



FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

TESIS

**ESTRÉS ACADÉMICO Y FUNCIONALIDAD FAMILIAR EN LOS
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE IX Y X CICLO DE LA
UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS AREQUIPA 2017**

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

PRESENTADO POR:

NATALY PAREJA YAURI

ASESORA:

Dra. ELIZABETH TERESA DIESTRA CUEVA

AREQUIPA – PERÚ, 2019

**ESTRÉS ACADÉMICO Y FUNCIONALIDAD FAMILIAR EN LOS
ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE IX Y X CICLO DE LA
UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS AREQUIPA 2017**

RESUMEN

El objetivo principal del estudio fue Determina la relación que existe entre la funcionalidad familiar y el estrés académico en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017

Fue un estudio de tipo no experimental de nivel descriptivo-Correlacional. La muestra estuvo constituida por 45 estudiantes. Entre sus principales conclusiones están: conclusion que la relación que existe entre la funcionalidad familiar y el estrés académico en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la universidad alas peruanas arequipa 2017, existe una relación alto en un 52% equivalente a 31 estudiantes, un 28% equivalente a 9 de ellos tienen una relacion media; y solo 5 estudiantes los cuales constituyen el 20% tienen una relación bajo, Técnica La técnica a aplicar en la investigación será: -Para la variable independiente X, la técnica de la encuesta. -Para la variable dependiente Y, la técnica de la encuesta. Instrumento Variable X: Funcionalidad Familiar, - Confiabilidad: Se ha utilizado el APGAR familiar como instrumento de evaluación de la función familiar, en diferentes circunstancias tales como el embarazo, depresión del postparto, condiciones alérgicas, hipertensión arterial y en estudios de promoción de la salud y seguimiento de familias. Así ha sido posible observar que el instrumento es de gran utilidad y de fácil aplicación, particularmente cuando el especialista está dispuesto a realizarlo en todos su paciente, la Validez: La validación inicial del apgar familiar mostró un índice de correlación de 0.80 entre este test y el instrumento previamente utilizado (Pless-Satterwhite Family Función Index). Posteriormente, el apgar familiar se evaluó en múltiples investigaciones, mostrando índices de correlación que oscilaban entre 0.71 y 0.83, para diversas realidades.

Palabras claves: estrés académico y funcionalidad familiar

SUMMARY

The main objective of the study was to determine the relationship between family functionality and academic stress in the ninth and tenth cycle nursing students of the Alas Peruanas University Arequipa 2017

It was a non-experimental study of descriptive-Correlational level. The sample consisted of 45 students. Among its main conclusions are: conclusion that the relationship between family functionality and academic stress in the ninth and tenth cycle nursing students of the Peruvian university arequipa 2017, there is a high ratio of 52% equivalent to 31 students , 28% equivalent to 9 of them have an average ratio; and only 5 students who constitute 20% have a low relation, Technique The technique to be applied in the investigation will be: -For the independent variable X, the technique of the survey. -For the dependent variable Y, the survey technique. Variable Instrument X: Family Functionality, -Confiability: Family APGAR has been used as an instrument for assessing family function, in different circumstances such as pregnancy, postpartum depression, allergic conditions, hypertension and in studies of health promotion and monitoring of families. Thus, it has been possible to observe that the instrument is very useful and easy to apply, particularly when the specialist is willing to perform it in all of its patients, the Validity: The initial validation of the family apgar showed a correlation index of 0.80 between this test and the previously used instrument (Pless-Satterwhite Family Function Index). Subsequently, the family apgar was evaluated in multiple investigations, showing correlation indexes that ranged between 0.71 and 0.83, for different realities.

Keywords: academic stress and family functionality

ÍNDICE

Pág.

RESÚMEN

ABSTRAC

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

i
ii
iii
v

CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	4
1.3. Objetivos de la investigación	4
1.3.1. Objetivo general	5
1.3.2. Objetivos específicos	5
1.4. Justificación del estudios	5
1.5. Limitaciones	5

CAPITULOII: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del estudio	7
2.2. Base teórica	11
2.3. Definición de términos	28
2.4. Hipótesis	29
2.5. Variables	30
2.5.1. Definición conceptual de las variables	30
2.5.2. Definición operacional de las variables	31
2.5.3. Operacionalización de la variable	32

CAPITULOIII: METODOLOGIA	
3.1. Tipo y nivel de investigación	33
3.2. Descripción del ámbito de la investigación	34
3.3. Población y muestra	35
3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	36
3.5. Validez y confiabilidad del instrumento	37
3.6. Plan de recolección y procesamiento de datos	38
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	39
CAPÍTULO V: DISCUSION	42
CONCLUSIONES	44
RECOMENDACIONES	45
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	46
ANEXOS	
Matriz	
Instrumento	

INTRODUCCION

En la actualidad el mundo vive en un proceso integrado denominado globalización y mundialización. Este fenómeno socioeconómico, político y cultural trae consigo que las relaciones entre los hombres sea más rápida y en general las actividades se hagan en menor tiempo y menos eficaces. esta situación ejerce una gran presión sobre las personas, lo que constituye una fuente generadora de estrés. Se conoce como “estrés a una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada

El presente trabajo de investigación se realizará en la Escuela Profesional de Enfermería Facultad de Ciencia de la Salud de la Universidad Alas Peruanas filial de Arequipa,

CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACION

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La familia ha sido el lugar primordial donde se comparten y gestionan los riesgos sociales de sus miembros. (1)

La familia es el grupo de personas entre quienes existe un parentesco de consanguinidad por lejano que fuere. (1)

Se ha definido también según autores como Luciano Febvre (1961) como “el conjunto de individuos que viven alrededor de un mismo lugar...” que continúa diciendo que “La familia se define como el conjunto de individuos que viven alrededor de un mismo hogar. (1)

Según expone Claude Lévi-Strauss, la familia encuentra su origen en el matrimonio, consta de esposo, esposa e hijos nacidos de su unión y sus miembros se mantienen unidos por lazos legales, económicos y religiosos. Además, establece una red de prohibiciones y privilegios sexuales y a una cantidad variable y diversificada de sentimientos psicológicos como amor, afecto, respeto, temor, etc. (4)

Para la sociología, una familia es un conjunto de personas unidas por lazos de parentesco. Los lazos principales son de dos tipos: vínculos de afinidad derivados del establecimiento de un vínculo reconocido

socialmente, como el matrimonio que, en algunas sociedades, sólo permite la unión entre dos personas mientras que en otras es posible la poligamia—, y vínculos de consanguinidad, como la filiación entre padres e hijos o los lazos que se establecen entre los hermanos que descienden de un mismo padre. (4)

Para la psicología la familia se define como la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se supone duradero, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo, en el cual existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia (Malde Modino, I, 2012). (1)

Para el área legal como el concepto jurídico de familia solo la considera a partir de la pareja, sus descendientes y ascendientes y, cuando descienden del mismo progenitor, incluye a sus parientes colaterales hasta el cuarto grado. Así las cosas, el concepto jurídico de familia responde al grupo conformado por la pareja, sus ascendientes y descendientes, así como otras personas unidas por vínculos de sangre o matrimonio o sólo civiles, a los que el ordenamiento positivo impone deberes y otorga derechos jurídicos. (1)

Según los archivos de medicina familiar señala que las funciones de la familia son las tareas que les corresponde realizar a los integrantes de la familia como un todo. Se reconocen las siguientes funciones:

- Socialización: promoción de las condiciones que favorezcan en los miembros de la familia el desarrollo biopsicosocial de su persona y que propicia la réplica de valores individuales y patrones conductuales propios de cada familia.
- Afecto: interacción de sentimientos y emociones en los miembros de la familia que propicia la cohesión del grupo familiar y el desarrollo psicológico personal.

- Cuidado: protección y asistencia incondicionales de manera diligente y respetuosa para afrontar las diversas necesidades (materiales, sociales, financieras y de salud) del grupo familiar.
- Estatus: participación y transmisión de las características sociales que le otorgan a la familia una determinada posición ante la sociedad.
- Reproducción: provisión de nuevos miembros a la sociedad.
- Desarrollo y ejercicio de la sexualidad. (2)

Hay tres estilos de control familiar que se puede ejercer:

-Los padres con estilos democráticos crean un espacio en que las normas se razonan, incluso dan la posibilidad que estas puedan negociarse y fomentan en los hijos que estos tomen sus propias decisiones, es decir, fomentan la autonomía.

-Los padres con estilos autoritarios mantienen un control estricto sobre sus hijos, tienden a emplear castigos y no hay casi diálogo. Los padres asumen tareas, decisiones y responsabilidades que corresponderían a sus hijos, por lo que se ralentiza la adquisición de la capacidad de autonomía.

-Los padres con estilos permisivos no están preocupados por el control, los hijos suelen tener dificultades para tomar decisiones ya que los padres delegan en ellos, o presuponen que estos tienen, la capacidad para decidir, cuando aún esta no existe o está en vías de desarrollo. (3)

Tipos de familia más frecuentes

- F. Nuclear: padre, madre e hijos. Comparten un espacio físico y un patrimonio común.
- F. Troncal o Múltiple: varias generaciones conviven bajo el mismo techo (padre, hijos, abuelos).
- F. Extensa: familia troncal más los parientes colaterales de diferentes generaciones (abuelos, tíos, padres, sobrinos, nietos).

Se distinguen:

- F. Multigeneracional o Patriarcal: la constituyen al menos tres generaciones que conviven bajo el mismo techo y la autoridad del hombre de más edad de la familia, generalmente el abuelo.

- F. Multinuclear o Fraternal: conviven dos generaciones, habitualmente son hermanos que han heredados un patrimonio en común.
- F. Monoparental: un progenitor más hijo/s menor de 18 años, por propia iniciativa, fallecimiento o separación de un cónyuge.
- F. Reconstruida: padre o madre con algún hijo forman nueva familia con otra pareja o cónyuge.
- F. Agregada: se vive en régimen de cohabitación pero no están certificadas legalmente. Se asimilan a la “pareja de hecho”.
- F. Polígama: un hombre y varias mujeres. Poliandria: una mujer y varios maridos.
- Hogares unipersonales: una sola persona, por diversos motivos. Va en incremento en Europa.
- F. Transnacional: grupos que mantienen conexiones múltiples con sus países y familias de origen, a través de las nuevas tecnologías. (3)

De acuerdo a la literatura utilizada para esta investigación podemos ver que hay diferentes tipos de familia y diferentes fases en las que se puede encontrar pero sabemos que una familia está conformada por los padres y los hijos que nacen producto de esta unión.

Además podemos notar que la familia ha ido evolucionando con el pasar del tiempo se podía observar que quien trae el dinero a la casa era el varón y la mujer solo tenía que dedicarse a el quehacer del hogar y el cuidado de los niños fuera de estos las mujeres no tenían derecho a educación cosa que en estos tiempos ha cambiado.

Ahora se puede observar que ambos tanto madre como padre traen la solvencia económica al hogar y que se puede dividir entre ambos el quehacer del hogar además de que las mujeres ahora tiene derecho a tener una educación.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema general

¿Existe relación entre la funcionalidad familiar y el estrés académico en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?

1.2.1. Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de funcionalidad familiar en estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?

¿Cuál es el nivel estrés académico de los estudiantes de enfermería noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruana Arequipa 2017?

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Objetivo general

Determina la relación que existe entre la funcionalidad familiar y el estrés académico en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017

1.3.2. Objetivo específico

Determinar el nivel de funcionalidad familiar en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017

Determinar el nivel de estrés académico de los estudiantes de enfermería noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017

1.4 JUSTIFICACIÓN

Pertinencia: Este tema es muy importante porque podemos ver cómo es el desarrollo familiar ya que en la carrera de enfermería se hace un seguimiento para ver cómo es que desarrolla una familia y si se detecta

algún problema se hace una intervención además que podemos observar qué relación tiene en el estrés académico de los estudiantes.

Trascendencia: Los estudios que se realizaran nos ayudaran como base para posteriores investigaciones ya que aporta grandes conocimientos sobre la funcionalidad familiar y la relación que tiene con el estrés académico que existe en los estudiantes.

Utilidad: De acuerdo con los estudios realizados los resultados trataran de dar un aporte a la solución que se puede plantear sobre la funcionalidad familiar y su relación con el estrés académico y poder ver así cuales son las acciones que se puede tomar para evitar que el estrés académico sea elevado en los estudiantes.

Aporte científico: Lo que se quiere aportar atraves de esta investigación es que se pueda brindar nuevos conocimientos sobre la funcionalidad familiar y su relación con el estrés académico además poder aportar así cuales podrían ser las acciones a aplicar para que el estudiantes no entre en un elevado estrés académico ya que esto influye para que no tenga un buen desempeño académico.

Originalidad: Este trabajo se está realizando con originalidad y con un enfoque diferente tratando de plantear cual es la relación que existe entre la funcionalidad familiar y el estrés académico y poder brindar conocimientos nuevos sobre este tema.

CAPITULO II: MARCO TEORICO

2.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

2.1.1 A nivel internacional

Silva, C. (2015) En su estudio realizado con el título “estrés es los estudiantes de enfermería: una revisión sistemática”, llevado a cabo en Colombia, Cúcuta, su estudio “se trata de un estudio descriptivo correlacional, la muestra estudiada estuvo conformada por estudiantes de enfermería, las conclusiones a las que llego fueron Las situaciones que causan mayor estrés en los estudiantes de los programas de enfermería, a nivel mundial, son, en general, la evaluación de los profesores -exámenes, ensayos y trabajos de investigación, entre otros, la sobrecarga de tareas, el tiempo limitado para hacer los trabajos, las prácticas formativas y el desconocimiento a la hora de dar un cuidado de enfermería. Estos dos últimos estresores son preocupantes, pues los estudiantes necesitan poseer una solvencia técnica que les permita actuar con seguridad en la atención de las personas. Estos estudios señalan la importancia de que el docente se encuentre informado sobre el

estrés en sus estudiantes y proporcione estrategias de afrontamiento efectivas para lidiar con las fuentes inevitables de la tensión presente durante la formación de las enfermeras o los enfermeros. Estas estrategias pueden conducir a la reducción de los síntomas psicológicos asociados a la percepción de estrés.(18)

Guadamarra, R., Márquez, O., Veytia, M., León, A. (2011) En su estudio realizado con el título “funcionamiento familiar en estudiantes de nivel superior”, llevado a cabo en México, se propuso como objetivo describir el funcionamiento familiar en jóvenes que estudian el nivel superior, ya que como bien es sabido las universidades y en específico la Universidad Autónoma del Estado de México tiene como misión formar profesionales de manera íntegra y competitiva, que sean capaces de aplicar sus conocimientos y difundan los valores y la cultura de ésta; sin embargo, resulta importante remitirse no sólo a cuestiones académicas, sino tomar en cuenta aspectos que, de alguna forma, influyen de manera positiva o negativa en el rendimiento del alumno y su estancia dentro de la institución como es la familia. (19)

Se trata de un estudio comparativo correlacional, la muestra estudiada estuvo conformada por 291 jóvenes que estudiaron alguna licenciatura de la Universidad Nacional Autónoma de México, los instrumentos utilizados fueron Se utilizó el cuestionario de Evaluación del Funcionamiento Familiar elaborado por Atri y Zetune, los resultados obtenidos fueron se pudo observar que efectivamente un número considerable de alumnos 27% (79) obtuvo puntajes bajos en el cuestionario lo que los ubica con una familia disfuncional, mientras que el 73% (212) restante se ubican en el nivel de funcionalidad. (19)

Las conclusiones a las que llegó fue el presente estudio muestra que la mayoría los alumnos perciben un funcionamiento familiar apropiado, sin embargo el 27% de los alumnos perciben a su familia como disfuncional, ya que se carece de una comunicación adecuada, en la que se sientan capaces de hacer ajustes y resolver

los problemas de la vida cotidiana (Long y Ponzetti, 1989; Mansouri y Soni, 1986; Pérez, 2008 y Satir, 1992). (19)

2.1.2 A nivel nacional

Francisco N. Bedoya-Lau, Luis J. Matos, Elena C. Zelaya, Niveles de estrés académico, manifestaciones psicósomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012.

En conclusión la prevalencia del estrés académico en la presente investigación alcanzó el 77,5 % de los alumnos, resultado que difiere de los estudios de Pol et al., y de López et al., donde describen la presencia en un 100% del estrés académico en universitarios, lo que se atribuye a que ambos se realizaron en estudiantes de Maestría, donde las exigencias académicas suelen ser mayores. Los niveles de estrés encontrados fueron mayores en mujeres (medianamente alto: 50,68%) respecto a los varones (medio: 44,44%), estos resultados son congruentes con el estudio de Puentes-Sanchez et al, donde el sexo femenino presentó una mayor frecuencia de estrés, lo que de alguna manera se correlacionaría con la mayor vulnerabilidad de dicho género al estrés. De los 3 años estudiados, en el cuarto año se evidenció un nivel de estrés medio (51,35%), mientras en primero (40,84%) y séptimo año (51,35%) se encontró un nivel medianamente alto. Este resultado difiere con lo descrito por Lalá et al., donde los estudiantes en la mitad de la carrera presentaron altos niveles de estrés asociado a comportamientos de riesgo (Tipo A y C) y alexitimia.

Los niveles de estrés fueron más altos en alumnos de primer año y séptimo año, en comparación con los alumnos de cuarto año, lo cual podría ser explicado por la Teoría General de Adaptación al Estrés, y el Modelo Sistémico Cognoscitivista donde los organismos sobreviven al medio e incluso pueden adaptarse o resistir transitoriamente, pero si el estímulo persiste los mecanismos homeostáticos terminan en desequilibrio.

Además, debe mencionarse que no se evaluó a los estudiantes que estuvieron en tratamiento con antidepresivos o ansiolíticos en el último año, por lo que se hace necesario futuras investigaciones que evalúen a dicha población potencialmente vulnerable.

Becerra H. Silvia A., Rol de estrés percibido y su afrontamiento en las conductas de salud de estudiantes universitarios de Lima, 2013-Lima.

Los resultados de la presente investigación nos dirigen a prestar atención, primordialmente, a la influencia que tiene el afrontamiento en sí sobre las conductas de salud. A similitud de lo encontrado en otros estudios realizados con estudiantes universitarios en nuestro contexto utilizando el COPE (Alcalde, 1998; Boullosa, 2013; Cassaretto et al, 2003; Casuso, 1996; Chau, 2004; Torrejón, 2011), el estilo de afrontamiento más empleado en la muestra evaluada fue el estilo centrado en el problema, junto con las estrategias de reinterpretación positiva y crecimiento, la planificación y el afrontamiento activo, lo que nos indica un uso adaptativo del afrontamiento debido a que la literatura científica reporta que éstas son acciones que llevan a resolver la situación estresante y, por ende, a reducir la percepción de estrés (Carver&Scheier, 1994; Compas, Connor-Smith, Saltzman, Harding&Wadsworth, 2001; Davis &Brantley, 2004). Asimismo, se encuentra que el estilo menos utilizado corresponde al estilo evitativo y, en cuanto a las estrategias, la de drogas, la negación y el desentendimiento conductual, hecho que no sólo corresponde a lo también encontrado por las investigaciones realizadas en nuestro contexto (Alcalde, 1998; Cassaretto et al, 2003; Casuso, 1996; Chau, 2004; Torrejón, 2011) sino que resalta el menor uso de un estilo considerado por la literatura científica como una estrategia paliativa que conlleva generalmente a un mayor malestar físico, problemas de distrés y resultados psicológicos pobres (Carver&Scheier, 1994; Compas et al, 2001; Davis &Brantley, 2004). Esto nos indicaría la presencia de factores protectores dentro de los estudiantes universitarios.

Ticona Benavente, S.B.; Paucar Quispe, G.; Llerena Callata, G, Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería - UNSA Arequipa. 2006

Las características personales de la población en estudio fueron: sexo, predominantemente el femenino, el grupo de edad más frecuente fue de 19 a 20, la gran mayoría registra matrícula regular y 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.

Del total de la muestra estudiada la mayoría presenta niveles de estrés severo; la fuente de estrés según el tema traumático fue el estrés académico, es así que el evento más frecuentemente reportado como estresante es la "proximidad de exámenes finales".

En lo que se refiere a las estrategias de afrontamiento, los estudiantes mostraron, una mayor tendencia hacia el manejo emocional y menor hacia el manejo del problema y por último a la percepción, siendo las estrategias más utilizadas la "Reinterpretación positiva y crecimiento" y "negación".

El nivel de estrés se relaciona de manera significativa con el uso de estrategias enfocadas al problema; sin embargo, el uso de las emociones también se relaciona de manera significativa con elevados niveles de estrés.

2.2 BASE TEÓRICA

2.2.1. Teoría de enfermería de Dorothea Orem

La teoría del autocuidado:

En la que explica el concepto de autocuidado como una contribución constante del individuo a su propia existencia: "El autocuidado es una actividad aprendida por los individuos, orientada hacia un objetivo. Es una conducta que existe en situaciones concretas de la vida, dirigida por las personas sobre sí mismas, hacia los demás o

hacia el entorno, para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento en beneficio de su vida, salud o bienestar". (16)

Define además tres requisitos de autocuidado, entendiendo por tales los objetivos o resultados que se quieren alcanzar con el autocuidado, indican una actividad que un individuo debe realizar para cuidar de sí mismo:

La enfermería desde sus inicios se ha considerado como un producto social vinculado al arte de cuidar, por lo que responde a la necesidad de ayudar a las personas, cuando estas no tienen capacidad suficiente para proporcionarse a sí misma o a las personas, que dependen de ellas, la calidad y cantidad de cuidados para mantener la vida, identificando los problemas de salud y las necesidades reales y/o potenciales de la persona, familia y comunidad que demandan cuidados, generando autonomía o dependencia como consecuencia de las actividades que asuma el enfermero. El propósito del artículo fue valorar una de las grandes teorías de la enfermería contemporánea abordando de forma integral, la influencia que ejerce esta teoría en el desarrollo del ejercicio de la profesión en Cuba, para ello se realizó una revisión de las fuentes de Literatura básica, como Modelos y Teorías en Enfermería, Bases conceptuales de la Enfermería Profesional, la teoría de Dorotea Orem sobre autocuidados, utilizando métodos teóricos para propiciar la comprensión y análisis de los componentes de la teoría de Déficit de autocuidado, generalizaciones y relaciones entre el sustento teórico y la aplicación en la praxis del trabajo cotidiano del método científico en el desarrollo de una vida satisfactoria.(16)

Dorotea Orem definió los siguientes conceptos meta paradigmáticos:

-Persona: concibe al ser humano como un organismo biológico,

racional y pensante. Como un todo integral dinámico con capacidad para conocerse, utilizar las ideas, las palabras y los símbolos para pensar, comunicar y guiar sus esfuerzos, capacidad de reflexionar sobre su propia experiencia y hechos colaterales a fin de llevar a cabo acciones de autocuidado dependiente.(16)

-Salud: la salud es un estado que para la persona significa cosas diferentes en sus distintos componentes. Significa integridad física, estructural y funcional; ausencia de defecto que implique deterioro de la persona; desarrollo progresivo e integrado del ser humano como una unidad individual, acercándose a niveles de integración cada vez más altos. Por tanto lo considera como la persecución del bienestar que tiene una persona.(16)

-Enfermería: servicio humano, que se presta cuando la persona no puede cuidarse por sí misma para mantener la salud, la vida y el bienestar, por tanto es proporcionar a las personas y/o grupos asistencia directa en su autocuidado, según sus requerimientos, debido a las incapacidades que vienen dadas por sus situaciones personales.(16)

2.2.2 Sor Callista Roy: Modelo de la adaptación.

Roy definió su modelo de adaptación en 1964, se basa en la concepción del ser humano como individuo biopsicosocial en constante interacción con su entorno cambiante, y del que recibe estímulos que se deben adaptar para conservar la salud. (17)

Su obra plantea que el paciente debe adaptarse en 4 áreas como:

- a. Necesidades psicosocial. Incluye circulación, sueño, actividad, alimentación y eliminación. (17)
- b. Necesidad de autoimagen. Adaptación a nuevas imágenes corporales.(17)

c. Función real o papel. Al enfrentar la función de madre, niño, padre, enfermo o jubilado. (17)

d. Interpersonales. El modo adaptación-interdependencia se refiere a la interacción de Roy; el paciente recibe cariño, amor, respeto y estima en las relaciones interdependientes. (17)

Plantea que el proceso de cuidados en el paciente comprende las fases siguientes:

1. Valoración

2. Planificación.

3.

Actuación

4. Evaluación.

5. La atención se centra en el paciente.

Supuestos Principales

-Adaptación. Se refiere "al proceso y al resultado por los que las personas, que tienen la capacidad de pensar y de sentir, como individuos o como miembros de un grupo, son conscientes y escogen la integración del ser humano con su entorno". Se trata de que cada vida humana tiene una función en un universo creador y las personas no se pueden separar de su entorno.(17)

-Enfermería. Roy define la enfermería como la ciencia y la práctica que amplía la capacidad de adaptación y mejora la transformación del entorno. La enfermera actúa para mejorar la interacción entre la persona y su entorno para fomentar la adaptación.(17)

-Persona. Roy define la persona como sistemas holísticos y adaptables. "Como todo sistema adaptable, el sistema humano se define como un todo, con partes que funcionan como una sola unidad para un propósito concreto". Las personas y el mundo tienen en común los modelos, y comparten relaciones y significado. La persona es el foco principal de la enfermería; el receptor de la

asistencia; un sistema de adaptación complejo y vivo compuesto por procesos internos y que actúa para mantener la capacidad de adaptación en los cuatro modos de vida (el fisiológico, la autoestima, la función del rol y la interdependencia).(17)

-Salud. Es el estado y el proceso de ser y de convertirse la persona en un ser integrado y complejo. Es un reflejo de la adaptación, es decir, es la interrelación de la persona y su entorno. La salud y la enfermedad forman una dimensión inevitable y coexistente basada en toda la experiencia de la vida que tiene la persona. La salud no consiste en liberarse de la muerte, las enfermedades, la infelicidad y el estrés, sino que es la capacidad de combatirlos del mejor modo posible.(17)

-Entorno. Es el conjunto de todas las condiciones, circunstancias e influencias del desarrollo y de la conducta de las personas y de los grupos, con una especial consideración a la relación entre los recursos del hombre y de la tierra, donde se incluyen los estímulos focales, contextuales y residuales. Es el entorno cambiante el que empuja a la persona a reaccionar para adaptarse. (17)

2.2.3 Funcionalidad familiar

El término familia procede del latín familia, “grupo de siervos y esclavos patrimonio del jefe de la *gens*”, a su vez derivado de *famulus*, “siervo, esclavo”. El término abrió su campo semántico para incluir también a la esposa e hijos del pater familias, a quien legalmente pertenecían, hasta que acabó reemplazando agens. (20)

En su definición etimológica, el término *familia* hace referencia a un jefe y a sus esclavos, y se trata de una unidad donde sólo el patriarca decide y dicta las órdenes. Tal concepto, en su origen no aceptaba a la mujer como jefa de esa unidad ni tampoco concebía la idea del matriarcado.

Además, se infiere en esta definición que la familia genera un aparato regulador que prohíbe el matrimonio entre parientes próximos (entre hermanos, primos hermanos, o tíos con sobrinos, tanto del sexo femenino como masculino). Se hace evidente la división de los roles de género con base en sus actividades de sustento, así como una jerarquización en la familia. (20)

Desde la perspectiva demográfica las familias y, por lo tanto, los hogares que las albergan, constituyen ámbitos de relaciones sociales de naturaleza íntima, donde conviven e interactúan personas emparentadas, de género y generaciones distintas. (20)

En su seno se construyen fuertes lazos de solidaridad; se entretajan relaciones de poder y autoridad; se reúnen y distribuyen los recursos para satisfacer las necesidades básicas de los miembros [...]; se definen obligaciones, responsabilidades y derechos de acuerdo con las normas culturales, la edad, el sexo y la posición en la relación de parentesco de sus integrantes. Las modalidades que adoptan las diferentes facetas de la vida familiar que dependen del tipo de inserción de los hogares en el contexto social en que se desenvuelven, así como su capacidad de respuesta y adaptación a los cambios de carácter socioeconómico, cultural y demográfico que tiene lugar en ese entorno de la familia. (20)

a) Diversidad social y transformación familiar

La familia constituye el contexto en el que nacen y se desarrollan las personas. La experiencia familiar de acción educadora y socializadora no lo es solamente para los hijos, sino que también incide y va transformando a los adultos que ejercen dichas funciones. (21)

b) Etapas en la historia de la familia

- Etapa de la comunidad primitiva: Aparece cuando el hombre como tal surge en el planeta y se va a desarrollar según diversas formas de organización social.(22)
- Etapa de la horda: Fue una forma simple de organización social, se caracterizaba por ser un grupo reducido, no había distinción de paternidad y eran nómadas.(22)
- Etapa del clan: Obedecían a un jefe y estaban conformados por un grupo o una comunidad de personas que tenían una audiencia común. En este tipo de familia tenían gran importancia los lazos familiares.(22)

c) Funciones que ejerce la familia:

- Construcción y desarrollo de la persona, adquisición de la identidad.
- Integración social de la persona. (21)
- Desarrollo de habilidades para relacionarse e interactuar en el contexto social. 21)
- Aprender a resolver problemas, asumir responsabilidades y compromisos, logro de la capacidad de autonomía. (21)
- Encuentro intergeneracional. (21)

d) Tres estilos de control parental:

- Democrático (21)
- Autoritario (21)
- Permisivo (21)

Los padres con estilos democráticos crean un espacio en que las normas se razonan, incluso dan la posibilidad que estas puedan negociarse y fomentan en los hijos que estos tomen sus propias decisiones, es decir, fomentan la autonomía.(21)

Los padres con estilos autoritarios mantienen un control estricto sobre sus hijos, tienden a emplear castigos y no hay casi diálogo. Los padres asumen tareas, decisiones y responsabilidades que corresponderían a sus hijos, por lo que se ralentiza la adquisición de la capacidad de autonomía. (21)

Los padres con estilos permisivos no están preocupados por el control, los hijos suelen tener dificultades para tomar decisiones ya que los padres delegan en ellos, o presuponen que estos tienen, la capacidad para decidir, cuando aún esta no existe o está en vías de desarrollo. (21)

Es difícil encontrar una familia con un estilo puro, sin fisuras ni inconsistencias a lo largo de la convivencia familiar. Lo que sí se pone de manifiesto es la tendencia a comportarse de una forma u otra. (21)

e) Tipos de familia más frecuentes

- F. Nuclear: padre, madre e hijos. Comparten un espacio físico y un patrimonio común.(21)
- F. Troncal o Múltiple: varias generaciones conviven bajo el mismo techo (padre, hijos, abuelos).(21)
- F. Extensa: familia troncal más los parientes colaterales de diferentes generaciones (abuelos, tíos, padres, sobrinos, nietos). (21)

Se distinguen:

- F. Multigeneracional o Patriarcal: la constituyen al menos tres generaciones que conviven bajo el mismo techo y la autoridad del hombre de más edad de la familia, generalmente el abuelo.(21)

- F. Multinuclear o Fraternal: conviven dos generaciones, habitualmente son hermanos que han heredados un patrimonio en común.(21)
- F. Monoparental: un progenitor más hijo/s menor de 18 años, por propia iniciativa, fallecimiento o separación de un cónyuge. (21)
- F. Reconstruida: padre o madre con algún hijo forman nueva familia con otra pareja o cónyuge. (21)
- F. Agregada: se vive en régimen de cohabitación pero no están certificadas legalmente. Se asimilan a la “pareja de hecho”.(21)
- F. Polígama: un hombre y varias mujeres. Poliandria: una mujer y varios maridos.(21)
- Hogares unipersonales: una sola persona, por diversos motivos. Va en incremento en Europa. (21)
- F. Trasnacional: grupos que mantienen conexiones múltiples con sus países y familias de origen, a través de las nuevas tecnologías.(21)

2.2.4 El estrés

El estrés es una condición natural que experimenta el ser humano cuando está excesivamente ocupado o cuando se encuentra bajo presión y puede causar diferentes tipos de efectos: uno positivo, cuando el nivel de estrés es bajo, y uno negativo cuando es muy alto. (23)

Actualmente, es un fenómeno universal que todo el mundo sufre, “uno de cada cuatro individuos padece de algún problema grave de estrés y en las ciudades, se estima que el 50 por ciento de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo y los estudiantes no son la excepción.(23)

El fenómeno del estrés se lo suele interpretar en referencia a una amplia gama de experiencias, entre las que figuran el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud y otras sensaciones similares, como la desmesurada presión escolar, laboral o de otra índole. (25)

Igualmente, se lo atribuye a situaciones de miedo, temor, angustia, pánico, afán por cumplir, vacío existencial, celeridad por cumplir metas y propósitos, incapacidad de afrontamiento o incompetencia interrelacional en la socialización.(25)

Dicha dificultad para identificar el significado del término estrés se evidencia desde tiempo atrás, pues en el siglo XIX Claude Bernard pensaba que lo propio del estrés eran los "estímulos estresores" o "situaciones estresantes", y durante el siglo XX Walter Cannon planteaba que lo importante eran las respuestas fisiológicas y conductuales características (Moscoso, 1998 citado en Martín, 2007). De allí la importancia de retomar la génesis del concepto.(25)

Estresores académicos

Las exigencias que pueden dar origen al estrés son de dos tipos:

- **Exigencias Internas:** es decir, las que nos realizamos a nosotros mismos cuando somos muy autoexigentes, tenemos altas expectativas de logro, necesitamos mantener el control y nos esforzamos en ellos, entre otros. (24)
- **Exigencias Externas:** es decir, las que nos va presentando nuestro entorno, dentro de las cuales destacan tener que entregar trabajos y rendir pruebas y exámenes en un tiempo acotado; realizar trabajos en grupo; exponer frente al curso (disertaciones); no entender contenidos abordados en la clase; tiempo limitado para las obligaciones académicas, entre otros. (24)

Estresores no académicos

Además de lo académico, debemos considerar una serie de situaciones vitales que nos estresan y que repercuten también en nuestro estado emocional y físico. A continuación se presenta una adaptación de la escala de Holmes y Rahe, con el listado de situaciones estresantes más comunes: (24)

- Separación (24)
- Lesión o enfermedad personal (24)

- Matrimonio (24)
- Despido del trabajo y/o cesantía (24)
- Reconciliación de pareja (24)
- Cambio de salud de un miembro de la familia (24)
- Adicción y/o alcoholismo (propio o de cercano) (24)
- Embarazo (24)
- Incorporación de un nuevo miembro a la familia (24)
- Muerte de un amigo (24)
- Problemas legales (24)
- Comienzo o fin de etapa académica (24)
- Cambio en las condiciones de vida (24)
- Cambio de residencia (24)
- Cambio de actividades sociales (24)

¿Cómo se manifiesta el estrés?

Una vez que has identificado las situaciones que te generan estrés, es importante reconocer cómo reacciones frente a ellas; qué efectos generan en tu organismo y en tus emociones.(24)

Aunque inicialmente el estrés es normal y provechoso, ya que nos ayuda a activarnos para poder responder a las demandas y exigencias del medio, con el tiempo nuestro cuerpo y nuestra mente se van agotando y comienzan a disminuir en su rendimiento.(24)

Para prevenir esta baja en el rendimiento debemos regular la cantidad de tiempo que nos mantenemos funcionando bajo altos niveles de exigencia, fase a la que se denomina resistencia, que se ve seguida de la fase de agotamiento.(24)

Si, a pesar del agotamiento, no nos detenemos a descansar y hacer una pausa para recuperar energías, nuestro organismo podría entrar en una fase de cronificación de las manifestaciones de la fase de agotamiento del estrés.(24)

Estas manifestaciones pueden darse en diversos ámbitos -físicas, psicológicas y en la conducta- y es importante reconocerlas para ir las identificando en la medida en que van apareciendo y así poder tomar medidas preventivas.(24)

Síntomas o Reacciones ante el estrés.

La palabra “síntoma” está a menudo asociada con la esfera médica. Barraza⁹, refiere que en una situación de estrés los alumnos suelen presentar: (23)

- a) Reacciones fisiológicas, b) físicas, c) psicológicas y d) comportamentales.(23)

-Reacciones fisiológicas: en una situación de estrés los alumnos presentan menores niveles de inmunoglobulina. (23)

-Reacciones físicas: sudoración en las manos, trastorno en el sueño, cansancio y dolores de cabeza, molestias gastrointestinales y somnolencia.(23)

-Reacciones psicológicas: ansiedad, nerviosismo, angustia, miedo, problemas de salud mental, irritabilidad, problemas de concentración, inquietud (incapacidad para relajarse y estar tranquilo), sentimientos de depresión y tristeza (decaimiento) y la sensación de tener la mente vacía (bloqueo mental). (23)

-Reacciones comportamentales: dificultad en las relaciones interpersonales, agresividad y desgano (falta de voluntad). (23)

Teorías del Estrés

Las orientaciones sobre el estrés focalizado en la respuesta, centrado en el estímulo y basado en la valoración cognitiva, han marcado el desarrollo de la teoría general del estrés, por lo cual, se abordan estas, para su mayor comprensión.(23)

-Teorías basadas en la respuesta: La teoría del estrés que expuso Selye, concibe el estrés como una respuesta no específica del organismo, ante las demandas que se le hacen. Esto implica que el estrés no tiene una causa particular. El estresor, es decir, el agente desencadenante del estrés, es un factor que afecta la homeostasis del organismo, y puede ser un estímulo físico, psicológico, cognitivo o emocional. (23)

-Teorías basadas en el estímulo: Esta teoría lo interpreta y comprende de acuerdo con las características que se asocian con los estímulos ambientales, pues consideran que éstos pueden desorganizar o alterar las funciones del organismo. Los autores que más han desarrollado esta orientación son Holmes y Rahe. Además localiza el estrés en el exterior, por lo cual no tiene el mismo efecto estresor en todas las personas.(23)

-Teorías basadas en la interacción: El máximo exponente de este enfoque es Richard Lazarus, quien enfatiza la relevancia de los factores psicológicos (principalmente cognitivos) que median entre los estímulos estresantes y las respuestas de estrés, dando al individuo un rol activo en la génesis del estrés.(23)

Tipos de estrés

- **Estrés agudo**

El estrés agudo es la forma de estrés más común. Surge de las exigencias y presiones del pasado reciente y las exigencias y presiones anticipadas del futuro cercano. El estrés agudo es emocionante y fascinante en pequeñas dosis, pero cuando es demasiado resulta agotador. Una bajada rápida por una pendiente de esquí difícil, por ejemplo, es estimulante temprano por la mañana. (26)

Dado que es a corto plazo, el estrés agudo no tiene tiempo suficiente para causar los daños importantes asociados con el estrés a largo plazo. Los síntomas más comunes son: (26)

-Agonía emocional: una combinación de enojo o irritabilidad, ansiedad y depresión, las tres emociones del estrés. (26)

-Problemas musculares que incluyen dolores de cabeza tensos, dolor de espalda, dolor en la mandíbula y las tensiones musculares que derivan en desgarro muscular y problemas en tendones y ligamentos; Problemas estomacales e intestinales como acidez, flatulencia, diarrea, estreñimiento y síndrome de intestino irritable; Sobreexcitación pasajera que deriva en elevación de la presión sanguínea, ritmo cardíaco acelerado, transpiración de las palmas de las manos, palpitaciones, mareos, migrañas, manos o pies fríos, dificultad para respirar, y dolor en el pecho. (26)

El estrés agudo puede presentarse en la vida de cualquiera, y es muy tratable y manejable.(26)

- **Estrés agudo episódico**

Por otra parte, están aquellas personas que tienen estrés agudo con frecuencia, cuyas vidas son tan desordenadas que son estudios de caos y crisis. Siempre están apuradas, pero siempre llegan tarde. Si algo puede salir mal, les sale mal. Asumen muchas responsabilidades, tienen demasiadas cosas entre manos y no pueden organizar la cantidad de exigencias autoimpuestas ni las presiones que reclaman su atención. Parecen estar perpetuamente en las garras del estrés agudo. (26)

Es común que las personas con reacciones de estrés agudo estén demasiado agitadas, tengan mal carácter, sean irritables, ansiosas y estén tensas. Suelen describirse como personas con "mucho energía nerviosa". Siempre apuradas, tienden a ser cortantes y a veces su irritabilidad se transmite como hostilidad. Las relaciones

interpersonales se deterioran con rapidez cuando otros responden con hostilidad real. El trabajo se vuelve un lugar muy estresante para ellas. (26)

La personalidad "Tipo A" propensa a los problemas cardíacos descrita por los cardiólogos Meter Friedman y Ray Rosenman, es similar a un caso extremo de estrés agudo episódico. Las personas con personalidad Tipo A tienen un "impulso de competencia excesivo, agresividad, impaciencia y un sentido agobiador de la urgencia". Además, existe una forma de hostilidad sin razón aparente, pero bien racionalizada, y casi siempre una inseguridad profundamente arraigada. Dichas características de personalidad parecerían crear episodios frecuentes de estrés agudo para las personalidades Tipo A. Friedman y Rosenman descubrieron que es más probable que las personalidades Tipo A desarrollen enfermedades coronarias que las personalidades Tipo B, que muestran un patrón de conducta opuesto.(26)

- **Estrés crónico**

Si bien el estrés agudo puede ser emocionante y fascinante, el estrés crónico no lo es. Este es el estrés agotador que desgasta a las personas día tras día, año tras año. El estrés crónico destruye al cuerpo, la mente y la vida. Hace estragos mediante el desgaste a largo plazo. Es el estrés de la pobreza, las familias disfuncionales, de verse atrapados en un matrimonio infeliz o en un empleo o carrera que se detesta. Es el estrés que los eternos conflictos han provocado en los habitantes de Irlanda del Norte, las tensiones del Medio Oriente que afectan a árabes y judíos, y las rivalidades étnicas interminables que afectaron a Europa Oriental y la ex Unión Soviética. (26)

El estrés crónico surge cuando una persona nunca ve una salida a una situación deprimente. Es el estrés de las exigencias y presiones

implacables durante períodos aparentemente interminables. Sin esperanzas, la persona abandona la búsqueda de soluciones. (26)

Algunos tipos de estrés crónico provienen de experiencias traumáticas de la niñez que se interiorizaron y se mantienen dolorosas y presentes constantemente. Algunas experiencias afectan profundamente la personalidad. Se genera una visión del mundo, o un sistema de creencias, que provoca un estrés interminable para la persona (por ejemplo, el mundo es un lugar amenazante, las personas descubrirán que finge lo que no es, debe ser perfecto todo el tiempo). Cuando la personalidad o las convicciones y creencias profundamente arraigadas deben reformularse, la recuperación exige el autoexamen activo, a menudo con ayuda de un profesional. (26)

Técnicas para el manejo del estrés académico

Administración del tiempo

La mala administración del tiempo puede generar la sensación de estar desbordado por las demandas, provocar fatiga o apatía así como la sensación de no ser productivo, esto sucede cuando los estudiantes perciben un excesivo material de estudio en tan poco tiempo, las sugerencias son: (27)

- Que los estudiantes establezcan horarios de trabajo más realistas con horarios de descanso que pueden ser utilizados como espacio comodín ante situaciones imprevistas, además de priorizar los materiales de estudio según su relevancia en cuanto al tiempo de entrega y su importancia.
- Aprovechar los espacios de desplazamiento entre la casa y la escuela, de igual manera es de suma importancia dejar pausa de entre 5-10 minutos ya que es necesario periodos de descanso.(27)

Establecer objetivos y prioridades

A pesar de poner en práctica la administración de tiempo para evitar sentirse abrumado con respecto a la carga de tareas la cual te será muy útil, debes ser realista y consciente de tus posibilidades así como tus limitaciones, es decir que debes tomar en cuenta el horario puesto, que el día tan solo tiene 24 horas y este se secciona en horas de sueño, horario escolar, horarios de recreación y en menor espacio a la actividad escolar.

Es importante establecer prioridades y reconocer que algunas cosas no pueden hacerse en este momento, priorizar es una habilidad que debes aplicar en conjunto con la administración del tiempo.(27)

Actitud positiva

Una actitud positiva puede ser la clave para llevar a cabo de las anteriores técnicas y afrontar el estrés de manera general. Se sabe que nuestra predisposición mental, nuestras intenciones nos llevan la dirección a la que queremos dirigirnos. Es decir si tenemos una actitud positiva que saldremos de las situaciones estresantes, el humor nos brinda una situación de control y nos libera de las emociones negativas y desagradables. (27)

Relajación muscular progresiva de Jacobson

Esta técnica fue desarrollada por el psiquiatra estadounidense Edmund Jacobson en la década del '30. Su mecanismo de acción permite obtener el control voluntario de la tensión y la distensión muscular, permitiendo identificar la relación entre el estado muscular y el estado mental de tensión.(23)

Se le denomina “progresiva” ya que los avances se van consiguiendo de forma gradual. La forma de trabajo es ir tensando y relajando los diversos grupos musculares. (23)

-Piernas: extender los pies, elevar las piernas, presionarlas hacia abajo; estirar hasta punta del pie, tensionar los dedos y presionar los glúteos hacia abajo. (23)

-Tronco: hundir y tensionar la zona abdominal; arquear la espalda manteniendo una respiración profunda; estirar y tensionar bíceps y tríceps y presionar los puños de las manos. (23)

-Hombros: levantar hacia las orejas y llevarlos atrás. (23)

-Cuello: llevar la cabeza hacia atrás; presionarla contra el pecho; inclinar la cabeza hacia los lados. (23)

-Ojos: cerrarlos presionando; levantar las cejas tensionando frente y fruncir el ceño. (23)

-Músculos del habla: levantar la comisura (sonrisa); arrugar los labios (beso); abrir al máximo y luego presionar las mandíbulas; estirar la lengua fuera de la boca, presionar contra el paladar y presionar en la zona inferior; y la nariz arrugarla hacia arriba. (23)

2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

-Antítesis. Oposición, contraste, contraposición. Diccionario Océano de Sinónimos y Antónimos. Perteneciente o relativo a las hormonas o secreciones internas

-Estrés. El estrés es una respuesta inespecífica del organismo ante un estímulo específico. El estrés es siempre una respuesta de carácter fisiológico, ante un estresor externo o interno se produce una segregación de hormonas que producirán cambios a distancia en diversas partes del organismo (Selye, 1936).

-Estresores. Agentes evocadores de la respuesta al estrés (Hans Selye, 1936), y esta respuesta está en función de lo que la persona piensa o hace o en términos de su adaptación. Para Hobfoll y Freddy (1993) son las amenazas a los recursos de los empleados que provocan inseguridad sobre sus habilidades para alcanzar el éxito profesional.

-Eustrés. (Estrés positivo): Lucha por obtener algo importante y valioso para uno mismo, en el esfuerzo por alcanzar una meta satisfactoria, en el trabajo en el que alguien se implica y compromete (Selye, 1956).

-Distrés. (Estrés negativo): Podríamos definir el distrés como el estrés desagradable. Es un estrés que ocasiona un exceso de esfuerzo en relación con la carga. Va acompañado siempre de un desorden fisiológico, las catecolaminas producen una aceleración de las funciones y éstas actúan alejadas del punto de equilibrio, hiperactividad, acortamiento muscular, somatizaciones, en suma: envejecimiento prematuro, son los efectos secundarios del estrés negativo (Selye, 1956).

-Estrés Laboral. Desde una perspectiva integradora, el estrés laboral puede definirse como un conjunto de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y del comportamiento, ante ciertos aspectos nocivos del contenido, la organización o el entorno de trabajo. Es un estado que se caracteriza por altos niveles de excitación y angustia, con la frecuente sensación de no poder hacer frente a la situación (Sebastián, 2002).

-Riesgo. La palabra riesgo es definida por el Diccionario Enciclopédico Ilustrado (1990), cómo contingencia o posibilidad de que suceda un daño, desgracia o contratiempo.

2.4 HIPÓTESIS

2.4.1 Hipótesis general

Es probable que exista relación significativa entre la funcionalidad familiar y el estrés académico en los estudiantes de enfermería noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017

2.4.2 Hipótesis específica

H₁ Dado que existe cierto grado de crisis familiar en el país es probable que exista la disfuncionalidad familiar en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017

H0 Dado que existe cierto grado de crisis familiar en el país no probable que exista la disfuncionalidad familiar en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017

H2 Dado que la exigencia que hay en la carrera de enfermería es alta es probable que existan altos niveles de estrés académico en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017

H0 Dado que la exigencia que hay en la carrera de enfermería es alta no es probable que existan altos niveles de estrés académico en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017

2.5 VARIABLES

- Variable X: Funcionalidad Familiar

Indicadores:

- Familia Funcional
- Familia Disfuncional

- Variable Y: Estrés Académico

Indicadores:

- Estímulos Estresores
- Reacciones al Estimulo Estresor
- Estrategias de Afrontamiento

2.5.1 Definición conceptual de la variable

Variable X: Funcionalidad Familiar

La definición que propone la profesora e investigadora Patricia Ares (2004) de familia, entendida como: “la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia común, en el que se

generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo, existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia.”(13)

La familia, unidad básica de la sociedad, base importante para el desarrollo humano, es definida como «la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia común, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia, existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia; es la encargada de brindar los cuidados básicos de bienestar y salud a sus miembros. (14)

Variable Y: Estrés Académico

El estrés académico es la reacción normal que tenemos frente a las diversas exigencias y demandas a las que nos enfrentamos en la Universidad, tales como pruebas, exámenes, trabajos, presentaciones, etc. Esta reacción nos activa y nos moviliza para responder con eficacia y conseguir nuestras metas y objetivos. Sin embargo, en ocasiones, podemos tener demasiadas exigencias al mismo tiempo, lo que puede agudizar la respuesta y disminuir nuestro rendimiento. (12)

2.5.2 Definición operacional de la variable

Variable X: Funcionalidad familiar esta variable se medirá con el apgar familiar

Variable Y: Estrés académico esta variable se medirá con el inventario sisco del estrés académico.

2.5.3 Operacionalización de la variable

Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítem	Instrumentos	Valoración o Categoría	Escala
X	Funcionalidad Familiar	Funcional Disfuncional	1.1 1.2 1.3 1.4 1.5	Test de Apgar Familiar	-Casi siempre -Algunas veces -Casi nunca	Ordinal
Y	Estrés académico	-Agentes Estresores	3.1; 3.2; 3.3; 3.4; 3.5; 3.6; 3.7; 3.8; 3.9	Inventario de Sisco	- Nunca - Rara vez, - Algunas veces - Casi siempre	Ordinal
		-Reacciones al estímulo estresor	4.1; 4.2, 4.3; 4.4; 4.5; 4.6; 4.7; 4.8; 4.9; 4.10; 4.11; 4.12; 4.13; 4.14; 4.15		- Nunca - Rara vez, - Algunas veces - Casi siempre	Ordinal
		-Estrategias de afrontamiento	5.1, 5.2; 5.3; 5.4; 5.5; 5.6; 5.7; 5.8		- Nunca - Rara vez, - Algunas veces - Casi siempre -Siempre	Ordinal

CAPITULO III: METODOLOGIA

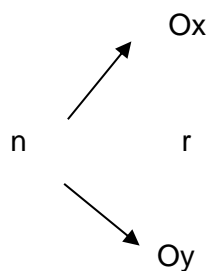
3.1. TIPOS Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN

3.1.1 Tipo de investigación

El presente estudio es de tipo descriptivo en la medida que pretende describir y analizar sistemáticamente un conjunto de hechos (funcionamiento familiar) relacionado con otro acontecimiento (estrés académico) tal como se da en el presente estudio.

3.1.2 Nivel de investigación:

El presente estudio es de nivel descriptivo-Correlacional por que mide las dos variables de estudio y luego se establece la relación que existe entre ellas. La representación del diseño de la investigación es la siguiente:



Donde:

n= muestra

O_x= variable x: funcionalidad familiar

O_y= variable y: estrés académico

r= relación

3.2 DESCRIPCIÓN DEL ÁMBITO DE LA INVESTIGACIÓN

Ubicación espacial:

El presente estudio se realizó en los estudiantes universitarios de la Universidad Alas Peruanas filial Arequipa.

Fue gestada por iniciativa del Dr. Fidel Ramírez Prado, por entonces Presidente del Consejo de Administración de la Cooperativa de Ahorro y Crédito Alas Peruanas.

En marzo de 1989, la Asamblea General de delegados de la Cooperativa Alas Peruanas aprobó por unanimidad la iniciativa del Dr. Ramírez y le encargó que realice los trámites pertinentes para la culminación de tan ambicioso proyecto.

En 1994 bajo la presidencia del Lic. Aguilar Bailón de la Cruz, se presentó al Congreso de la República (Congreso Constituyente Democrático-CCD) el proyecto de creación N° 1485/94 de la Universidad Alas Peruanas. En 1995 continúan los trámites siendo Presidente de la Cooperativa el Dr. Ricardo Díaz Bazán; para entonces se crea el Consejo Nacional para la Autorización del Funcionamiento de Universidades (CONAFU), único organismo encargado de aprobar o rechazar los proyectos de universidades.

En 1996 bajo la presidencia del Consejo de Administración de la Cooperativa Alas Peruanas del Sr. Estanislao Chujutalli Muñoz y el Dr. Fidel Ramírez Prado como Gerente General, el CONAFU aprueba con fecha 26 de abril la Resolución N° 102 que autoriza el funcionamiento de la Universidad Alas Peruanas, con cinco carreras profesionales.

Desde entonces la UAP ha seguido todos los pasos legales que formalizan y garantizan su existencia y expansión a nivel nacional e internacional. El primero de junio del mismo año empieza a funcionar la universidad,

siendo el Dr. Javier Pulgar Vidal nombrado Presidente de la Comisión Organizadora, el Dr. César Olano Aguilar Secretario General y el Dr. Fidel Ramírez Prado como Presidente Ejecutivo, habiendo sido ellos los encargados de planear, elaborar y sustentar el proyecto de desarrollo institucional de la UAP. En el mes de noviembre del año 1999, el CONAFU con resolución N° 656 declara la adecuación de la UAP al régimen de Sociedad Anónima en virtud al Derecho Legislativo N°882 "Ley de promoción de la inversión en educación".

Por acuerdo unánime de la promotora de la UAP, el 8 de febrero del 2000 fue nombrado Rector de la Universidad Alas Peruanas el Ph.D Fidel Ramírez Prado, siendo posteriormente incorporado al pleno de la Asamblea Nacional de Rectores (ANR), desempeñando el cargo hasta la fecha. Alas Peruanas es el ayer, también es el hoy y será el mañana. Siempre habrá una interacción entre el presente y el pasado. Lo sucedido contribuye al conocimiento de lo actual, así como las experiencias del presente transforman nuestra percepción del pasado. Alas Peruanas es una universidad que nació con ideas propias, conceptos prospectivos y planes siempre futuristas. Por eso crece rápidamente. Pensar, escudriñar, inventar, etc constituyen la normal tarea de nuestra casa de estudios. Saludamos pues, a los rostros estudiantiles que anhelan ingresar a nuestras aulas. Los recibimos con el mismo calor que ya recibieron nuestros 70 mil alumnos en todo el Perú. Se trata de un saludo habitual que hace suyo nuestro rector, el Dr. Fidel Ramírez Prado.

3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

3.3.1 Población

La población está conformada por 45 estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas.

3.3.2 Muestra

Se trabaja con los 45 estudiantes encuestados ya que son los que más sufren de estrés académico ya que están ejerciendo prácticamente la carrera en todo su esplendor y porque son accesibles.

3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

3.4.1 Técnica

La técnica a aplicar en la investigación será:

- Para la variable independiente X, la técnica de la encuesta.
- Para la variable dependiente Y, la técnica de la encuesta.

3.4.2 Instrumento

Variable X: Funcionalidad Familiar

Apgar Familiar diseñado por el Dr. Gabriel Smilkstein en 1978 con el objetivo de poder analizar el estado funcional de la familia a través de la percepción que tiene de ella sus propios miembros.

El apgar familiar es una prueba realizada a modo de cuestionario formado por 5 preguntas. El puntaje oscila, para cada uno de los 5 factores, entre 0 y 4 puntos, siguiendo una clasificación de cinco opciones que varía de “nunca” a “siempre”.

La interpretación del puntaje obtenido es la siguiente:

Función familiar normal	17-20 puntos
Disfunción leve	16-13 puntos
Disfunción moderada	12-10 puntos
Disfunción severa	9 puntos a menos

Variable Y: Estrés Académico

Inventario sisco del estrés académico diseñado por Arturo Barraza Macías se puede auto administrar de forma colectiva o individual este no tiene una duración mayor a 10 minutos se configura por 31 ítems, con una valoración de:

- Nunca (1)
- Rara vez (2)
- Algunas veces (3)
- Casi siempre (4)
- Siempre (5)

Estrés bajo	10-41 puntos
Estrés medio	42-83 puntos
Estrés alto	84-116 puntos

3.5. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Apgar familiar

-Confiabilidad:

Se ha utilizado el APGAR familiar como instrumento de evaluación de la función familiar, en diferentes circunstancias tales como el embarazo, depresión del postparto, condiciones alérgicas, hipertensión arterial y en estudios de promoción de la salud y seguimiento de familias. Así ha sido posible observar que el instrumento es de gran utilidad y de fácil aplicación, particularmente cuando el especialista está dispuesto a realizarlo en todos su pacientes. (15)

-Validez: La validación inicial del apgar familiar mostró un índice de correlación de 0.80 entre este test y el instrumento previamente utilizado (Pless-Satterwhite Family Función Index). Posteriormente, el apgar familiar se evaluó en múltiples investigaciones, mostrando índices de correlación que oscilaban entre 0.71 y 0.83, para diversas realidades. (15)

Inventario sisco del estrés académico

Confiabilidad: Inventario de sisco obtuvo una confiabilidad por mitades de 87 y una confiabilidad en alfa Cronbach de 90. Estos niveles de confiabilidad pueden ser valorado como muy bueno según De Vellis y elevados según Murphy y Davishofer.

Validez: Inventario de sisco se recolecto evidencia basada en le estructura interna de tres procedimiento: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados. Los resultados confirman la constitución tridimensional del inventario sisco de estrés académico a través de la estructura factorial obtenida en el análisis corresponden, lo cual coincide con el modelo conceptual elaborado por el estudio de estrés académico desde una perspectiva sistémico cognoscitiva. Se confirma la homogeneidad y direccionalidad única de lo ítem que componen el inventario a través del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados. (12)

3.6. PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS

- La presente tesis se elaboró con la participación de los asesores señalados anteriormente.
- Los instrumentos se sometieron a validación por juicios de expertos
- Se solicitó la autorización para la recolección de datos al decano de la escuela profesional de enfermería, para la ejecución del presente proyecto.
- Luego de la aprobación y del levantamiento de las observaciones se procedió a la aplicación de la prueba piloto.
- Luego se aplicaron los instrumentos a la muestra y se realizó los análisis estadísticos respectivos.
- Se llevó a cabo la elaboración de los cuadros estadísticos aplicando el Chi cuadrado.
- Se realizó la discusión, la conclusión y las recomendaciones.

CAPITULO IV: RESULTADOS

TABLA 1

RELACIÓN QUE EXISTE ENTRE LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y EL ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE NOVENO Y DÉCIMO CICLO DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS AREQUIPA 2017

RELACIÓN QUE EXISTE ENTRE LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y EL ESTRÉS ACADÉMICO	TOTAL	
	Nº	%
Alto	5	20%
Medio	9	28%
Bajo	31	52%
Total	45	100%

La presente tabla nos muestra que la relación que existe entre la funcionalidad familiar y el estrés académico en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la universidad alas peruanas arequipa 2017, existe una relación alto en un 52% equivalente a 31 estudiantes, un 28% equivalente a 9 de ellos tienen una relación media; y solo 5 estudiantes los cuales constituyen el 20% tienen una relación bajo.

TABLA N° 2
POBLACION EN ESTUDIO SEGÚN FUNCIONALIDAD FAMILIAR, EN
ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE NOVENO Y DECIMO CICLO,
UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS, AREQUIPA-2017

FUNCIONALIDAD FAMILIAR	fi	%
Disfunción severa	19	40,0
Disfunción moderada	26	60,0
TOTAL	45	100,0

Fuente: encuesta, elaboración propia, 2017

En la presenta tabla se puede apreciar que el 60,0% de los estudiantes de enfermeria de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, tiene una disfunción moderada y en un 40.0% una disfunción familiar severa. Esto significa que los estudiantes de noveno y décimo ciclo tienen una disfunción moderada.

TABLA N°2
POBLACION DE ESTUDIO SEGÚN EL ESTRÉS ACADEMICO, EN
ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE NOVENO Y DECIMO CICLO,
UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS, AREQUIPA-2017

ESTRÉS ACADEMICO	fi	%
ESTRES BAJO	10	20,0
ESTRES MEDIO	18	40,0
ESTRES ALTO	17	40,0
TOTAL	45	100,0

En la presente tabla se puede apreciar que el 40,0% de estudiante de enfermería Universidad Alas Peruanas, tiene un estrés alto, en un 40,0% tiene un estrés medio, y solo en un 20,0% es estrés bajo respectivamente. Esto significa que la mayoría de los estudiantes tiene un estrés alto y medio en su entorno universitario.

CAPITULO V: DISCUSION DE RESULTADOS

La familia según la ONU se define como el grupo fundamental de la sociedad y el entorno nacional para el crecimiento y el bienestar de todos los miembros, y en particular, de los niños. (28)

La familia “es el entorno primero y más inmediato donde desarrollar el potencial y disfrutar de una vida plena”, según a lo que dice el comité de los Derechos Humanos. (28)

La ONU destaca los efectos positivos que tiene el apoyo del núcleo familiar alegando que ayuda en la promoción de los derechos (28)

La ONU define el estrés como “el conjunto de reacciones físicas que preparan al organismo para la acción” (29)

Según Guadamarra, R, Marquez, O, Veytia, M, Leon,A. (2011) nos dice que Con base a los datos obtenidos y realizando los puntos de corte en el percentil 25 (131) y percentil 75 (144) se pudo observar que efectivamente un número considerable de alumnos 27% (79) obtuvo puntajes bajos en el cuestionario lo que los ubica con una familia disfuncional, mientras que el 73% (212) restante se ubican en el nivel de funcionalidad, los resultados obtenidos fueron se pudo observar que efectivamente un número considerable de alumnos 27% (79) obtuvo puntajes bajos en el cuestionario lo que los ubica con una familia disfuncional, mientras que el 73% (212) restante se ubican en el nivel de funcionalidad.

Según Silva, C (2015) ha encontrado que el estrés académico se debe a las evaluación de los profesores, exámenes ensayos trabajos de investigación, la sobrecarga de tarea, el tiempo limitado para hacer los trabajos, las prácticas formativas y el desconocimiento a la hora de dar un cuidado de enfermería, afirmaron que la asociación de estrategias de afrontamiento y la dependencia educativa en los estudiantes de enfermería se manifestaron en un 35.7%, siendo mayores en comparación con otras facultades como odontología y medicina, identificaron mecanismos de afrontamiento relacionados con elaboración de un plan, ejecución de sus tareas académicas y verbalización de la situación que les

preocupa, utilizadas siempre o casi siempre por el 30.5% de los estudiantes. Entretanto, el estudio de Rivas et al.

(23) develó que la búsqueda de información es la estrategia implementada para manejar el estrés de una forma positiva, con un 24.8%.

Dando como resultado un estrés elevado en los estudiantes de enfermería debido a las exigencias que hay en los centros universitarios.

CONCLUSIONES

Se llego a la conclusion que la relación que existe entre la funcionalidad familiar y el estrés académico en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la universidad alas peruanas arequipa 2017, existe una relación alto en un 52% equivalente a 31 estudiantes, un 28% equivalente a 9 de ellos tienen una relación media; y solo 5 estudiantes los cuales constituyen el 20% tienen una relación bajo

Se llego a la conclusion que gran parte de los estudiantes de enfermeria de la Universidad Alas Peruanas, tiene una disfunción familiar moderada en un (60,0%) y una disfunción familiar severa en un (40,0%) y en ningún caso hay una funcionalidad familiar normal.

Se llego a la conclusion que gran parte de los estudiantes de enfermeria de la Universidad Alas Peruanas tiene un (40,0%) de estrés alto un (40,0%) de estrés medio y un (20,0%) de estrés bajo dando como resultado que son muy poco los estudiantes que sufren de un bajo estrés académico.

RECOMENDACIONES

La escuela de enfermería debería tener mas relación con los estudiantes y de los últimos ciclos y conocer los problemas con los que llegan sus practicas pre profesionales darles charlas y capacitaciones antes de llegar al internado

Brindar atención y tutoría a los estudiantes de enfermería indicándoles cómo deben de afrontar la disfuncionalidad familiar en la que se encuentra y no se van afectados tanto a nivel emocional como a nivel académico.

Realizar actividades preventivas y de afrontamiento ante el alumnado que está atravesando por un estrés alto y moderado y que estas actividades sirvan que el estudiante se sienta más relajado a la hora de realizar sus actividades

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- 1.-Ticona Benavente, S.B.; Paucar Quispe, G.; Llerena Callata, G, Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería - UNSA Arequipa. 2006.
- 2.-Becerra H. Silvia A., Rol de estrés percibido y su afrontamiento en las conductas de salud de estudiantes universitarios de Lima, 2013-Lima.
- 3.-Francisco N. Bedoya-Lau, Luis J. Matos, Elena C. Zelaya, Niveles de estrés académico, manifestaciones psicósomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012.
- 4.-García R. Javier, Pérez G. Francisco, Pérez G. Josefa, evolución del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad-noviembre del 2011, España.
- 5.-Berrio G. Nathaly, Mazo Z. Rodrigo, estrés académico-diciembre 2011

Sitios web:

- 1.-<http://www.scielo.org.co/pdf/jusju/v10n1/v10n1a02.pdf> (1)
- 2.-<http://www.medigraphic.com/pdfs/medfam/amf-2005/amfs051c.pdf> (2)
- 3-<https://edusouned.wikispaces.com/file/view/TM1+Concepto+de+familia.pdf> (3)
- 4.-<https://luisbarillasc.wordpress.com/la-familia-naturaleza-tipos-de-familia-y-funciones/> (4)
- 5.-<http://www.uv.mx/psicysalud/psicysalud-21-1/21-1/Marco-Antonio-Pulido-Rull.pdf> (5)
- 6.-<http://universitarios.universia.es/examenes/antes-examen/perfil-estresado>(6)
- 7.-<http://www.psicologiaincientifica.com/estres-academico-2/> (7)
- 8.-http://www.cop.es/delegaci/andocci/files/contenidos/VOL25_1_7.pdf (8)

- 9.-<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf> (9)
- 10.-http://www.ub.edu/psicologia_ambiental/uni4/4821.htm (10)
- 11.-<http://www.uchile.cl/portal/presentacion/centro-de-aprendizaje-campus-sur/114600/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico> (12)
- 12.-http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-temprana/funcionamiento_familiar.pdf (13)
- 13.http://faenf.cayetano.edu.pe/images/pdf/Revistas/2013/febrero/funcionamiento_familiar_segun_el_modelo_circumplejodeolson.pdf (14)
- 14.<http://boliviarevista.com/index.php/lapaz/article/viewFile/3561/3559>(15)
- 15.-<http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.pe/2012/06/dorothea-orem.html>(16)
- 16.-<http://modelosenfermerosucaldas.blogspot.pe/2013/06/modelo-de-adaptacion.html>(17)
- 17.-190.242.62.234:8080/.../Estres%20Academico%2021-%2010-2015.docx%20pdf.pdf (18)
- 19.-<http://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2011/epi112j.pdf>(19)
- 20.-<http://cienciaergosum.uaemex.mx/index.php/ergosum/article/view/2128> (20)
- 21.-edusouned.wikispaces.com/file/view/TM1+Concepto+de+familia.pdf(21)
- 22.-<http://www.innatia.com/s/c-organizacion-familiar/a-evolucion-de-la-familia.html> (22)
- 23.-<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5305223.pdf>(23)
- 25.-<http://www.uchile.cl/portal/presentacion/centro-de-aprendizaje-campus-sur/114600/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico> (24)
- 26.-<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php> (25)
- 27.-www.apa.org › Centro de Apoyo (26)
- 28.-<https://www.psicoactiva.com/blog/estres-academico-y-tecnicas-para-afrontarlo/> (27)
- 29.-<https://www.actuall.com/familia/la-onu-apoya-a-la-familia/> (28)

ANEXOS

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
¿Existe relación entre la funcionalidad familiar y el estrés académico en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017?	Determina la relación que existe entre la funcionalidad familiar y el estrés académico en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017	Es probable que exista relación significativa entre la funcionalidad familiar y el estrés académico en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017	Variable X -Funcionalidad familiar Indicadores -Familia funcional -Familia disfuncional	-Tipo de estudio Descriptivo -Diseño Correlacional de corte transversal  -Instrumento Variable X Apgar familiar Variable Y Inventario sisco del estrés académico
Problemas Específicos ¿Cuál es el nivel de funcionalidad familiar en estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017?	Objetivos específicos Determinar el nivel de funcionalidad familiar en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017	Hipótesis específica Dado que existe cierto grado de crisis familiar en el país es probable que exista la disfuncionalidad familiar en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017	Variable Y -Estrés académico Indicadores -Estímulos estresores -Reacciones al estímulo estresor -Estrategias de afrontamiento	
¿Cuál es el nivel estrés académico de los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017?	Determinar el nivel de estrés académico de los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017	Dado que la exigencia que hay en la carrera de enfermería es alta es probable que exista altos niveles de estrés académico en los estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017	-Población Estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo -Muestra 120 estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa-2017	

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de investigación: "Factores personales que influyen en el estrés de los estudiantes de enfermería de la universidad al peruanas durante su periodo académico del año 2016"

INVESTIGADOR: Nataly Pareja Yauri, Alumno de enfermería.

Buenos días/tardes me es grato saludarle y a la vez comunicarle, que la suscrita es estudiante de la UAP de La facultad Medicina Humana –Escuela de Enfermería, quien ha elaborado un proyecto de investigación sobre Factores personales que influyen en el estrés de los estudiantes de enfermería .El procedimiento incluye responder al cuestionario sobre conocimientos y escala de actitudes. La participación en el estudio va a ocuparles aproximadamente, 15 minutos. Puede preguntar cualquier duda sobre el estudio o sobre su participación.

Su participación en el estudio es voluntaria; no tiene ninguna obligación de participar. Tiene derecho a abandonar el estudio cuando desee. La información del estudio será codificada y su identidad no se publicará durante la realización del estudio, ni una vez haya sido publicado.

Si usted acepta participar en esta investigación, se le solicitará responder unas preguntas relacionadas al tema. Su firma en este documento significa que ha decidido participar después de haber leído y discutido la información presentada en esta hoja de consentimiento informado.

Beneficios

La información que se obtenga con esta investigación puede ser de gran utilidad para posteriores investigadores que permitan ayudar a la población.

Los resultados permitirán conocer :cuál es el nivel de conocimientos y las actitudes sobre los factores que influyen en el estrés del estudiante de enfermería.

Confidencialidad

Nos comprometemos que la información que Usted nos proporcione es estrictamente confidencial y permanecerá en absoluta reserva; de tal forma que protegeremos su anonimato. Su nombre no será utilizado en ningún informe cuando los resultados de la investigación.

Información adicional

Usted está en libertad de retirarse del estudio en el momento que lo considere necesario sin que esto implique ningún perjuicio.

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio puede contactar con la oficina de Investigación. Comité Institucional de Ética de la Universidad Alas Peruanas.

“Yo..... he leído la información proporcionada. He tenido la oportunidad de hacer preguntas acerca del mismo, y las preguntas que he realizado han sido contestadas a mi satisfacción. Yo acepto participar voluntariamente en este estudio, en el entendimiento de que tengo el derecho a retirarme del mismo en el momento que lo desee.

Firma del voluntario

.....

___/...___/___

DNI:

Firma de Investigador Responsable

Fecha:.....

DNI:.....

ANEXO 1

Apgar familiar

El presente cuestionario nos muestra cómo perciben los miembros de la familia el nivel de funcionamiento de la unidad familiar de forma global. La sinceridad con la que usted responda este cuestionario será de mucha ayuda para la investigación que se está realizando. La información que usted proporcione será de totalmente confidencial y solo se manejarán como resultados del estudio. Las respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en el derecho de responder o no.

Nº	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca
A.1 Estoy contento de pensar que puedo recurrir a mi familia en busca de ayuda cuando algo me preocupa.			
A.2 Estoy satisfecho con el modo que tiene mi familia de hablar las cosas conmigo y de cómo compartimos los problemas.			
A.3 Me agrada pensar que mi familia acepta y apoya mis deseos de llevar a cabo nuevas actividades o seguir una nueva dirección.			
A.4 Me satisface el modo que tiene mi familia de expresar su afecto y como responde a mis emociones, como cólera, tristeza y amor.			
A.5 Me satisface la forma en que mi familia y yo pasamos el tiempo juntos.			

ANEXO 2

Inventario SISCO del estrés académico

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación superior durante sus estudios. La sinceridad con la que usted responda este cuestionario será de mucha ayuda para la investigación que se está realizando. La información que usted proporcione será de totalmente confidencial y solo se manejarán como resultados del estudio. Las respuestas a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en el derecho de responder o no.

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

- Si
 No

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

1	2	3	4	5

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

Nº	(1) Nunca	(2) Raras vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
3.1 La competencia con los compañeros del grupo					
3.2 Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3.3 La personalidad y el carácter del profesor					
3.4 La evaluación de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc)					
3.5 El tipo de trabajo que piden los profesores(consulta de tema, ficha de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc)					
3.6 No entender los temas que se abordan en clase					
3.7 Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc)					
3.8 Tiempo ilimitado para hacer el trabajo					
Otras -----					

4.- En una escalas del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre, (5) es siempre, señale con que frecuencia tuvo las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Reacciones físicas					
Nº	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
4.1 Trastornos en el sudor (insomnio o pesadillas)					
4.2 Fatiga crónica (cansancio permanente)					
4.3 Dolores de cabeza o migraña					
4.4 Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea)					
4.5 Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc					
4.6 Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
Nº	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
4.7 Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
4.8 Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)					
4.9 Ansiedad, angustia o desesperación					
4.10 Problemas de concentración					
4.11 Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
Nº	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
4.12 Conflicto o tendencia a polemizar o discutir					
4.13 Aislamiento de los demás					
4.14 Desgano para realizar los labores escolares					
4.15 Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras (especifique)					
Nº	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
4.16					

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

Nº	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
5.1 Habilidad asertiva (defender nuestra preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
5.2 Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
5.3 Elogios a si mismo					
5.4 La religiosidad (oraciones o asistencias a misa)					
5.5 Búsqueda de información sobre la situación					
5.6 Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
5.7 Otras ----- (especifique)					