiada fluctúan entre los 20 y los 25 años en un 80%. Asimismo, el 94,6% de internos de enfermería son de sexo femenino y el 5,4% de sexo masculino, el 37,2% son internas del noveno ciclo y un 62,8% son internos del décimo ciclo. Según tablas (N° 1, 2 y 3) Se encontró también que el 52,8% proceden de la ciudad de Arequipa, el 23,0% de la ciudad de Puno y el 21,0% de otras ciudades del Perú. En cuanto a los internos que trabajan y estudian está representado por un 60,0% para solventar sus estudios universitarios y el 40% solo estudian. Según tabla (N°4 y 5)

SEGUNDA. En cuanto al nivel de estrés en los internos de la escuela de enfermería, se encontró que 72,8% presentan un grado de estrés alto, mientras que un 16,3% tiene un estrés regular y el menor porcentaje de 10,9% presentan un grado de estrés bajo.

TERCERA. Según el nivel de rendimiento académico, se encontró que el 54,6% presentan un rendimiento regular, un 18,0% presentan un rendimiento académico bueno y los rendimientos bajos y muy buenos están expresados por el 13,7% cada uno. Según tabla (N° 6 y 7)

CUARTA. En cuanto a la relación entre el estrés y el conocimiento conceptual en los internos, se encontró que existe relación entre el nivel de estrés y un rendimiento conceptual regular ($p\text{-valor}=0.000<0.05$). Según tabla(N°8)

QUINTA: Existe relación entre el nivel de estrés y el conocimiento procedimental en los internos de enfermería en un 46,5%, lo que indica la existencia de un nivel alto de estrés y un rendimiento académico regular. ($p\text{-valor}=0.000<0.05$) Según tabla(N°9)

SEXTA: También se encontró que existe relación entre el nivel de estrés en un 45,4% y un rendimiento actitudinal regular de los internos de enfermería. (p-valor=0.000<0.05) Según tabla(N°10)

SÉPTIMA: En cuanto la relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico, se encontró que existe relación significativa de 52,7% lo que indica un nivel de estrés alto y un rendimiento académico regular. (p-valor=0.000<0.05 Según tabla(N° 11)

RECOMENDACIONES

PRIMERA: Promocionar la carrera de enfermería y demostrar que no existe un estereotipo para ser enfermero, dejando de lado la discriminación por edad, sexo, procedencia etc., solo se requiere cualidades indispensables: flexibilidad, tolerancia y paciencia. Hace falta amor por la gente y un deseo sincero de ayudar a los demás, y demostrar que somos una universidad libre de discriminación.

SEGUNDA: Implementar talleres de estrategias de afrontamiento encaminados a promover mecanismos de defensa frente al estrés en todos los estudiantes.

TERCERA: Se recomienda al estudiante hacer un análisis sobre su condición pedagógica antes de seleccionar y matricularse en alguna asignatura, con el fin de prevenir la sobrecarga académica, tener una adecuada organización y administración del tiempo disponible para poder cumplir con las exigencias académicas.

CUARTA: Se recomienda a la plana docente organizar los horarios semestrales de las asignaturas teóricas y/o prácticas, de tal manera que los estudiantes universitarios no tengan limitaciones durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

QUINTA: Realizar reforzamiento en los gabinetes de la universidad antes del cambio de servicio del interno de enfermería, para mejorar sus conocimientos procedimentales, a su vez fortalecer el apoyo psicológico por parte de la escuela.

SEXTA: Coordinar y utilizar la información de consejerías y tutorías permanentes con el fin de brindar apoyo oportuno al estudiante en situaciones que lo requieren.

Implantar el uso de aromaterapia en los salones para crear un ambiente de armonía y relajación.

SÉPTIMA: Incrementar actividades o programas de bienestar (deportes, danzas, teatro) con el fin de satisfacer necesidades de recreación

del estudiante universitario que favorezcan el equilibrio de su estado emocional.

Elaborar un plan de meditación antes de iniciar cada clase para potenciar el aprendizaje de los estudiantes y aumentar el bienestar disminuyendo la ansiedad, depresión entre otros.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

2. Hernández B. Influencia del estrés sobre el rendimiento académico en los alumnos del colegio de bachilleres de la comunidad de Angahuan en México. Disponible en: [https:// es.scribd.com / doc/271749899/ Estrés -en -estudiantes- universitarios](https://es.scribd.com/doc/271749899/Estrés-en-estudiantes-universitarios). México 2011.
3. Caballero, C. Abello, R. Palacios, J. Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios [versión electrónica]. 2007. Avances en Psicología Latinoamericana, julio-diciembre, año/vol. 25, número 002. Bogotá, Colombia. Universidad del Rosario.
4. OMS, Organización Mundial de la Salud. Definición de estrés. Preguntas Frecuentes Disponible en: <http://www.who.int/suggestions/faq/es/>. (18/01/2015).
5. MedLine Plus. El estrés y su salud. EEUU. Disponible en: [https://medlineplus .gov /spanish/ency/article/003211.htm](https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003211.htm) EE.UU 2014.
6. Pineda M y C, A. Pensamiento crítico y rendimiento académico de estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú. Horizonte de la Ciencia 2015; 5(8):105-10. Perú 2015.
7. Maruris M, Cortés P, Cabañas MA, Godínez F, González M, Landero R. México (2012) El nivel de estrés y los factores asociados en estudiantes de licenciatura de las diferentes Unidades Académicas de la Ciudad Universitaria de Chilpancingo, Guerrero, México.
8. González, M. González S. México (2012) Herramientas de afrontamiento ante el Estrés Académico; un estudio de diseño taller vivencial, la población estuvo constituida por 40 estudiantes universitarios de cualquier semestre de la Universidad Nacional Autónoma de México.

9. Ticona, A. Boullosa GI. Lima (2013) Relacionar los niveles de estrés académico y el afrontamiento en alumnos de la Pontificia Universidad Católica del Perú.
10. Condori MP. Realizó Tacna (2012) Relación del Estrés Académico con las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de enfermería de la UNJBG
11. Calata, F. y Quispe Chávez R. Arequipa (2014) Estresores y estrés percibido en las prácticas clínicas, en estudiantes de enfermería, de la universidad nacional de San Agustín Arequipa 2014”
12. Parí, I. (2012). Arequipa Realizó una investigación titulada "Manifestaciones de estrés académico y métodos para afrontarlo en estudiantes de primero a cuarto semestre de la Escuela profesional de Educación Física de la UNA Puno 2012".
13. Marriner, A Y RAILE, M., Modelos y teorías en enfermería, Dorothy Jhonson Teoría sistemas conductuales. Barcelona 2011
14. Kozier B, Erb G, Berman A, Snyder S. fundamentos de enfermería. Conceptos, procesos y práctica. Volumen II. 7º Edición. Madrid, España. Editorial Mc Graw Hill Interamericana. 2011
15. Unobrain Que es el estrés Buena vida Madrid Disponible en <http://www.unobrain.com/> que es el estrés síntomas tratamiento natural España 2014.
16. Flores, L. Acosta, D. Ponce, B. Navas, E. Zelaya, B. Caballero, I. Umanzor, C. Influencia del Estés Académico en el rendimiento de los estudiantes de II de Bachillerato del Instituto Salesiano San Miguel. Tesis de Bachiller. Honduras. Universidad Nacional Autónoma de Honduras; 2008.
17. Vallejo, L. Relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la Carrera Química Farmacéutica-Biológica de la UNAM.

- Tesis de Bachiller. Distrito Federal de México, México. Universidad Pedagógica Nacional Psicológica Educativa; 2011.
18. Gonzales García, Manuel Jesús; Manejo del estrés; edición INNOVA; España; 2006.
 19. López V, Francisca; López M, María José; Situaciones generadoras de estrés en los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas, 2011
 20. Lara Hernández Psicología Clínica Dispositivos de Salud Mental del principado de Asturias (2000-2005) Disponible en: [https://lapsicologia.sindivan.wordpress.com/2015/02/04/el-estrés y las situaciones estresantes/](https://lapsicologia.sindivan.wordpress.com/2015/02/04/el-estr%C3%A9s-y-las-situaciones-estresantes/) España 2005.
 21. Ecured.Estresores2010. Disponible en : [https://www.ecured.cu/Estresores.Cuba 2010](https://www.ecured.cu/Estresores.Cuba2010)
 22. Ornella Castagneta Psicología y Mente Estrategias de afrontamiento Universitat Autònoma de Barcelona 2015., Disponible en :
[https://psicologiaymente.net/psicología/estrategias-afrontamiento#](https://psicologiaymente.net/psicologia/estrategias-afrontamiento#)
 23. Editorial Cinco Significado de Elogio | Definición, Concepto y Qué es Elogio enciclopedia culturaglia Honduras 2015 Disponible en:
[https://edukavital.blogspot.pe/2015/07/significado-de-elogio-definicion.html / Honduras 2015.](https://edukavital.blogspot.pe/2015/07/significado-de-elogio-definicion.html/)
 24. Estrés. <http://www.monografias.com/trabajos55/estres/estres.shtml> Consulta 21/06/12.
 25. Casuso J. Estudio del Estrés, y Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios de Ciencias de la Salud Facultad de Enfermería [Internet]. 2011. Disponible en:

<http://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/110630/4926/TD%20María%20Jesús%20Casuso%20Holgado.pdf?sequence=1>. España 2011.

26. Vallejo, L. Relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la Carrera Química Farmacéutica-Biológica de la UNAM. Tesis de Bachiller. Distrito Federal de México, México. Universidad Pedagógica Nacional Psicológica Educativa; 2011.
27. Bazán Castillo, Sarita Susan; Nivel de estrés en los estudiantes de Segunda Especialidad de Enfermería en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos; Lima; 2008
28. Daza de Caballero, Rosita; Medina, Luz S; Significado del Cuidado de Enfermería desde la perspectiva de los Profesionales de una Institución Hospitalaria de Tercer Nivel en Santa Fe de Bogotá, Colombia, 2006
29. 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. Tesis de Bachiller. Guatemala. Centro Universitario Metropolitano-Universidad de San Carlos; 2010.
30. Serón N. Relación que existe entre factores estresantes y rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería de la UNMSM. Tesis de Bachiller. Lima, Perú. Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2009.
31. Marín S. & León (2001). Entrenamiento en habilidades sociales: un método de enseñanza y aprendizaje para desarrollar las habilidades de comunicación interpersonal. Revista Psicothema. España: Universidad de Sevilla. Vol. 13.
32. Garbanzo M. Factores asociados al rendimiento académico. 1era Edición. San José, Costa Rica. Editorial Orbe. 2012.

33. Caldera Francisco Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos; México; 2008.
34. Pulido Rull, Estrés académico en estudiantes universitarios Psicología y Salud, Vol. 21, Núm. 1: 31-37, enero-junio de 2011 Santa Úrsula Xitla, Del. Tlalpan, 14420. Disponible en: [http://www.uv.mx/psicysalud/psicysalud-21-1/21-1/Marco Antonio o-Pulido-Rull.pdf](http://www.uv.mx/psicysalud/psicysalud-21-1/21-1/Marco%20Antonio-Pulido-Rull.pdf) México 2011.
35. Hernández B. Influencia del estrés sobre el rendimiento académico en los alumnos del colegio de bachilleres de la comunidad de Angahuan. México: UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.; México 2011.
36. Ballester Ignacio. Expresión oral y proceso de aprendizaje: La importancia de la oratoria en el ámbito universitario. España: Dykinson. 2013
37. Bach. Enf. Mariela Celeste Del Risco Torres Bach. Enf. Diandra Solange Gómez Molano Bach. Enf. Frescia Stefani Hurtado Flores, Estrés Y Rendimiento Académico En Estudiantes De La Facultad De Enfermería - Universidad Nacional De La Amazonía Peruana, Iquitos – 2015, Perú 2010
38. R. Garzón, M.O. Rojas, L. del Riesgo, M. Pinzón, A.L. Salamanca, Factores que pueden influir en el rendimiento académico de estudiantes de Bioquímica que ingresan en el programa de Medicina de la Universidad del Rosario-Colombia, Colombia 2010
39. Barraza, A. Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. Revista Psicología Científica.com. España. 2010. Disponible en URL: <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedadespsicométrica>

ANEXOS

Anexo 1

TEST DEL ESTRÉS ACADEMICO

Dr. Arturo Barraza Macías

Modificado Por Autor: Yeni Choque Carcausto

A continuación, se le presenta un conjunto de preguntas, marque con una X la respuesta que cree usted conveniente con responsabilidad y respondiendo con la verdad, son anónimos.

Sexo M () F () Edad () Trabaja Si () No () Ciclo ()

Procedencia ()

NUNCA	RARA VEZ	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1	2	3	4	5

	ÍTEMS	1	2	3	4	5
	SITUACIONES ESTRESANTES					
1	Te inquieta la competencia con los compañeros del grupo					
2	Sobrecarga de tareas y trabajos académicos					
3	La personalidad y el carácter del profesor					
4	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
5	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6	Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
7	No entender los temas que se abordan en la clase					
8	Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
	REACCIONES FISICAS					
9	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
10	Fatiga crónica (cansancio permanente)					
11	Dolores de cabeza o migrañas					
12	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
13	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					

	REACCIONES PSICOLOGICAS					
15	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
16	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
17	Ansiedad, angustia o desesperación.					
18	Problemas de concentración.					
19	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
	REACCIONES CONDUCTUALES					
20	Conflictos o tendencias a polemizar o discutir.					
21	Aislamiento de los demás.					
22	Desgano para realizar las labores académicas.					
23	Aumento o reducción de consumo de alimentos					

Anexo 2

FICHA DE OBSERVACIÓN DOCUMENTAL DE RENDIMIENTO ACADÉMICO

Muy buenos días soy bachiller de enfermería de la Universidad Alas Peruanas que deseo realizar un trabajo de investigación y las notas que se me entreguen para transcribirlas serán de acuerdo a los registros emitidos por la Escuela Profesional de Enfermería, debo de hacer de conocimiento que por ningún motivo estos datos se alteraran.

N°	Estudiante	Conocimiento conceptual				Conocimiento Procedimental				Conocimiento actitudinal				Promedio final
1.														
2.														
3.														
4.														
5.														

Anexo 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO
UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo.....acepto libremente a participar en la Investigación **RELACION ENTRE ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN INTERNOS DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS AREQUIPA 2017**, para lo cual usted ha manifestado su deseo de participar, donde le aseguro como investigadora, que los hallazgos serán utilizados solo con fines de investigación y no le perjudicarán en lo absoluto.

Se me ha dicho también que la información que yo proporcione será en secreto y que en ningún estudio será demostrada mi identidad.

Firma del Estudiante

MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	SISTEMA DE HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
			VARIABLE X ESTRES	
PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	Es probable que exista relación significativa entre el estrés y el rendimiento académico en internos de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017	INDICADORES:	TIPO DE INVESTIGACIÓN
¿Cuál es la relación entre el estrés y el rendimiento académico en internos de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?	Determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico en internos de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017		Situaciones estresantes Competencias Trabajos académicos Participación Estímulos estresores Reacciones físicas Reacciones psicológicas Reacciones conductuales	Básica DISEÑO DE INVESTIGACIÓN No experimental Transversal
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS		VARIABLE Y RENDIMIENTO ACADEMICO •Rendimiento conceptual •Rendimiento procedimental •Rendimiento actitudinal	POBLACION Y MUESTRA: No probabilística de carácter censal debido a que se trabajara con toda la población en estudio. Es decir, los 110 estudiantes

<p>¿Cuáles son las características sociodemográficas de la población en estudio?</p> <p>¿Cuál es el nivel de estrés en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?</p> <p>¿Cuál es el nivel de rendimiento académico en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?</p> <p>¿Cuál es la relación entre el estrés y el conocimiento conceptual en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?</p> <p>¿Cuál es la relación entre el estrés y el conocimiento procedimental en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?</p> <p>¿Cuál es la relación entre el estrés y el conocimiento actitudinal en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?</p>	<p>Identificar las características sociodemográficas de la población en estudio</p> <p>Determinar el nivel de estrés en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p> <p>identificar el nivel de rendimiento académico en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p> <p>identificar la relación entre el estrés y el conocimiento conceptual en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p> <p>determinar la relación entre el estrés y el conocimiento procedimental en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p> <p>identificar la relación entre el estrés y el conocimiento actitudinal en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p>	<p>H1: Existe un nivel alto de estrés en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p> <p>H0: NO existe un nivel alto de estrés en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p> <p>H2: Existe el nivel deficiente de rendimiento académico en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p> <p>H0: NO existe un nivel deficiente de rendimiento académico en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p> <p>H3: existe relación significativa entre el estrés y el conocimiento conceptual en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p> <p>H0: no existe relación significativa entre el estrés y el conocimiento conceptual en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p> <p>H4: existe relación significativa entre el estrés y el conocimiento procedimental en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p> <p>H0: No existe relación significativa entre el estrés y el conocimiento conceptual en internos de enfermería de la universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p>	<p>INDICADORES</p> <ul style="list-style-type: none"> •Rendimiento conceptual •Rendimiento procedimental •Rendimiento actitudinal 	<p>TECNICA DE RECOLECCION DE DATOS:</p> <p>INSTRUMENTO</p> <p>Para la variable X: Inventario SISCO modificado.</p> <p>Para la variable Y: Ficha de observación documental de rendimiento académico</p>
---	--	--	--	--

2017?	2017	<p>Arequipa 2017.</p> <p>H5: existe relación significativa entre el estrés y el conocimiento actitudinal en internos de enfermería de la universidad alas peruanas Arequipa 2017</p> <p>H0: no existe relación significativa entre el estrés y el conocimiento actitudinal en internos de enfermería de la universidad alas peruanas Arequipa 2017</p>		
-------	------	--	--	--