



**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

TESIS

**“FACTORES RELACIONADOS AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL VIII CICLO
DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS
PERUANAS AREQUIPA - PERÚ, 2015”**

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA

**PRESENTADA POR
BARBACHAN MARRON ADOLFO AURELIO**

**ASESORA
Mg. IDALIA MARIA CONDOR CRISOSTOMO**

AREQUIPA – PERÚ, 2017

**“FACTORES RELACIONADOS AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL VIII CICLO
DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS
PERUANAS AREQUIPA - PERÚ, 2015”**

RESUMEN

La presente investigación tuvo como Objetivo: Determinar los Factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015. Es una investigación descriptiva transversal, se trabajó con una muestra de 35 estudiantes, para el recojo de la información se utilizó un cuestionario tipo Likert, la validez del instrumento se realizó mediante la prueba de concordancia del juicio de expertos obteniendo un valor de 0,833; la confiabilidad se realizó mediante el alfa de Cronbach con un valor de 0,920,

CONCLUSIONES:

Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, es el Factor Social de mayor porcentaje de un 64%, seguido del Factor Psicológico y finalmente el Factor Biológico con menor porcentaje. de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Sufren de insomnio, presentan frecuentemente problemas digestivos, Presentan inseguridad en las acciones que realizan, tienen momentos de irritabilidad y de depresión con frecuencia y a menudo pierden oportunidades por no decidirse

PALABRAS CLAVES: *Factores relacionados al estrés, Biológico, Psicológico, Social.*

ABSTRACT

The present investigation had like Objective: To determine the Factors related to the stress in students of the VIII cycle of the Professional School of Nursing of the Alas Peruanas University Arequipa - Peru, 2015. It is a transversal descriptive investigation, worked with a sample of 35 students, For the collection of information, a Likert-type questionnaire was used, the validity of the instrument was carried out by means of the test of concordance of the expert judgment, obtaining a value of 0.833; Reliability was carried out using Cronbach's alpha with a value of 0.920,

CONCLUSIONS:

The factors related to stress in students of the eighth cycle of the Professional Nursing School of Alas Peruanas University, Arequipa, is the Social Factor with the highest percentage of 64%, followed by the Psychological Factor and finally the Biological Factor with the lowest percentage. According to the answers, the following is presented: They suffer from insomnia, they frequently present digestive problems, they present insecurity in the actions they perform, they have moments of irritability and depression frequently and often lose opportunities by not deciding

KEY WORDS: *Factors related to stress, Biological, Psychological, Social.*

ÍNDICE

Pág.

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

RESÚMEN

i

ABSTRAC

ii

ÍNDICE

iii

INTRODUCCIÓN

v

CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

1

1.2. Formulación del problema

3

1.3. Objetivos de la investigación

3

1.3.1. Objetivo general

3

1.3.2. Objetivos específicos

4

1.4. Justificación del estudios

4

1.5. Limitaciones

4

CAPITULOII: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del estudio

5

2.2. Base teórica

7

2.3. Definición de términos

16

2.4. Hipótesis

16

2.5. Variables

17

2.5.1. Definición conceptual de las variables

17

2.5.2. Definicion operacional de la variable

18

2.5.3. Operacionalización de la variable

19

CAPITULOIII: METODOLOGIA	
3.1. Tipo y nivel de investigación	20
3.2. Descripción del ámbito de la investigación	21
3.3. Población y muestra	21
3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	22
3.5. Validez y confiabilidad del instrumento	23
3.6. Plan de recolección y procesamiento de datos	23
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	24
CAPÍTULO V: DISCUSION	28
CONCLUSIONES	31
RECOMENDACIONES	33
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	34
ANEXOS	
Matriz	
Instrumento	

INTRODUCCION

La exposición a situaciones de estrés no es si mismo algo “malo” o negativo, solo cuando las respuestas de estrés son excesivamente intensas, frecuentes, duraderas pueden producir diversos trastornos en el organismo. No puede obviarse que le estrés mal manejado ocasiona repercusiones en la persona, sin embargo actualmente se está haciendo énfasis a los efectos de estrés a nivel fisiológicos ya que estas propician un gran deterioro en los individuos impidiéndoles realizar sus actividades cotidianas.

Como los estudiantes universitarios no están ajenos a estas situaciones de alarma, se vive con preocupaciones de horarios y exigencias académicas, en comportamientos reflejados en estas frases: “tengo demasiados trabajos estos días” “ya empiezan las prácticas en el hospital...” entre otros. Es por ello que al observar estas problemáticas en la Escuela Profesional de Enfermería, Facultad de Medicina Humana y Ciencias de la Salud de la Universidad Alas Peruanas, evidenciadas por expresiones y gestos de estrés en la las aulas académicas, se llevó a cabo esta investigación con el fin de identificar los factores estresantes en los alumnos de enfermería de la Universidad Alas Peruanas- Filial Arequipa, en el año 2015.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Los **exámenes** son parte de la rutina académica. Sin embargo, a pesar de haber realizado cientos de pruebas y de estar acostumbrados y acostumbradas a que nos evalúen, cuando se acercan las **semanas de exámenes**, es posible que no podamos evitar cierto nerviosismo e inquietud, incluso que nuestros **hábitos** se vean **afectados negativamente**: comemos mal, tomamos demasiado café y bebidas “energéticas”, dormimos poco...

Es normal padecer cierto nivel de estrés en épocas donde las exigencias son mayores, y aunque puede funcionar como la gasolina que nos da energía para avanzar, la cuestión es que ni nuestro rendimiento ni nuestra calidad de vida se vean afectados. Las investigaciones recomiendan no alterar **el ritmo de sueño, planificar un tiempo de ocio, controlar los pensamientos negativos, hidratarse bien y practicar ejercicios de relajación.**

Desde **Entre Corchetes** queremos ofrecerte algunos títulos que puedan servirte para mantener el estrés a raya. (1)

Montoya en su estudio, expresa que los estudiantes de primer año son los que mayores índices de estrés reportan ante la falta de tiempo para cumplir con las actividades y la sobrecarga académica; factores que si bien

continúan siendo percibidos como estresantes entre los estudiantes de niveles superiores, se ven en algún grado atenuados por el paso del tiempo y su avance académico en los estudios superiores. (2)

Caldera anota a su vez, como las manifestaciones de altos niveles de estrés “van desde los estados depresivos, ansiedad, irritabilidad, descenso de la autoestima, insomnio, hasta asma, hipertensión, úlceras, etc.” afectando de modo perjudicial tanto la salud, como el desempeño educativo de los alumnos. (3)

Al respecto Selye consideró, que varias enfermedades (cardíacas, hipertensión arterial y trastornos emocionales o mentales) se generaban por los cambios fisiológicos producidos por un prolongado estrés en los órganos, y que dichas alteraciones podrían estar predeterminadas genética o constitucionalmente. Sobre este mismo tema expresa posteriormente, que no solamente los agentes físicos nocivos son productores de estrés, sino que además, en el caso de los seres humanos, las demandas sociales y las amenazas del entorno del individuo que requieren de capacidad de adaptación, pueden provocar el trastorno del estrés. (4)

Arrieta, en Cartagena, realizó un estudio con una muestra de 198 sujetos, donde evidenció que las manifestaciones emocionales más recurrentes en los estudiantes universitarios, son la depresión, la ansiedad y el estrés. Reportó además como factores de riesgo que contribuyen al estrés, la falta de tiempo para el descanso, la falta de recursos económicos y la disfunción familiar y concluyó que los estudiantes manifiestan síntomas transitorios de ansiedad, en respuesta a las exigencias académicas a las que se encuentran sometidos (5)

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1 Problema General

¿ Cuales son los Factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015?

1.2.2 Problemas Específicos

- ¿Cómo se relaciona la dimensión factor biológico con el estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015?
- ¿Cómo se relaciona la dimensión factor psicológico con el estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015?
- ¿Cómo se relaciona la dimensión factor social con el estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015?

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1 Objetivo general

Determinar los Factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015.

1.3.2 Objetivos específicos

- Describir la relación de la dimensión factor biológico con el estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015.
- Describir la relación de la dimensión factor psicológico con el estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015.
- Describir la dimensión factor social con el estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015.

1.4 JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

Considerando que durante la formación profesional del estudiante de enfermería se presentan circunstancias adversas que de una u otra forma influyen negativamente sobre el mundo interno, constituye una barrera para el rendimiento académico y desarrollo personal social de los estudiantes de enfermería, además que siendo el sujeto de atención un ser humano, se da el riesgo de dar atención deficiente que pueda tener consecuencia negativa o adversas.

1.5 LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

- Los resultados de la presente investigación serán válidos solo para la Escuela Profesional de enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa pudiendo ser referenciales para otras escuelas y/o universidades.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DEL ESTUDIO

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Dr. Miguel A. Álvarez Fornaris; Lic. Alexander García Salas; Lic. Regla Jacqueline Arias Hernández y Lic. Madelaide Marín Varona⁷ - Hospital Universitario "Calixto García Íñiguez". Ciudad de La Habana, Cuba – 2005, realizan una investigación titulada: “Estrés Quirúrgico y Atención de Enfermería. Experiencia en el Hospital Universitario”.

El objetivo fue disminuir los efectos indeseables del estrés quirúrgico mediante la medición de variables como la frecuencia cardiaca (FC), presión arterial sistólica (PAS) y presión arterial diastólica (PAD), así como el grado de satisfacción de los pacientes con la atención recibida, tratando de determinar formas que contribuyan a mejorar la atención a los pacientes y a reducir los efectos indeseables del estrés quirúrgico. El método consistió en el diseño de un estudio del comportamiento de las variables EC, PAS, PAD y temperatura en 60 pacientes del Servicio de Urología y del de Ortopedia (55 y 5

respectivamente sometidos a operaciones de cirugía mayor, en el período de enero a junio de 2003, antes y después de la operación. Los autores concluyen: en que todos los pacientes se mostraron satisfechos con la atención recibida, se pudo comprobar que la adecuada relación personal médico-paciente favorece la recuperación del estrés quirúrgico. Las variables FC, PAD, PAS y T, mostraron una disminución significativa en el posoperatorio, evidenciando una rápida recuperación del estrés quirúrgico que atribuimos al alto grado de satisfacción de los pacientes con la atención recibida. Consideramos que las variables estudiadas pueden constituir un indicador útil y económico para valorar la recuperación del estrés quirúrgico". (6)

2.1.2 Antecedentes nacionales

Capra Guardia Liz, realizó una Investigación titulo: “satisfacción y estrés laboral en los profesionales de enfermería del hospital de chancay - 2010”. Tiene por objetivo general Determinar el nivel de satisfacción y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital de Chancay. en el año 2010; Es un estudio de nivel descriptivo porque pretende describir la situación encontrada y de corte transversal, aplicativa por que los datos se recolectaron en un espacio y tiempo único. La población total fue de 72 licenciados(as) en enfermería que laboran en el hospital de chancay, se encuestó a la población total, por lo cual no se realizó muestreo ya que se tomo toda la población como muestra por ser una población pequeña, ; La técnica que se utilizó en la recolección de datos fue la encuesta. y el instrumentó fue el cuestionario que consta de 28 ítems de preguntas cerradas sobre la Satisfacción del profesional de enfermería y 13 preguntas sobre estrés laboral del Profesional de enfermería del Hospital de Huaral en el año 2010. La investigación obtuvo los siguientes resultados: Existe un nivel de satisfacción bajo

equivalente a 42 %, equivalente a 30 profesionales de Enfermería número significativo e importante de analizar porque indica que existen factores extrínsecos como Condiciones físicas, Relaciones Interpersonales, Estabilidad laboral, que conducen a una insatisfacción. Con respecto al estrés laboral en los profesionales de enfermería se evidencia que predomina un nivel estrés laboral medio, con un 43% equivalente a 31 enfermeras y un significativo porcentaje de 38% correspondiente a 27 enfermeras con un nivel de estrés alto y solamente 19% equivalente a 14 enfermeras con estrés bajo. Se Identificó que el nivel de satisfacción laboral es bajo debido a los factores extrínsecos que tienen los profesionales de enfermería y esto se inclina mas hacia la inestabilidad laboral que indicaron no tener los profesionales de enfermería. El nivel de estrés laboral en la Dimensión de factores intrínsecos que tienen los profesionales de enfermería es alto y constituye un porcentaje de 28% correspondiente a 20 profesionales de enfermería, que necesitan apoyo, descanso y reconocer su trabajo. Ya que manifiestan sobre todo que los factores estresantes son la inestabilidad laboral, la realización personal y el trabajo mismo del Hospital de Chancay en el año 2010. (7)

2.2 BASES TEÓRICAS

2.2.1. ESTRES

Definimos el estrés como un estado de tensión provocado por problemas personales sin resolver, que puede afectar a cualquier persona y mucho más a un estudiante de manera episódica o constante, convirtiéndose en un obstáculo para realizar cualquiera actividad durante el día.

El estrés puede ser temporal o crónico; cuando es temporal, se presenta ocasionalmente y muy pocas veces. En cambio cuando es

crónico se prolonga impidiendo la realización de las actividades cotidianas, un estrés prolongado puede provocar agotamiento físico y mental.

El estrés estimula el sistema hipotálamo-hipofisario-suprarrenal, lo que provoca un desequilibrio en el sistema nervioso simpático, responsable de diversas actividades independientes de la voluntad, como la liberación de la hormona adrenalina, cuya función es la de preparar el organismo, en estados de tensión. (8)

2.2.2. SINTOMAS DEL ESTRES

El estrés es el causante de variables y diversos síntomas, estos varían de una persona a otra, casi siempre presentan síntomas particulares.

Muchas veces los síntomas principales, son dolores de cabeza, insomnio y muchos más. por otro lado, los dolores de estómago o gastritis son síntomas de estrés crónico, por el hecho de ser enfermedades del organismo. Aparte de estas enfermedades, existe muchos otros problemas:

-Trastornos psicológicos: entre los trastornos psicológicos están, la angustia, los nervios, la depresión, la Irritabilidad y los episodios de pánico.

-Problemas de comportamiento: el comportamiento de una persona se afecta cuando tiene, dificultad para concentrarse y para relacionarse.

-Cambios de hábitos: los hábitos alimenticios aumentan, las personas empiezan a consumir tabaco y alcohol.

-Problemas en el cuero cabelludo: caída del cabello, aparición de caspa y rasquiña en el cuero cabelludo, este resulta muy afectado por el estrés.

-Mayor vulnerabilidad a las enfermedades: la gripe resultan muy frecuente en personas estresadas.

-Traspiración excesiva y mal aliento: lo síntomas son manos sudorosas, traspiración por todo el cuerpo, hiperventilación (respiración rápida) y aliento generalmente con un olor desagradable.

Estos y muchos otros más son los problemas que comúnmente presentan las personas estresadas. (8)

2.2.3. LAS TRES FASES DEL ESTRES

El estrés consiste en una respuesta que da el organismo cuando reacciona ante una situación de agresión o presión, estas reacciones se manifiestan en tres fases:

La fase de alarma: Es la primera fase del proceso de estrés frente a la presión, el individuo empieza presentar, respiración entrecortada, aceleración del ritmo cardíaco, incremento de la traspiración, un aumento en el consumo de oxígeno por el cerebro. Estas reacciones son causadas por la secreción de una hormona, la adrenalina, cuya función es la de preparar el cuerpo en situaciones de presión y permitirle un estado de respuesta rápida.

La fase de resistencia: Es una fase adaptativa que permite al individuo en una situación de estrés prolongado, evitar el cansancio, ocasionada por el estrés y de esta manera impedir el agotamiento. En esta etapa el organismo secreta otras hormonas, debido a que la adrenalina es de corta duración y se disipa rápidamente, los glucocorticoides, una hormona que asegura la disponibilidad continua de glucosa (mayor producción de energía) para ser utilizada por el cerebro, los músculos y el corazón, pero permitiéndoles el buen funcionamiento a expensas de los tejidos y los demás órganos.

Es muy importante reconocer esta fase del estrés, para poder controlarlo, utilizando métodos de relajación o compensación de energía y así evitar la tercera fase.

La fase de agotamiento: Esta fase es negativa y hace parte del distres, aparece cuando el individuo presenta un estado de constante y severo estrés. Debido a que los glucocorticoides conservan glucosa especialmente para el cerebro, el corazón y los músculos, se inhibe la utilización de energía para los demás órganos y tejidos, de esta manera llega un momento en el que, el organismo no puede producir más glucosa, por lo cual se agota y pierde su capacidad de respuesta volviéndose más susceptible a las enfermedades, ya sean comportamentales o patológicas. (8)

2.2.4. LO NEGATIVO DEL ESTRES

El estrés no es negativo como muchos piensan, es neutral, es la fuerza que nos ayuda a avanzar en nuestra vida, aun así, si el estrés no se maneja puede llegar a un punto en el que se vuelve negativo para nosotros.

Lo negativo del estrés: también llamado **distrés**, este estrés se presenta cuando la ansiedad y la inseguridad nos desequilibra impidiendo que realicemos una actividad adecuadamente, el estudiante se desmorona, cuando empieza a sentir que no va a poder con la exigencia. Lo que resulta del estrés negativo es el miedo a cualquier actividad que se crea que es difícil y con esto una disminución en la concentración provocando que el rendimiento baje. (9)

2.2.5. LO POSITIVO DEL ESTRES

El estrés académico, trae consigo cosas positivas, como ayudarnos a mantenernos activos, motivados y nos permite adaptarnos a un estilo de vida estresante.

Lo positivo del estrés: también llamado **eustrés**, este estrés es un proceso adaptativo que permite al estudiante adaptarse a los periodos en los que maneja mucho estrés, cuando el estrés se presenta como una oportunidad para mejorar nuestras capacidades, determinadas como un reto, nos lleva a un estado de euforia que nos permite soportar y superar cualquier adversidad, aun así es necesario que el estudiante empiece a tener pensamientos positivos, buena alimentación y organización del tiempo, todo esto en balance, da como resultado una mayor concentración, aumenta la capacidad de memorización, la creatividad alcanza su punto máximo y una muy importante es que nos empuja a priorizar nuestras tareas. (10)

2.2.6. EL ESTRES ACADEMICO Y LAS DESERCIONES

La carga estudiantil genera estrés académico, este ocasiona sentimientos como lo son la ansiedad, la baja autoestima y la negatividad muchas veces a la vista de no poder con la carrera y estos sentimientos son la causa de la deserción estudiantil.

Un estudio indica que los hombres con 55% desertan más en comparación con el 45% de las mujeres. Aparte de esto los estudiantes de los primeros cuatro semestre son los que más desertan, con una mayor deserción en las carreras de ingeniería, arquitectura y agronomía, siendo esta última donde las deserciones son mayores, aun en semestres avanzados, por otro lado las ciencias de la salud son las áreas donde menor deserción hay y las que más graduados tiene. (11)

2.2.7. EL ESTRES ANTES DE LOS PARCIALES

¿Quién no se siente estresado antes de un examen, y más aún, en uno tan importante, como lo es el parcial?

El estrés antes de los exámenes, en psicología es un proceso adaptativo y se determina en tres pasos:

Primero: el alumno se siente presionado por la carga estudiantil y las evaluaciones que se van a realizar, que por concepto del estudiante van a ser difíciles y por ende, la preparación antes del examen será estresante.

Segundo: el estudiante empieza a sentir algunos síntomas del estrés como lo son, el comer en exceso, los dolores de estómago, el dolor de cabeza y estar de mal humor, entre otros.

Tercero: debido a los niveles de estrés que maneja el estudiante, este empieza a realizar actividades para relajarse, tales como escuchar música, realizar algún deporte o ver la televisión. (12)

2.2.8. EL ESTRES ACADEMICO

El estrés académico es el responsable de muchos sentimientos, como la baja autoestima y la negatividad, todo esto lleva a que el estudiante se sienta presionado empezando a sentir que no van a poder con algunas materias o en otros casos con la carrera, y por ende estos resuelven cancelar la materia o desertar de la universidad, pero muchas personas que se sienten presionadas no se dejan vencer y son estos los que deciden seguir o fracasar en el intento, gracias a que sabe manejar tales exigencias académicas, al contrario si una persona que tiene un nivel de presión académico alto y no tiene buenas estrategias para manejarlo, puede ocasionarle graves problemas, físicos o psicológicos. (13)

2.2.9. LA VIDA UNIVERSITARIA

Las encuestas estadounidenses llevan ya tiempo preocupándose por conocer la opinión de los estudiantes sobre la calidad de los servicios que ofrece la institución educativa. Estudian a fondo las buenas prácticas por parte de la institución que resultan efectivas para el

éxito académico, donde se incluyen factores como favorecer que se produzca una buena interacción con otros miembros de la universidad, profesores o compañeros de estudio. De aquí surge nuestro interés de completar los elementos que componen el oficio de estudiar en la universidad, con el tipo de relaciones que se generan y el uso que se hace de los servicios, para así acercarnos a comprender el tipo de vida que existe en el campus universitario. Se constata que el vínculo que tienen los encuestados hacia la institución universitaria queda muy limitado a los contornos de la actividad académica. Tanto es así que, al margen de la cafetería, los únicos servicios que los estudiantes utilizan masivamente son las bibliotecas y los servicios informáticos. Aunque las bibliotecas las frecuentan casi exclusivamente en época de exámenes, utilizándolas como lugar de estudio más que como fuente de aprendizaje complementario para la consulta de bibliografía. Los servicios informáticos están muy solicitados debido a la generalización del uso de ordenadores portátiles particulares. No carece de interés que los servicios de restauración sean también muy utilizados, es el lugar de recreo que el 93% de los estudiantes encuestados frecuenta. Muy lejos quedan otras actividades de ocio y deporte, que sólo aprovechan alrededor del 30% de los encuestados. Los discursos de buena parte de los entrevistados muestran un desinterés por la mayoría de actividades extra académicas organizadas por la universidad, que no perciben como parte de su proceso formativo. Claro que muchos de ellos tienen una incompatibilidad de horarios debido a obligaciones familiares o laborales que explica su falta de participación. De su relación con el profesorado podemos destacar algunas opiniones que se repiten en las entrevistas: una distancia jerárquica que los separa de muchos de ellos, acentuada por el hecho de considerarlos en general ajenos al mundo profesional, una mayor proximidad por tanto con los profesores asociados y en

general con los de los grupos de innovación educativa, que al estar en grupos reducidos y con mayor control favorece una relación más cercana. Para terminar, cabe señalar que las relaciones con sus compañeros tienen una importancia notable en lo que ellos mismos llaman su experiencia universitaria. Aunque los amigos de la universidad no llegan a adquirir fácilmente el estatus de amigos de verdad que tienen los anteriores, “los de toda la vida”. (14)

2.2.4. Teorías de Enfermería que sustentan la investigación

- a) Según Hildegard Peplau y su “modelo de relaciones interpersonales. La define como un individuo, no incluye a las familias, grupos ni comunidades. La describe como un organismo en desarrollo que se esfuerza por reducir la ansiedad provocada por las necesidades. “Según Peplau la persona vive en equilibrio inestable”.

En el Modelo del Entorno Peplau refiere: “La enfermera debe tener en cuenta la cultura y los valores cuando acomode al paciente en el entorno hospitalario, pero no trata las posibles influencias ambientales sobre el paciente”. La Salud describe como un concepto que implica un movimiento dirigido de la personalidad y otros procesos propios del hombre hacia una vida creativa, constructiva, productiva, personal y en comunidad. Es una relación humana entre un individuo que está enfermo o que siente una necesidad y una enfermera que está preparada para reconocer y responder a la necesidad de ayuda. Peplau basa su modelo en la enfermería psicodinámica, que ella define como la utilización de la comprensión de la conducta de uno mismo para ayudar a los demás a identificar sus dificultades. La enfermera psicodinámica aplica los principios de las relaciones humanas a los problemas que surgen en todos los niveles de la experiencia humana; Por tanto, su modelo se basa en teorías psicoanalíticas, en el cual ella define la enfermería psicodinámica y describe las fases del modelo y los roles de la

enfermera en cada fase. Le faltaría definir que es la comprensión de la conducta de uno mismo, que es el cuidado a los demás, que es el apoyo, que es ayudar, en definitiva definir los constructos propios de enfermería en su modelo. Las dificultades que podemos encontrar en el modelo de Peplau son:

- Que la enfermera ha de asumir distintos roles, dado que el modelo de Peplau utiliza este enfoque como la principal base para los cuidados, la enfermera ha de ser capaz de controlar las emociones que emanan de su representación de nuevos roles, tanto ella como del paciente. La enfermera ha de proporcionar un apoyo terapéutico apropiado y para esto es crucial que se sienta Segura de su capacidad para comunicarse con eficacia.
- Habilidades de asesoramiento: que no se trata de dar consejo sino de proporcionar una oportunidad al paciente para que solucione mentalmente los problemas y saque algunas conclusiones razonables.
- Proporcionar una red de apoyo para el personal. Supone exigencias emocionales importantes para la persona que presta los cuidados. La enfermera necesita también contar con un apoyo. Debe invertirse tiempo en el apoyo del personal. La enfermera necesita disponer de tiempo para discutir la práctica clínica.
- El empleo de su modelo queda limitado en el trabajo con pacientes seniles, comatosos, neonatos, En dicha situación la relación enfermera-paciente es unilateral, por tanto no puede considerarse con el calificativo de general.
- Le falta precisión empírica. Aunque está basada en la realidad, hay que validarla y verificarla por parte de otros científicos y faltan investigaciones posteriores.

Peplau afirma que los pacientes tendrán problemas si estas necesidades no son satisfechas, bien porque la ansiedad sea demasiado elevada, bien porque la tensión produce frustración y conflicto en el paciente. El modelo de Peplau trata del cuidado de alguien mediante una serie de interacciones, es, por tanto razonable describirlo, como un modelo de desarrollo más que como modelo de sistemas. (15)

2.3. DEFINICIÓN DE TERMINOS

Estrés: respuesta no específica del organismo a cualquier demanda del exterior.

Enfermería: Prioriza las necesidades en el cuidado, diagnostica y desarrolla e implementa planes terapéuticos de cuidados.

Rendimiento académico: es una variable multicausal integrada por variables provenientes del propio alumno, del docente y del contexto.

Evaluación: valoración de las aptitudes y méritos de una persona o de los conocimientos de un alumno.

Motivación: son los estímulos que mueven a la persona a realizar determinadas acciones y persistir en ellas para su culminación.

2.4 HIPÓTESIS

2.4.1 Hipótesis General

La relación de los factores con el estrés en los estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015, es directa.

2.4.2 Hipótesis específicas

- La relación del factor biológico con el estrés en los estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015, es directa.
- La relación del factor psicológico con el estrés en los estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015, es directa.
- La relación del factor social con el estrés en los estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015, es directa.

2.5 VARIABLES

Factores relacionados al estrés

2.5.1 Definición conceptual de la variable

Factores relacionados al estrés

Los llamados **estresores** o **factores estresantes** son las situaciones desencadenantes del estrés y pueden ser cualquier estímulo, externo o interno (tanto físico, químico, acústico o somático como sociocultural) que, de manera directa o indirecta, propicie la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo (homeostasis) (16)

2.5.2 Definición operacional de la variable

Factores relacionados al estrés

Los factores que se encuentran relacionados pueden ser aquellos que provienen de la misma persona es decir biológica, psicológica o social.

Estos pueden relacionarse de forma:

- Directa
- indirecta

2.5.3 Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
Factores que se relacionan son al estrés en el estudiante de enfermería.	Los llamados estresores o factores estresantes son las situaciones desencadenantes del estrés y pueden ser cualquier estímulo, externo o interno (tanto físico, químico, acústico o somático como sociocultural) que, de manera directa o indirecta, propicie la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo (homeostasis)	A medida que los requisitos educacionales se vuelven más estrictos en todos los niveles educativos los estudiantes de todas partes experimentan un considerable estrés. Estos pueden relacionarse de forma: Directa indirecta	Factor Biológico Factor Psicológico Factor Social	<ul style="list-style-type: none"> • Enfermedad • Alimentación • Autoestima • Ansiedad • Aislamiento • Estilo de vida • Conflicto interpersonales • Ingresos económicos.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN

Este tipo de estudio es descriptivo porque explica las características y comportamiento del sujeto de estudio.

Son baratos. • Fáciles de diseñar y ejecutar. • Fácilmente repetibles. • Caracterizan la frecuencia y/o la distribución de la enfermedad o fenómeno en estudio, con respecto a diferentes variables. • Puerta de entrada, que facilita la realización de estudios analíticos. • Útiles para valorar la repercusión de enfermedades remitentes. • Identifican diferentes variables, que pueden guardar relación con la enfermedad o fenómeno de estudio y por tanto pueden identificar grupos vulnerables. • Útiles en la planificación y administración sanitarios. Posibilitan el conocimiento de la demanda de servicios de salud en los servicios sanitarios

Es transversal

Intentan analizar el fenómeno en un periodo de tiempo corto, un punto en el tiempo, por eso también se les denomina “de corte”. Es como si diéramos

un corte al tiempo y dijésemos que ocurre aquí y ahora mismo. Un estudio que pretendiera conocer la prevalencia de las caries dentales en los escolares de educación primaria de los colegios de la Comunidad Autónoma de Madrid, sería un estudio de este tipo.

La investigación será de enfoque cuantitativa, ya que los resultados podrán ser cuantificados.

Necesita que haya una relación numérica entre las variables del problema de investigación.

Los datos analizados siempre deben ser cuantificables.

Es descriptivo.

Analiza y predice el comportamiento de la población.

Se centra en una causa y un efecto, o lo que es lo mismo: se basa en la aplicación de un estímulo para obtener una respuesta.

Los resultados pueden aplicarse a situaciones generalistas.

Se orienta a resultados.

Los números y datos representan la realidad más abstracta.

Estudia las conductas humanas y los comportamientos de una muestra de la población. (17)

3.2. DESCRIPCIÓN DEL ÁMBITO DE LA INVESTIGACIÓN

La universidad Alas Peruanas se encuentra ubicada con la Dirección: Urb. Daniel Alcides Carrión G-14, Paseo de La Cultura, José Luis Bustamente y Rivero.

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

- **Población**

la población es de 70 estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería del VIII ciclo.

- **Muestra**

Para la muestra se aplicará el tamaño de muestra estratificada, quedando conformada por 35 estudiantes

Criterios de inclusión.

- Estudiantes que se encuentren cursando el VIII ciclo
- Estudiantes que no tengan problema en participar.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que se no encuentren cursando el VIII ciclo
- Estudiantes que no aceptan participar en la investigación

3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.4.1. Técnica : Entrevista

La entrevista permite un acercamiento directo a los individuos de la realidad. Se considera una técnica muy completa. Mientras el investigador pregunta, acumulando respuestas objetivas, es capaz de captar sus opiniones, sensaciones y estados de ánimo, enriqueciendo la información y facilitando la consecución de los objetivos propuestos. Ahora bien, sería recomendable complementarla con otras técnicas tales como la observación participante y los grupos de discusión para darle auténtica validez (18)

3.4.2. Instrumento : el cuestionario

El cuestionario simple o autoadministrado. El Cuestionario por entrevista Las escalas sociométricas. El primero es aquel que los encuestados, previa su lectura, contestan por escrito, sin intervención

directa de persona alguna. En los segundos, el cuestionario es aplicado a los sujetos investigados por personas especializadas en esta tarea quienes hacen a los encuestados las preguntas del cuestionario y anotan en el formulario sus respuestas. Los terceros, son las llamadas "escalas sociométricas" que son una forma especial de cuestionario, caracterizada porque las diferentes respuestas a las preguntas tienen atribuido un valor numérico, lo que permite medir el grado o nivel que alcanza en cada caso la actitud o apreciación investigada. (19)

3.5 VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

La validez responde a la pregunta ¿con qué fidelidad corresponde el universo o población al atributo que se va a medir?. La validez de un instrumento consiste en que mida lo que tiene que medir (autenticidad), algunos procedimientos a emplear son: Know groups (preguntar a grupos conocidos), Predictive validity (comprobar comportamiento) y Cross-checkquestions (contrastar datos previos). Al estimar la validez es necesario saber a ciencia cierta qué rasgos o características se desean estudiar. A este rasgo o característica se le denomina variable criterio. Al respecto, Ruiz Bolívar (2002) afirma que "...nos interesa saber qué tan bien corresponden las posiciones de los individuos en la distribución de los puntajes obtenidos con respecto a sus posiciones en el continuo que representa la variable criterio. (20)

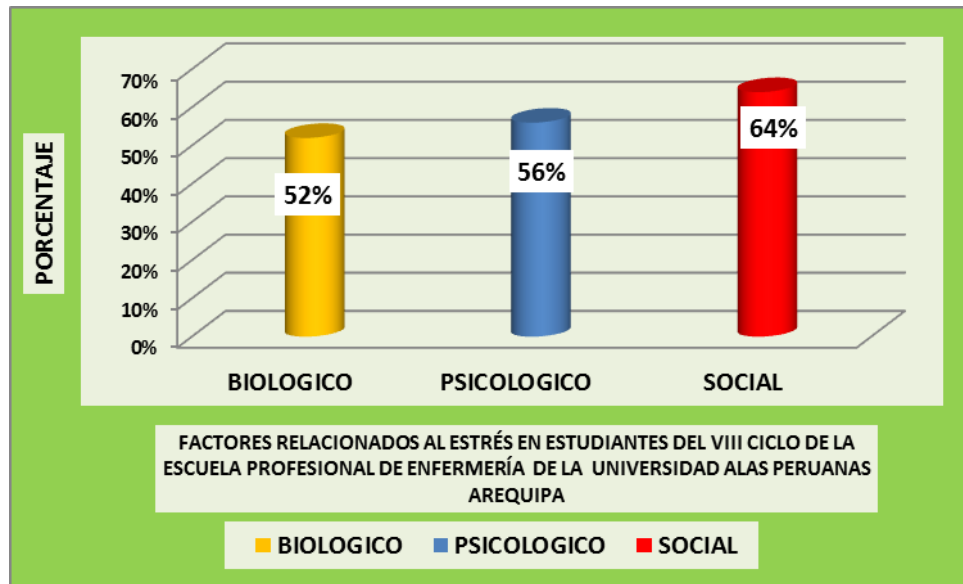
3.6 PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS

El plan de recolección de datos se realizó en la Universidad Alas Peruanas, Escuela Profesional de Enfermería, para ello se habló con la coordinadora de la escuela, a quien se le pedirá un permiso y/o autorización para poder realizar la toma del instrumento.

CAPITULO IV: RESULTADOS

GRAFICA 1

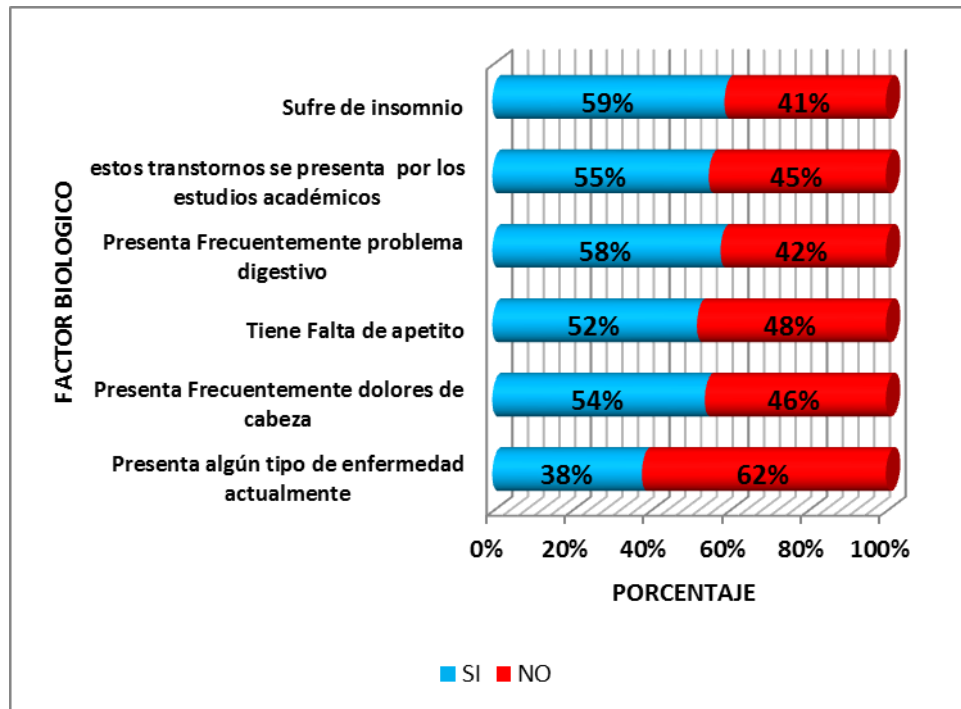
FACTORES RELACIONADOS AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL VIII CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS AREQUIPA - PERÚ, 2015.



INTERPRETACIÓN DE LA GRAFICA 1:

Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, es el Factor Social de mayor porcentaje de un 64%, seguido del Factor Psicológico con un 56% y finalmente el Factor Biológico con menor porcentaje con un 52%. de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Sufre de insomnio 59%, presenta frecuentemente problemas digestivos 58%, Presenta inseguridad en las acciones que realiza 62%, tiene momentos de irritabilidad 60%, tienen momentos de depresión con frecuencia 59%, a menudo pierde oportunidades por no decidirse 58%,

GRAFICA 2
FACTOR BIOLÓGICO CON EL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL VIII CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS AREQUIPA - PERÚ, 2015.

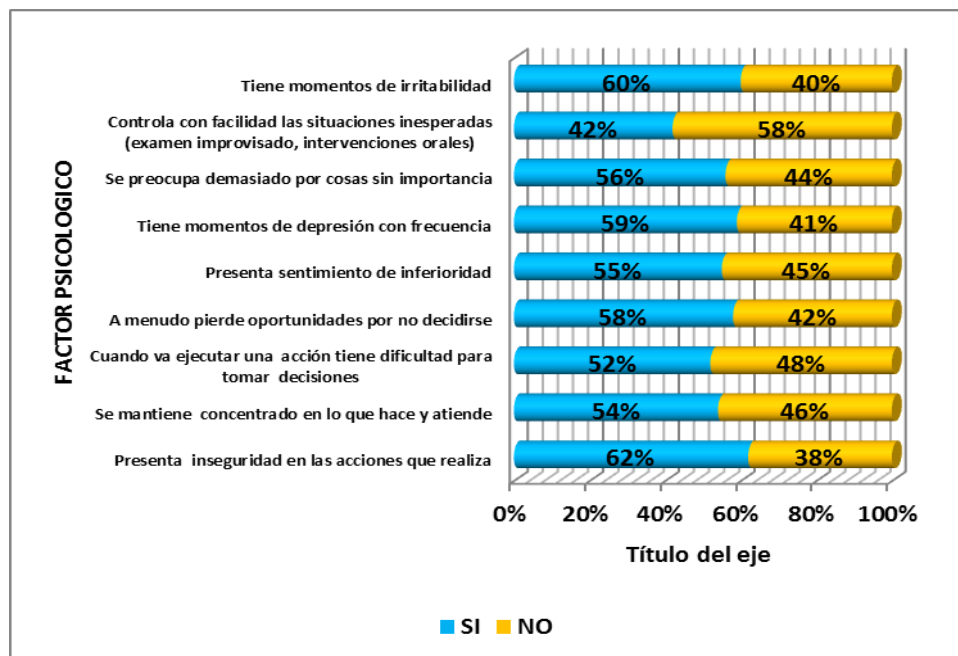


INTERPRETACIÓN DE LA GRAFICA 2:

El Factor Biológico, Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Sufre de insomnio 59%, presenta frecuentemente problemas digestivos 58%, estos trastornos se presenta por los estudios académicos 55%, presenta frecuentemente dolores de cabeza 54%, tienen falta de apetito 52%. Presenta inseguridad en las acciones que realiza 62%, tiene momentos de irritabilidad 60%, tienen momentos de depresión con frecuencia 59%, a menudo pierde oportunidades por no decidirse 58%, se preocupa demasiado por cosas sin importancia 56%, presenta sentimientos de inferioridad 55%,

GRAFICA 3

FACTOR PSICOLÓGICO CON EL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL VIII CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS AREQUIPA - PERÚ, 2015.

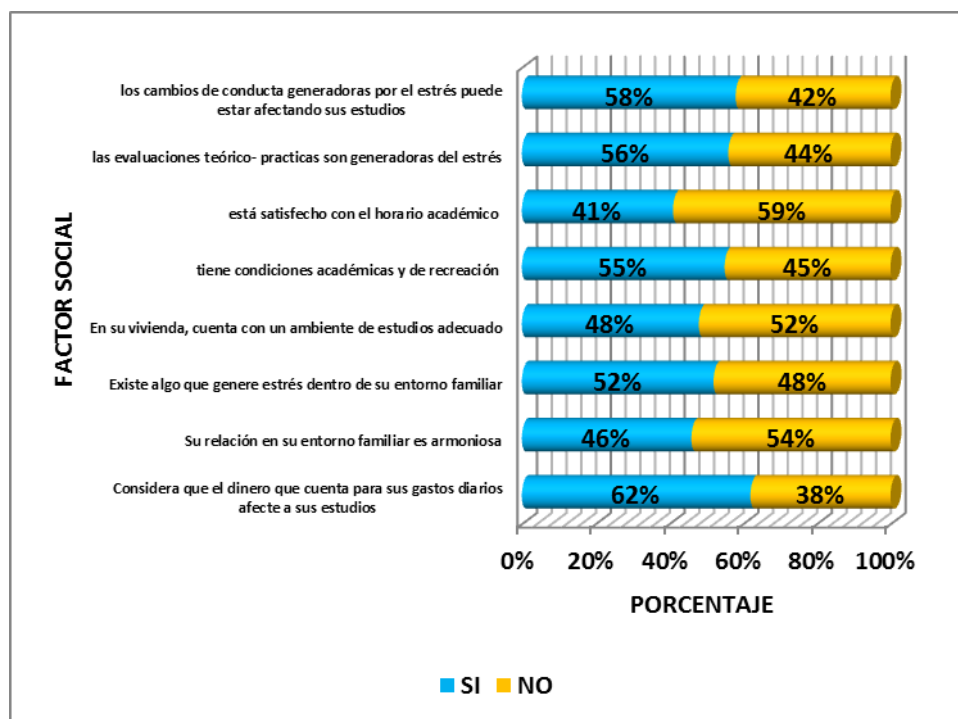


INTERPRETACIÓN DE LA GRAFICA 3:

El Factor Psicológico, Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Presenta inseguridad en las acciones que realiza 62%, tiene momentos de irritabilidad 60%, tienen momentos de depresión con frecuencia 59%, a menudo pierde oportunidades por no decidirse 58%, se preocupa demasiado por cosas sin importancia 56%, presenta sentimientos de inferioridad 55%, se mantiene concentrado en lo que hace y atiende 54%, cuando va ejecutar una acción tienen dificultad para tomar decisiones 52%. No controla con facilidad las situaciones inesperadas (examen imprevisto, intervenciones orales) 58%.

GRAFICA 4

FACTOR SOCIAL CON EL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL VIII CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS AREQUIPA - PERÚ, 2015.



INTERPRETACIÓN DE LA GRAFICA 4:

El Factor Social, Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Presenta inseguridad en las acciones que realiza 62%, tiene momentos de irritabilidad 60%, tiene momentos de depresión con frecuencia 59%, a menudo pierde oportunidades por no decidirse 58%, se preocupa demasiado por cosas sin importancia 56%, presenta sentimientos de inferioridad 55%, se mantiene concentrado en lo que hace y entiende 54%, cuando va a ejecutar una acción tiene dificultad para tomar decisiones 52%. No controla con facilidad las situaciones inesperadas (examen imprevisto, intervenciones orales) 58%.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

OBJETIVO GENERAL

Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, es el Factor Social de mayor porcentaje de un 64%, seguido del Factor Psicológico con un 56% y finalmente el Factor Biológico con menor porcentaje con un 52%. de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Sufre de insomnio 59%, presenta frecuentemente problemas digestivos 58%, Presenta inseguridad en las acciones que realiza 62%, tiene momentos de irritabilidad 60%, tienen momentos de depresión con frecuencia 59%, a menudo pierde oportunidades por no decidirse 58%, Coincidiendo con Álvarez y Otros (2005) concluyen: en que todos los pacientes se mostraron satisfechos con la atención recibida, se pudo comprobar que la adecuada relación personal médico-paciente favorece la recuperación del estrés quirúrgico. Las variables FC, PAD, PAS y T, mostraron una disminución significativa en el posoperatorio, evidenciando una rápida recuperación del estrés quirúrgico que atribuimos al alto grado de satisfacción de los pacientes con la atención recibida. Consideramos que las variables estudiadas pueden constituir un indicador útil y económico para valorar la recuperación del estrés quirúrgico”.

OBJETIVO ESPECIFICO 1

El Factor Biológico, Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Sufre de insomnio 59%, presenta frecuentemente problemas digestivos 58%, estos trastornos se presenta por los estudios académicos 55%, presenta frecuentemente dolores de cabeza 54%, tienen falta de apetito 52%. Presenta inseguridad en las acciones que realiza 62%, tiene momentos de irritabilidad 60%, tienen momentos de depresión con frecuencia 59%, a menudo pierde oportunidades por no decidirse 58%, se preocupa demasiado por cosas sin importancia 56%, presenta sentimientos de inferioridad 55%, Coincidiendo con Capra (2010) La investigación

obtuvo los siguientes resultados: Existe un nivel de satisfacción bajo equivalente a 42 %, equivalente a 30 profesionales de Enfermería número significativo e importante de analizar porque indica que existen factores extrínsecos como Condiciones físicas, Relaciones Interpersonales, Estabilidad laboral, que conducen a una insatisfacción. Con respecto al estrés laboral en los profesionales de enfermería se evidencia que predomina un nivel estrés laboral medio, con un 43% equivalente a 31 enfermeras y un significativo porcentaje de 38% correspondiente a 27 enfermeras con un nivel de estrés alto y solamente 19% equivalente a 14 enfermeras con estrés bajo. Se Identificó que el nivel de satisfacción laboral es bajo debido a los factores extrínsecos que tienen los profesionales de enfermería y esto se inclina más hacia la inestabilidad laboral que indicaron no tener los profesionales de enfermería. El nivel de estrés laboral en la Dimensión de factores intrínsecos que tienen los profesionales de enfermería es alto y constituye un porcentaje de 28% correspondiente a 20 profesionales de enfermería, que necesitan apoyo, descanso y reconocer su trabajo. Ya que manifiestan sobre todo que los factores estresantes son la inestabilidad laboral, la realización personal y el trabajo mismo del Hospital de Chancay en el año 2010.

OBJETIVO ESPECIFICO 2

El Factor Psicológico, Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Presenta inseguridad en las acciones que realiza 62%, tiene momentos de irritabilidad 60%, tienen momentos de depresión con frecuencia 59%, a menudo pierde oportunidades por no decidirse 58%, se preocupa demasiado por cosas sin importancia 56%, presenta sentimientos de inferioridad 55%, se mantiene concentrado en lo que hace y entiende 54%, cuando va ejecutar una acción tienen dificultad para tomar decisiones 52%. No controla con facilidad las situaciones inesperadas (examen imprevisto, intervenciones orales) 58%.

OBJETIVO ESPECIFICO 3

El Factor Social, Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Presenta inseguridad en las acciones que realiza 62%, tiene momentos de irritabilidad 60%, tienen momentos de depresión con frecuencia 59%, a menudo pierde oportunidades por no decidirse 58%, se preocupa demasiado por cosas sin importancia 56%, presenta sentimientos de inferioridad 55%, se mantiene concentrado en lo que hace y entiende 54%, cuando va ejecutar una acción tienen dificultad para tomar decisiones 52%. No controla con facilidad las situaciones inesperadas (examen imprevisto, intervenciones orales) 58%.

CONCLUSIONES

PRIMERO

Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, es el Factor Social de mayor porcentaje de un 64%, seguido del Factor Psicológico y finalmente el Factor Biológico con menor porcentaje. de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Sufren de insomnio, presentan frecuentemente problemas digestivos, Presentan inseguridad en las acciones que realizan, tienen momentos de irritabilidad y de depresión con frecuencia y a menudo pierden oportunidades por no decidirse.

SEGUNDO

El Factor Biológico, Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Sufre de insomnio, presenta frecuentemente problemas digestivos, estos trastornos se presenta por los estudios académicos, presenta frecuentemente dolores de cabeza, tienen falta de apetito. Presenta inseguridad en las acciones que realiza, tiene momentos de irritabilidad, tienen momentos de depresión con frecuencia , a menudo pierde oportunidades por no decidirse, se preocupa demasiado por cosas sin importancia, presenta sentimientos de inferioridad,

TERCERO

El Factor Psicológico, Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Presenta inseguridad en las acciones que realiza, tiene momentos de irritabilidad, tienen momentos de depresión con frecuencia, a menudo pierde oportunidades por no decidirse, se preocupa demasiado por cosas sin importancia, presenta sentimientos de inferioridad, se mantiene concentrado en lo que hace y entiende 54%, cuando va ejecutar una acción tienen dificultad para tomar decisiones. No

controla con facilidad las situaciones inesperadas (examen imprevisto, intervenciones orales).

CUARTO

El Factor Social, Los factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, de acuerdo a las respuestas se presenta lo siguiente: Presenta inseguridad en las acciones que realiza, tiene momentos de irritabilidad, tienen momentos de depresión con frecuencia, a menudo pierde oportunidades por no decidirse, se preocupa demasiado por cosas sin importancia, presenta sentimientos de inferioridad, se mantiene concentrado en lo que hace y entiende, cuando va ejecutar una acción tienen dificultad para tomar decisiones. No controla con facilidad las situaciones inesperadas (examen imprevisto, intervenciones orales).

RECOMENDACIONES

PRIMERO

Revisar el currículo de formación profesional para actualizarlo, disminuyendo los contenidos repetitivos en algunas asignaturas de tipo disciplinar, implementando, actividades de esparcimiento (deporte, teatro, relajación).

SEGUNDO

Priorizar las tareas, para evitar el acumulo de trabajos asignados, con horarios adecuados de descanso y alimentación, fortaleciendo el Factor Biológico.

TERCERO

Aplicar en los estudiantes, familia y comunidad estrategias de prevención del estrés, motivación para el estudio enfatizando en los estudiantes con disfunción familiar para favorecer el rendimiento académico de los estudiantes, fortaleciendo el Factor Psicológico.

CUARTO

Practicar técnicas de relajación rápida para aliviar tensiones, reforzar el Yo interior para disminuir el estrés. Practicar el deporte o alguna actividad física como caminar, bailar, o andar en bicicleta, etc., fortaleciendo el factor social.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Echeburúa Odriozola, Enrique. (2006) Catedrático de Psicología Clínica de la Universidad del País Vasco. "Tratamiento psicológico del estrés postraumático"
2. Montoya Vélez, Liliana Patricia; Toro Isaza, Beatriz Eugenia; y otros. Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico, (Tesis Doctoral), España 2010.
3. Martín Monzón, Isabel. "Estrés académico en Estudiantes universitarios", (Tesis licenciatura) Argentina Año 2007.
4. Herrera, Verloisse; Guarino, Leticia. Realizó una investigación sobre: Sensibilidad emocional, estrés y salud percibida en Estudiantes de la Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez (UNESR) (4) : Venezuela. Año 2006
5. Xabier Zupiria, Gorostidi M. Xabier Sanz Cascante. "Fuentes de estrés en la práctica clínica de los Estudiantes de Enfermería" .2006. En Alemania
6. Pajuelo Agüero, Emili Giuliana Realizo una investigación titulada "Nivel de conocimiento de estrés y su relación con el nivel de afrontamiento en estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería UAP-Huaral 2009.
7. Inga Espinoza, Jessica Magaly, "Nivel de Vulnerabilidad frente al estrés en estudiantes del primer año de enfermería". UNMSM. Lima- 2008.
8. Berrios Gamarra, Fabiola Norka. "Nivel de vulnerabilidad frente al estrés y mecanismos de afrontamiento en estudiantes de enfermería de la Universidad Mayor de San Marcos". Lima -2006.
9. Serón Cabezas Nancy. "Relación que existe entre Factores estresantes y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la UNMSM". Lima, 2006.

10. Bunge, Mario (2004), la ciencia su método y su filosofía. Edt. Ariel. Buenos Aires. X edición Pág. 35.
11. Russel, Bertrand "El Conocimiento Humano." .Edit Ariel, Buenos Aires XI edic.2005. Pag. 64-70.
12. Papalia Diane, Psicología, 2da ed. México, Edit. Mc Graw Hill.1995 Págs. 364, 367, 372-379
13. Gualberto Buena, Casal. Catedrático de Psicología Clínica de la Universidad de Granada. "Evaluación y diagnóstico de la ansiedad" "Evaluación y diagnóstico del estrés" 2006
14. Melgosa Perez, Alejandro. Sin Estrés (1ª. ed.). España: Editorial safeliz, S.L. 2005
15. Herrera Verloisse; Guarino, Leticia. Sensibilidad emocional, estrés y salud percibida en estudiantes de la Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez (UNESR). Venezuela. Año 2006. Págs. 324-332.
16. Martín Monzón, Isabel. Estrés académico en estudiantes universitarios. Argentina. Año 2007. Pág. 33.
17. López Medina, Isabel María; Sánchez Criado, Vicente. Percepción del estrés en estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. Jaen España. Año 2006. Págs. 307-313.
18. Xabier Zupiria, Gorostidi M. Xabier Sanz Cascante. Fuentes de estrés en la práctica clínica de los estudiantes de enfermería: evolución a lo largo de la diplomatura. Alemania Año 2006. Págs. 231-237.
19. Organización Panamericana de la Salud. Las condiciones de salud en las Américas. 4 ed. Washington, DC: OPS; 1990. (Publicación científica 524: 2 vol.).
20. INEI. Estrés por género. Lima: 2008.

21. Wenceslao Peñate, Carlos. (2007) Catedrático de Psicología Clínica de la Universidad de La Laguna. "Tratamiento psicológico de las fobias y el estrés".
22. Seyve Pérez, Maria. (2005) Salud y estrés 3era Edición España. 2006 págs. 240
23. Bravo Peña Mery. Guía Metodológica del Proceso de Atención de Enfermería. 1era Ed. Lima-Perú. 2005. Pág. 154
24. Marriner-Tomey. Modelos y teorías de Enfermería. 3° ed. España. Ed. Harcourt Brace. 1994. Págs. 310, 311, 312
25. Roy Callista, Heather Andrews , Modelos Conceptuales – Grandes Teorías (1999)(3)

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

“FACTORES RELACIONADOS AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL VI CICLO DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS SURCO - PERÚ, 2012”

PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES
<p>Problema General</p> <p>¿ Cuales son los Factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015?</p> <p>Problemas Específicos</p> <p>¿Cómo se relaciona la dimensión factor biológico con el estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015?</p> <p>¿Cómo se relaciona la dimensión factor psicológico con el estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015?</p> <p>¿Cómo se relaciona la dimensión factor social con el estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar los Factores relacionados al estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Describir la relación de la dimensión factor biológico con el estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015.</p> <p>Describir la relación de la dimensión factor psicológico con el estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015.</p>	<p>Factores que se relacionan son al estrés en el estudiante de enfermería</p>	<p>Factor Biológico</p> <p>Factor Psicológico</p> <p>Factor Social</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Enfermedad • Alimentación • Autoestima • Ansiedad • Aislamiento • Estilo de vida • Conflicto interpersonales • Ingresos económicos.

<p>de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015?</p>	<p>Describir la dimensión factor social con el estrés en estudiantes del VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015.</p>			
---	--	--	--	--

**ANEXO 2:
INSTRUMENTO**

CUESTIONARIO

I.-PRESENTACIÓN

Buenos días mi nombre es Barbachan Marron Adolfo estudiante de la Escuela Profesional de Enfermería estoy realizando un estudio de investigación cuyo título es “Factores Relacionados Al Estrés En Estudiantes Del VIII Ciclo De La Escuela Profesional De Enfermería De La Universidad Alas Peruanas Arequipa - Perú, 2015”

III.-DATOS GENERALES

1.-Marque con un aspa (x) la sección a que pertenece:

2.- Sexo: a) Masculino b) Femenino

3.-Aos:

a) 17 a 21 años

b) 22 a 27 años

c) 28 a 33 años

d) 34 años a más.

4.-Estado civil: a) Soltero b) Casado c) Conviviente

5.- Lugar de procedencia:

a) Costa b) Sierra c) Selva

6.- Trabajas: a) Si b) No

7.- Cuál es su ocupación laboral.....

8.-El ingreso que Ud. Tiene son:

a) Suficiente b) Insuficiente c) Regularmente suficiente

IV.- CONTENIDO

BIOLÓGICO

1) ¿Ud. Presenta algún tipo de enfermedad actualmente?

- a) Si () b) No ()

Cual.....

2) ¿Presenta Ud. Frecuentemente dolores de cabeza?

- a) Si () b) No () c) A veces ()

3) ¿Tiene Ud. Falta de apetito?

- a) Si () b) No () c) A veces ()

4) ¿Presenta Ud. Frecuentemente problema digestivo?

- a) Flatulencia si () no () a veces ()

- b) Nauseas si () no () a veces ()

- c) Diarreas si () no () a veces ()

- d) Gastritis si () no () a veces ()

5) ¿Considera Ud. que estos trastornos se presenta por los estudios académicos?

- a) Si () b) No () c) A veces ()

6) ¿Sufre Ud. de insomnio?

- a) Si () b) No () c) A veces ()

PSICOLÓGICO

7) ¿Presenta Ud. inseguridad en las acciones que realiza?

- a) Si () b) No () c) A veces ()

8) ¿Se mantiene Ud. concentrado en lo que hace y atiende?

- a) Si () b) No () c) A veces ()

9) ¿Cuándo va ejecutar una acción tiene dificultad para tomar decisiones?

a) Si () b) No () c) A veces ()

10) ¿A menudo pierde oportunidades por no decidirse?

a) Si () b) No () c) A veces ()

11) ¿Presenta Ud. sentimiento de inferioridad?

a) Si () b) No () c) A veces ()

12) ¿Tiene momentos de depresión con frecuencia?

a) Si () b) No () c) A veces ()

13) ¿Se preocupa demasiado por cosas sin importancia?

a) Si () b) No () c) A veces ()

14) ¿Controla con facilidad las situaciones inesperadas (examen improvisado, intervenciones orales)?

a) Si () b) No () c) A ve

15) ¿Tiene Ud. momentos de irritabilidad?

a) Si () b) No () c) A veces ()

SOCIAL

16) ¿Considera Ud. que el dinero que cuenta para sus gastos diarios afecte a sus estudios?

a) Si () b) No () c) A veces ()

17) ¿Su relación en su entorno familiar es armoniosa?

a) Si () b) No () c) A veces ()

18) ¿Existe algo que genere estrés dentro de su entorno familiar?

a) Si () b) No () c) A veces ()

19) ¿En su vivienda, cuenta con un ambiente de estudios adecuado?

a) Si () b) No () c) A veces ()

20) ¿Considera que el ámbito universitario donde se está formando Ud. profesionalmente tiene condiciones académicas y de recreación necesarias para ello?

a) Si () b) No () c) A veces ()

21) ¿Ud. está satisfecho con el horario académico que su institución le presenta?

a) Si () b) No () c) A veces ()

22) ¿Considera que las evaluaciones teórico- prácticas son generadoras del estrés?

a) Si () b) No () c) ()

23) ¿Cree Ud. que los cambios de conducta generadoras por el estrés puede estar afectando sus estudios?

a) Si () b) No () c) A veces ()

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

