



FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA ACADEMICO PROFESIONAL DE ESTOMATOLOGIA

**TESIS**

**AUTOESTIMA Y ESTRÉS ACADEMICO EN TIEMPO DE  
PANDEMIA EN LOS ESTUDIANTES DEL ÚLTIMO AÑO  
DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ESTOMATOLOGIA  
DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS**

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE CIRUJANO DENTISTA

**PRESENTADO POR:**

LACA RIVERA, JOSE ANTONIO

**ASESOR:**

MG.CD DE LA CRUZ ANGULO JOAN PAUL

**LIMA – PERÚ**

**2021**

### **Dedicatoria:**

Este trabajo de investigación está dedicado a Dios que me dio perseverancia para seguir adelante y a mis padres por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad.

## **Agradecimiento**

Un agradecimiento especial a las autoridades de la Universidad Alas Peruanas, a mis docentes por ser parte de mi formación académica profesional, a todos ellos mi agradecimiento eterno.

## Resumen

El objetivo del estudio fue determinar la relación que existe entre la autoestima y el estrés académico en estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas. La investigación fue de diseño no experimental, descriptivo, correlacional, transversal y prospectivo. La muestra se obtuvo por muestreo no probabilístico por conveniencia, estableciéndose un número de 65 participantes, donde se procedió a tomar el cuestionario de Coopersmith para evaluar autoestima y la escala Sisco para evaluar el estrés académico, ambos por vía Google Forms. Se encontró que los niveles de autoestima muestran una mayor tendencia de nivel media alto con un 35.4% y nivel alto con 38.5%. Para el caso de estrés académico se presenta tendencia a niveles entre medianamente bajo y medio con un 33.8% y un 46.2% respectivamente. Se muestra que el nivel más frecuente para la dimensión estresores fue medio en un 40%, para reacciones físicas se presentó nivel bajo (33.9%), reacciones psicológicas con nivel medianamente bajo (41.5%), reacciones comportamentales con un nivel medianamente bajo (38.5%) y estrategias de afrontamiento con niveles medio (30.8%). Se encontró relación significativa entre los puntajes totales de estrés académico y autoestima ( $p < 0.01$ ). Se concluye que existe relación significativa entre la autoestima y el estrés académico en los estudiantes.

**Palabras clave:** estrés académico, autoestima

## **Abstract**

The objective of the study was to determine the relationship between self-esteem and academic stress in last-year students of the Professional School of Stomatology of the Alas Peruanas University. The research was of a non-experimental, descriptive, correlational, cross-sectional and prospective design. The sample was obtained by non-probabilistic convenience sampling, establishing a number of 65 participants, where the Coopersmith questionnaire was taken to assess self-esteem and the Sisco scale to assess academic stress, both via Google Forms. It was found that the levels of self-esteem show a greater tendency of medium-high level with 35.4% and high level with 38.5%. In the case of academic stress, there is a tendency to levels between medium low and medium with 33.8% and 46.2% respectively. It is shown that the most frequent level for the stressors dimension was medium in 40%, for physical reactions there was a low level (33.9%), psychological reactions with a medium low level (41.5%), behavioral reactions with a medium low level (38.5 %) and coping strategies with medium levels (30.8%). A significant relationship was found between the total scores of academic stress and self-esteem ( $p < 0.01$ ). It is concluded that there is a significant relationship between self-esteem and academic stress in students.

**Keywords:** academic stress, self-esteem

## ÍNDICE

<b>DEDICATORIA</b>	ii
<b>AGRADECIMIENTO</b>	iii
<b>RESUMEN</b>	iv
<b>ABSTRACT</b>	v
<b>ÍNDICE</b>	vi
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b>	viii
<b>ÍNDICE DE GRÁFICOS</b>	ix
<b>INTRODUCCIÓN</b>	x
<b>CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	11
1.1. Descripción de la realidad problemática	11
1.2. Formulación del problema	13
1.3. Objetivos de la investigación	14
1.4. Justificación de la investigación	15
1.4.1. Importancia de la investigación	16
1.4.2. Viabilidad de la investigación	17
1.5. Limitaciones del estudio	17
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b>	18
2.1. Antecedentes de la investigación	18
2.2. Bases teóricas	21
2.3. Definición de términos básicos	27
<b>CAPÍTULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLES DE LA INVESTIGACIÓN</b>	28

3.1. Formulación de la hipótesis principal y derivadas	28
3.2. Variables, dimensiones e indicadores y definición conceptual y operacional	29
<b>CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA</b>	<b>30</b>
4.1. Diseño metodológico	30
4.2. Diseño muestral	31
4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	31
4.4. Técnicas estadísticas para el procesamiento de la información	33
4.5. Aspectos éticos	33
<b>CAPÍTULO V: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN</b>	<b>35</b>
5.1. Análisis descriptivo, tablas de frecuencia, gráficos, dibujos, fotos, tablas, etc.	35
5.2. Análisis interferencial, pruebas estadísticas paramétricas, no paramétricas, de correlación, de regresión u otras.	38
5.3. Comprobación de hipótesis, técnicas estadísticas empleadas	
5.4. Discusión	39
<b>CONCLUSIONES</b>	<b>42</b>
<b>RECOMENDACIONES</b>	<b>43</b>
<b>FUENTES DE INFORMACIÓN</b>	<b>44</b>
<b>ANEXOS</b>	
Anexo 1: Consentimiento informado	
Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	

## INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Frecuencia y distribución para los niveles de autoestima de estudiantes de estomatología de la Universidad Alas Peruanas.....	35
Tabla 2. Frecuencia y distribución para los niveles de estrés académico de estudiantes de estomatología de la Universidad Alas Peruanas.....	36
Tabla 3. Frecuencia y distribución para los niveles de las dimensiones de estrés académico de estudiantes de estomatología de la Universidad Alas Peruanas.....	37
Tabla 4. Correlaciones entre las variables autoestima y estrés académico....	38

## INDICE DE GRAFICOS

Gráfico 1. Distribución porcentual de los niveles de autoestima en estudiantes de estomatología.....	35
Gráfico 2. Distribución porcentual de los niveles de estrés académico en estudiantes de estomatología.....	36
Gráfico 3. Distribución porcentual de los niveles de las dimensiones de estrés académico.....	37

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad el estudiante de odontología se convierte en una persona que tendrá años de formación universitaria en cuanto a la carrera de Odontología, este periodo se convierte en una experiencia nueva para ellos donde tendrán que afrontar nuevas experiencias, episodios negativos, interacciones sociales, entre otros, donde los niveles de autoestima y estrés académico estarán sumamente comprometidos y serán determinantes para el desarrollo del estudiante en el ámbito académico. La vida universitaria presenta múltiples desafíos, más aun en los últimos años donde el nivel de exigencia se hace mucho mayor, y es así donde algunos alumnos empiezan a tener algunas manifestaciones psicológicas, emocionales y físicas del estrés académico, lo cual deben aprender a manejar de acuerdo a su percepción y capacidad de resiliencia. Se ha descrito múltiples estudios en donde se analizan estas variables con el objetivo de evaluar las condiciones educativas sin embargo pocas son aplicadas al contexto odontológico, lo cual servirá para poder analizar estas variantes encontradas en los estudiantes. Este estudio permitirá a la comunidad odontológica valorar los niveles de autoestima y estrés académico con el objetivo de ayudar a los estudiantes a poder solucionar este tipo de problemas para que puedan tener una carrera satisfactoria.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 1.1 Descripción de la realidad problemática

El significado del nivel de autoestima siempre ha sido un factor de estudio subjetivo para poder valorar el concepto que la persona tiene de sí misma, repercutiendo de manera directa en su toma de decisiones. Por otro lado, el estrés siempre ha convivido con nosotros dentro de nuestras actividades cotidianas, repercutiendo de manera directa en nuestro modo de vida. Sin embargo, para sostener un nivel de autoestima adecuado la persona debe tener su personalidad bien formada, además de la confianza en su capacidad de estudio o trabajo, siendo muchas veces distinta la situación. ya que desde la época escolar y algunas veces en la etapa universitaria los jóvenes tienden a realizar el bullying, que no es más que atacar de manera constante a una persona perjudicándola de manera psicológica y física, esto tendrá como resultado una valoración baja de sí mismo.<sup>1</sup>

El estrés de tipo académico siempre ha existido, sin embargo en la actualidad el nivel de exigencia aumenta con la globalización y el avance de la tecnología, el estudiante tiene diversas herramientas para poder lograr un aprendizaje adecuado, sin embargo la exigencia y el tiempo dedicado a la preparación para terminar una carrera son factores difíciles de controlar, más aún en tiempo de pandemia, donde no se puede tener comunicación directa con el docente a pesar de los avances en la digitalización de la educación, existen vacíos como las carreras de salud que necesitan volver a la educación presencial. El estrés tiende

a elevarse conforme mayor sea la exigencia, por lo tanto, mientras el estudiante vaya avanzando en sus estudios, el nivel de estrés académico va a ir aumentando. A lo largo de nuestra historia los seres humanos han vivido diferentes situaciones adversas, en la actualidad esta realidad no es ajena a la comparación. Es en este punto en donde el ser humano experimenta cambios en su conducta de manera negativa, en el cual los niveles de estrés aumentan significativamente desde situaciones como una cuarentena obligatoria hasta una voluntaria hacen que la persona tenga dificultades en su modo de vivir. El confinamiento y la no interacción con otras personas tienen como consecuencia alteraciones en la personalidad, la cual puede evidenciarse en una situación de conflicto consigo mismo.<sup>2</sup>

El estudio buscó la relación entre autoestima y estrés académico ya que los estudiantes que mantengan un buen nivel de autoestima pueden controlar sus pensamientos, los malos momentos, la saturación, entre otras situaciones que demanden la presencia del individuo, por otro lado, si las personas tuvieran un nivel bajo de autoestima, acompañado de un nivel de estrés considerable ante situaciones críticas, estarían pensando en abandonar los estudios, o dejarse llevar por la angustia y el temor.

Por todo lo expuesto anteriormente se evaluó la relación entre la autoestima y el estrés académico en tiempo de pandemia en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema principal**

¿Cuál es la relación que existe entre la autoestima y el estrés académico en tiempo de pandemia en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas?

### **1.2.2. Problemas secundarios**

¿Cómo es la autoestima en tiempo de pandemia, en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas?

¿Cuál es la prevalencia de estrés académico en tiempo de pandemia, en estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas?

¿Cuál es la puntuación de la dimensión estresores en el estrés académico en tiempo de pandemia, en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas?

¿Cuál es la puntuación de la dimensión reacciones físicas en el estrés académico en tiempo de pandemia, en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas?

¿Cuál es la puntuación de la dimensión reacciones psicológicas en el estrés académico en tiempo de pandemia, en los estudiantes del último año de la

Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas?

¿Cuál la puntuación de la dimensión reacciones comportamentales en tiempo de pandemia, en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas?

¿Cuál la puntuación de la dimensión estrategias de afrontamiento en tiempo de pandemia, en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas?

### **1.3. Objetivos de la investigación**

#### **1.3.1. Objetivo Principal**

Determinar la relación entre la autoestima y el estrés académico en tiempo de pandemia en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

#### **1.3.2 Objetivos secundarios**

Identificar el nivel de autoestima en tiempo de pandemia en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

Determinar el nivel de estrés académico, en tiempo de pandemia, en tiempo de pandemia en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

Determinar la puntuación de la dimensión estresores en el estrés académico en tiempo de pandemia, en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

Determinar la puntuación de la dimensión reacciones físicas en el estrés académico en tiempo de pandemia, en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

Determinar la puntuación de la dimensión reacciones psicológicas en el estrés académico en tiempo de pandemia, en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

Determinar la puntuación de la dimensión reacciones comportamentales en tiempo de pandemia, en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

Determinar la puntuación de la dimensión estrategias de afrontamiento en tiempo de pandemia, en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

#### **1.4. Justificación de la investigación**

Este estudio tiene relevancia teórica ya que se obtuvo un nuevo conocimiento con base científica, argumentado con artículos, tesis, y revistas, donde los resultados fueron sólidos y con fundamento, este conocimiento servirá a múltiples profesionales que deseen realizar investigaciones a futuro relacionadas al tema.

La relevancia social, está dada por el entendimiento que tendrá el alumno, los docentes y el ámbito familiar en cuanto a la presencia de estrés académico y como este se relaciona con el nivel de autoestima que presenta el estudiante, con la finalidad de poder elaborar estrategias y métodos de aprendizaje en donde la persona pueda manejar su tiempo de manera organizada, sin presentar tensión o angustia por la exigencia académica que brinda la universidad. Los resultados que se encuentren en este estudio serán de gran ayuda para afrontar cargas académicas de larga duración y poder establecer alternativas de solución frente a estas dificultades, fortaleciendo el nivel de autoestima. La relevancia profesional tiene como fin identificar a los alumnos que tengan algún problema relacionado a las variables a estudiar y derivarlos con el departamento de psicología para que puedan ayudarlo en su proceso de mejora.

#### **1.4.1. Importancia de la investigación**

La importancia de este estudio radica en identificar que personas puedan estar pasando por situaciones difíciles para poder ayudarlas y asesorarlas en cuanto a la estrategia que puedan tomar para disminuir los niveles de estrés que puedan presentar, de igual manera identificar a los alumnos que presenten un bajo nivel de autoestima, para poder trabajar en equipo, en alianza con la Escuela Profesional de Psicología para poder intervenir de manera adecuada en estos casos. Al estudiar el comportamiento de estos estudiantes se les puede asesorar con la finalidad de poder guiarlos en la toma de decisiones frente a situaciones de alta carga estudiantil. La importancia de manejar efectivamente el estrés académico implica que seamos más organizados, que se fomenten mayores relaciones interpersonales entre familia, amigos, compañeros de estudio. Por

otro lado, como alternativas tenemos a la dinámica, el deporte, el juego, entre otros; estos nos ayudan a fomentar un clima familiar distinto, implica que nos involucremos más como equipo para poder evitar la rutina diaria que se ha convertido en algo común en este tiempo de pandemia

#### **1.4.2. Viabilidad de la investigación**

Esta investigación es viable porque se tuvo la predisposición y toda la voluntad para poder realizarlo. De igual manera se cuenta con el tiempo y la organización adecuada para realizar un esquema de trabajo de manera virtual

#### **1.5. Limitaciones de estudio**

Este estudio tiene una limitación en cuanto a la situación impredecible que se está viviendo, aparte de eso una limitación sería encontrar un número significativo de estudiantes para poder realizar la investigación.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes de la investigación

##### 2.1.1. Antecedentes Internacionales

**Serrano C. (2018) Ecuador;** tuvo como objetivo fue determinar la relación entre resiliencia y el estrés académico en los alumnos de una unidad escolar. El marco metodológico se caracteriza por ser correlacional, no experimental y transversal. Participaron 150 estudiantes, a los cuales se les aplicó la escala de resiliencia de Wagnild y Young y el inventario SISCO del estrés académico. Se encontró que el 47% obtuvo una resiliencia moderada, el estrés académico moderado se manifestó en el 88% de alumnos, las reacciones psicológicas sobresalieron. Se concluye que la resiliencia no influye directamente en el estrés académico.<sup>3</sup>

**Quinto J. (2017) Ecuador;** tuvo como objetivo caracterizar el estrés académico, la investigación se realizó bajo un enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, transversal y observacional, asimismo la muestra fue no probabilística con conveniencia, el cual estuvo conformada por 60 estudiantes. Se utilizó como instrumento de estudio el Inventario SISCO de Estrés Académico, el cual permitió evidenciar la presencia de estrés en aproximadamente en el 90% de la muestra, en cuanto a su intensidad predominó. Finalmente la investigación concluye resaltando que el estrés auto percibido es un problema muy frecuente y de elevada intensidad, asociada fundamentalmente a agentes estresores como la competencia entre los compañeros del grupo, la personalidad y carácter del docente, así como a las evaluaciones y participación en clases.<sup>4</sup>

**Guerra A. (2016) Venezuela;** tuvo como objetivo determinar la relación entre estrés académico y autoestima en alumnos de una universidad en Venezuela. La investigación fue de tipo descriptivo, prospectiva. Se utilizó el Inventario de Autoestima de Coopersmith (Formato C, para adultos) y el cuestionario para la evaluación de estrés académico universitario, fueron aplicados en los alumnos de los últimos semestres. Se encontró que los estudiantes presentan un nivel de autoestima medio alto de 47,9% y alto de 37,5; y en el caso del estrés, el 29,17% nivel medio bajo, el 25% nivel bajo; y la culminación de los estudios en el tiempo mínimo fue un estresor de consideración. Se concluye que la correlación entre ambas variables, fue inversa.<sup>5</sup>

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

**Albán J. (2018) Lima;** tuvo como objetivo relacionar el estrés académico con la autoestima en una universidad. Participaron 802 alumnos de diferentes carreras. El estudio fue descriptivo y correlacional. El Inventario de Autoestima de Coopersmith (SEI) y el Inventario SISCO para el estrés académico de Barraza fueron aplicados. Se encontró que el 42,9% de los alumnos manifiestan una Autoestima Media Alta y el 21,9% un nivel Muy Alto de Estrés Académico. Además, las variables sociodemográficas establecieron diferencias en Autoestima y Estrés Académico. Se concluye que existe una correlación baja, inversa y altamente significativa entre la Autoestima y el Estrés Académico.<sup>6</sup>

**Melchor M. (2016) Cañete;** tuvo como finalidad encontrar la relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de una universidad local. Fue un estudio correlacional de nivel descriptivo, prospectivo. Participaron 150 alumnos.

Se utilizaron los cuestionarios para identificar el nivel de autoestima y el inventario Sisco para el nivel de estrés. El nivel de autoestima encontrado en estos alumnos fue bajo con un 53%. Por otro lado, el nivel de estrés fue regular en un 54%. Se concluye que el nivel de Estrés académico está relacionado inversa y significativamente con el nivel del Autoestima de los estudiantes de la universidad.<sup>7</sup>

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Autoestima**

La autoestima tiene que ver principalmente con la valoración que una persona tiene de sí misma, del autoconcepto, del manejo de habilidades interpersonales, así como de la manera de sentirse aprobado por el resto de compañeros. El conocimiento, experiencias, y sentimientos que tenemos forma parte del nivel de autoestima que nos vamos formando durante el tiempo; teniendo una manera de ser característica de nosotros mismos, siendo empáticos o no, simplemente nuestra forma de ser se convierte en un factor de aprobación.<sup>8</sup>

### **2.2.2. Importancia de la Autoestima**

Es de suma importancia porque de ella depende la formación de nuestra personalidad, nos da seguridad para pensar y tomar decisiones, nos hace personas con sentido de responsabilidad. La adecuada autoestima nos permite desarrollarnos en la sociedad, marcando metas y superando los diversos obstáculos que pasamos en alguna parte de nuestra vida.<sup>9</sup>

La autoestima se refleja en nuestro día a día, durante las acciones y prácticas que realizamos muchas veces sin darnos cuenta. En la actualidad el estudiante enfrente múltiples desafíos para poder culminar su carrera, en una sociedad donde se han perdido algunos valores, es necesario hacer énfasis en el carácter, personalidad y desarrollo de la persona con el objetivo de lograr ser un profesional responsable con responsabilidad moral.<sup>10</sup>

### **2.2.3 Clasificación de la Autoestima**

Para Arribas la autoestima presenta los siguientes niveles:

### **Autoestima alta**

Se caracterizan por ser personas expresivas, extrovertidas, seguras y sobretodo confían en su potencial académico y social para desarrollarse en el ámbito de trabajo, confían en sus propias percepciones, califican su trabajo de alta calidad, se autovaloran, se establecen metas realistas, no ceden ante las críticas y perciben sus aproximaciones a otros como positivas.<sup>11</sup>

### **Autoestima media**

Son personas que manifiestan sus deseos, se expresan con cierta facilidad, sin embargo, dependen de la aceptación de otros. Manifiestan cierto positivismo en sus acciones. Además, estos autores al citar a Coopersmith, manifiestan que el nivel medio de autoestima es un punto medio, siendo una característica que el individuo no se logra desarrollar lo suficiente, o le falte ciertas actitudes positivas para poder alcanzar un nivel alto de autoestima. Pueden parecer que tienen buena confianza; sin embargo, en ciertas situaciones, pueden estar padeciendo.<sup>11</sup>

### **Autoestima baja**

Estos individuos presentan un estado de ánimo decaído y personalidad introvertida, manifiestan múltiples conductas que hacen pensar que no son aceptados por los demás, entorpeciendo sus relaciones interpersonales. Estas personas tienen serios problemas para socializar, estudiar y trabajar en equipo, teniendo la necesidad de formar grupos de terapia emocional.<sup>11</sup>

#### **2.2.4. Estrés Académico**

El estrés académico tiene como componentes a los procesos afectivos y cognitivos que el estudiante adopta por los diferentes estresores que se dan durante su formación académica. Esto quiere decir que el estudiante está expuesto a exigencias propias de su aprendizaje universitario, por lo tanto, exige mayor concentración por parte de él para poder estar a la altura de las exigencias académicas. Es en estas circunstancias donde aparecen algunos sentimientos como ansiedad, preocupación, satisfacción, entre otros.<sup>12</sup>

Múltiples estudios han evidenciado que el estrés académico se muestra en los estudiantes de nivel escolar como los de nivel superior. Siendo los estudios superiores los que generan mayor estrés en los alumnos ya que muchas carreras en la actualidad son bastante competitivas y buscan mantener el nivel exigiendo a sus alumnos al máximo.<sup>13</sup>

#### **Causas del Estrés Académico**

El estrés académico se reconoce cuando existe un desequilibrio entre la carga académica o laboral de una persona y su nivel de respuesta, ya que en el ambiente educativo se generan múltiples situaciones de gran demanda de las funciones biológicas y de conocimiento de la persona, lo que da como resultado una exigencia, provocando ciertos cambios físicos y sistémicos en su organismo, requiriendo una respuesta fisiológica para encontrar el equilibrio y adaptarse a la situación.<sup>14, 15</sup>

Por otro lado, estudiar el estrés académico resulta importante, por lo que las campañas de prevención para evitar esta situación se deben realizar de manera permanente de acuerdo a parámetros estratégicos junto a las instituciones

educativas, ya que por lo menos el 30% de estudiantes universitarios en el Perú, presentan estrés académico comprobado y como resultado los estudiantes dejan las aulas con facilidad mostrando un sentimiento de frustración.<sup>16</sup>

### **Estresores generales**

Acontecimientos vitales tales como separación de pareja, enfermedad del individuo o de un familiar cercano, muerte de un ser querido, exámenes de la especialidad para el caso de los estudiantes, etc.<sup>17</sup>

Sobrecarga académica, relación superficial y falta de comunicación entre los miembros de la facultad; equilibrar demandas entre el trabajo y los estudios.<sup>18</sup>

Problemas educativos, las pérdidas afectivas, los problemas personales, y los familiares.<sup>19</sup>

Excesiva carga académica, currículo muy apretado, horario muy extenso, situación económica precaria; choque cultural de las personas procedentes de fuera y menor grado, desórdenes sentimentales.<sup>20</sup>

### **Estresores netamente académicos**

En estudiantes de odontología, según algunos estudios, consideraban como estresante atender pacientes no cooperadores en su tratamiento odontológico dentro de sus trabajos de práctica, además de lidiar con el estrés generado por el rotor de las piezas de mano o por el simple hecho de sentarse en un sillón dental.<sup>21</sup>

## **Síntomas del Estrés Académico**

**Físicos:** Son síntomas que determinan las reacciones fisiológicas corporales que pueden aparecer en un individuo. Estos se pueden dar de forma pasajera o pueden ser de manera constante, lo que ocasionaría desgaste.<sup>21</sup>

**Psicológicos:** Son las conductas que se perciben en el ser humano producto del cambio de su estado de ánimo, irritabilidad, pérdida de paciencia ante situaciones adversas y todo lo que pueda ocasionar algún desbalance psicológico en el individuo.<sup>22</sup> Como ejemplo de ello se tiene a la tristeza, ansiedad, depresión, entre otros.

## **Factores actuales que determinan el estrés académico**

Existen cinco categorías relacionadas al estrés académico en estudiantes de ciencias de la salud:

Rendimiento académico como posible factor de estrés: teniendo como principal representante a la cantidad de trabajos académicos y la presión por los exámenes tomados, determinados por la posible frustración de no pasar el ciclo.

Relación con el docente: Representada por la relación, empatía y llegada de un docente al alumno en donde este brinda las facilidades para poder desarrollar el potencial del alumno y pueda cumplir sus objetivos.<sup>23</sup>

Pacientes y responsabilidad clínica como factor potencial de estrés: En esta etapa los estudiantes de odontología manejan el máximo estrés de su carrera cuando tienen que atender a una cierta cantidad de personas, confiando en su responsabilidad y puntualidad, encontrando en muchos casos la no colaboración

de estos pacientes, normalmente el nivel de estrés aumenta en los alumnos de los últimos años.<sup>24, 25</sup>

Temas de la vida personal: Los alumnos presentan múltiples problemas en el hogar, financieros, de trabajo, pocas horas descansadas, entre otras lo que perjudica su rendimiento académico de forma general. Para poder evitar esos detalles debe haber un apoyo social permanente por parte de la institución educativa o universidad.<sup>26</sup>

### 2.3. Definición de términos básicos

**Pesimismo:** Hace referencia este término al estado de ánimo de la persona, la cual se encuentra por debajo de lo normal<sup>20</sup>.

**Entusiasmo:** Sentimiento que tiene una persona cuando se encuentra emocionado y con el ímpetu de poder realizar las cosas<sup>20</sup>.

**Inutilidad:** Sensación de no poder realizar las cosas como debe ser, esto de darse de manera constante podría llevar a que la persona tenga una baja autoestima<sup>13</sup>.

**Bruxismo:** Mal hábito de una persona que tiende a tener una fuerza mayor en su mordida ocasionando alteraciones a nivel del sistema dentario, muscular y óseo, suele suceder en pacientes con musculatura tensa<sup>1</sup>.

**Taquicardia:** Refiere al aumento de los latidos del corazón de forma acelerada frente a una acción determinada<sup>17</sup>.

**Irritabilidad:** Estado de ánimo caracterizado por tener amargura y sentimiento de indiferencia hacia algo o alguien<sup>13</sup>.

**Migraña:** Dolor de cabeza severo, sin causa ni motivo aparente<sup>12</sup>.

**Fatiga:** Sensación de insatisfacción e incomodidad por parte de una persona que realiza una acción generando un cansancio físico o mental.<sup>16</sup>

**Estrés:** Reacción fisiología adversa ante una situación de complejidad.<sup>26</sup>

**Ansiedad:** Estado emocional caracterizado por episodios de inquietud e inseguridad.<sup>26</sup>

## **CAPÍTULO III**

### **HIPÓTESIS Y VARIABLES DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. Formulación de hipótesis principal y derivadas**

##### **3.1.1. Hipótesis principal**

Existe relación significativa entre la autoestima y el estrés académico en tiempo de pandemia en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

#### **3.2. Variables, definición conceptual y operacional**

##### **3.2.1. Variable 1:**

**Autoestima:** Valoración y concepto que tiene una persona de sí misma.

##### **3.2.2. Variable 2:**

**Estrés Académico:** Cambios en la conducta y pensamiento de las personas frente a situaciones adversas

### 3.2.3 Operacionalización de variables

VARIABLES	DIMENSION	INDICADORES	ESCALA	VALORES
<b>AUTOESTIMA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Social</li> <li>- General</li> <li>- Familiar</li> </ul>	Cuestionario de autoestima de Coopersmith	Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Bajo</li> <li>-Medio Bajo</li> <li>-Medio Alto</li> <li>-Alto</li> </ul>
<b>ESTRÉS ACADEMICO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Estresores</li> <li>-Reacciones físicas</li> <li>-Reacciones Psicológicas</li> <li>-Relaciones Comportamentales</li> <li>-Estrategias de Enfrentamiento</li> </ul>	Cuestionario SISCO de Estrés Académico	Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Bajo</li> <li>-Medianamente bajo</li> <li>-Medio</li> <li>-Medianamente alto</li> <li>-Alto</li> </ul>

## **CAPÍTULO IV METODOLOGÍA**

### **4.1. Diseño metodológico**

El diseño de la investigación según Hernández es **no experimental**, por lo tanto, no se logrará manipular la variable por lo tanto se recolectarán los datos de manera directa y ordenada sin alguna intervención.<sup>27</sup>

De acuerdo al nivel es **correlacional**, por lo tanto, se buscará la adecuada relación entre las variables, midiendo la probable relación entre estas.<sup>27, 28</sup>

De acuerdo con las mediciones de la variable de estudio es **transversal**, porque los instrumentos serán aplicados en un determinado momento de tiempo programado.<sup>28</sup>

De acuerdo con el tiempo de la evaluación es **prospectivo** ya que el recojo de datos se realizará en tiempo presente.<sup>28</sup>

### **4.2. Diseño muestral**

#### **4.2.1. Población**

La población estará compuesta por estudiantes del último año de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas

#### **4.2.2. Muestra**

La muestra se dio por muestreo no probabilístico por conveniencia siendo el número de 65 estudiantes que estén cursando el último año en la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas en el año 2020, los cuales cumplan con los criterios de selección.

### **4.2.3 Criterios de Selección**

#### **Criterios de inclusión:**

Estudiantes que estén matriculados de manera regular en la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

Alumnos que sean colaboradores con el estudio y puedan responder las encuestas de manera digital.

Alumnos que estén cursando sus asignaturas con la modalidad virtual a distancia.

#### **Criterios de exclusión**

Estudiantes que no estén matriculados de manera regular en la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

Alumnos que no deseen colaborar con la investigación.

Alumnos que no estén cursando sus asignaturas de manera virtual a distancia.

### **4.3. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos**

#### **A. Técnica de recolección de datos**

La técnica a utilizar en este estudio fue la aplicación de encuestas virtuales para poder determinar el nivel de autoestima y estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas

#### **B. Procedimiento para la recolección de datos**

Este estudio se dio inicio con la presentación del título y la matriz de consistencia

a la Comisión de Revisión de trabajos de investigación de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas, todos los levantamientos de observaciones, así como sus revisiones fueron de manera digital para poder seguir con las siguientes etapas.

Para poder ejecutar la tesis, primero se seleccionó a los 65 estudiantes que estén cursando actualmente asignaturas de manera virtual en el último año, posterior a esto se procedió a llenar los siguientes cuestionarios validados.

### **Cuestionario Coopersmith para evaluar el nivel de autoestima**

El cuestionario tiene 25 ítems, presentando dos alternativas de respuesta, la cual se marcará con un aspa. El tiempo de llenado fue de 18 minutos. El individuo respondió según su criterio ya que no existen respuestas malas o buenas. Cada ítem tendrá una puntuación de uno a dos (valor 1 = verdadero o igual a mí, 2 = falso o diferente a mí). Este cuestionario ha sido validado previamente por diferentes autores.<sup>29</sup>

### **Cuestionario para evaluar el Estrés Académico**

El inventario Sisco es un cuestionario validado por múltiples autores en diferentes investigaciones y fue validado por el autor Barraza Macias en el año 2007.<sup>30</sup>

El cuestionario presenta 29 ítems, donde están presentes cinco opciones como respuesta donde el alumno procedió a marcar con un aspa la que crea correcta. Su aplicación completa fue de 18 minutos. El alumno procedió a responder de acuerdo a como sentía, ya que de igual manera no existen respuestas buenas o

malas. Cada ítem admite una puntuación de uno a cinco posibles alternativas de respuestas, de la siguiente manera:

Nunca(N) = 1; Rara Vez (RV) = 2; Algunas Veces (AV) = 3; Casi Siempre (CS) = 4; Siempre(S) = 5.

El procedimiento de recolección se dio mediante el formulario Google forms, en donde se repartió el link a los alumnos respectivos, en el cual procedieron a llenar el consentimiento informado, luego los datos generales y por último, el cuestionario a realizar.

#### **4.3. Técnicas estadísticas para el procesamiento de la información**

Posteriormente a la recolección de datos, estos se trasladaron en una matriz digital donde se ordenaron de acuerdo a los ítems evaluados.

Se consignó una plantilla virtual en donde se colocaron los datos consignados en las respectivas encuestas. En este caso, se empleó el coeficiente de correlación “rho” de Spearman para datos agrupados, con la finalidad de obtener la dirección y magnitud de la correlación, todos estos datos posteriormente serán analizados en el programa estadístico IBM SPSS Statistic versión 24, para la posterior presentación de las tablas y los gráficos respectivos.

#### **4.5. Aspectos éticos**

Esta investigación cumple con todas las condiciones éticas respectivas, en cuanto al llenado de un correcto consentimiento informado en donde se respetará los principios de confidencialidad, no maleficencia, entre otros.

Se dará cumplimiento del Código de Ética y Deontología del Colegio Odontológico del Perú, acatando sus disposiciones en lo que respecta a la ética

y moral, de igual manera se respetó la confidencialidad de los datos otorgados, así como la integridad de los participantes.<sup>31</sup>

## CAPÍTULO V

### ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

#### 5.1. Análisis descriptivo, tablas de frecuencia, gráficos, dibujos, fotos, tablas

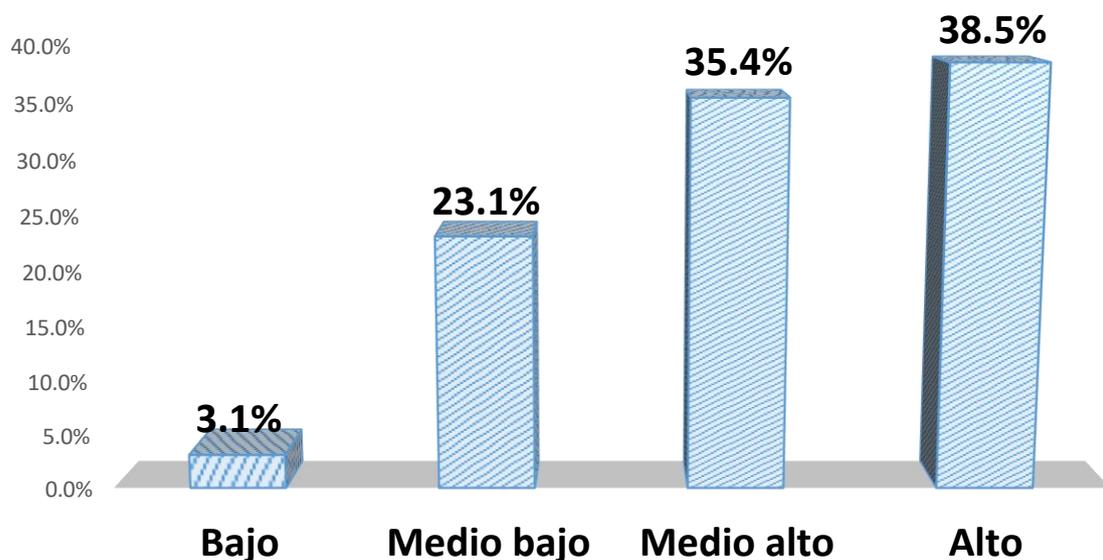
**Tabla 1.** Frecuencia y distribución para los niveles de AUTOESTIMA de estudiantes de estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

AUTOESTIMA	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	2	3.1%
Medio bajo	15	23.1%
Medio alto	23	35.4%
Alto	25	38.5%
Total	65	100.0%

**Fuente:** Propia del investigador

El análisis de autoestima en estudiantes de estomatología muestra mayor tendencia de nivel media alto con un 35.4% y nivel alto con 38.5%

**Gráfico 1.** Distribución porcentual de los niveles de autoestima en estudiantes de estomatología



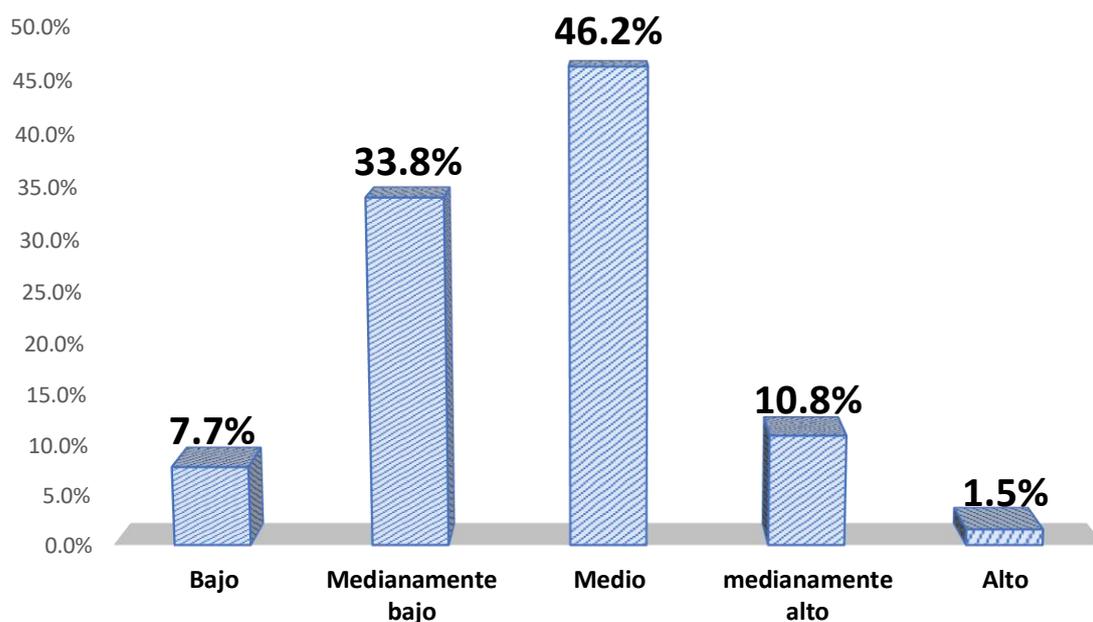
**Tabla 2.** Frecuencia y distribución para los niveles de ESTRÉS ACADÉMICO de estudiantes de estomatología de la Universidad Alas Peruanas.

<b>ESTRÉS ACADÉMICO</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Bajo</b>	5	7.7%
<b>Medianamente bajo</b>	22	33.8%
<b>Medio</b>	30	46.2%
<b>medianamente alto</b>	7	10.8%
<b>Alto</b>	1	1.5%
<b>Total</b>	65	100.0%

**Fuente:** Propia del investigador

Para el caso de ESTRÉS ACADEMICO, la muestra encuestada presenta tendencia a niveles entre medianamente bajo y medio con un 33.8% y un 46.2% respectivamente.

**Gráfico 2.** Distribución porcentual de los niveles de estrés académico en estudiantes de estomatología



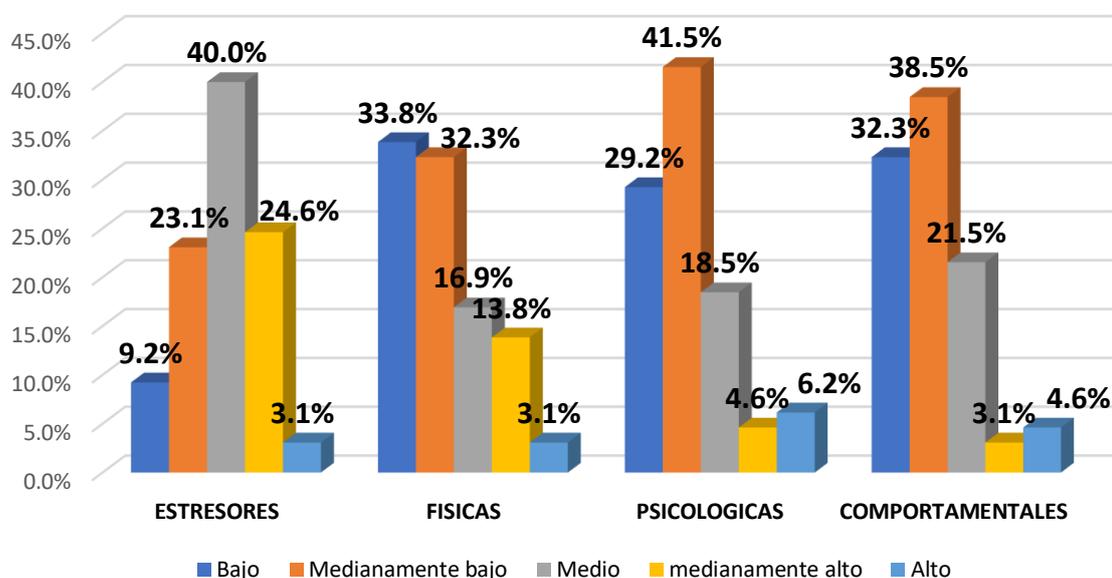
**Tabla 3.** Frecuencia y distribución para los niveles de las dimensiones de estrés académico de estudiantes de estomatología de la Universidad Alas Peruanas

DIMENSIONES	Bajo	Medianamente bajo	Medio	Medianamente Alto	Alto
<b>ESTRESORES</b>	6 (9.2%)	15 (23.1%)	26 (40%)	16 (24.6%)	2 (3.1%)
<b>REACCIONES FÍSICAS</b>	22 (33.9%)	21 (32.3%)	11 (16.9%)	9 (13.9%)	2 (3.1%)
<b>REACCIONES PSICOLÓGICAS</b>	19 (29.2%)	27 (41.5%)	12 (18.5%)	3 (4.6%)	4 (6.2%)
<b>REACCIONES COMPORTAMENTALES</b>	21 (32.3%)	25 (38.5%)	14 (21.5%)	2 (3.1%)	3 (4.6%)
<b>ESTRATEGÍAS DE AFRONTAMIENTO</b>	5 (7.7%)	13 (20%)	20 (30.8%)	18 (27.7%)	9 (13.9%)
<b>TOTAL</b>	5 (7.7%)	22 (33.8%)	30 (46.2%)	7 (10.8%)	1 (1.5%)

Fuente: Propia del investigador

Se muestra que el nivel más frecuente para la dimensión ESTRESORES fue medio en un 40%, para REACCIONES FISICAS se presentó nivel bajo (33.9%), REACCIONES PSICOLÓGICAS con nivel medianamente bajo (41.5%), REACCIONES COMPORTAMENTALES con un nivel medianamente bajo (38.5%) y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO con niveles medio (30.8%).

**Gráfico 3.** Distribución porcentual de los niveles de las dimensiones de ESTRÉS ACADÉMICO



## 5.2. Análisis Inferencial

### Hipótesis estadísticas

**Ho:** No existe correlación entre autoestima y estrés académico

**H1:** Existe correlación entre autoestima y estrés académico

**Tabla 4.** Correlaciones entre las variables autoestima y estrés académico

CORRELACIONES	AUTOESTIMA		SOCIAL		GENERAL		FAMILIAR	
	rho	p-valor	rho	p-valor	rho	p-valor	rho	p-valor
<b>ESTRÉS ACADEMICO</b>	-0.4446	<0.01*	-0.5052	<0.01*	-0.3023	<0.05*	-0.3599	<0.01*
<b>ESTRESORES</b>	-0.2523	<0.05*	-0.3206	<0.01*	-0.2134	0.0879	-0.1268	0.314
<b>FISICOS</b>	-0.4255	<0.01*	-0.4968	<0.01*	-0.2729	<0.05*	-0.3607	<0.01*
<b>PSICOLOGICOS</b>	-0.4893	<0.01*	-0.4794	<0.01*	-0.4129	<0.01*	-0.3615	<0.01*
<b>COMPORTAMENTALES</b>	-0.5312	<0.01*	-0.4764	<0.01*	-0.4442	<0.01*	-0.4125	<0.01*
<b>AFRONTAMIENTO</b>	0.1966	0.1166	0.1538	0.2213	0.2027	0.1053	0.1361	0.2799

*rho: coeficiente de correlación de Spearman*

*\*Correlación significativa*

El análisis de correlación muestra coeficientes significativos entre los puntajes totales de estrés académico y autoestima ( $p < 0.01$ ) así como con cada una de sus dimensiones: social ( $p < 0.01$ ), general ( $p < 0.05$ ) y familiar ( $p < 0.01$ ), sin embargo, en todos los casos esta correlación fue inversa y de baja intensidad.

## 5.4 Discusión

El trabajo de investigación fue de diseño no experimental, correlacional, descriptivo, y prospectivo, en el cual participaron 65 estudiantes que pertenecían a la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas, los cuales cumplieron con los criterios de inclusión establecidos y fueron seleccionados mediante la técnica de muestreo por conveniencia, una vez confirmado la participación de estos se dio lugar a la investigación.

El estudio consistió en medir la relación entre los niveles de autoestima y los valores de estrés académico, en relación a este punto se determinó que existe relación significativa entre los puntajes totales de estrés académico y autoestima ( $p < 0.01$ ), sin embargo, esta fue de baja intensidad. En esa misma línea **Quinto J<sup>4</sup>** concluyó que el estrés auto percibido es un problema muy frecuente y de elevada intensidad. Por lo que se puede deducir que los niveles de autoestima al presentarse de manera constante y durante un tiempo de vida, se adapta a la personalidad del individuo, sin embargo, el estrés académico es una manifestación emocional que aparece durante un tiempo determinado, en este caso en la época universitaria, donde luego de pasar por esa etapa, la persona vuelve a un estado normal de convivencia por lo que la relación entre ambas es muy difícil de presentar.

De acuerdo a los niveles de autoestima evaluados en estudiantes de estomatología muestra mayor tendencia de nivel media alto con un 35.4% y nivel alto con 38.5%. En la misma línea, **Albán J.<sup>4</sup>** encontró que el 42,9% de los alumnos manifiestan un nivel de autoestima media alta, en donde se deduce que

la mayoría de estudiantes que cursan la universidad tienen una valoración de sí mismo, la cual les sirve para desarrollarse con normalidad en el campo estudiantil, interactuando de manera correcta con sus compañeros de estudios, entre otras funciones. Esto sucede con mucha regularidad en la ciudad de Lima donde fue realizado la investigación y el antecedente, en donde la mayoría de estudiantes son integrados por los grupos de estudio manteniendo objetivos en común por otro lado los que tienen cierta dificultad en formar relaciones interpersonales son absorbidos por el círculo de estudiantes en algún momento ayudando a elevar su autoestima.

Para el caso de los niveles de estrés académico, la muestra encuestada presenta tendencia a niveles entre medianamente bajo y medio con un 33.8% y un 46.2% respectivamente. Estos resultados guardan relación con lo encontrado por **Melchor M.**<sup>5</sup> donde el nivel de estrés fue regular en un 54%, tal estudio fue presentado en la ciudad de cañete Lima, donde se nota un estrés académico de nivel bajo y medio, esto se produce ya que los alumnos al pasar por una exigencia en el nivel universitario producen ciertas reacciones en donde la estabilidad emocional es un factor de defensa primordial, ya que los niveles de estrés pueden desencadenar frustraciones o un bajo rendimiento académico lo cual significaría el abandonar los estudios o no sentirse cómodo en la institución, este estrés a pesar de ser considerado regular o medio aparece mayormente en épocas de exámenes o evaluaciones.

En el presente estudio se determinó una evaluación respecto a los puntajes en las dimensiones del estrés académico en donde se observó que el nivel más

frecuente para la dimensión estresores fue medio en un 40%, el cual es un rango considerable para los alumnos evaluados. Esto guarda relación con lo encontrado por **Guerra A.**<sup>2</sup> el cual realizó un estudio en estudiantes de los últimos semestres de carrera, donde determino que la culminación de los estudios en el tiempo mínimo fue un estresor de consideración, esto responde a que los estudiantes desean terminar sus estudios en el tiempo establecido ya sea por una meta personal o por la presión que ejercen sus padres respecto a los pagos y fechas determinadas.

De acuerdo a la puntuación en la dimensión psicológica, se obtuvo un nivel medianamente bajo (41.5%), lo que guarda diferencia con lo encontrado por **Serrano C.**<sup>3</sup> el cual encontró que las reacciones psicológicas sobresalieron en los estudiantes de los últimos años. Estas reacciones van a depender del comportamiento, la personalidad y el carácter de cada estudiante en cuanto a cómo llevar una situación adversa que se presente durante su carrera, ya que los exámenes junto a la presión de los profesores y la preocupación por aprobar la asignatura en las carreras de ciencias de la salud, se vuelve un estresor de gran magnitud ya que el volver a llevar los estos cursos implica un gasto económico para el estudiante o sus padres de familia lo cual se hace bastante difícil de sobre llevar y pelagra su estancia universitaria, sumado a esto la crisis económica y social del país contribuye a generar mayor tensión.

## CONCLUSIONES

Se concluye que hubo relación significativa entre la autoestima y el estrés académico en los estudiantes de la carrera de estomatología.

Se concluye que los estudiantes de estomatología presentan un nivel de autoestima alto, seguido del medianamente alto.

Se concluye que los estudiantes de la carrera de estomatología presentan un nivel de estrés medio, seguido del bajo.

Se concluye que en la dimensión estresores la mayor puntuación se presentó en el nivel medio con un 40%

Se concluye que en la dimensión reacciones físicas la mayor puntuación la obtuvo el nivel bajo.

Se concluye que en la dimensión reacciones psicológicas la mayor puntuación la presento el nivel medianamente bajo.

Se concluye que en la dimensión reacciones comportamentales la mayor puntuación se presentó en el nivel medianamente bajo.

Se concluye que en la dimensión estrategias de afrontamiento la mayor puntuación se encontró en el nivel medio.

## **RECOMENDACIONES**

Se recomienda realizar investigaciones con una mayor cantidad de población con la finalidad de ampliar el universo y obtener resultados a mayor escala.

Se recomienda realizar estudios con estudiantes de diversas universidades con el objetivo de comparar los niveles de estrés y autoestima encontrados para poder evaluar estrategias de ayuda.

Se sugiere a la Universidad Alas Peruanas identificar a estos estudiantes que tienen niveles bajos de autoestima con la finalidad de establecer programas de ayuda y soporte en situaciones adversas

Se sugiere coordinar con el área de Psicología y bienestar universitario para poder coordinar las citas de ayuda al estudiante con el objetivo de brindar alternativas de solución hacia sus problemas

## FUENTES DE INFORMACIÓN

1. Acharya, P. & Chalise, H. Self-Esteem and Academic Stress among Nursing Students. Kathmandu University Medical Journal. 2015; 52(4), 298-302. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27423278>
2. Pulido, M., Serrano M., Valdés, E., Chávez M., Hidalgo, P. y Vera, F. Estrés académico en estudiantes universitarios. Revista Psicología y Salud de México. 2011; 21(1), 31- 37.
3. Serrano C. Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí. Trabajo de titulación modalidad proyecto de investigación previo a la obtención del Título de Psicóloga Clínica. Quito- Ecuador, 2018
4. Quinto J. Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de Unidades Educativas Particulares del Ecuador. Universidad Autónoma de México, 2017; 3(7);14
5. Guerra A. Autoestima y estrés académico en estudiantes del Programa de Licenciatura en Desarrollo Humano de la Universidad Centro-occidental Lisandro Alvarado. 2016;4 (1).
6. Albán J. Autoestima. Autoestima y Estrés Académico en estudiantes de una Universidad de Lima Sur. Tesis para obtener el título de Licenciado en Psicología. Lima Perú -2018.
7. Melchor M. Estrés académico y su relación con la autoestima de los estudiantes de la Universidad de Cañete. Para optar el Grado Académico de Maestro en Ciencias de la Educación con mención en Docencia Universitaria. Lima -Perú 2016

8. Cornejo J. Salazar R. Estrés académico en estudiantes de una universidad privada y nacional de Chiclayo. Para optar el título profesional de Psicología. Pimentel -Perú 2018.
9. Acharya, P. Chalise, H. Self-Esteem and Academic Stress among Nursing Students. Kathmandu University Medical Journal, 2015 52(4), 298-302. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27423278>
10. Catalunya A. El estrés laboral, ¿"la epidemia del siglo XXI"? Publicado el 22/08/2016. Recuperado de <http://www.aedipecatalunya.com/es/lestres-laboral-lepidemia-del-segle-xxi/> Ayala, C. y Gálvez, J. (2001). Evaluación e informes psicopedagógicos. De la teoría a la práctica. Madrid: CEPE.
11. Arribas J. Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de enfermería. Revista de Educación, 2013: 360, 1-16.
12. Oliveti S. Estrés académico en estudiantes que cursas el primer año del ambito universitario [Tesis licenciatura]. Santa fe: Universidad Abierta Interamericana; 2010.
13. Ancer L, Meza C, Pompa E, Torres F, Landero R. Relación entre los niveles de autoestima y estrés en estudiantes universitarios. Enseñanza e investigación en psicología. 2011; 16(1) 91-101
14. Pulido M. Estrés académico en estudiantes universitarios. Psicología y Salud. 2011; 21(1): 31-37
15. Aluicio G, Revellino M. Relación entre autosuficiencia, autoestima, asertividad y rendimiento académico en estudiantes que ingresaron a terapia ocupacional. Rev Latinoamericana de Psicología. 2010; 96(5): 40-55.
16. Ministerio de Salud- MINSA. Documento técnico promoviendo universidades saludables. Lima Perú 2015.

17. García M, Gil L. El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud. Persona 2021. Disponible en: <https://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/view/968>
18. Bonilla M, Delgado K, León D. Nivel de estrés académico en estudiantes de odontología de una universidad de la provincia de Chiclayo 2014. [Tesis pregrado] Universidad Señor de Sipán. Pimentel Chiclayo 2015.
19. Chávez J, Peralta R. Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. REV CIENC SOC-VENEZ [Internet]. 22 de octubre de 2019 [citado 22 de agosto de 2021];250:384-99. Disponible en: <https://produccioncientificaluz.org/index.php/rscs/article/view/29629>
20. Ancer L. Meza, C. Pompa, E. Torres, F. y Landero, R. Relación entre los niveles de Autoestima y Estrés en estudiantes universitarios. Enseñanza e investigación en psicología. 2011; 16(1), 91-101.
21. Valdez M, Cantúa M, Balderrama M, Martínez M. Nivel de autoestima y su relación con el rendimiento escolar con estudiantes del tercer semestre del cobach plantel novojoa sin frontera [Internet]. 15 de abril de 2018 [citado 21 de agosto de 2021]; (18). Disponible en: <https://revistainvestigacionacademicasinfrontera.unison.mx/index.php/RDIA/SF/article/view/36>
22. Von Bischoffshausen, P. Wallem, H. Allendes A. Díaz M. Prevalencia de bruxismo y estrés en estudiantes de odontología de la Pontificia Universidad Católica de Chile. Int. J. Odontostomat.2019, 13(1):97-102.
23. Karakoulaki S, Tortopidis D, Andreadis D, Koidis P. Relationship Between Sleep Bruxism and Stress Determined by Saliva Biomarkers. Int J Prosthodont. 2015; 3(5):46.

24. Evaristo T, Chein S. Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología. *Odontol Sanmarquina* [Internet]. 15 de junio de 2015 [citado 21 de agosto de 2021];18(1):23-7. Disponible en: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/odont/article/view/11336>
25. Córdova D, Santa María C. Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Rev. Estomatol. Herediana* [Internet]. 2018; 28(4): 12. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1019-43552018000400006&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1019-43552018000400006&lng=es). <http://dx.doi.org/https://doi.org/10.20453/reh.v28i4.3429>.
26. Misrachi C, Ríos M, Manríquez J., Burgos C, Ponce D. Fuentes de estrés percibidas y rendimiento académico de estudiantes de odontología chilenos. *FEM* (Ed. impresa) 2015; 18(2):109-116. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2014-98322015000200006&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2014-98322015000200006&lng=es).
27. Hernández R. Fernández C, Baptista M. Metodología de la investigación científica. 6ed. México: Mc Graw Hill; 2014.
28. Supo J. Niveles y tipos de investigación: Seminarios de investigación. Perú: Bioestadístico; 2015
29. Michelibon M. Autoestima en estudiantes de secundaria de la institución educativa Mariano Melgar, Chiclayo 2010. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2019.

30. Jabel M. Estandarizacion del inventario de estrés académico Sisco en estudiantes de dos Universidades de Villa el Salvador. Universidad Autónoma del Perú. 2017.
31. Asociación Médica Mundial. [Internet]. WMA; 2016. [citado 25 oct 2016]. Declaración de Helsinki de la AMM - Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. Disponible en: <http://www.wma.net/es/30publications/.10policies/b3/>

## **ANEXOS**

## ANEXO 1: CONSENTIMIENTO INFORMADO



Fecha: \_\_\_\_\_

Mediante el presente documento, yo: \_\_\_\_\_, identificado (a) con DNI N° \_\_\_\_\_ manifiesto que he sido informado por el bachiller Laca Rivera José Antonio, de la Escuela Profesional de Estomatología, de la Facultad de Medicina Humana y Ciencias de la Salud, de la Universidad Alas Peruanas, sobre el estudio **“AUTOESTIMA Y ESTRÉS ACADEMICO EN TIEMPO DE PANDEMIA EN LOS ESTUDIANTES DEL ULTIMO AÑO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ESTOMATOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS”**. Así mismo he sido informado sobre el manejo de la información obtenida con un carácter de confidencialidad y su no uso para otro propósito fuera de este estudio sin mi consentimiento expreso, así como de la posibilidad que tengo para revocar la participación cuando así lo decida.

En caso necesite más información, o tenga una duda sobre esta investigación puede contactarse el investigador principal.

Ante lo explicado, yo, de manera consciente y voluntaria, a continuación, firmo en señal de aceptación y conformidad.

Firma: \_\_\_\_\_

N° de DNI: \_\_\_\_\_

## ANEXO 2: CUESTIONARIOS



FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ESTOMATOLOGÍA

### CUESTIONARIO DE COOPERSMITH SOBRE AUTOESTIMA

N°		V	F
1	Usualmente las cosas no me molestan.		
2	Me resulta difícil hablar frente a un grupo.		
3	Hay muchas cosas de mí que cambiaría si pudiese.		
4	Puedo tomar decisiones sin mayor dificultad.		
5	Soy muy divertido (a).		
6	Me altero fácilmente en casa.		
7	Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cualquier cosa nueva.		
8	Soy popular entre las personas de mi edad.		
9	Generalmente mi familia considera mis sentimientos.		
10	Me rindo fácilmente.		
11	Mi familia espera mucho de mí.		
12	Es bastante difícil ser "Yo mismo".		
13	Me siento muchas veces confundido.		
14	La gente usualmente sigue mis ideas.		
15	Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo.		
16	Hay muchas ocasiones que me gustaría irme de mi casa.		
17	Frecuentemente me siento descontento con mi trabajo.		
18	No estoy tan simpático como mucha gente.		
19	Si tengo algo que decir, usualmente lo digo.		
20	Mi familia me comprende.		
21	Muchas personas son más preferidas que yo.		
22	Frecuentemente siento como si mi familia me presionara.		
23	Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago.		
24	Frecuentemente desearía ser otra persona.		
25	No soy digno de confianza.		

Marque de acuerdo a la respuesta que usted crea conveniente, recuerde que no existen respuestas buenas o malas solo las que usted sienta precisa marcar de acuerdo a su situación

**INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO**

1. Durante el transcurso de este ciclo ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?
- Si
- No

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

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

1	2	3	4	5

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

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

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

<b>Reacciones físicas</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
2. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
3. Dolores de cabeza o migrañas					
4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					

<b>Reacciones psicológicas</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
2. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
3. Ansiedad, angustia o desesperación.					
4. Problemas de concentración					
5. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
<b>Reacciones comportamentales</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
2. Aislamiento de los demás					
3. Desgano para realizar las labores académicos					
4. Aumento o reducción del consumo de alimentos					

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

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
3. Elogios a sí mismo					
4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
5. Búsqueda de información sobre la situación					
6. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					

