



**VICERRECTORADO ACADÉMICO  
ESCUELA DE POSGRADO**

**TESIS**

**ESTRÉS ACADÉMICO Y AJUSTE AL CONTEXTO  
UNIVERSITARIO EN ESTUDIANTES DE UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE LA AMAZONÍA PERUANA DE LORETO,  
AÑO 2023**

**PRESENTADO POR:**

Johan Marín Lizárraga  
<https://orcid.org/0000-0001-9997-7249>

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE  
MAESTRO EN DOCENCIA UNIVERSITARIA Y  
GESTIÓN EDUCATIVA**

**LIMA – PERÚ**

**2023**



**VICERRECTORADO ACADÉMICO  
ESCUELA DE POSGRADO**

**TÍTULO DE LA TESIS**

**ESTRÉS ACADÉMICO Y AJUSTE AL CONTEXTO  
UNIVERSITARIO EN ESTUDIANTES DE UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE LA AMAZONÍA PERUANA DE LORETO,  
AÑO 2023**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Gestión y fortalecimiento de la formación profesional en conexión al trabajo  
y el crecimiento socioeconómico.

**ASESOR(a):**

Dr. Máximo Ramírez Julca

<https://orcid.org/0000-0002-1385-3139>

# ESTRÉS ACADÉMICO Y AJUSTE AL CONTEXTO UNIVERSITARIO EN ESTUDIANTES DE UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA AMAZONÍA PERUANA DE LORETO, AÑO 2023

## INFORME DE ORIGINALIDAD

9%

INDICE DE SIMILITUD

9%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

|   |                                                                   |     |
|---|-------------------------------------------------------------------|-----|
| 1 | Submitted to Universidad Alas Peruanas<br>Trabajo del estudiante  | 3%  |
| 2 | hdl.handle.net<br>Fuente de Internet                              | 1%  |
| 3 | repositorio.uap.edu.pe<br>Fuente de Internet                      | 1%  |
| 4 | repositorio.ucv.edu.pe<br>Fuente de Internet                      | 1%  |
| 5 | repositorio.upao.edu.pe<br>Fuente de Internet                     | 1%  |
| 6 | repositorio.continental.edu.pe<br>Fuente de Internet              | 1%  |
| 7 | revistas.unbosque.edu.co<br>Fuente de Internet                    | <1% |
| 8 | Submitted to Universidad Señor de Sipan<br>Trabajo del estudiante | <1% |

|    |                                                                                          |      |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 9  | Submitted to Universidad Politécnica del Perú<br>Trabajo del estudiante                  | <1 % |
| 10 | repositorio.uns.edu.pe<br>Fuente de Internet                                             | <1 % |
| 11 | www.uv.mx<br>Fuente de Internet                                                          | <1 % |
| 12 | Submitted to Universidad Catolica De Cuenca<br>Trabajo del estudiante                    | <1 % |
| 13 | www.grafiati.com<br>Fuente de Internet                                                   | <1 % |
| 14 | repositorio.upp.edu.pe<br>Fuente de Internet                                             | <1 % |
| 15 | Submitted to Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga<br>Trabajo del estudiante | <1 % |
| 16 | repositorio.upeu.edu.pe<br>Fuente de Internet                                            | <1 % |
| 17 | Submitted to Universidad Católica de Santa María<br>Trabajo del estudiante               | <1 % |
| 18 | ricaxcan.uaz.edu.mx<br>Fuente de Internet                                                | <1 % |
| 19 | 1library.co<br>Fuente de Internet                                                        | <1 % |

---

Excluir citas Activo

Excluir coincidencias < 20 words

Excluir bibliografía Activo

## **DEDICATORIA**

A mis hijas Vannia Alexandra y Lya Micaela quienes fueron mi mayor motivación para seguir avanzando en mis metas trazadas y llegar a ser un ejemplo para ellas.

A mi esposa Cynthia Vanessa por su sacrificio y esfuerzo en nuestro andar diario siendo su apoyo incondicional un ingrediente valioso para seguir creciendo como profesional

A mis padres Pedro y Eva Rosario por ser un soporte importante, amigos y consejeros en todos mis años de estudio.

## **AGRADECIMIENTO**

A la Dra. Karine Zevallos Villegas por compartir su experiencia, conocimientos y apoyo en la realización de la presente tesis.

Al Dr. Máximo Ramírez Julca por brindarme la oportunidad de ser mi asesor y poder contar con su vasto conocimiento científico, amplia experiencia y paciencia para acompañarme y guiarme en el desarrollo de este valioso trabajo de investigación y poder culminarlo con éxito

## **RECONOCIMIENTO**

A la Universidad Alas Peruanas y a mis compañeros de estudio de la maestría por formar parte de esta importante etapa de mi vida profesional y poder acompañarnos en este camino para llegar hasta el final cumpliendo los objetivos trazados



|                                                          |      |
|----------------------------------------------------------|------|
| CARATULA                                                 |      |
| DEDICATORIA                                              | iv   |
| AGRADECIMIENTO                                           | v    |
| RECONOCIMIENTO                                           | vi   |
| ÍNDICE                                                   | vii  |
| INDICE DE TABLAS                                         | ix   |
| INDICE DE FIGURAS                                        | xi   |
| RESUMEN                                                  | xiii |
| ABSTRACT                                                 | xiv  |
| INTRODUCCIÓN                                             | 15   |
| CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA                   | 17   |
| 1.1 DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA              | 17   |
| 1.2 DELIMITACION DE LA INVESTIGACIÓN                     | 19   |
| 1.3 PROBLEMAS DE INVESTIGACIÓN                           | 20   |
| 1.4 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN                        | 21   |
| 1.5 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN      | 22   |
| 1.6 FACTIBILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN                     | 24   |
| 1.7 LIMITACIONES DEL ESTUDIO                             | 25   |
| CAPITULO II: MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL                    | 26   |
| 2.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA                            | 26   |
| 2.2 BASES TEÓRICAS O CIENTÍFICAS                         | 32   |
| 2.2.1 VARIABLE (X): AJUSTE AL CONTEXTO                   | 32   |
| 2.2.1.1 DIMENSIONES DEL AJUSTE AL CONTEXTO               | 33   |
| 2.2.2 VARIABLE (Y): ESTRÉS ACADÉMICO                     | 38   |
| 2.2.2.1 DIMENSIONES DEL ESTRÉS ACADÉMICO                 | 38   |
| 2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS                       | 42   |
| CAPITULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLES                      | 44   |
| 3.1 HIPÓTESIS GENERAL                                    | 44   |
| 3.2 HIPÓTESIS ESPECÍFICAS                                | 44   |
| 3.3 DEFINICIÓN CONCEPTUAL Y OPERACIONAL DE LAS VARIABLES | 45   |
| 3.4 CUADRO DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES            | 46   |
| CAPITULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN             | 47   |
| 4.1. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN                         | 47   |
| 5.1 TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN                        | 47   |
| 5.2 METODOS Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN                    | 48   |

|                                                                                                  |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 5.3 POBLACIÓN Y MUESTRA DE LA INVESTIGACIÓN                                                      | 49  |
| 5.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS                                              |     |
| VALIDEZ Y CONFIABILIDAD                                                                          | 51  |
| PROCESAMIENTO Y ANALISIS DE DATOS                                                                | 53  |
| CAPITULO V: RESULTADOS                                                                           | 54  |
| 6.1 ANÁLISIS DESCRIPTIVO                                                                         | 54  |
| 6.2 ANÁLISIS INFERENCIAL                                                                         | 83  |
| CAPÍTULO VI: DISCUSIÓN DE RESULTADOS                                                             | 86  |
| CONCLUSIONES                                                                                     | 89  |
| RECOMENDACIONES                                                                                  | 90  |
| FUENTES DE INFORMACIÓN                                                                           | 91  |
| ANEXOS                                                                                           |     |
| 1. MATRIZ DE CONSISTENCIA.                                                                       | 96  |
| 2. INSTRUMENTO(S) DE RECOLECCIÓN DE DATOS ORGANIZADO EN VARIABLES,<br>DIMENSIONES E INDICADORES. | 97  |
| 3. VALIDACIÓN DE EXPERTOS                                                                        | 102 |
| 4. COPIA DE LA DATA PROCESADA                                                                    | 105 |
| 5. CONSENTIMIENTO INFORMADO                                                                      | 108 |
| 6. AUTORIZACIÓN DE LA ENTIDAD DONDE SE REALIZÓ EL TRABAJO DE CAMPO                               | 109 |
| 7. DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL DE LA TESIS                                                  | 111 |

## ÍNDICE DE TABLAS

|                                                                                            |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 01: Nivel de estrés académico                                                        | 54 |
| Tabla 02: Presenta cambios en el estado de ánimo (inestabilidad emocional)                 | 55 |
| Tabla 03: Se siente triste o abatido (a)                                                   | 56 |
| Tabla 04: Últimamente se ha sentido confundido(a) y desorientado(a)                        | 57 |
| Tabla 05: Hay situaciones en las que siente que pierdo el control                          | 58 |
| Tabla 06: Últimamente se ha sentido pesimista                                              | 59 |
| Tabla 07: Sentimiento de cansancio y somnolencia durante el día                            | 60 |
| Tabla 08: Sentimiento de confianza en sí mismo.                                            | 60 |
| Tabla 09: Sentimiento de soledad en el último mes o semestre.                              | 61 |
| Tabla 10: Sentimientos de angustia.                                                        | 62 |
| Tabla 11: Pensamientos de tristeza.                                                        | 63 |
| Tabla 12: Sentimientos de debilidad física                                                 | 64 |
| Tabla 13: Dificultad para toma de decisiones                                               | 65 |
| Tabla 14: Sentimientos de ansiedad.                                                        | 66 |
| Tabla 15. Ajuste académico a nivel personal                                                | 67 |
| Tabla 16. Ajuste académico a nivel interpersonal                                           | 68 |
| Tabla 17: Puede desarrollar nuevos aspectos personales por medio de la carrera que eligió  | 69 |
| Tabla 18: identificar las razones que lo llevaron a elegir su carrera.                     | 70 |
| Tabla 19: Percepción de buena de la carrera que estudia                                    | 71 |
| Tabla 20: Percepción de elección de una carrera de acuerdo con sus aptitudes y capacidades | 72 |

|                                                                                                    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 21: Percepción de poseer capacidades y vocación para el área profesional que eligió.         | 73 |
| Tabla 22: Se siente comprometido(a) con la carrera que eligió.                                     | 74 |
| Tabla 23: Las notas obtenidas han sido buenas y han permitido avanzar en la carrera.               | 75 |
| Tabla 24: Cuenta con capacidades de aprendizaje para responder a las expectativas en el estudio    | 76 |
| Tabla 25: La carrera que eligió permite desarrollo profesional                                     | 77 |
| Tabla 26: Sentimiento de decepción sobre su carrera                                                | 78 |
| Tabla 27: Los gustos personales fueron decisivos para elegir la carrera profesional                | 79 |
| Tabla 28: Estudia una carrera diferente a la que siempre quiso.                                    | 80 |
| Tabla 29: Considera cambiar de carrera                                                             | 81 |
| Tabla 30. ajuste académico a nivel de carrera profesional                                          | 82 |
| Tabla 31. Análisis bivariado del nivel de estrés académico y la adaptación personal                | 83 |
| Tabla 32 Análisis bivariado del nivel de estrés académico y la adaptación personal e interpersonal | 83 |
| Tabla 33. Análisis bivariado del nivel de estrés académico y la adaptación a la carrera            | 84 |
| Tabla 34. Análisis bivariado del nivel de estrés académico y la adaptación al estudio              | 84 |
| Tabla 35 Análisis bivariado del nivel de estrés académico y la adaptación a nivel institucional    | 85 |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|                                                                                              |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Gráfico 01: Nivel de estrés académico                                                        | 55 |
| Gráfico 02: Presenta cambios en el estado de ánimo (inestabilidad emocional)                 | 56 |
| Gráfico 03: Se siente triste o abatido (a)                                                   | 56 |
| Gráfico 04: Últimamente se ha sentido confundido(a) y desorientado(a)                        | 57 |
| Gráfico 05: Hay situaciones en las que siente que pierdo el control                          | 58 |
| Gráfico 06: Últimamente se ha sentido pesimista                                              | 59 |
| Gráfico 07: Sentimiento de cansancio y somnolencia durante el día                            | 60 |
| Gráfico 08: Sentimiento de confianza en sí mismo.                                            | 61 |
| Gráfico 09: Sentimiento de soledad en el último mes o semestre.                              | 62 |
| Gráfico 10: Sentimientos de angustia.                                                        | 62 |
| Gráfico 11: Pensamientos de tristeza.                                                        | 63 |
| Gráfico 12: Sentimientos de debilidad física                                                 | 64 |
| Gráfico 13: Dificultad para toma de decisiones                                               | 65 |
| Gráfico 14: Sentimientos de ansiedad.                                                        | 66 |
| Gráfico 15. Ajuste académico a nivel personal                                                | 67 |
| Gráfico 16. Ajuste académico a nivel interpersonal                                           | 68 |
| Gráfico 17: Puede desarrollar nuevos aspectos personales por medio de la carrera que eligió  | 69 |
| Gráfico 18: identificar las razones que lo llevaron a elegir su carrera.                     | 70 |
| Gráfico 19: Percepción de buena de la carrera que estudia                                    | 71 |
| Gráfico 20: Percepción de elección de una carrera de acuerdo con sus aptitudes y capacidades | 72 |

|                                                                                                   |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Gráfico 21: Percepción de poseer capacidades y vocación para el área profesional que eligió.      | 73 |
| Gráfico 22: Se siente comprometido(a) con la carrera que eligió.                                  | 74 |
| Gráfico 23: Las notas obtenidas han sido buenas y han permitido avanzar en la carrera.            | 75 |
| Gráfico 24: Cuenta con capacidades de aprendizaje para responder a las expectativas en el estudio | 76 |
| Gráfico 25: La carrera que eligió permite desarrollo profesional                                  | 77 |
| Gráfico 26: Sentimiento de decepción sobre su carrera                                             | 78 |
| Gráfico 27: Los gustos personales fueron decisivos para elegir la carrera profesional             | 79 |
| Gráfico 28: Estudia una carrera diferente a la que siempre quiso.                                 | 80 |
| Gráfico 29: Considera cambiar de carrera                                                          | 81 |
| Gráfico 30. Ajuste académico a nivel de carrera profesional                                       | 82 |

## RESUMEN

La presente investigación “Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y el ajuste al contexto universitario en estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023”, tuvo como propósito determinar la relación entre estrés académico y el ajuste al contexto universitario. El estudio respondió al enfoque cuantitativo de nivel descriptivo correlacional, cuya muestra estuvo conformada por 156 alumnos. Para el recojo de la información se utilizó la técnica de la encuesta y el instrumento fue el cuestionario correspondiente a las dos variables de estudio a fin de medir el comportamiento de las mismas sobre estrés académico y el ajuste al contexto universitario. El estadístico que se empleó para la prueba de hipótesis fue  $\chi^2$  por lo que se aceptó la hipótesis del investigador. Por tanto, se concluyó que el estrés académico y el ajuste al contexto universitario se correlacionan.

Palabras clave: estrés académico, ajuste al contexto universitario

## **ABSTRACT**

The present research "What is the level of relationship between academic stress and adjustment to the university context in students of the National University of the Peruvian Amazon, year 2023", aimed to determine the relationship between academic stress and adjustment to the university context. The study responded to the quantitative approach of correlational descriptive level, whose sample consisted of 156 students. For the collection of information, the survey technique was used and the instrument was the questionnaire corresponding to the two study variables in order to measure their behavior on academic stress and adjustment to the university context. The statistic used for the hypothesis test was Ch2 therefore the hypothesis of the researcher was accepted. Therefore, it was concluded that academic stress and adjustment to the university context are correlational.

**Keywords:** academic stress, adjustment to the university context



## INTRODUCCIÓN

Los retos académicos a los que se enfrentan los estudiantes universitarios pueden llevar al estudiante a desarrollarse bajo altos niveles de estrés. Aquellos que no logren adaptarse a las “estresantes” exigencias cada vez más competitivas de nuestro contexto globalizado, pueden fallar o no cumplir los objetivos profesionales que propiciaron su ingreso a la universidad. Este escenario se tornó más complejo en la actual época de pandemia por el COVID-19, pues la educación pasó de ser presencial a ser virtual o semipresencial, poniendo en evidencia otras limitaciones como los problemas de accesibilidad y conectividad en nuestra región y la nueva forma de aprender en este contexto

Por lo tanto, es necesario estudiar la relación entre el estrés académico al ajuste del estudiante en los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería y Educación de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana.

Nuestra investigación propone adicionalmente los siguientes objetivos: identificar el ajuste académico a nivel personal e interpersonal y el estrés académico de los estudiantes de educación y de enfermería en estudiantes de una universidad pública de Loreto, identificar el ajuste a la carrera y el estrés académico de los estudiantes de educación y de enfermería en estudiantes de una universidad pública de Loreto, identificar el ajuste académico al estudio y el estrés académico de los estudiantes de educación y de enfermería en estudiantes de una universidad pública de Loreto, identificar el ajuste académico a la institución y el estrés académico de los estudiantes de educación y de enfermería en estudiantes de una universidad pública de Loreto.

Consideramos que el presente trabajo de investigación es importante y necesario para comprender la influencia del estrés en la adaptación o ajuste de los alumnos al contexto universitario en esta época de pandemia. Con la finalidad de que los alumnos puedan desarrollarse plenamente en sus actividades estudiantiles y logren sus objetivos académicos.

Asimismo, generar evidencia que permita a la universidad brindar un adecuado abordaje a esta problemática.

Por lo expuesto líneas arriba, para fines metodológicos el proyecto de investigación obedece a la siguiente estructura

En cap. i: se desarrolló el planteamiento de los problemas, describiendo la realidad problemática, los interrogantes de los problemas y los objetivos planteados, el desarrollo de la justificación y su importancia, planteando su importancia y limitaciones.

En cap. ii: Se desarrolló el marco filosófico cuyos componentes se fundamentan con la argumentación ontológica, que hace referencia al ente como esencia del ser.

En cap. iii: Se desarrolló los componentes del marco teórico, describiendo los antecedentes, argumentando las bases teóricas y el resumen de los conceptos básicos. Que componen los conceptos convenientes que fundamentan el valor del proyecto.

En cap. iv: se desarrolló las hipótesis y variables, elaborando las conjeturas con las posibles respuestas, que permitirá operacionalizar las variables con cada uno de sus indicadores y dimensiones.

En cap. v: se desarrolló los resultados referenciando el análisis descriptivo y análisis inferencial

En cap. vi: se desarrolló discusión de los resultados, las conclusiones y recomendaciones con sus respectivos anexos.

## **CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1 DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA**

A nivel internacional, en Suiza, India y Sudáfrica investigadores en educación postularon que el estrés académico, sobre todo en el contexto de la pandemia de COVID-19, se incrementó a nivel global. (Yasmin, 2020). El estrés es un problema multivariable que resulta de la relación entre la persona y eventos en el contexto en el cual se desarrolla, algunos de estos pueden ser considerados como amenazantes y se tornan en una situación de riesgo o amenazante. La inclusión del término estrés en el siglo XXI ha alcanzado diferentes esferas del desarrollo humano entre ellos el académico. (Águila, 2015)

El estrés académico (EA) es el resultado de demandas en el ámbito educativo y puede afectar tanto a alumnos como profesores. El EA es un proceso sistémico, adaptativo y psicológico, que se presenta a) cuando el alumno se expone a demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores; b) cuando estos estresores provocan un desequilibrio que el alumno somatiza; y c) cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio (Berrio 2011)

El EA puede traer efectos sobre la salud como ansiedad, depresión, consumo de drogas legales e ilegales, trastornos del sueño y en el consumo de alimentos. Se ha reportado, adicionalmente alteraciones del autoconcepto durante la exposición al agente estresor. (Martin 2007). El estrés de un viento fuerte puede alterar el equilibrio de un puente colgante para que el puente se balancee de lado a lado a lado. Por lo general, las personas ni siquiera notan el suave balanceo mientras conducen a través del puente. Cuando el viento aumenta, el balanceo del puente se vuelve obvio para todos. Aunque este balanceo podría hacer que

alguien incómodo o ansioso, en realidad es la forma en que el puente hace frente al estrés. Si el puente no se balanceaba en absoluto, sería frágil y más probable que se dañara por el estrés del viento. Si la fuerza del viento aumentó dramáticamente, para que se excedieran los límites del puente, el puente podría colapsar. El estrés en nuestras vidas es como ese viento. Aunque el estrés a menudo está presente, generalmente pasa desapercibido. A veces el estrés que las personas la experiencia los hace sentir temblorosos o asustados, como si ellos, como ese puente, estuvieran en riesgo de colapsar. Por lo general, el miedo no es realista, y los cimientos de las personas son mucho más sólidos de lo que piensan. Ocasionalmente, uno realmente está en riesgo de colapso; es de vital importancia reconocer este riesgo. Muy a menudo, sin embargo, el riesgo real que proviene del estrés es que, durante muchos años, dañará la salud de las personas y restará valor a su calidad de vida. (Yasmin, 2020)

La adaptación a la universidad es un cambio que constituye un factor de estrés y puede afectar el rendimiento estudiantil. Los alumnos que no logran adaptarse a las demandas que la universidad les impone, pueden dudar sobre la carrera que han elegido, disminuir el nivel de compromiso en sus actividades y rendimiento académico y abandonar prematuramente los estudios universitarios, lo cual desencadena altos costos sociales y económicos. Los principales estresores del EA de estudiantes peruanos fueron: los exámenes, la sobrecarga de tareas y la personalidad y el carácter del profesor (Toribio Ferrer 2016).

La personalidad del estudiante, el género, su bagaje cultural, aprendizajes previos, situación socioeconómica pueden influir en la capacidad de adaptación, frente a un nuevo contexto, en el cual no cuenta con estructuras de soporte previos. Asimismo, los años de estudio y el tipo de carrera universitaria en el que el alumno se desenvuelve pueden afectar la adaptación (Chau 2014, Correa-Prieto 2015).

En el Perú, la tasa de deserción acumulada universitaria del periodo 2018-2020 fue de 15.7, 19.3% y 31 %, respectivamente, representando un aumento de 3.6% del 2018 al 2019 y 11.7% de 2019-2020 que, según el Minedu, se relaciona a la pandemia por el COVID-19 (PRONABEC 2021). En la región Loreto, los alumnos provenientes de comunidades indígenas debido al programa Beca 18, abandonan los estudios prematuramente (fuente: oral), posiblemente porque no han podido adaptarse a su nuevo contexto académico y social.

En estudiantes peruanos un alto porcentaje (83%) han experimentado EA durante el semestre, con mayor presencia de niveles medio y medio alto. El EA se ha reconocido como una problemática relevante y se asocia con mayor énfasis en mujeres afectando la motivación para el estudio y la mayoría de las conductas de salud en los indicadores de estrés académico. (Casaretto, 2021)

La salud mental, según la OMS, es un estado de bienestar en el cual la persona es capaz de encarar las vicisitudes de la vida, laborar productivamente contribuyendo a la sociedad. Si un estudiante universitario sufre de estrés y no ha podido ajustarse al contexto académico, presenta una alta probabilidad de afectar en gran medida su desarrollo académico y social.

Por lo cual formulamos la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y el ajuste al contexto universitario en estudiantes de universidad pública de Loreto?

## **1.2 DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN:**

### **1.2.1 DELIMITACIÓN ESPACIAL**

El presente plan de tesis se desarrolló en la Universidad Nacional de la Amazonia Peruana, calle Sargento Lores N° 635, distrito de Iquitos, Provincia de Maynas, Departamento de Loreto.

### **1.2.2. DELIMITACION TEMPORAL**

La presente investigación tiene como fecha de inició en febrero del 2023 y como termino agosto del 2023.

### **1.2.3 DELIMITACIÓN SOCIAL**

La presente investigación consideró como unidad de análisis a los estudiantes de educación y de enfermería del primer año de estudios de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana.

### **1.2.4 DELIMITACIÓN CONCEPTUAL**

Este estudio se basa en la literatura científica reflejada en el marco teórico que permitirá definir el concepto de variables, presión académica y adaptar el contexto académico según sus dimensiones e indicadores que facilitarán el desarrollo de instrumentos. para la investigación.

## **1.3 PROBLEMAS DE LA INVESTIGACIÓN:**

### **1.3.1 PROBLEMA GENERAL:**

¿Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y el ajuste al contexto universitario en estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023?

### **1.3.2 PROBLEMAS ESPECÍFICOS:**

- a) ¿Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y la adaptación personal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023?
  
- b) ¿Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y la adaptación interpersonal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023?

- c) ¿Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y la adaptación a la carrera en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023?
- d) ¿Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y la adaptación al estudio en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023?
- e) ¿Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y la adaptación institucional en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023?

## **1.4 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.4.1 OBJETIVO GENERAL**

Determinar la relación entre el estrés académico y el ajuste al contexto universitario en estudiantes de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023

### **1.4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- a) Determinar la relación entre el estrés académico y la adaptación personal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023
- b) Señalar la relación entre el estrés académico y la adaptación interpersonal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023

- c) Precisar la relación entre el estrés académico y la adaptación a la carrera en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023
- d) Sintetizar la relación entre el estrés académico y la adaptación al estudio en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023
- e) Establecer la relación entre el estrés académico y la adaptación institucional en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023

## **1.5 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.5.1 JUSTIFICACIÓN**

#### **Justificación teórica**

La investigación se justifica teóricamente, debido a que los estudiantes de la Universidad de la Amazonia Peruana se enfrentan a múltiples desafíos, debido a que la universidad es una transición entre las vivencias escolares y la vida profesional. Las variables de nuestro estudio permiten generar evidencia con la finalidad de afrontar un sistema educativo y los nuevos patrones de relaciones con los profesores y compañeros de clase. Con la finalidad de lograr que el alumno afronte el estrés universitario a partir de la formulación de un plan con justificación teórica en base a las teorías de estrés y adaptación a la vida universitaria.

#### **Justificación Metodológica**

La justificación metodológica de la investigación se basa en la línea de investigación de la universidad, la cual permite aplicar métodos que permiten la



comprobación de las hipótesis y aplicación de análisis cuantitativo para el logro de los objetivos planteados.

El aporte metodológico del presente trabajo de investigación en el nivel académico superior fue emplear herramientas y soporte metodológico para medir el EA y la adaptación a la vida universitaria en una universidad pública de la región Loreto. Ambos instrumentos han sido previamente validados (Castillo, Saez, Perez, & Castillo Navarrete, 2018; Márquez Rodríguez, 2009), sin embargo, los resultados de nuestro estudio pueden servir para validarlo a nivel local.

### **Justificación Social**

La investigación se justifica en el área social, debido a que los resultados finales sobre estrés y ajuste al contexto universitario, permite a la universidad implementar acciones debido a que hoy en día se requiere que el estudiante concluya exitosamente sus estudios universitarios, para que puedan contribuir con la sociedad en la carrera que hayan elegido. En nuestro caso, los estudiantes de educación y de enfermería, los cuales desempeñan un papel importante para el país.

### **Justificación práctica**

La justificación práctica, se justifica porque la relación entre el nivel de estrés y el ajuste al contexto universitario busca desarrollar estrategias que permitan a los alumnos mejorar su identidad con la institución, autonomía y afrontar efectivamente la carga académica. El estudio contribuirá a ampliar el conocimiento pues como productos, nuestros resultados demostrarán el nivel de EA y la adaptación a la vida universitaria. De esta manera prevenir, las consecuencias del estrés en el aprendizaje, interacción social y las notas. Lo cual es útil para los decisores de políticas universitarias, personal universitario y docentes. (Reta, Samuel, & Mekonnen, 2020)

“La transición a la educación superior implica la superación de un conjunto complejo de desafíos, relacionados con los cambios de desarrollo propios del final de la adolescencia y el inicio de la vida adulta”. (Márquez Rodríguez, 2009)

### **1.5.2 IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN**

La importancia de nuestro estudio se basa en demostrar la relación entre el EA y el ajuste al contexto universitario en una universidad pública de la región Loreto. Con la finalidad de identificar al EA como causa de una inadecuada adaptación a los retos personales, familiares e institucionales. Nuestros resultados aportarán a reducir la deserción estudiantil como consecuencia de un inadecuado manejo del EA en épocas de pandemia.

Asimismo, debido a que la mayor parte de las publicaciones relacionadas a nuestro objetivo fueron realizadas en la ciudad de Lima o costa y no en la selva, es una contribución para generar evidencia que permita mejorar la adquisición de conocimiento en los estudiantes universitarios de Loreto.

### **1.6 FACTIBILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN**

Fue factible la realización del presente estudio debido a que se realizó con la anuencia de los decanos de la facultad de educación y de enfermería. Se contó con el apoyo de los estudiantes. Otro factor importante es que la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, tiene como política mejorar el bienestar de los alumnos que estudian en sus aulas. Se dispone además de recursos humanos, financieros y materiales para la realización del presente trabajo de investigación. Se aplicaron instrumentos previamente validados en contexto peruano y latinoamericano.

## 1.7 LIMITACIONES DEL ESTUDIO

**Bibliográfico:** Se cuenta con acceso a revistas científicas de libre acceso para investigar el estado del arte que permita la contrastación de nuestras hipótesis y formulación del problema.

**Tiempo.** El periodo establecido en que se ejecutó el trabajo no fue un limitante, dado que se acordó previamente con todas las personas que participaran en este estudio, el tiempo empleado para recolección de datos fue cumplido a cabalidad.

**Económico.** No se tuvo limitación respecto a materiales, dado que estuvo presupuestado por el investigador íntegramente.

**Personal.** El personal que participó en el estudio fue de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, incluso en el contexto del licenciamiento universitario, se nos brindó facilidades para aplicar los instrumentos a los alumnos. Toda vez que nuestro estudio beneficiará a los alumnos de la universidad. Al ser una universidad pública se contó con una adecuada población para asegurar la participación de los alumnos en el estudio. Esto sumado a la experiencia en investigación docencia del investigador de la presente tesis.

## **CAPITULO II: MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.**

### **2.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA**

#### **2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES**

De la Rosa R. (2022) Evaluación del EA y la resiliencia. El propósito de este estudio es determinar el grado de adaptabilidad y EA entre estudiantes de posgrado de la Universidad Nacional Normal de Chihuahua, así como las principales fuentes de estrés y, de la misma manera, comprender la relación entre las fuentes de estrés y EA existe entre las dos variables. El cuestionario de recopilación de información se utilizó para personalizar la herramienta para obtener  $0.915 \alpha$  y presión académica  $0.829$ . Los resultados muestran que los estudiantes de maestría tienen una alta adaptabilidad y una presión académica grave. La presión principal es la sobrecarga de tareas. Los principales síntomas son problemas de fatiga, ansiedad y concentración constante. El poder de la fuerza, cuanto mayor es el ajuste, menor es la presión académica y el valor esperado del  $1.6 \%$  y el valor significativo de la multitud es  $0.04$ . El efecto principal es que los estudiantes son capaces de adaptarse, aceptar el cambio y mostrar resiliencia, pero no comprenden el EA y sus efectos cuando alcanza un nivel de gravedad que indica consecuencias.

Rodríguez F. y Troncoso P. (2020) EA y estrategias de afrontamiento entre estudiantes de salud en Chile. El objetivo fue identificar EA y estrategias de afrontamiento entre estudiantes Métodos: Estudio transversal en el año 2019 en una institución de educación superior privada. Se administró a una muestra de estudiantes el instrumento de EA modificado y la escala de afrontamiento del estrés académico. Se realizaron estadísticas

descriptivas e inferenciales mediante análisis de varianza (unidireccional), prueba post hoc de Tukey y  $\chi^2$ . Bajo  $\alpha < 0.05$  y analizar el software a 15.0. Resultados: Más del 70 % de las muestras tienen un nivel socio-económico bajo y medio. La formación de estrés más importante se llama sobrecarga de trabajo. En comparación con otras profesiones, el trabajo sobre el cuidado de los estudiantes se sobrecarga ( $4.1 \pm 0.7$ ). Mostraron reacciones físicas ante situaciones de estrés académico, la terapia de ocupación mostró reacciones de tipo psicológico. Estos últimos creían que la reevaluación activa era una estrategia de afrontamiento, mientras que otros profesionales tendían a buscar apoyo. Conclusión: El EA y sus estrategias de afrontamiento se identificaron entre estudiantes, quienes identificaron la sobrecarga laboral como la principal causa, pero no mostraron diferencias entre programas educativos, sino más bien en sus estilos de afrontamiento.

*Pinto A.E.; Villa N. y pinto A. H. (2022)* EA entre estudiantes de una Universidad en Colombia. El objetivo del estudio fue estudiar el EA entre los estudiantes universitarios. Estudio de tipo descriptiva, no experimental de 1200 estudiantes utilizando una muestra de 840 estudiantes. Se utilizó un cuestionario de 12 ítems validado por 10 expertos y la confiabilidad se calculó mediante la fórmula  $\alpha$  de Cronbach, arrojando un resultado del 87%. Se utilizó estadística descriptiva para el análisis de los datos. Los resultados muestran que el EA entre los estudiantes de las universidades investigadas se encuentra en un nivel moderado. En definitiva, el EA proviene de nuevas responsabilidades, carga de trabajo, miedo al fracaso, presión familiar, cambios en los hábitos alimentarios, etc.

*Jurado B; Montero B; Diaz J. y Rodriguez Y. (2022)* EA entre estudiantes universitarios iberoamericanos: una revisión sistemática. En el ámbito de la educación, el EA (EA) se ha convertido en uno de los problemas más comunes por sus efectos a nivel físico, psicológico y conductual. El objetivo de esta revisión sistemática fue analizar el avance de la literatura científica sobre la EA en estudiantes universitarios españoles desde 2010 hasta mayo de 2020. Se analizaron 73 artículos de los repositorios Dialnet, SciELO, BVS y EBSCOhost mediante el método PRISMA-P. Cabe mencionar que en los últimos años

existe una tendencia cada vez más clara a estudiar este fenómeno en el ámbito de la salud y según el paradigma cuantitativo. Además, los estudios que pretenden describir y analizar este fenómeno son principalmente variables psicológicas y académicas. Finalmente, se enfatiza el uso de la conceptualización de Barraza y su modelo explicativo.

*Bustamante T; Llallico G. y Michilena C. (2022)* EA entre estudiantes de facultad de ciencias de medicina de una Universidad en Ecuador. El propósito de este estudio es analizar las características del EA entre los estudiantes de noveno y décimo semestre de la carrera de Doctorado en ciencias naturales de la Universidad Central del Ecuador. D. Este enfoque es similar al enfoque cuantitativo con niveles de descripción de campo y univariados. Se utilizó el Inventario de EA SISCO administrado a 206 estudiantes del noveno al décimo semestre. Los resultados obtenidos fueron procesados utilizando Microsoft Excel y concluyeron que las características físicas estuvieron presentes en el 56,70% de los estudiantes y las características psicológicas estuvieron presentes en el 58,84% de los estudiantes, estas respuestas fueron dominantes y las respuestas conductuales fueron dominantes. 54,70%. Las características físicas más comunes se identificaron como somnolencia y cansancio o cansancio constante, las características psicológicas se identificaron como falta de atención e inquietud, más común ansiedad o desesperanza, y las características conductuales se identificaron como falta de voluntad para participar en las actividades escolares. Para distinguir de las características de la presión académica del comportamiento biológico, se descubre que el cuerpo femenino y las características psicológicas tienen una mayor presencia, y las características conductuales de los hombres son más comunes. Después de todo, en lo que respecta a las diferencias en cada semestre, la conclusión es que, en comparación con los estudiantes del Noveno que estudian el décimo semestre, la aparición de estos tres tipos de funciones es mayor.

### 3.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES

*Martínez Q. (2019)* EA y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Lima, Arequipa y Piura. El objetivo fue analizar relaciones entre el EA (con sus indicadores) y la adaptación a la vida universitaria (y sus dominios) en un grupo de 1213 estudiantes. Así, encontramos que el 86,9% de los estudiantes refirieron un nivel de ansiedad de moderado a alto. Además, se encontraron correlaciones entre las variables psicológicas y sus respectivos dominios. Así, el modelo de adaptación a la vida universitaria incluyó la intensidad del estrés, estresor, respuesta al estrés y cambios a nivel físico, psicológico, respuestas conductuales. De esta forma, podemos ver la importancia de estrés académico. Se espera que los resultados estimulen más investigaciones (en Perú y América Latina) sobre estas variables psicológicas y promuevan iniciativas de promoción de la salud en las universidades.

*Ynquillay L. (2020)* Adaptación a la vida universitaria y EA entre estudiantes de ciencias generales de una Universidad Privada. El objetivo del estudio fue determinar la relación entre la adaptación a la vida universitaria y el EA entre estudiantes de ciencias generales de Lima. El estudio sigue un enfoque cuantitativo, es un diseño correlacional, no experimental y transversal. Para la recopilación de datos se utilizaron el Cuestionario de Experiencia Académica QVA-r y el Cuestionario de EA SISCO. La muestra estuvo compuesta por 363 estudiantes matriculados en el II ciclo del 2019 y de ambos géneros. Los resultados muestran que el 52% de los estudiantes muestra un nivel bajo de adaptación en la universidad y que el 63% tiene EA moderado. Asimismo, correlación directa y significativa entre adaptación y estrés.

*Chucas G. (2019)* EA y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de primer año de una universidad privada. El propósito de este trabajo de investigación es investigar la relación entre el EA y la adaptación a la vida universitaria entre estudiantes de 1er ciclo de la Universidad utilizando la teoría de referencia del modelo cognitivo sistémico. Este estudio es un estudio no experimental que involucró a 452 estudiantes de diversas

profesiones utilizando el Cuestionario de EA (SISCO) para la recolección de datos; para la adaptación a la vida universitaria se utilizó el Cuestionario de Experiencia Académica (QVA-r); Como resultado, el 66% alcanzó el nivel bajo, seguido del 22% nivel medio, el 06% nivel alto; En cuanto al nivel de estrés, el nivel alto representa la mayor parte con un 50%, seguido del promedio alto con un 29%, el promedio bajo con un 15% y finalmente el alto y el bajo con un 6%. Además, existe una correlación significativa entre las dos variables, es decir, una correlación negativa débil. Estos resultados confirman algunas de las hipótesis planteadas en el estudio.

*Tenorio S. (2022)* EA y adaptación a la vida universitaria entre estudiantes de Medicina Humana de una universidad privada. El propósito de este estudio fue determinar la relación entre el EA y la adaptación a la vida universitaria entre estudiantes. El tipo de estudio fue correlacional utilizando una muestra de 383 estudiantes con edades entre 18 y 21 años. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de EA Barraza SISCO (2007) y la Encuesta de Experiencia Académica QVA-R de Almeida, Soares y Ferreira (2001). En cuanto a los resultados, encontramos relaciones altamente significativas entre dimensiones y variables y concluimos que mayores niveles de estrés vital entre los estudiantes se asocian con menores niveles de adaptación al entorno de educación superior.

*Alva J. (2020)* Niveles de EA y estrategias de afrontamiento entre estudiantes de psicología y nutrición de un centro privado de educación superior del norte de Lima. El objetivo de este estudio fue describir el nivel de EA y las estrategias de afrontamiento más utilizadas entre estudiantes de psicología y nutrición de un centro privado de educación superior del norte de Lima. El estudio fue un diseño descriptivo, basal, no experimental y transversal. Se adaptó la escala de EA SISCO para la población peruana en 2010 a 401 estudiantes de psicología y nutrición de los primeros cuatro ciclos. El análisis estadístico se realizó sobre los datos obtenidos mediante el programa SPSS versión 22.0. Se discuten los hallazgos sobre el EA y las estrategias de afrontamiento



con base en las variables demográficas: carrera, género y grupo etario al que pertenecen los participantes. El estudio encontró que el 52,8% de los estudiantes tenía un nivel bajo de estrés académico, el 8,2% tenía un nivel medio y el 39% tenía un nivel alto. Asimismo, el estudio reveló que los estudiantes que estudian nutrición (56,3%) y psicología (55,8%) las estrategias de afrontamiento más utilizadas son las "habilidades de confianza.

## **3.2 BASES TEÓRICAS O CIENTÍFICAS**

### **3.2.1. VARIABLE: ESTRÉS ACADÉMICO**

El estrés ha sido definido por muchos teóricos de manera diferente. Según Butler (1993), el estrés se puede definir de tres maneras, es decir, el estrés como estímulo, como respuesta y como proceso dinámico. Según Lazarus (1961), el estrés es la respuesta de un individuo a la presión cuando la presión experimentada es mayor que la capacidad normal.

Las dimensiones evaluadas del EA son: estrategias de enfrentamiento, estresores y reacciones.

#### **a) Estrategias de enfrentamiento**

Dentro de un enfoque de sistema meta teórico, Lazarus (1991) concibe los complejos procesos de la emoción como compuestos de antecedentes causales, procesos mediadores y efectos. Los antecedentes son variables personales como compromisos o creencias por un lado y variables ambientales, como demandas o condicionantes situacionales, por otro. Los procesos de mediación o estrategias de enfrentamiento se refieren a evaluaciones cognitivas de las demandas situacionales y las opciones de afrontamiento personales, así como a los esfuerzos de afrontamiento dirigidos a más o menos centrados en el problema y la emoción. Las experiencias de estrés y los resultados de afrontamiento traen consigo efectos inmediatos, como afectos o cambios fisiológicos,

y resultados a largo plazo relacionados con el bienestar psicológico, la salud somática y el funcionamiento social. (Singh, 2020)

## **b) Estresores**

La salud mental permite al individuo interactuar eficientemente con el contexto social, emocional y físico en el cual se desenvuelve. El bienestar psicológico depende de un adecuado desempeño mental; el cual se refleja en el desarrollo de sus potencialidades y se plasman en sus relaciones interpersonales en el hogar, universidad, recreación, entre otros. El mundo globalizado expone a los individuos a diferentes estresores ampliamente reconocidos como retos económicos, precariedad laboral y carga laboral excesiva. En este contexto se desarrollan los estudiantes universitarios, los cuales requieren un óptimo manejo de los estresores a fin de mantener una adecuada salud mental.(Pérez-Padila. M de la Luz, Ponce-Rojo. A, Hernández-Contreras. J, & BA., 2010).

La salud mental de los alumnos universitarios ha sido ampliamente estudiada a nivel internacional y nacional, toda vez que trastornos psicológicos pueden predisponer o incrementar problemas emocionales y psicosociales. Los trastornos mentales, han sido definidos como “Un deterioro en el funcionamiento psicológico, que se desvía de los parámetros que se conocen como “normales” dentro de una sociedad”(Sanchez-Marin, Chichon-Peralta, Leon-Jimenez, & Alipazaga-Perez, 2016).

Emprender estudios universitarios puede considerarse un estresor del equilibrio psicológico del individuo, que puede mellar la carrera profesional si el estudiante no se encuentra convencido de la carrera que ha elegido, encuentra estrategias de afrontamiento antes las situaciones cotidianas en el contexto universitario (Pérez-Padila. M de la luz et al., 2010).

En relación con los estresores y la relación persona entorno, el EA es “un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores”. Los estresores identificados pueden ser los periodos de evaluación, sobrecarga académica, tipo de enseñanza, falta

de soporte institucional, memorización, falta de tiempo, entre otros. (Boullosa Galarza, 2013; Rezaei et al., 2020).

Los estresores pueden estar condicionados por la edad, género, necesidades básicas satisfechas (agua, desagüe, vivienda), lugar de nacimiento, tipo de familia, desplazamientos y dificultades económicas familiares (Aguayo et al., 2019; Van Hoek et al., 2018). Adicionalmente, se ha evidenciado que el EA se relaciona con la frecuencia de actividad física, inadecuados hábitos alimenticios, antecedentes familiares y /o personales de enfermedad física y/o mental, consumo de alcohol y tabaco.(Loureiro, McIntyre, Mota-Cardoso, & Ferreira, 2008).

### **c) Reacciones**

Para comprender los problemas del manejo de estresores, es necesario resaltar que los estudiantes del primer año de las diferentes carreras universitarias, como la población elegida para el desarrollo de nuestro trabajo de investigación, se encuentran en una etapa de adolescencia tardía, etapa que se caracteriza por un incremento de conductas de riesgo, como el consumo de drogas legales e ilegales, conductas antisociales. Asimismo, en esta etapa se afianza la personalidad y trastornos psiquiátricos como la esquizofrenia. Los estresores universitarios pueden ser factores asociados al desarrollo de conductas de impacto negativo en la salud. (Antunez & Vinet, 2013).

Teóricamente, de acuerdo con la Real Academia de la lengua española, el estrés es la “Tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos a veces graves”. Los precursores de la teoría del estrés fueron Cannon y Selye, quienes analizaron el estrés a nivel individual y a nivel del individuo como parte de un clan social. En el año 1990, se inician las investigaciones de este fenómeno en el contexto universitario.(Berrio Garcia & Mazo Zea, 2011).

Los constructos teóricos del EA abordan el EA a partir de tres enfoques: 1. Enfoque Teórico. 2. Estresores, síntomas y la relación persona-entorno. 3. Estímulo -Respuesta, y Persona- Entorno. El nivel de EA ha podido ser medido gracias al desarrollo de diferentes herramientas como: Cuestionario de EA en la Universidad (CEAU), Escala de Apreciación del Estrés (EAE-G), Cuestionario de Estrés Académico, Cuestionario sobre Estrés Académico, Escala de Estresores Académico (E-CEA). Siendo el Inventario SISCO, el instrumento más utilizado para medir el EA y fue creado por (Barraza, 2007).

En relación a las reacciones somáticas o síntomas, el estrés se ha asociado frecuentemente a enfermedades crónicas, disminución de la inmunidad, trastornos psicológicos, cefalea, trastornos metabólicos y hormonales, asma, alteraciones de la memoria y la concentración.(Toribio-Ferrer & Franco-Bárceñas, 2016).

### **2.2.2. PERCEPCIÓN DE LA ASIGNATURA**

Percibir la asignatura como elemento esencial permite entender sus contenidos y sus elementos indispensables que garantizan el proceso de enseñanza y aprendizaje, de tal forma que permite al estudiante alcanzar los resultados de aprendizaje planificado.

Según Rodríguez T; Rodríguez M y Garces A. (2019) la percepción de la asignatura de parte de los estudiantes permite un aprendizaje profundo, en la toma de decisiones sobre los contenidos y los métodos, que construyan al conocimiento, organiza el aprendizaje y conecta los saberes de varias disciplinas con el contexto.

En ese sentido, la percepción de la asignatura permite reflexionar sobre el aprendizaje a lo largo de la vida, afirmando que debe ser tomado en cuenta por los sistemas educativos:

El aprendizaje permanente es fundamental para la supervivencia y para el mejoramiento de la calidad de vida de las personas, así como para el desarrollo humano, social y económico de un país. De esta forma, se logrará una reflexión previa del

docente, que caracterice la percepción positiva de la asignatura, a la vez que se trasladan al estudiante, de forma clara y precisa, todos sus aspectos.

### **2.2.3. PERCEPCIÓN DEL DOCENTE**

Lara G; Gonzales N; Lara F; Lagos L; Parra V. y Perez S. (2022) señalan en sus investigaciones que la percepción docente depende de la calidad de relación entre docente-estudiante que es un compromiso importante para el rendimiento académico. La percepción docente tiene un impacto en los estudiantes condicionado a la solución de las necesidades educativas. Por tanto, influye en la relación docente-estudiante. La percepción del docente se mide con una extensa conversación que implica el reconocimiento e identificación del contexto que atraviesan los estudiantes desde el inicio de sus actividades académicas.

Se mide por los factores que consideran para lograr este objetivo. El primero se basa en la autoestima, que puede fortalecerse mediante la orientación, el reconocimiento y la no descalificación. El segundo enfoque es la motivación por el logro, que estimula el aprendizaje a través del reconocimiento. El tercer enfoque es la autoeficacia, que permite a los estudiantes sentirse capaces de aprender determinados conocimientos, y finalmente, la autonomía, que les permite ser responsables de forma independiente. Lara G; Gonzales N; Lara F; Lagos L; Parra V. y Perez S. (2022)

### **2.2.4. DIFICULTAD EN LA ASIGNATURA**

En opinión de Cano R. (2021) Las dificultades en la asignatura nace a la hora de estudiar, de acuerdo a la forma en que ha sido planificado, por lo que, si hay errores, deben corregirse cuanto antes, de lo contrario se pueden perpetuar o crear un mal hábito de estudio.

En este sentido, para identificar las dificultades es necesario determinar cuál es el problema. Identificar en qué etapa del proceso de investigación se produjeron las dificultades y por qué. Esto podría deberse a cambios en el plan de estudios, nuevos profesores, etc. Comprender la causa del problema es valioso para resolverlo de manera más efectiva. Una vez eliminadas estas incógnitas, los estudiantes estarán listos para elegir la estrategia más adecuada. En este sentido, uno de los objetivos específicos del autor es analizar las dificultades que enfrentan los docentes de educación primaria multinivel en la enseñanza y el aprendizaje de materias de español y matemáticas, así como las necesidades profesionales en estas áreas. Los resultados muestran que las dificultades surgen porque los docentes no trabajan en aulas donde la infraestructura y el equipamiento no son esenciales para el desarrollo curricular. Los resultados nos hacen reconocer diversas dificultades. Cano R. (2021)

#### **2.2.5. TRABAJOS OBLIGATORIOS**

Salvador C. y Gerardo R. (2013) señalan en su artículo los impactos de los trabajos obligatorios en jornadas laborales respecto al rendimiento académico de los estudiantes.

Para los estudiantes universitarios que trabajan, la percepción de trabajo obligatorio reduce el tiempo que tienen para actividades académicas y personales y afecta negativamente su rendimiento académico. Además, una proporción similar de estudiantes afirmó que trabajaban principalmente para pagar las cuotas obligatorias (familiares, escolares y privadas), lo que se correlacionaba negativamente con los logros antes mencionados.

En este sentido, también hay que tener en cuenta que el impacto negativo del trabajo en el rendimiento académico no es constante en todas las situaciones o condiciones, sino que su impacto e intensidad depende de la duración de la jornada laboral, el tipo de profesión, el tipo de trabajo. Puesto (especialmente si el estudiante es empleado, empleador o autónomo). Además, el efecto del trabajo sobre el rendimiento académico

está relacionado con lo que motiva a los estudiantes a ingresar al mercado laboral. Salvador C. y Gerardo R. (2013)

Sin embargo, para la mayoría de los estudiantes, la situación laboral no afecta significativamente su desempeño. Sin embargo, según los resultados del modelo de regresión, el tiempo de trabajo muestra que si los estudiantes trabajan una hora extra, el efecto negativo esperado sobre la nota promedio es relativo.

#### **2.2.6. VARIABLE: AJUSTE AL CONTEXTO UNIVERSITARIO**

La definición conceptual de la adaptación “Se entiende como la acción y el efecto de adaptar, un verbo que se refiere al acomodo o ajuste de algo con respecto a otra cosa”. En la práctica, posee diferentes significados dependiendo el lugar de aplicación: por ejemplo, a nivel estudiantil, la adaptación serán los mecanismos que desarrolle el estudiante para hacer frente a su nuevo contexto y que le permiten integrarse o afiliarse a la universidad. Entonces la definición de adaptación implica reflexionar acerca de las acciones e inacción frente a retos académicos, psicológicos, sociales y personales que el estudiante debe afrontar para ingresar y permanecer en la universidad. (Pérez-Pulido, 2016).

La percepción subjetiva de adaptación implica establecer tareas que generen percepción de control sobre el ambiente donde el alumno se desarrolla. Los retos a los que se expone el alumno no surgen de la transformación de estudiante escolar a universitario, surge del cómo estos cambios se presentan, la manera en que son percibidos y cómo el individuo se desenvuelve frente a la comprensión de su nuevo contexto. Si, como consecuencia el individuo considera que la interrelación alumno universidad es exitosa se da paso a la integración que fomenta la adaptación. Reforzando las actitudes y prácticas exitosas que lo llevaron al logro de sus objetivos. Las dimensiones beneficios e “inversión” (tiempo, fracasos, etc) logran un balance objetivo positivo. Sin embargo, si la percepción es negativa, esta deriva en una falta de adaptación al contexto universitario. (Risque, Morley, & Moore, 2004).

Arthur Clickering Clickering propuso siete tareas que se involucran en el proceso de adaptación (Kuhne Covarrubias. W & P., 2011):

1. Logro de competencia: Alcanzar habilidades intelectuales, físicas, manuales, de relaciones sociales y personales que faciliten su adaptación.
2. Control de emociones: Reconocer y controlar eficazmente los propios sentimientos.
3. Alcanzar autonomía: Toma de decisiones de forma autónoma o independiente sin apoyo, aprobación y afecto de cercanos.
4. Establecer identidad propia: Logro de reconocimiento de caracteres propios, necesidades, autoestima, apariencia e identificación de género.
5. Adquisición de libertad en las relaciones interpersonales
6. Identificar metas: Logro de objetivos vocacionales y aspiraciones claras. Establece metas e intereses personales.
7. Desarrollo de la integridad: Definir creencias y valores como como guía del comportamiento individual.

En nuestro estudio se aplicó el Cuestionario de Adaptación a la Vida Universitaria en su versión reducida (QVA-R), el cual ha sido ampliamente validado, se basa en los siguientes constructos teóricos: Ajuste Personal, Interpersonal, Carrera, Estudio e Institucional.

### **2.2.7. DIMENSIÓN: ADAPTACIÓN PERSONAL**

El ajuste académico a nivel Personal se refiere a la autoevaluación de las percepciones del estudiante sobre su salud mental y física. Identifica sentimientos de tristeza, confusión, pesimismo e inestabilidad emocional. Se le solicita responder en una escala de Likert, su posición sobre afirmaciones como: “Presento cambios en mi estado de ánimo (inestabilidad emocional)”. “Me siento triste o abatido(a)”. “Últimamente me he sentido confundido(a) y desorientado(a)”. “Me he sentido ansioso(a)”(Chau & Saravia, 2014; Márquez Rodríguez, 2009 )



### **2.2.8. DIMENSIÓN: ADAPTACIÓN INTERPERSONAL**

Evalúa la relación del estudiante con sus pares y otros que rodean el contexto universitario y extracurricular. Se le solicita responder en una escala de Likert, su posición sobre afirmaciones como: “Hago amistades con facilidad en mi universidad”. “Habitualmente me encuentro poco acompañado por otros compañeros de la universidad”. “Se me dificulta encontrar un compañero(a) de estudio que me ayude a resolver un problema personal”. “Procuro compartir con mis compañeros de curso fuera de los horarios de clase”.(Chau & Saravia, 2014; Márquez Rodríguez, 2009 ).

### **2.2.9. DIMENSIÓN ADAPTACIÓN A LA CARRERA**

El ajuste académico a nivel de la carrera evalúa la adaptación a la carrera elegida, vocación y aspiraciones. Se le solicita responder en una escala de Likert, su posición sobre afirmaciones como: “Elegí bien la carrera que estoy estudiando”. “Tengo capacidades y vocación para el área profesional que elegí”. “Me siento comprometido(a) con la carrera que elegí”. “Las notas que he obtenido han sido buenas y me han permitido avanzar en la carrera” “Cuento con capacidades de aprendizaje para responder a mis expectativas en el estudio”.(Chau & Saravia, 2014; Márquez Rodríguez, 2009 ).

### **2.2.10. DIMENSIÓN ADAPTACIÓN AL ESTUDIO**

El ajuste académico a nivel del estudio evalúa las competencias de estudio, hábitos, organización del trabajo y temporalidad, utilización de recursos de aprendizaje. Se le solicita responder en una escala de Likert, su posición sobre afirmaciones como: “Organizo bien mi tiempo “. “Me siento a gusto con un alto ritmo de trabajo “. “Utilizo la biblioteca de la universidad “. “Planifico las actividades que debo realizar diariamente”.(Chau & Saravia, 2014; Márquez Rodríguez, 2009 )

### 2.2.11. DIMENSIÓN: ADAPTACIÓN INSTITUCIONAL

El ajuste académico a nivel institucional evalúa intereses particulares sobre la institución donde estudia, continuidad, conocimiento y percepciones sobre los beneficios de su centro de estudios a nivel de calidad e infraestructura. Se le solicita responder en una escala de Likert, su posición sobre afirmaciones como: “Conozco bien los servicios que presta mi universidad”. “Mi universidad no me genera interés”. “Me gusta el sector donde está ubicada mi universidad”. “Mi universidad posee buena infraestructura”. (Chau & Saravia, 2014; Márquez Rodríguez, 2009).

Actualmente, el estudio de la adaptación al contexto universitario, ha cobrado relevancia considerando el rol de las universidades, las cuales han variado su enfoque netamente educativo sino como promotora del bienestar de la salud e integridad para proteger el futuro de los estudiantes universitarios. El estudio de la adaptación universitaria involucra replantear políticas universitarias que innoven sistemas de enseñanza y evaluación de conocimientos, fomentar relaciones interpersonales e institucionales sostenibles con la finalidad de consolidar la identidad y la necesidad de afrontamiento efectivo. (Chau & Saravia, 2014).

### 2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS

**Ajuste al contexto universitario:** El ajuste del estudiante al contexto universitario, el cual supone enfrentar una variedad de demandas no solo de corte personal, académica y social, sino también institucional. (Márquez Rodríguez, 2009).

**Estrés académico.** Es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores. (Berrio Garcia & Mazo Zea, 2011).

**Estrategias de enfrentamiento.** Los procesos de mediación o estrategias de enfrentamiento se refieren a evaluaciones cognitivas de las demandas situacionales y las

opciones de afrontamiento personales, así como a los esfuerzos de afrontamiento dirigidos a más o menos centrados en el problema y la emoción.

**Estresores.** Es un “proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores”.

**Reacciones.** El proceso por el cual el individuo maneja los estresores y se relaciona con reacciones somáticas o síntomas.

**Ajuste Personal.** El ajuste académico a nivel personal se refiere a la autoevaluación de las percepciones del estudiante sobre su salud mental y física.

**Ajuste interpersonal.** El ajuste académico a nivel interpersonal evalúa la relación del estudiante con sus pares y otros que rodean el contexto universitario y extracurricular.

**Ajuste de la carrera.** El ajuste a nivel de la carrera universitaria evalúa la adaptación a la carrera elegida, vocación y aspiraciones.

**Ajuste del estudio.** El ajuste académico a nivel del estudio evalúa las competencias de estudio, hábitos, organización del trabajo y temporalidad, utilización de recursos de aprendizaje.

**Ajuste institucional.** El ajuste académico a nivel institucional evalúa intereses particulares sobre la institución donde estudia, continuidad, conocimiento y percepciones sobre los beneficios de su centro de estudios a nivel de calidad e infraestructura.

## **CAPITULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLES**

### **3.1 HIPOTESIS GENERAL**

Existe relación significativa entre el estrés académico y el ajuste al contexto universitario en estudiantes de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023

### **3.2 HIPOTESIS ESPECÍFICAS**

- a) Existe relación significativa entre el estrés académico y la adaptación personal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023
- b) Existe relación significativa entre el estrés académico y la adaptación interpersonal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023
- c) Existe relación significativa entre el estrés académico y la adaptación a la carrera en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023
- d) Existe relación significativa entre el estrés académico y la adaptación al estudio en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023

- e) Existe relación significativa entre el estrés académico y la adaptación institucional en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023

### **4.3. DEFINICION CONCEPTUAL Y OPERACIONAL DE LAS VARIABLES**

#### **Variable (X): Estrés académico**

“El fenómeno del estrés se lo suele interpretar en referencia a una amplia gama de experiencias, entre las que figuran el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud y otras sensaciones similares, como la desmesurada presión escolar, laboral o de otra índole”. Estudios en países latinoamericanos, han publicado una importante incidencia de estrés académico moderado que llega hasta el 67% de los estudiantes encuestados (Berrío García & Mazo Zea, 2011).

**Definición operacional:** se consideran las siguientes dimensiones. Percepción de la asignatura, Percepción del docente, Dificultad en la asignatura, Trabajos obligatorios.

#### **Variable (Y): Ajuste al contexto universitario**

El concepto de adaptación en la sociología estructural constructivista fue desarrollado por Pierre Bourdieu (2002) para resaltar la habilidad del alumno de realizar acciones que le permitan el logro de sus objetivos académicos (mantenerse y concluir los estudios universitarios). En este proceso, cada individuo cuenta con un “habitus y con capitales culturales, sociales y económicos diferentes”. La adaptación supone, que el individuo con sus “habitus” y capitales crea conciencia sobre las reglas existentes en cada carrera o universidad, es decir, en el contexto en el cual se desarrolla. En ese sentido, se utilizan cinco dominios puntuales para medir operativamente el constructo “adaptación universitaria”: Personal (centrado en el dominio Alumno, en el bienestar del alumno), Carrera y Estudio (centrados en el dominio Curso, la perspectiva futura y la capacidad para manejar las exigencias académicas) e Interpersonal e Institucional (que están enfocados en el dominio Contexto, las relaciones interpersonales, la interacción con la institución y con el personal administrativo) (Chau & Saravia, 2014).

**Definición operacional:** se consideran las siguientes dimensiones. Adaptación personal, Adaptación interpersonal, Adaptación a la carrera, Adaptación al Estudio, Adaptación Institucional.

#### 4.4. OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES

| VARIABLE                                          | DIMENSIONES                 | INDICADORES                       | ÍTEMS | ESCALA                                                                                           |
|---------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Variable: (X)<br>ESTRÉS<br>ACADEMICO              | Percepción de la asignatura | Percepción del texto              | 1     | ORDINAL<br>1. Nunca<br>2. Casi nunca<br>3. A veces<br>4. Frecuentemente<br>5. Muy frecuentemente |
|                                                   |                             | Percepción visual                 | 2     |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Percepción de contenidos          | 3     |                                                                                                  |
|                                                   | Percepción del docente      | Percepción de experiencia         | 4     |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Percepción del conocimiento       | 5     |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Percepción calidad humana         | 6     |                                                                                                  |
|                                                   | Dificultad en la asignatura | Falta de concentración            | 7     |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Dificultad en comprensión lectora | 8     |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Dificultad en el aprendizaje      | 9     |                                                                                                  |
|                                                   | Trabajos obligatorios       | Desarrollo de habilidades         | 10    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Trabajo en equipo                 | 11    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Evaluaciones                      | 12    |                                                                                                  |
|                                                   | Sobre carga académica       | Horarios extensos                 | 13    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Espacios inadecuados              | 14    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Actividades extracurriculares     | 15    |                                                                                                  |
| Variable: (Y)<br>Ajuste al contexto universitario | Adaptación personal         | Estabilidad emocional             | 16    | 1. Nunca<br>2. Casi nunca<br>3. A veces<br>4. Frecuentemente<br>5. Muy frecuentemente            |
|                                                   |                             | Afrontar la realidad              | 17    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Las normas y reglas               | 18    |                                                                                                  |
|                                                   | Adaptación interpersonal    | Interactuar con otras personas    | 19    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Comportamiento social             | 20    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Comunicación permanente           | 21    |                                                                                                  |
|                                                   | Adaptación a la carrera     | Ambiente universitario            | 22    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Motivación sobre la carrera       | 23    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Estilos de vida                   | 24    |                                                                                                  |
|                                                   | Adaptación al Estudio       | Estrategias de aprendizaje        | 25    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Herramientas tecnológicas         | 26    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Disciplina personal               | 27    |                                                                                                  |
|                                                   | Adaptación Institucional    | Infraestructura                   | 28    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Ambientes sociales                | 29    |                                                                                                  |
|                                                   |                             | Bibliotecas especializadas        | 30    |                                                                                                  |

## **CAPITULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

### **4.1. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN**

La investigación tiene un enfoque de tipo cuantitativo debido a que se basa en el método deductivo, el cual nace del silogismo filosófico en Grecia, la cual denota que existe una premisa mayor, una menor y conclusiones. Se generan hipótesis que deben ser verificables por el método empírico. Es un método empleado en las ciencias formales que se centran en conocer las variables, sus características y las relaciones que pueden existir entre ellas. (Morales, 2004).

### **4.2. TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN**

#### **4.2.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN**

En el presente estudio se tomó en cuenta el tipo de investigación básica porque se caracteriza únicamente en los fundamentos teóricos, no tomando en cuenta los fines prácticos. Aplicada por que busca la relación entre el estrés académico y el ajuste al contexto universitario. (Cortéz, 2004).

#### **4.2.2. NIVEL DE INVESTIGACIÓN**

Es de tipo descriptivo debido a que nuestro estudio no sólo describe conceptos sino también responde a las causas de los eventos de interés. (Cortéz, 2004).

## 4.3 MÉTODOS Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

### 4.3.1. MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

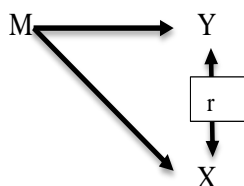
a) El método Hipotético - Deductivo: “Consiste en un procedimiento que parte de unas aseveraciones en calidad de hipótesis y busca refutar o falsear tales hipótesis, deduciendo de ellas conclusiones que deben confrontarse con los hechos”. Bernal (2010).

Nuestro estudio utilizó el método Hipotético - deductivo, porque se consideró la aplicación de observaciones y se formuló hipótesis que serán contrastadas por una metodología basada en leyes y teorías.

### 4.3.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El diseño de la investigación es no experimental, según la dirección temporal es de corte transversal y no experimental correlacional pues realizó una descripción de la variable Ajuste al contexto y Estrés académico sin manipulación de las variables y se buscó conocer la relación entre las dos variables. En base a los hallazgos se propondrá intervenciones en las dimensiones del Ajuste al contexto que se correlacionaron de forma no causal con las dimensiones de Estrés académico (Morales, 2004)

El diagrama del estudio sería el siguiente:



Donde:

M: Muestra del estudio



X: Variable dependiente: Estrés académico

Y: Variable independiente: Ajuste al contexto académico

r = Relación entre variables

## **4.4 POBLACIÓN Y MUESTRA DE LA INVESTIGACIÓN**

### **4.4.1. POBLACIÓN**

La población se define como un grupo determinado de elementos de muestreo, los cuales son objetos de estudio de una investigación, que poseen características similares y sobre el cual se desea llegar a una conclusión. Según Tamayo (Tamayo, 2014), define a la población como el total de un fenómeno de estudio, debiéndose cuantificar para un determinado estudio, que participaran de una determinada característica la cual es conocida como población.

La población estuvo conformada por todos los estudiantes de educación y de enfermería del primer año de estudios.

El universo poblacional estuvo conformado por 180 estudiantes de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana

### **4.4.2. MUESTRA**

De acuerdo Hernández - Sampieri, R, y Mendoza C. (2018). una muestra representativa se denomina aleatoria simple, porque que resulta de aplicar un método por el cual todas las muestras posibles de un determinado tamaño tengan la misma probabilidad de ser elegidas. Esta definición refleja que la probabilidad de selección de la unidad de análisis integra todo el personal (180).

El procedimiento para determinar el tamaño de la muestra se muestra a continuación:

Factores del tamaño de la Muestra

$$N = 180$$

$$P = 0.50$$

$$Q = 0.50$$

$$Z = 1.96$$

$$E = 0.05$$

A continuación, se muestra la determinación del tamaño óptimo de la Muestra:

$$n = \frac{(1.96)^2(0.5) \times (0.5) \times (180)}{(0.05)^2(180 - 1) + (1.96)^2(0.5) \times (0.5)} = 156$$

Podemos observar que la muestra resultó de acuerdo con los ajustes estadísticos con un total de 156 personas.

## 4.5 TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

### 4.5.1. TÉCNICAS

Para el presente estudio se utilizó la técnica de la encuesta, la cual para Archenti (Archenti, 2012), la define como una técnica de producir datos, mediante el empleo de cuestionarios estandarizados que permitan indagar sobre múltiples temas como hechos, opiniones, hábitos, creencias o intenciones de voto, en los grupos estudiados.

Asimismo, se conceptualiza a la encuesta como una técnica de la investigación cuantitativa en el cual mediante un cuestionario se solicita a uno o más participantes contestar preguntas las cuales pueden ser administrador por terceros o autoadministrados. (Morales, 2004)

### 4.5.2. INSTRUMENTOS

El instrumento seleccionado para llevar a cabo este estudio fue el **cuestionario**, porque se llevará a cabo con un sistema de preguntas racionales, ordenadas en forma coherente, tanto desde el punto de vista lógico como psicológico, expresadas

en el lenguaje sencillo y comprensible, que generalmente responde por estricto la persona interrogada, sin que sea necesario la intervención del encuestador. García, (2004).

### 4.5.3. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD

Fueron validados por los profesionales especialistas y metodólogos y temáticos, quienes analizarán su pertinencia, relevancia y claridad, teniendo la opinión de aplicable ambos instrumentos; según tablas mencionadas en el siguiente párrafo.

#### 4.5.3.1. VALIDEZ DEL INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

| N° | GRADO                                                 | NOMBRES<br>Y<br>APELLIDOS | COEFICIENTE | %    |
|----|-------------------------------------------------------|---------------------------|-------------|------|
| 1  | Doctora en Salud Pública UPCH. Docente universitaria. | Karine Zevallos Villegas  | 98          | 98%  |
| 2  | Doctor en gestión de proyectos en comunicación de la  | Francisco Gallo Infantes  | 100         | 100% |

|   |                                         |                       |       |      |
|---|-----------------------------------------|-----------------------|-------|------|
|   | UNINI<br>México                         |                       |       |      |
| 3 | Doctora<br>en<br>educación<br>de la UAP | Claudet Cadillo López | 100   | 100% |
|   |                                         |                       | TOTAL | 98%  |

La validez del instrumento es de 98% que es muy bueno según coeficiente de Cronbach

### **Confiabilidad**

Para la confiabilidad del instrumento será validado por el Análisis de Fiabilidad: Alfa de Cronbach, a través del programa estadístico SPSS 23, obteniéndose los resultados esperados:

Estadística de fiabilidad. (X) Estrés académico

|                  |              |
|------------------|--------------|
| Alfa de Cronbach | N° Elementos |
| 0,810            | 15           |

Estadística de fiabilidad. Variable (Y) Ajuste al contexto universitario

|                  |              |
|------------------|--------------|
| Alfa de Cronbach | N° Elementos |
| 0,833            | 15           |

#### **4.5.4. PROCESAMIENTO Y ANALISIS DE DATOS**

Los datos del presente estudio se realizaron utilizando el paquete estadístico SPSS versión 23.

Se realizó la tabulación de la información recopilada y se interpretó los resultados de los instrumentos utilizados para determinar los niveles de estrés académico y ajuste al contexto universitario.

Estadística descriptiva: Los datos cualitativos se presentan utilizando tablas de doble entrada donde se consignen las variables con sus respectivas frecuencias y porcentajes. Presentación de gráficos.

Estadística analítica: Mediante la correlación de Pearson para identificar correlación entre la variable dependiente e independiente. Análisis de Anova para identificar los factores asociados a nivel alto, medio o bajo de estrés académico. Con una significancia de  $P < 0.05$ .

## CAPITULO V: RESULTADOS

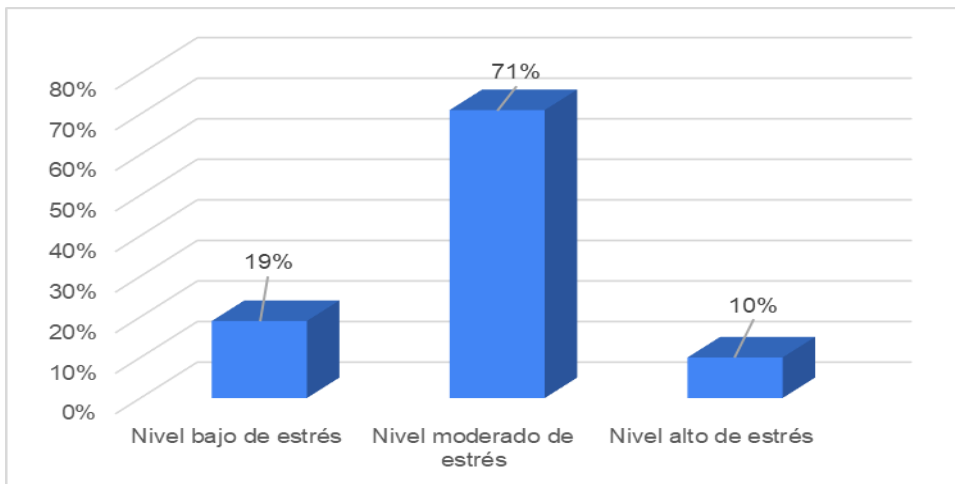
### Análisis descriptivo

Se encuestaron 156 alumnos, el 88% de los alumnos manifestaron ser heterosexuales, el 75% nació en la ciudad de Iquitos, el 29% se desplazó de otra ciudad para realizar estudios superiores. El 53% procede de una familia nuclear. En relación a características socioeconómicas, el 64% refiere que afronta dificultades económicas, el 21% no cuenta con acceso a agua potable en el hogar, el 21% no cuenta con desagüe público y el 19% tiene pared de madera en su domicilio. Un 23% de los alumnos presentaron sobre peso, el 26% refirió antecedentes de enfermedad física y/o mental y el 25% antecedentes personales de enfermedades físicas y/o mentales. El 22% consume bebidas alcohólicas con un máximo de 3 botellas de cerveza por semana. El 4% de estudiantes fuma cigarrillos.

De los 156 alumnos encuestados, 143 presentaron estrés académico.

**Tabla 01: Nivel de estrés académico**

| Nivel de estrés académico | N = 143 | %  |
|---------------------------|---------|----|
| Nivel bajo de estrés      | 27      | 19 |
| Nivel moderado de estrés  | 102     | 71 |
| Nivel alto de estrés      | 14      | 10 |



**Gráfico 01: Porcentaje del nivel de estrés académico.**

### **Ajuste al contexto académico**

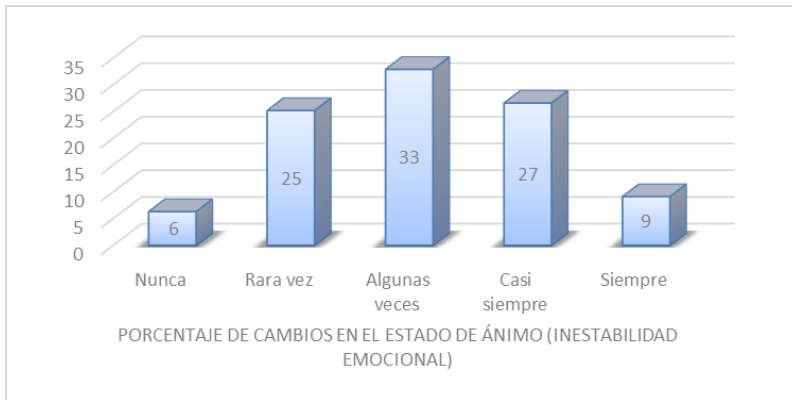
El 33% tuvo bajo nivel de adaptación a nivel personal, el 12% bajo nivel de adaptación interpersonal, 8% bajo nivel de adaptación a nivel académico, el 6% bajo nivel de adaptación al ritmo de estudios y 5% baja adaptación a nivel institucional.

### **En la dimensión de adaptación personal al contexto universitario**

**Tabla 02: Presenta cambios en el estado de ánimo (inestabilidad emocional)**

| Presenta cambios en el estado de ánimo (inestabilidad emocional) | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                            | 9          | 6          |
| Rara vez                                                         | 36         | 25         |
| Algunas veces                                                    | 47         | 33         |
| Casi siempre                                                     | 38         | 27         |
| Siempre                                                          | 13         | 9          |

En la tabla y figura 02, se observa que el 33% de los alumnos algunas veces presentan inestabilidad emocional.

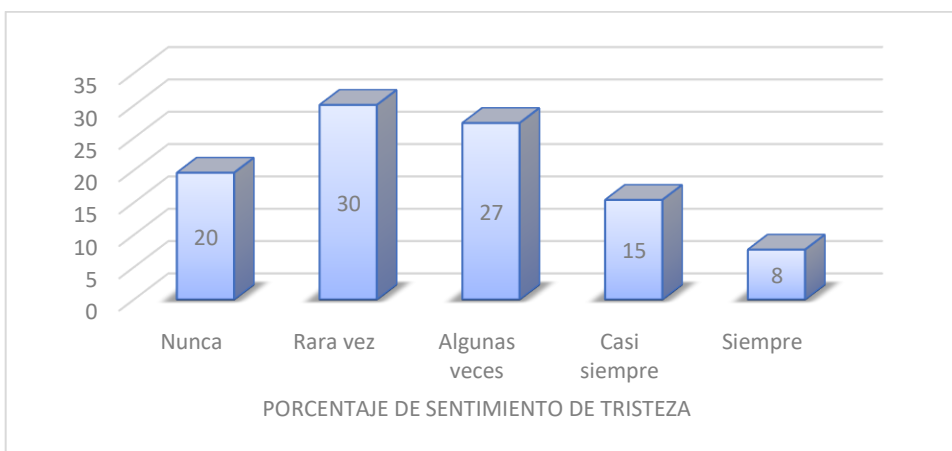


**Gráfico 02: Porcentaje del nivel de estrés académico.**

**Tabla 03: Se siente triste o abatido (a)**

| Se siente triste o abatido(a) | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------------------------|------------|------------|
| Nunca                         | 28         | 20         |
| Rara vez                      | 43         | 30         |
| Algunas veces                 | 39         | 27         |
| Casi siempre                  | 22         | 15         |
| Siempre                       | 11         | 8          |
| Total                         | 143        | 100        |

En la tabla y gráfico 03, se detalla que el 30% de los alumnos rara vez se sienten abatidos o tristes.



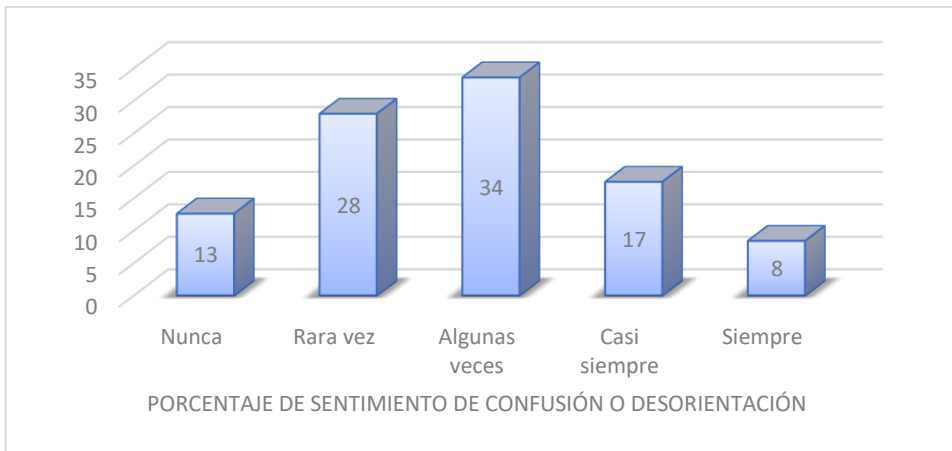
**Gráfico 03: Porcentaje de sentimiento de tristeza.**



**Tabla 04: Últimamente se ha sentido confundido(a) y desorientado(a)**

| Últimamente se ha sentido confundido(a) y desorientado(a) | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                     | 18         | 13         |
| Rara vez                                                  | 40         | 28         |
| Algunas veces                                             | 48         | 34         |
| Casi siempre                                              | 25         | 17         |
| Siempre                                                   | 12         | 8          |

En la tabla y gráfico 04, se observa que el 34% de los alumnos algunas veces se sienten confundidos.

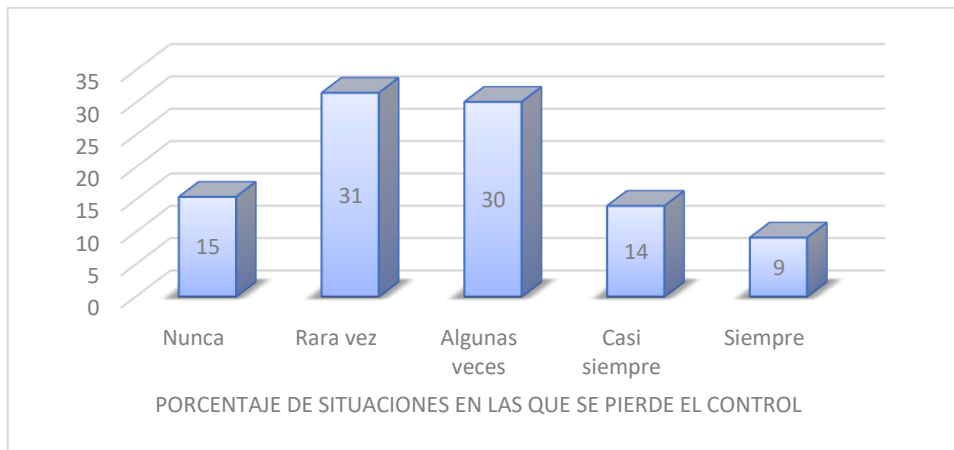


**Gráfico 04: Porcentaje de sentimiento de confusión o desorientación.**

**Tabla 05: Hay situaciones en las que siente que pierdo el control**

| Hay situaciones en las que siente que pierdo el control | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                   | 22         | 15         |
| Rara vez                                                | 45         | 31         |
| Algunas veces                                           | 43         | 30         |
| Casi siempre                                            | 20         | 14         |
| Siempre                                                 | 13         | 9          |
| Total                                                   | 143        | 100        |

En la tabla y gráfico 05, se observa que el 31% de los alumnos rara vez sienten perder control.

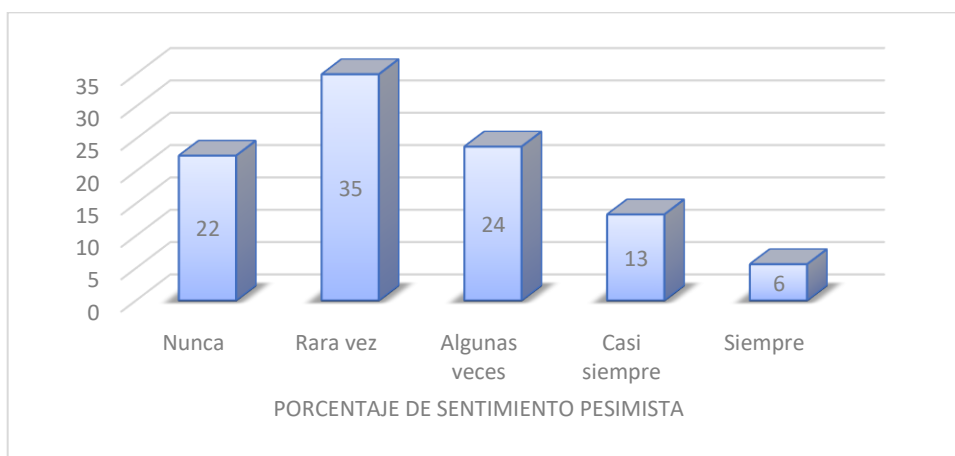


**Gráfico 05: Hay situaciones en las que siente que pierdo el control**

**Tabla 06: Últimamente se ha sentido pesimista.**

| Últimamente se ha sentido pesimista | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                               | 32         | 22         |
| Rara vez                            | 50         | 35         |
| Algunas veces                       | 34         | 24         |
| Casi siempre                        | 19         | 13         |
| Siempre                             | 8          | 6          |
| Total                               | 143        | 100        |

En la tabla y gráfico 06, se observa que el 35% de los alumnos rara vez sienten pesimismo.

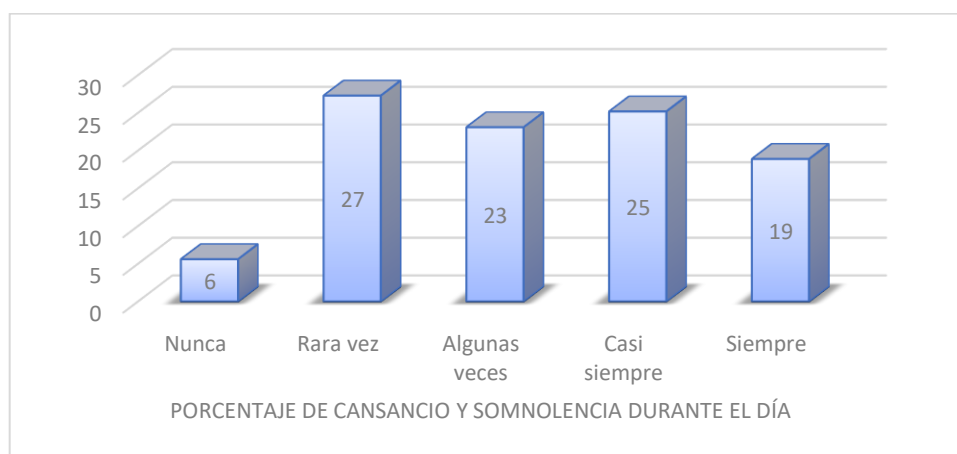


**Gráfico 06: Porcentaje del sentimiento pesimista.**

**Tabla 07: Sentimiento de cansancio y somnolencia durante el día**

| Siente cansancio y somnolencia durante el día | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                         | 8          | 6          |
| Rara vez                                      | 39         | 27         |
| Algunas veces                                 | 33         | 23         |
| Casi siempre                                  | 36         | 25         |
| Siempre                                       | 27         | 19         |
| Total                                         | 143        | 100        |

En la tabla y gráfico 07, se observa que el 27% de los alumnos rara vez sienten cansancio y somnolencia.

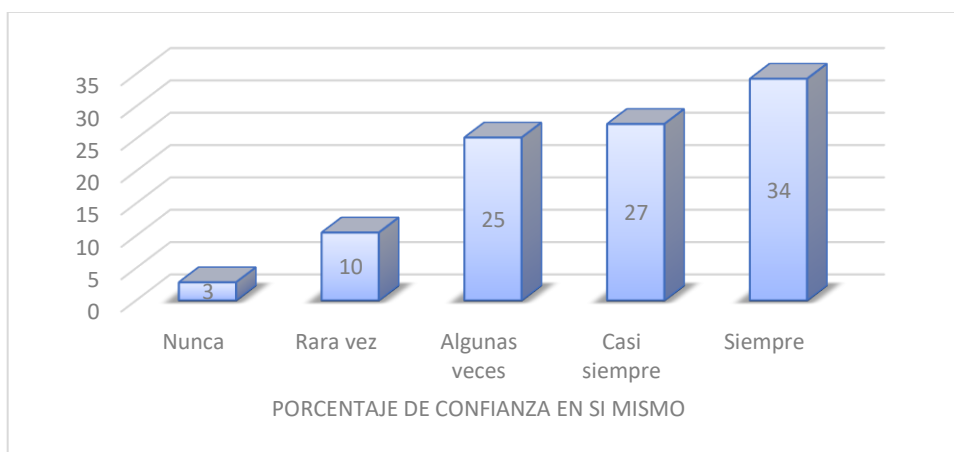


**Gráfico 07: Sentimiento de cansancio y somnolencia durante el día**

**Tabla 08: Sentimiento de confianza en sí mismo.**

| Siente confianza en sí mismo(a) | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------------------------|------------|------------|
| Nunca                           | 4          | 3          |
| Rara vez                        | 15         | 10         |
| Algunas veces                   | 36         | 25         |
| Casi siempre                    | 39         | 27         |
| Siempre                         | 49         | 34         |
| Total                           | 143        | 100        |

En la tabla y gráfico 08, se observa que el 34% de los alumnos siempre tienen un sentimiento de confianza en sí mismos.

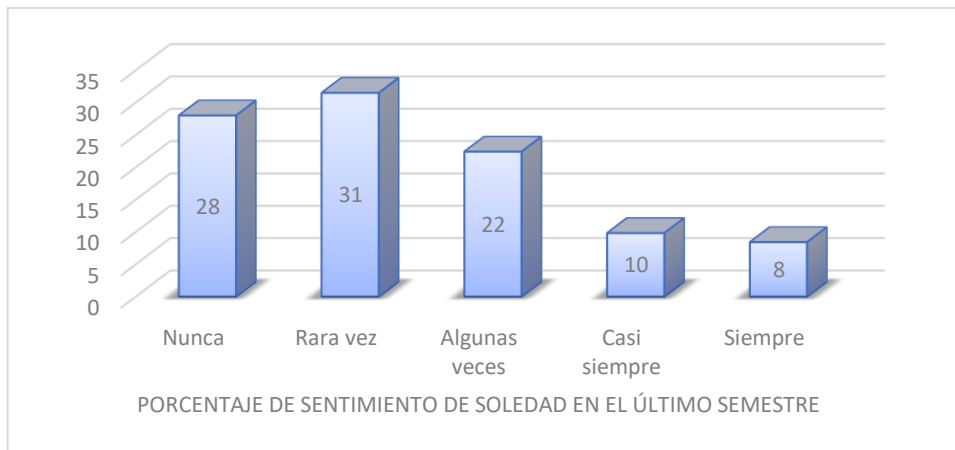


**Gráfico 08: Sentimiento de confianza en sí mismo.**

**Tabla 09: Sentimiento de soledad en el último mes o semestre.**

| Se ha sentido solo(a) durante el último (meses o semestre) | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                      | 40         | 28         |
| Rara vez                                                   | 45         | 31         |
| Algunas veces                                              | 32         | 22         |
| Casi siempre                                               | 14         | 10         |
| Siempre                                                    | 12         | 8          |
| Total                                                      | 143        | 100        |

En la tabla y gráfico 09, se observa que el 31% de los alumnos rara vez sienten soledad.

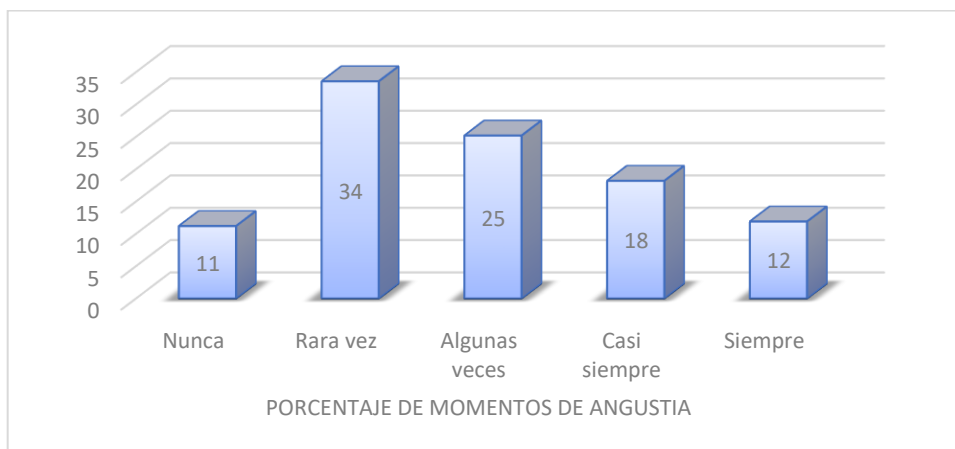


**Gráfico 09: Sentimiento de soledad en el último mes o semestre**

**Tabla 10: Sentimientos de angustia.**

| Tiene momentos de angustia | Frecuencia | Porcentaje |
|----------------------------|------------|------------|
| Nunca                      | 16         | 11         |
| Rara vez                   | 48         | 34         |
| Algunas veces              | 36         | 25         |
| Casi siempre               | 26         | 18         |
| Siempre                    | 17         | 12         |
| Total                      | 143        | 100        |

En la tabla y figura 10, se observa que el 34% de los alumnos rara vez sienten angustia.

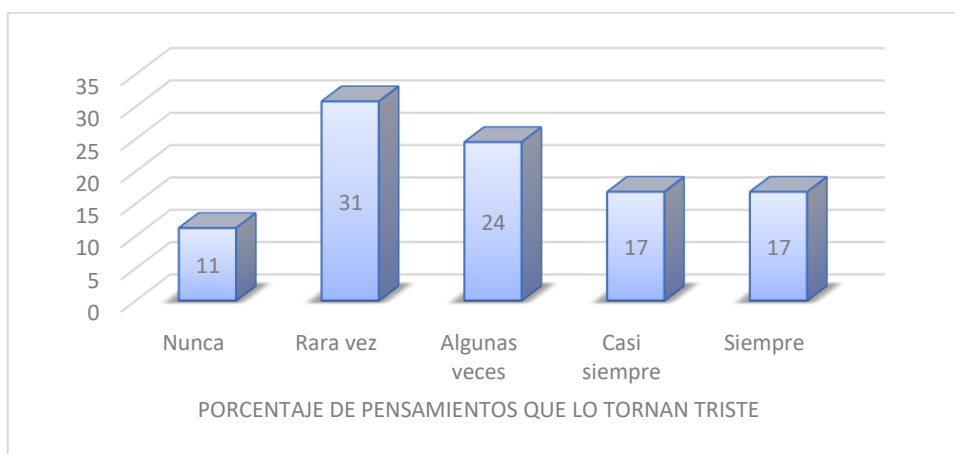


**Gráfico 10: Sentimientos de angustia**

**Tabla 11: Pensamientos de tristeza.**

| Piensa en muchas cosas que lo ponen triste | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                      | 16         | 11         |
| Rara vez                                   | 44         | 31         |
| Algunas veces                              | 35         | 24         |
| Casi siempre                               | 24         | 17         |
| Siempre                                    | 24         | 17         |
| Total                                      | 143        | 100        |

En la tabla y figura 11, se observa que el 31% de los alumnos rara vez sienten tristeza.

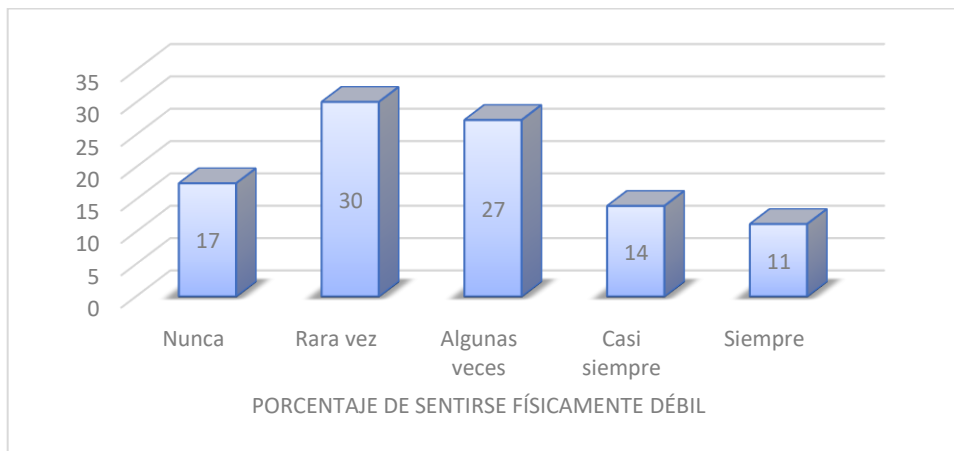


**Gráfico 11: Pensamientos de tristeza.**

**Tabla 12: Sentimientos de debilidad física**

| Se siente físicamente débil | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------------------|------------|------------|
| Nunca                       | 25         | 17         |
| Rara vez                    | 43         | 30         |
| Algunas veces               | 39         | 27         |
| Casi siempre                | 20         | 14         |
| Siempre                     | 16         | 11         |
| Total                       | 143        | 100        |

En la tabla y figura 12, se observa que el 30% de los alumnos rara vez sienten debilidad física.



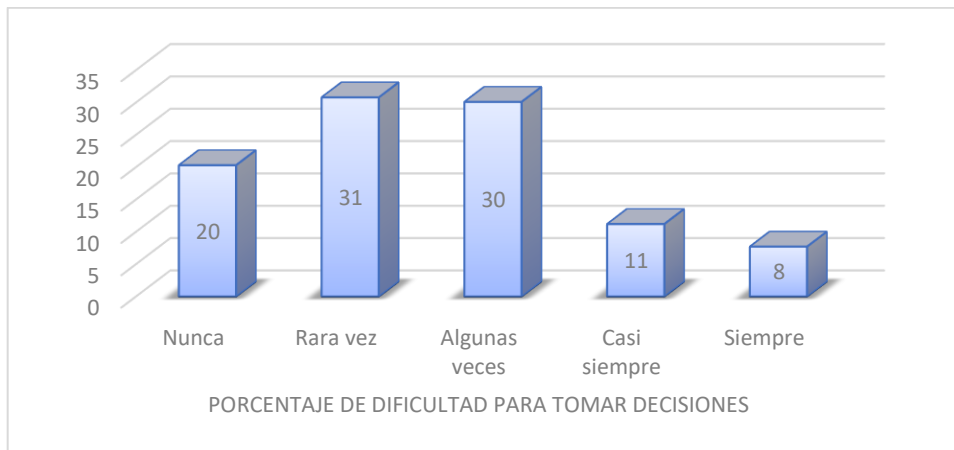
**Gráfico 12: Sentimientos de debilidad física**



**Tabla 13: Dificultad para toma de decisiones.**

| Tiene dificultad para tomar decisiones | Frecuencia | Porcentaje |
|----------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                  | 29         | 20         |
| Rara vez                               | 44         | 31         |
| Algunas veces                          | 43         | 30         |
| Casi siempre                           | 16         | 11         |
| Siempre                                | 11         | 8          |
| Total                                  | 143        | 100        |

En la tabla y figura 13, se observa que el 31% de los alumnos rara vez tienen dificultad para tomar decisiones.

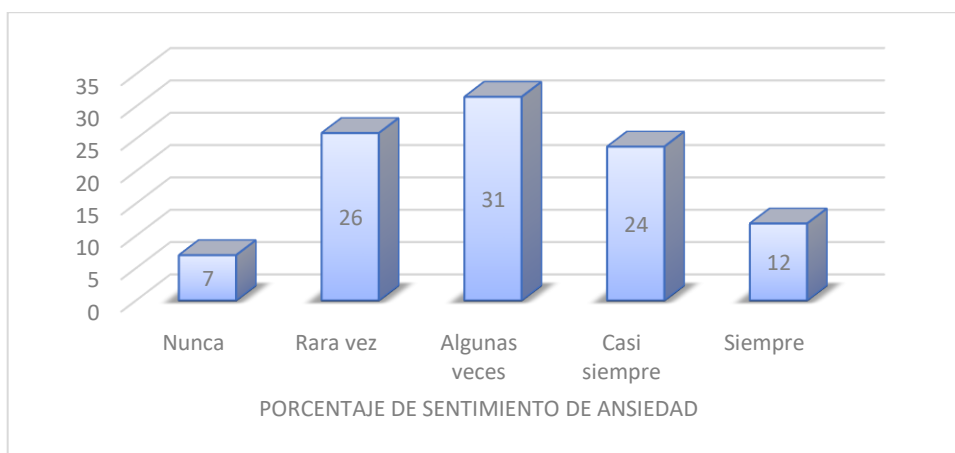


**Gráfico 13: Dificultad para toma de decisiones.**

**Tabla 14: Sentimientos de ansiedad.**

| Se ha sentido ansioso(a) | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------------------|------------|------------|
| Nunca                    | 10         | 7          |
| Rara vez                 | 37         | 26         |
| Algunas veces            | 45         | 31         |
| Casi siempre             | 34         | 24         |
| Siempre                  | 17         | 12         |
| Total                    | 143        | 100        |

En la tabla y figura 14, se observa que el 31% de los alumnos algunas veces tienen sentimientos de ansiedad.

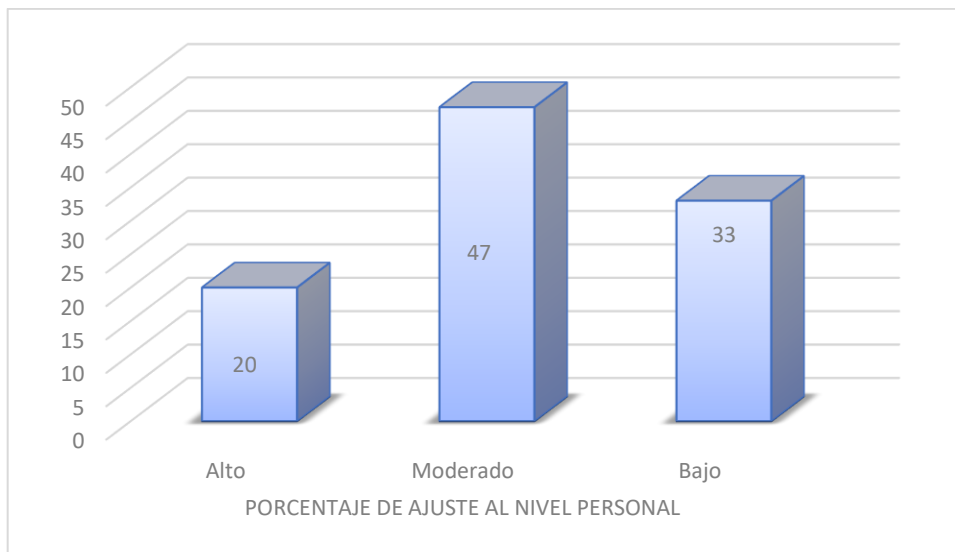


**Gráfico 14: Sentimientos de ansiedad.**

**Tabla 15. Ajuste académico a nivel personal**

| Ajuste personal | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------|------------|------------|
| Alto            | 28         | 20         |
| Moderado        | 67         | 47         |
| Bajo            | 48         | 33         |
| Total           | 143        | 100.0      |

En la tabla y figura 15, se observa que el 47% de los alumnos presentan un moderado ajuste a nivel personal.

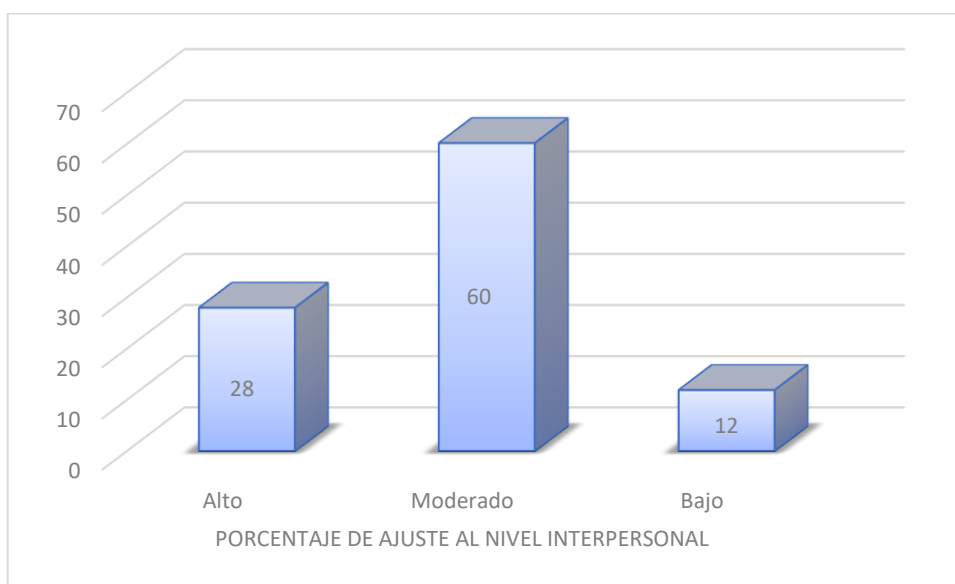


**Gráfico 15. Ajuste académico a nivel personal**

**Tabla 16. Ajuste académico a nivel interpersonal**

| Ajuste al nivel interpersonal | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------------------------|------------|------------|
| Alto                          | 40         | 28         |
| Moderado                      | 86         | 60         |
| Bajo                          | 17         | 12         |
| Total                         | 143        | 100        |

En la tabla y figura 16, se observa que el 60% de los alumnos presentan un moderado ajuste a nivel interpersonal.



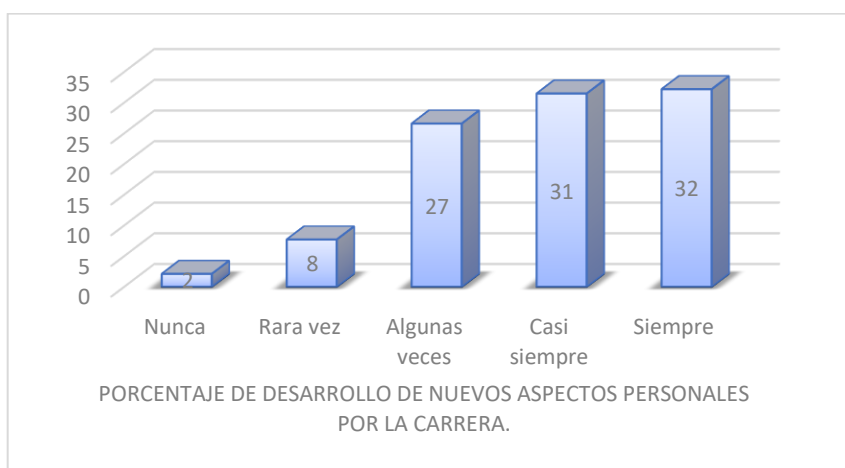
**Gráfico 16. Ajuste académico a nivel interpersonal**

## Nivel de ajuste académico a nivel de la carrera profesional

**Tabla 17: Puede desarrollar nuevos aspectos personales por medio de la carrera que eligió**

| Puedo desarrollar nuevos aspectos personales por medio de la carrera que eligió | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                                           | 3          | 2          |
| Rara vez                                                                        | 11         | 8          |
| Algunas veces                                                                   | 38         | 27         |
| Casi siempre                                                                    | 45         | 31         |
| Siempre                                                                         | 46         | 32         |
| Total                                                                           | 143        | 100        |

En la tabla y figura 17, se observa que el 32% de los alumnos siempre pueden desarrollar nuevos aspectos personales por medio de la carrera que eligió

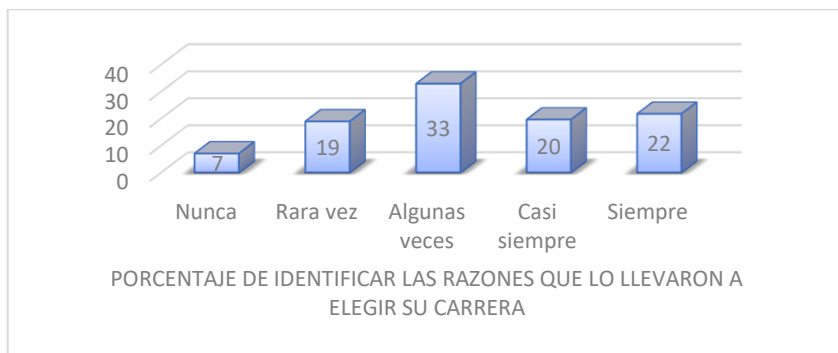


**Gráfico 17: Porcentaje de desarrollar nuevos aspectos personales por medio de la carrera que eligió**

**Tabla 18: identificar las razones que lo llevaron a elegir su carrera.**

| Identificar las razones que lo llevaron a elegir su carrera | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                       | 10         | 7          |
| Rara vez                                                    | 27         | 19         |
| Algunas veces                                               | 47         | 33         |
| Casi siempre                                                | 28         | 20         |
| Siempre                                                     | 31         | 22         |
| Total                                                       | 143        | 100        |

En la tabla y figura 18, se observa que el 33% de los alumnos algunas veces identifica las razones que lo llevaron a elegir su carrera.

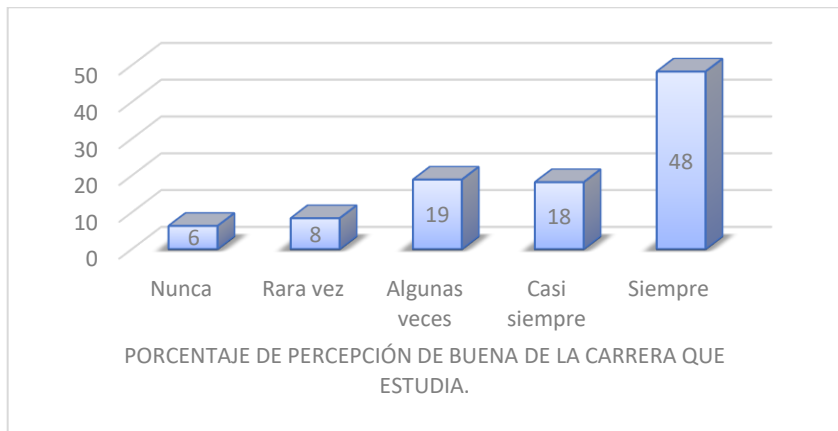


**Gráfico 18: Porcentaje de identificar las razones que lo llevaron a elegir su carrera**

**Tabla 19: Percepción de buena de la carrera que estudia**

| Percepción de buena de la carrera que estudia | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                         | 9          | 6          |
| Rara vez                                      | 12         | 8          |
| Algunas veces                                 | 27         | 19         |
| Casi siempre                                  | 26         | 18         |
| Siempre                                       | 69         | 48         |
| Total                                         | 143        | 100        |

En la tabla y figura 19, se observa que el 48% de los alumnos siempre cuentan con la percepción de buena de la carrera que estudia.

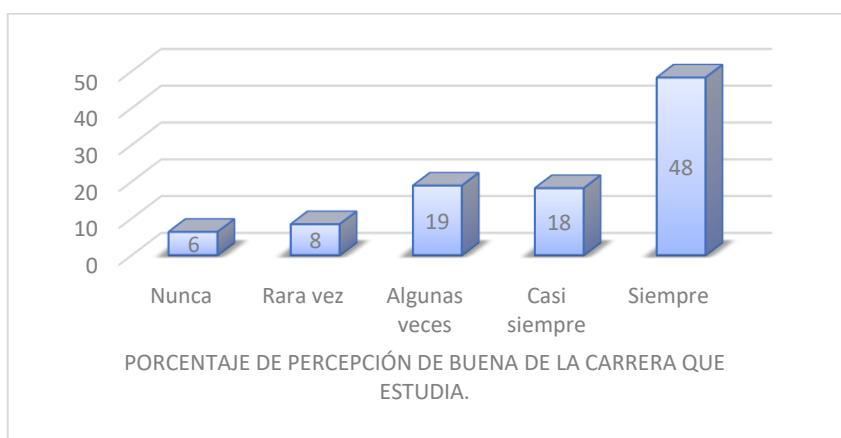


**Gráfico 19: Porcentaje de Percepción de buena de la carrera que estudia**

**Tabla 20: Percepción de elección de una carrera de acuerdo con sus aptitudes y capacidades**

| <b>Percepción de elección de una carrera de acuerdo con sus aptitudes y capacidades</b> | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                                                   | 6          | 4          |
| Rara vez                                                                                | 15         | 10         |
| Algunas veces                                                                           | 22         | 15         |
| Casi siempre                                                                            | 39         | 27         |
| Siempre                                                                                 | 61         | 43         |
| Total                                                                                   | 143        | 100        |

En la tabla y figura 20, se observa que el 43% de los alumnos siempre cuentan con la percepción de elección de una carrera de acuerdo con sus aptitudes y capacidades.



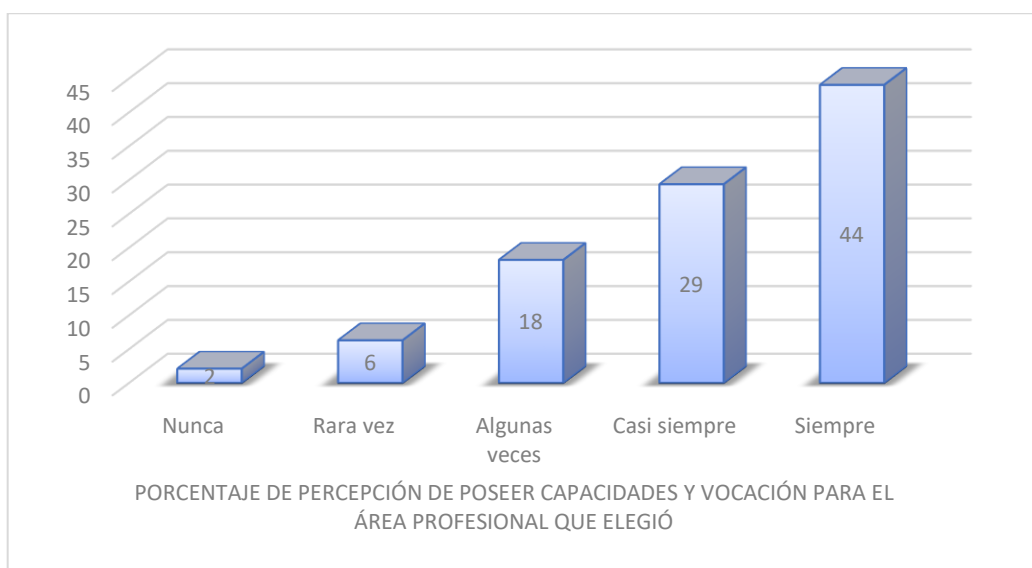
**Gráfico 20: Porcentaje de Percepción de elección de una carrera de acuerdo con sus aptitudes y capacidades**



**Tabla 21: Percepción de poseer capacidades y vocación para el área profesional que eligió.**

| Percepción de poseer capacidades y vocación para el área profesional que eligió. | Frecuencia | Porcentaje |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                                            | 3          | 2          |
| Rara vez                                                                         | 9          | 6          |
| Algunas veces                                                                    | 26         | 18         |
| Casi siempre                                                                     | 42         | 29         |
| Siempre                                                                          | 63         | 44         |
| Total                                                                            | 143        | 100        |

En la tabla y figura 21, se observa que el 44% de los alumnos siempre cuentan con la Percepción de poseer capacidades y vocación para el área profesional que eligió.

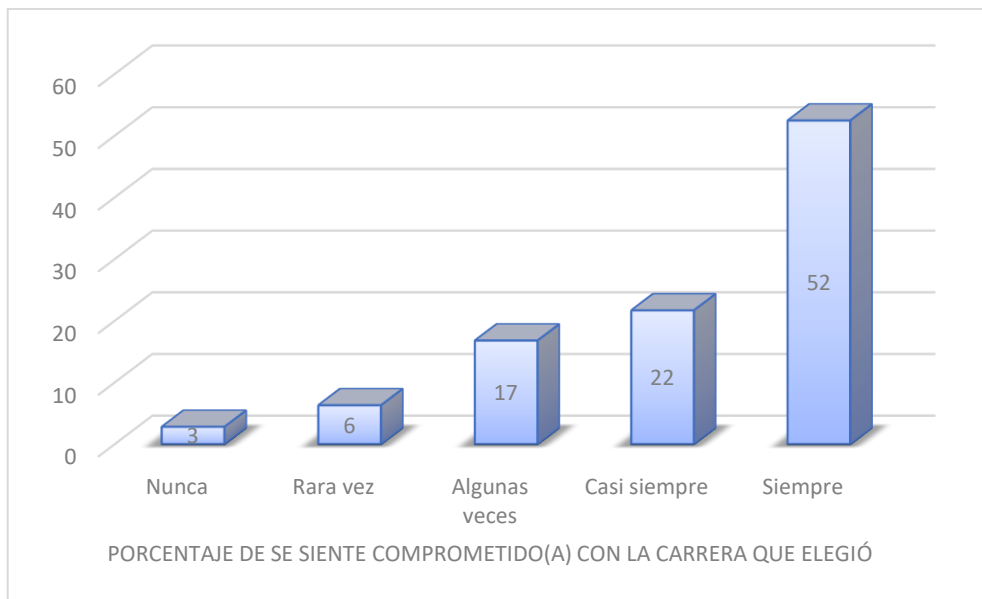


**Gráfico 21: Porcentaje de Percepción de poseer capacidades y vocación para el área profesional que eligió.**

**Tabla 22: Se siente comprometido(a) con la carrera que eligió.**

| Se siente comprometido(a) con la carrera que eligió. | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                | 4          | 3          |
| Rara vez                                             | 9          | 6          |
| Algunas veces                                        | 24         | 17         |
| Casi siempre                                         | 31         | 22         |
| Siempre                                              | 75         | 52         |
| Total                                                | 143        | 100        |

En la tabla y figura 22, se observa que el 52% de los alumnos siempre cuentan con el sentimiento de comprometido(a) con la carrera que eligió.

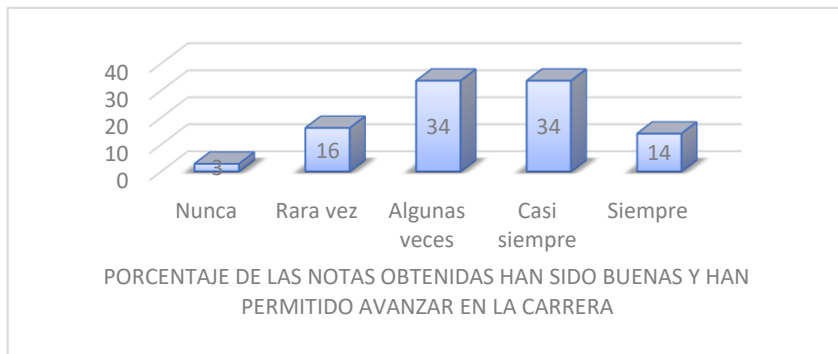


**Gráfico 22: Porcentaje de se siente comprometido(a) con la carrera que eligió.**

**Tabla 23: Las notas obtenidas han sido buenas y han permitido avanzar en la carrera.**

| Las notas obtenidas han sido buenas y han permitido avanzar en la carrera | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------------------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                                     | 4          | 3          |
| Rara vez                                                                  | 23         | 16         |
| Algunas veces                                                             | 48         | 34         |
| Casi siempre                                                              | 48         | 34         |
| Siempre                                                                   | 20         | 14         |
| Total                                                                     | 143        | 100        |

En la tabla y figura 23, se observa que el 34% de los alumnos casi siempre consideran que las notas obtenidas han sido buenas y han permitido avanzar en la carrera

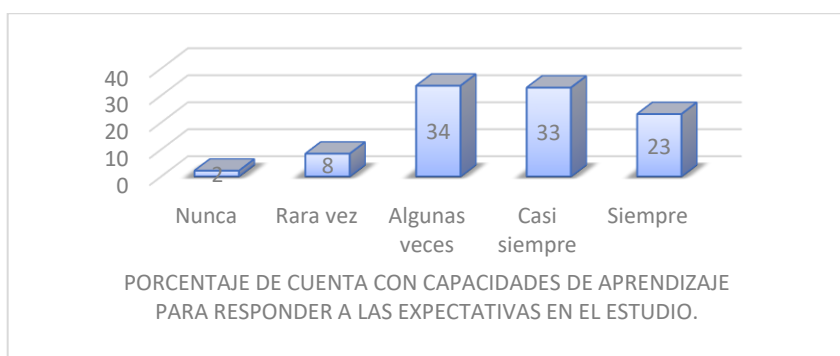


**Gráfico 23: Porcentaje de las notas obtenidas han sido buenas y han permitido avanzar en la carrera**

**Tabla 24: Cuenta con capacidades de aprendizaje para responder a las expectativas en el estudio**

| <b>Cuenta con capacidades de aprendizaje para responder a las expectativas en el estudio</b> | Frecuencia | Porcentaje |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                                                        | 3          | 2          |
| Rara vez                                                                                     | 12         | 8          |
| Algunas veces                                                                                | 48         | 34         |
| Casi siempre                                                                                 | 47         | 33         |
| Siempre                                                                                      | 33         | 23         |
| Total                                                                                        | 143        | 100        |

En la tabla y figura 24, se observa que el 34% de los alumnos algunas veces cuenta con capacidades de aprendizaje para responder a las expectativas en el estudio

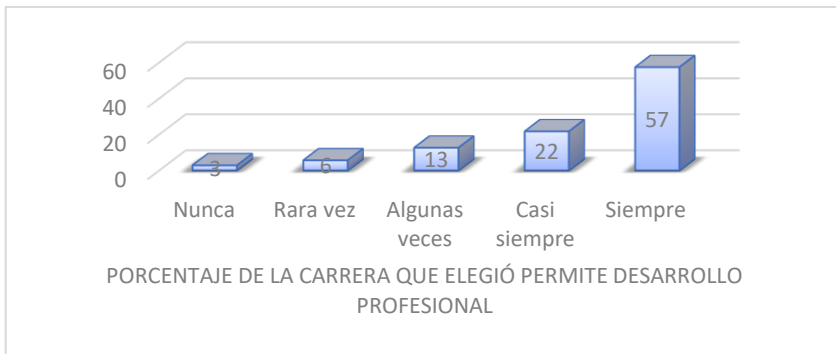


**Gráfico 24: Porcentaje de capacidades de aprendizaje para responder a las expectativas en el estudio.**

**Tabla 25: La carrera que eligió permite desarrollo profesional**

| La carrera que eligió permite desarrollo profesional | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                | 4          | 3          |
| Rara vez                                             | 8          | 6          |
| Algunas veces                                        | 18         | 13         |
| Casi siempre                                         | 31         | 22         |
| Siempre                                              | 82         | 57         |
| Total                                                | 143        | 100        |

En la tabla y figura 25, se observa que el 57% de los alumnos siempre consideran que la carrera que eligió permite desarrollo profesional

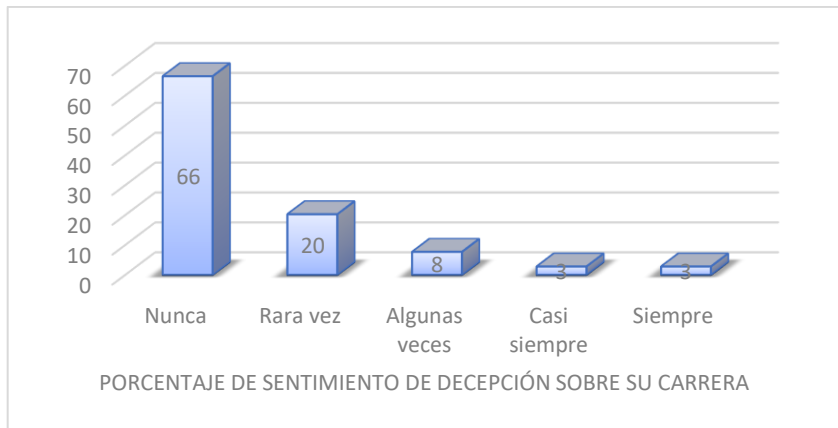


**Gráfico 25: Porcentaje de la carrera que eligió permite desarrollo profesional**

**Tabla 26: Sentimiento de decepción sobre su carrera.**

| Sentimiento de decepción sobre su carrera. | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                      | 95         | 66         |
| Rara vez                                   | 29         | 20         |
| Algunas veces                              | 11         | 8          |
| Casi siempre                               | 4          | 3          |
| Siempre                                    | 4          | 3          |
| Total                                      | 143        | 100        |

En la tabla y figura 26, se observa que el 66% de los alumnos nunca presentan el sentimiento de decepción sobre su carrera.

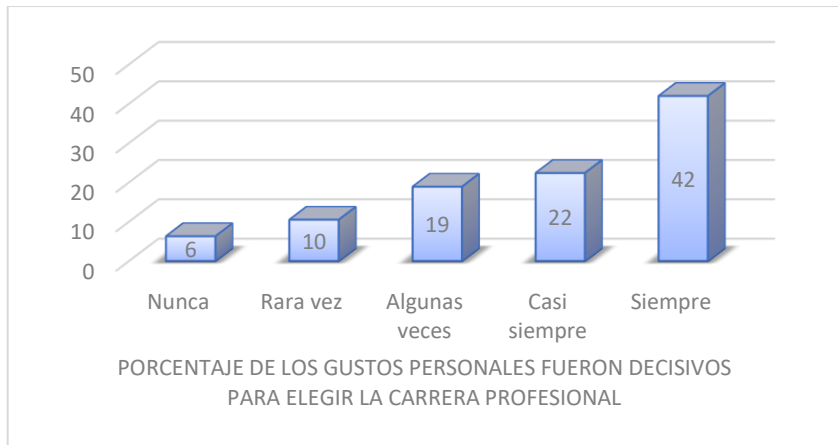


**Gráfico 26: Porcentaje de Sentimiento de decepción sobre su carrera.**

**Tabla 27: Los gustos personales fueron decisivos para elegir la carrera profesional.**

| <b>Los gustos personales fueron decisivos para elegir la carrera profesional.</b> | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                                             | 9          | 6          |
| Rara vez                                                                          | 15         | 10         |
| Algunas veces                                                                     | 27         | 19         |
| Casi siempre                                                                      | 32         | 22         |
| Siempre                                                                           | 60         | 42         |
| Total                                                                             | 143        | 100        |

En la tabla y figura 27, se observa que el 42% de los alumnos siempre indican que los gustos personales fueron decisivos para elegir la carrera profesional.

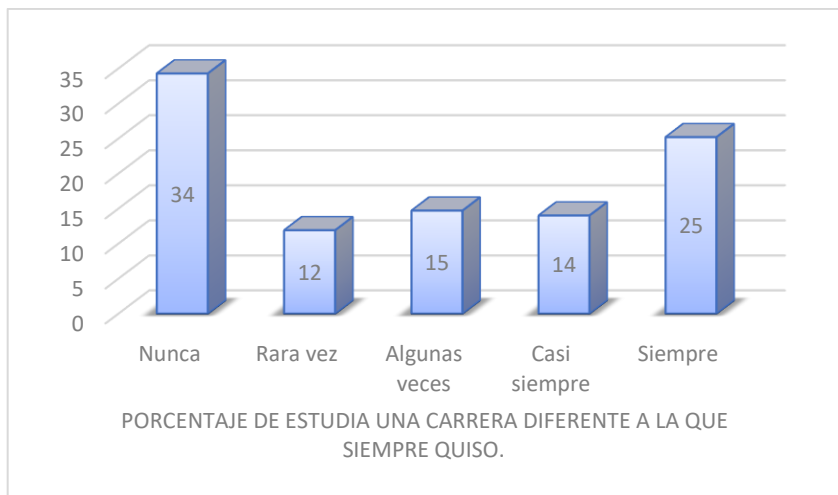


**Gráfico 27: Porcentaje de los gustos personales fueron decisivos para elegir la carrera profesional.**

**Tabla 28: Estudia una carrera diferente a la que siempre quiso.**

| Estudia una carrera diferente a la que siempre quiso. | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------------------------------------------------|------------|------------|
| Nunca                                                 | 49         | 34         |
| Rara vez                                              | 17         | 12         |
| Algunas veces                                         | 21         | 15         |
| Casi siempre                                          | 20         | 14         |
| Siempre                                               | 36         | 25         |
| Total                                                 | 143        | 100        |

En la tabla y figura 28, se observa que el 66% de los alumnos que consideran que estudian una carrera diferente a la que siempre quiso.



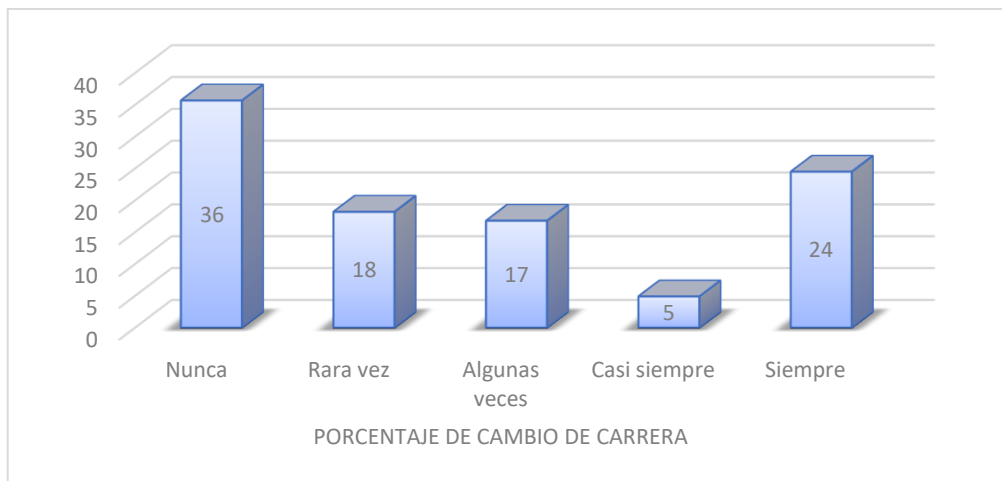
**Gráfico 28: Porcentaje de estudia una carrera diferente a la que siempre quiso.**



**Tabla 29: Considera cambiar de carrera**

| Cambio de carrera | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------------|------------|------------|
| Nunca             | 51         | 36         |
| Rara vez          | 26         | 18         |
| Algunas veces     | 24         | 17         |
| Casi siempre      | 7          | 5          |
| Siempre           | 35         | 24         |
| Total             | 143        | 100        |

En la tabla y figura 29, se observa que el 36% de los alumnos nunca presentan el sentimiento de cambio de carrera.

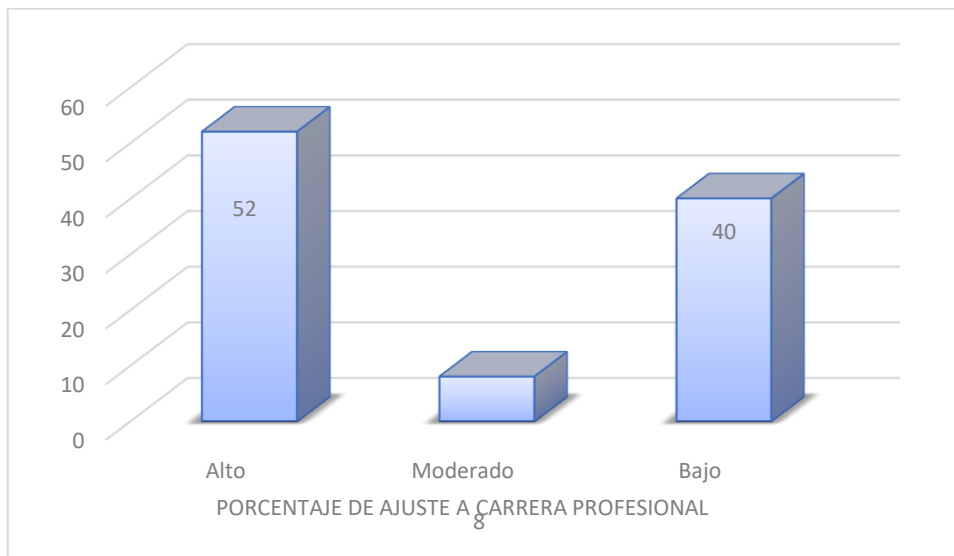


**Gráfico 29: Porcentaje de cambio de carrera.**

**Tabla 30. ajuste académico a nivel de carrera profesional**

| Ajuste a la carrera profesional | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------------------------|------------|------------|
| Alto                            | 74         | 52         |
| Moderado                        | 11         | 8          |
| Bajo                            | 58         | 40         |
| Total                           | 143        | 100.0      |

En la tabla y figura 30, se observa que el 60% de los alumnos presentan un moderado ajuste a nivel interpersonal.



**Gráfico 30. ajuste académico a nivel de carrera profesional**

A nivel de ajuste al estudio el 33% tuvo un alto ajuste, el 61% un ajuste moderado y el 6% un ajuste bajo. A nivel de ajuste institucional el 41% tuvo un alto ajuste, el 55% un ajuste moderado y el 5% un ajuste bajo.

### **Análisis inferencial**

En la Tabla 31, se analiza la relación entre el nivel de estrés académico y la adaptación personal e interpersonal.

**Tabla 31. Análisis bivariado del nivel de estrés académico y la adaptación personal**

|                              |                 | Nivel de estrés académico |            |                 |            | P Chi2 |
|------------------------------|-----------------|---------------------------|------------|-----------------|------------|--------|
|                              |                 | Bajo                      |            | Moderado o Alto |            |        |
|                              |                 | Número                    | Porcentaje | Número          | Porcentaje |        |
| Nivel de adaptación personal | Alta o moderado | 7                         | 26%        | 88              | 76%        | 0.0001 |
|                              | Bajo            | 20                        | 74%        | 28              | 24%        |        |

Los alumnos con nivel alto o moderado de estrés académico tienen alto o moderado adaptación personal al contexto universitario, y esta relación es estadísticamente significativa ( $P < 0.001$ ).

**Tabla 32 Análisis bivariado del nivel de estrés académico y la adaptación personal e interpersonal**

|                                   |                 | Nivel de estrés académico |            |                 |            | P Chi2 |
|-----------------------------------|-----------------|---------------------------|------------|-----------------|------------|--------|
|                                   |                 | Bajo                      |            | Moderado o Alto |            |        |
|                                   |                 | Número                    | Porcentaje | Número          | Porcentaje |        |
| Nivel de adaptación interpersonal | Alta o moderado | 19                        | 70%        | 107             | 92%        | 0.002  |
|                                   | Bajo            | 8                         | 30%        | 9               | 8%         |        |

Los alumnos con nivel alto o moderado de estrés académico tienen alto o moderada adaptación interpersonal al contexto universitario, y esta relación es estadísticamente significativa ( $P = 0.002$ ).

En la Tabla 33, se analiza la relación entre el nivel de estrés académico y la adaptación a la carrera profesional.

**Tabla 33. Análisis bivariado del nivel de estrés académico y la adaptación a la carrera**

|                                  |                 | Nivel de estrés académico |            |                 |            | P Fisher |
|----------------------------------|-----------------|---------------------------|------------|-----------------|------------|----------|
|                                  |                 | Bajo                      |            | Moderado o Alto |            |          |
|                                  |                 | Número                    | Porcentaje | Número          | Porcentaje |          |
| Nivel de adaptación a la carrera | Alta o moderada | 24                        | 89%        | 108             | 93%        | Ref      |
|                                  | bajo            | 3                         | 11%        | 8               | 7%         | 0.45     |

El nivel de estrés académico no se correlaciona con la adaptación a la carrera profesional. No se evidencia relación estadísticamente significativa entre nivel de estrés académico y la adaptación a la carrera ( $P= 0.45$ ).

En la Tabla 34, se analiza la relación entre el nivel de estrés académico y la adaptación a los estudios.

**Tabla 34. Análisis bivariado del nivel de estrés académico y la adaptación al estudio**

|                                |                 | Nivel de estrés académico |            |                 |            | P Fisher |
|--------------------------------|-----------------|---------------------------|------------|-----------------|------------|----------|
|                                |                 | Bajo                      |            | Moderado o Alto |            |          |
|                                |                 | Número                    | Porcentaje | Número          | Porcentaje |          |
| Nivel de adaptación al estudio | Alta o moderada | 23                        | 85%        | 111             | 96%        | Ref      |
|                                | Bajo            | 4                         | 15%        | 5               | 4%         | 0.04     |

Los alumnos con nivel alto o moderado de estrés académico tienen alta o moderado adaptación al estudio universitario y esta relación es estadísticamente significativa ( $P=0.04$ ).

Las dificultades económicas que afrontan los alumnos se relacionan al estrés académico y esta relación es estadísticamente significativa ( $P < 0.01$ )

En la Tabla 35, se analiza la relación entre el nivel de estrés académico y la adaptación a nivel institucional.

**Tabla 35 Análisis bivariado del nivel de estrés académico y la adaptación a nivel institucional**

|                                   |                 | Nivel de estrés académico |            |                 |            | P Fisher |
|-----------------------------------|-----------------|---------------------------|------------|-----------------|------------|----------|
|                                   |                 | Bajo                      |            | Moderado o Alto |            |          |
|                                   |                 | Número                    | Porcentaje | Número          | Porcentaje |          |
| Nivel de adaptación institucional | Alta o moderada | 27                        | 100%       | 109             | 94%        | Ref      |
|                                   | Bajo            | 0                         | 0          | 7               | 6%         | 0.1      |

Los alumnos con nivel alto o moderado de estrés académico tienen baja adaptación a nivel institucional y esta relación no es estadísticamente significativa ( $P=0.1$ ).

## CAPÍTULO VI: DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Nuestro estudio demostró que durante el análisis inferencial el nivel de estrés académico se relaciona a la adaptación al contexto universitario.

Los eventos en el contexto universitario en el cual se desarrollan los alumnos al inicio de su carrera, pueden percibirse como amenazantes o como retos difíciles de resolver. Lo cual desencadena los niveles de estrés en la esfera académica. (Barker, Howard, Villemaire-Krajden, & Galambos, 2018) . El nivel Alto de estrés académico encontrado en nuestro estudio fue del 10%, muy por debajo de lo encontrado por (Correa-Prieto, 2015) en universitarios peruanos donde el nivel de estrés académico fue homogéneo y el nivel alto (36,8%).

El estrés académico es un proceso adaptativo, que aparece ante la exposición a actividades estudiantiles como son la competencia con los compañeros del grupo, sobrecarga de tareas y trabajos escolares, la personalidad y el carácter del profesor, las evaluaciones, entre otros, obligando al alumno a afrontar dichos retos a fin de lograr un equilibrio (Alsulami et al., 2018; Berrio Garcia & Mazo Zea, 2011).

Nuestros resultados evidencian que menos del 10% de los alumnos presentó bajo nivel de adaptación al ritmo de estudios. Como lo describe (Frazier, Gabriel, Merians, & Lust, 2018), la adaptación a la universidad es un cambio que constituye un factor de estrés y puede afectar el rendimiento estudiantil. Aunque en nuestro caso en mayor presencia de estrés de tipo moderado o alto mayor fue el nivel de adaptación.

Se ha descrito que los alumnos que no logran adaptarse pueden dudar sobre la carrera que han elegido (Boullosa Galarza, 2013). Sin embargo, en nuestra área de estudio el 11% de los alumnos encuestados presentó bajo nivel de adaptación a nivel de la carrera y no fue

posible relacionarlo con el estrés. Posiblemente, como consecuencia de que consideran que tuvieron una adecuada elección de la carrera, se sienten identificados y tienen expectativas del futuro profesional en base a la carrera elegida. Una adecuada adaptación, se basa en la percepción del alumno de que su interrelación con la universidad es exitosa. Reforzando las actitudes y prácticas exitosas que lo llevaron al logro de sus objetivos. (Risquez, Morley, & Moore, 2004)

La baja adaptación interpersonal representó un 30% y fue la más alta de las 5 dimensiones de adaptación estudiada y se relacionó significativamente con el estrés académico. Posiblemente, como consecuencia de sus relaciones culturales y personalidad (Dyson & Renk, 2006), asimismo ausencia de estructuras de soporte previos. (Van Hoek, Portzky, & Franck, 2018) del estudiante que han sido evaluados en nuestro estudio. Al respecto, desarrollar estrategias de afrontamiento pueden mejorar los niveles de estrés académico y repercutir favorablemente en las relaciones interpersonales del alumno. (Bedoya-Lau, Matos, & Zelaya, 2014)

A nivel institucional, los alumnos con nivel alto o moderado de estrés académico tienen alta o moderada adaptación a nivel institucional. Al respecto se ha descrito que el tipo de carrera universitaria en el que el alumno se desenvuelve pueden afectar la adaptación (Correa-Prieto, 2019; Chau & Saravia, 2014). El nivel de estrés puede repercutir en la adaptación del estudiante, y puede colocar en peligro la culminación de los estudios si la universidad no brinda programas o espacios de apoyo al estudiante. (Rezaei, Falahati, & Beheshtizadeh, 2020)

Los alumnos que afrontan dificultades económicas presentaron mayor nivel de estrés académico y esta relación es significativa. El estrés académico puede traer efectos sobre la salud como consumo de drogas legales e ilegales y trastorno de consumo de alimentos. (Colby et al., 2018) aunque nuestros resultados no encontraron asociación con el estrés académico y consumo de alcohol, el mayor porcentaje de alumnos que consumen alcohol presentaron un alto nivel de estrés.

El alumno enfrenta el reto del nuevo contexto universitarios y además retos de tipo económicos (Van Hoek, Portzky, & Franck, 2018) ,como los encontrados lo detallan nuestros resultados. A pesar de que nuestro estudio fue realizado en una universidad pública gratuita, es posible que existan dificultades económicas que requieran ser profundizados y evidenciar el impacto en la adaptación universitaria; ya que el diseño de nuestro estudio no permite evidenciarlo.

La adaptación al contexto universitario es de especial importancia si tenemos en cuenta el rol de las universidades como promotor de la salud y protector de la integridad física y psicológica para proteger el futuro de los estudiantes universitarios. Nuestros hallazgos, revelan la necesidad de fortalecer las políticas universitarias, con la finalidad de fomentar relaciones personales, interpersonales e institucionales y mejorar la adaptación a los estudios y a la carrera. (Chau & Saravia, 2014)



## CONCLUSIONES

**Primera conclusión:** Se demostró la relación significativa entre el estrés académico y la adaptación personal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023

**Segunda conclusión:** Se demostró relación significativa entre el estrés académico y la adaptación interpersonal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023

**Tercera conclusión:** No se demostró relación significativa entre el estrés académico y la adaptación a la carrera en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023

**Cuarta conclusión:** Existe relación significativa entre el estrés académico y la adaptación al estudio en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023

**Quinta conclusión:** No se demostró relación significativa entre el estrés académico y la adaptación institucional en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023

## RECOMENDACIONES

- **Primera recomendación:** A la Universidad Nacional de la Amazonía peruana fortalecer el programa de consejería dirigida al estudiante considerando la relación entre el estrés académico y la adaptación personal.
- **Segunda recomendación:** A los docentes desarrollar estrategias pedagógicas para que los estudiantes de las facultades de educación y salud mejoren su adaptación interpersonal con la finalidad de contribuir al logro de objetivos de la docencia.
- **Tercera recomendación:** A los docentes fortalecer las estrategias pedagógicas con la finalidad que se encuentren capacitados para prevenir las consecuencias del estrés académico en la adaptación a la carrera.
- **Cuarta recomendación:** A la universidad y docentes aplicar estrategias pedagógicas para reducir la relación entre el estrés académico y la adaptación al estudio contribuyendo a una mejor formación profesional.
- **Quinta recomendación:** A la universidad, fortalecer el papel de la oficina de Bienestar social para mejorar la adaptación institucional en los estudiantes.

## FUENTES DE INFORMACIÓN

- Aguayo, R., Canadas, G. R., Assbaa-Kaddouri, L., Canadas-De la Fuente, G. A., Ramirez-Baena, L., & Ortega-Campos, E. (2019). A Risk Profile of Sociodemographic Factors in the Onset of Academic Burnout Syndrome in a Sample of University Students. *Int J Environ Res Public Health*, 16(5).
- Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo, R., & Nieves, Z. (2015). *Estres academico. EDUMECENTRO*, 7, 163-178.
- Alsulami, S., Al Omar, Z., Binnwejim, M. S., Alhamdan, F., Aldrees, A., Al-Bawardi, A., et al. (2018). Perception of academic stress among Health Science Preparatory Program students in two Saudi universities. *Adv Med Educ Pract*, 9, 159-164.
- Antunez, Z., & Vinet, E. V. (2013). Problemas de salud mental en estudiantes de una universidad regional chilena. *Revista medica de Chile*, 141, 209-216.
- Barker, E. T., Howard, A. L., Villemare-Krajden, R., & Galambos, N. L. (2018). The Rise and Fall of Depressive Symptoms and Academic Stress in Two Samples of University Students. *J Youth Adolesc*, 47(6), 1252-1266.
- Barraza, A. (2007). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico, Biblioteca Virtual de Psicología Científica*. <http://www.psicologiacientifica.com>.
- Bedoya-Lau, F. N., Matos, L. J., & Zelaya, E. C. (2014). Niveles de estres academico, manifestaciones psicomaticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Revista de Neuro-Psiquiatr*, 77, 262-270.
- Berrio Garcia, N., & Mazo Zea, R. (2011). *Estres Academico. Revista de Psicologia Universidad de Antioquia*, 3, 65-82.
- Boullosa Galarza, G. (2013). *Estrés académico y afrontamiento en un grupo de estudiantes de una universidad privada de Lima (Tesis de pregrado)*. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.

- Castillo, A. G., Saez, K., Perez, C., & Castillo Navarrete, J. L. (2018). *Validity and reliability of SISCO inventory of academic stress among health students in Chile. J Pak Med Assoc*, 68(12), 1759-1762.
- Colby, L., Mareka, M., Pillay, S., Sallie, F., van Staden, C., du Plessis, E. D., et al. (2018). *The association between the levels of burnout and quality of life among fourth-year medical students at the University of the Free State. S Afr J Psychiatr*, 24, 1101.
- Correa-Prieto, F. (2019). *Estrés académico en estudiantes de medicina de la Universidad Cesar Vallejo, de Piura 2013. Revista Del Cuerpo Médico Del HNAAA*, 8(2), 80 - 84.
- Council for international Organizations of Medical Science (CIOMS). *International Ethical Guidelines for biomedical research involving Human Subjects*. Geneva: CIOMS;2002.
- Cano R. (2021) *Análisis de dificultades en la enseñanza y aprendizaje del español y las matemáticas en escuelas primarias multigrado de Veracruz-México Tendencias Pedagógicas*, 37, 57–74. <https://doi.org/10.15366/tp2021.37.006>
- Chau, C., & Saravia, J. C. (2014). *Adaptacion Universitaria y Su Relacion con la Salud Percibida en Una Muestra de Jovenes de Peru. Revista Colombiana de Psicologia*, 23, 269-284.
- Chau, C., & Vilela, P. (2017). *Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huanuco. Revista de Psicologia (PUCP)*, 35, 387-422.
- Dyson, R., & Renk, K. (2006). *Freshmen adaptation to university life: depressive symptoms, stress, and coping. J Clin Psychol*, 62(10), 1231-1244.
- Frazier, P., Gabriel, A., Merians, A., & Lust, K. (2018). *Understanding stress as an impediment to academic performance. J Am Coll Health*, 67(6), 562-570.
- Kuhne Covarrubias, W., & P., P. M. (2011). *Guía de apoyo psicológico para Universitarios, 2ª ed., Universidad de Santiago de Chile*.
- Kuo, B. C. H., Soucie, K. M., Huang, S., & Laith, R. (2017). *The mediating role of cultural coping behaviours on the relationships between academic stress and positive psychosocial well-being outcomes. Int J Psychol*, 53 Suppl 1, 27-36.

- Loureiro, E., McIntyre, T., Mota-Cardoso, R., & Ferreira, M. A. (2008). *[The relationship between stress and life-style of students at the Faculty of Medicine of Oporto]*. *Acta Med Port*, 21(3), 209-214.
- Lara G; Gonzales N; Lara F; Lagos L; Parra V. y Perez S. (2022) *Relación docente-estudiante y compromiso escolar: percepción de estudiantes secundarios con necesidades educativas especiales.*
- Márquez Rodríguez, D., Ortiz Urazán, S., & Rendón Arango, M. . (2009 ). *Academic Experiences Questionnaire, Reduced version (QVA-R): A psychometric analysis. Revista Colombiana de Psicología*, 18(1), 33-52.
- Minaya Martínez Gabriela Emperatriz y Gonzales Díaz, José Abel. *Compendio de Normativa Ética para uso por los Comités de Ética en Investigación [Internet]. Lima-Perú. Ministerio de Salud, Instituto Nacional de Salud. 2011 [citado 11 de diciembre 2022]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/2973.pdf>*
- Morales AR, Zárate LEM. *Epidemiología clínica: investigación clínica aplicada. Editorial Medica Panamericana Sa de; 2004.*
- Pérez-Padila. M de la luz, Ponce-Rojo. A, Hernández-Contreras. J, & BA., M.-M. (2010). *Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la Región Altos Norte de Jalisco. Rev Educ y Desarro.*14,31–7.
- Pérez-Pulido, I. (2016). *El proceso de adaptación de los estudiantes a la universidad en el Centro Universitario de Los Altos de la Universidad de Guadalajara. Tesis de Doctorado Interinstitucional en Educación. Guadalajara, Jalisco: ITESO. <http://hdl.handle.net/11117/3591>.*
- Reta, Y., Samuel, T., & Mekonnen, M. (2020). *Mental Distress and Associated Factors Among Undergraduate Engineering Students of Hawassa University, Ethiopia. J Multidiscip Healthc*, 13, 99-107.
- Rodríguez T; Rodríguez M y Garces A. (2019) *¿Cómo perciben los estudiantes el proceso de enseñanza y aprendizaje del profesorado de educación física?*

- Rezaei, B., Falahati, J., & Beheshtizadeh, R. (2020). *Stress, stressors and related factors in clinical learning of midwifery students in Iran: a cross sectional study*. *BMC Med Educ*, 20(1), 78.
- Risquez, A., Morley, M., & Moore, S. (2004). *La transición académica, personal y emocional de los estudiantes de primer curso en relación con el rendimiento académico: Un estudio empírico de la validez predictiva del Student Adjustment to College Questionnaire (SACQ)*. Universidad Europea de Madrid. <https://abacus.universidadeuropea.es/bitstream/handle/11268/1501/PIA02.pdf?sequence=2&isAllowed=y>.
- Sanchez-Marin, C., Chichon-Peralta, J., Leon-Jimenez, F., & Alipazaga-Perez, P. (2016). *Trastornos mentales en estudiantes de medicina humana en tres universidades de Lambayeque, Peru*. *Revista de Neuro-Psiquiatria*, 79, 197-206.
- Salvador C. y Gerardo R. (2013) *Trabajo y rendimiento escolar de los estudiantes universitarios. El caso de la Universidad de Guadalajara, México*
- Toribio-Ferrer, C., & Franco-Bárceñas, S. (2016). *Estrés académico: El enemigo silencioso del estudiante*. *Salud y Administración*, 3(7), 11-18.
- Van Hoek, G., Portzky, M., & Franck, E. (2018). *The influence of socio-demographic factors, resilience and stress reducing activities on academic outcomes of undergraduate nursing students: A cross-sectional research study*. *Nurse Educ Today*, 72, 90-96.

## **ANEXOS**

**ANEXOS N° 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA.**

| <b>PROBLEMA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>OBJETIVOS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>HIPÓTESIS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>VARIABLES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>METODOLOGÍA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>PROBLEMA GENERAL</b><br/>¿Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y el ajuste al contexto universitario en estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023?</p> <p><b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</b></p> <p>a) ¿Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y la adaptación personal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023?</p> <p>b) ¿Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y la adaptación interpersonal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023?</p> <p>c) ¿Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y la adaptación a la carrera en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023?</p> <p>d) ¿Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y la adaptación al estudio en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023?</p> <p>e) ¿Cuál es el nivel de relación entre el estrés académico y la adaptación institucional en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023?</p> | <p><b>OBJETIVO GENERAL</b><br/>Determinar la relación entre el estrés académico y el ajuste al contexto universitario en estudiantes de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023</p> <p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b></p> <p>a) Determina la relación entre el estrés académico y la adaptación personal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023</p> <p>b) Señalar la relación entre el estrés académico y la adaptación interpersonal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023</p> <p>c) Precisar la relación entre el estrés académico y la adaptación a la carrera en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023</p> <p>d) Sintetizar la relación entre el estrés académico y la adaptación al estudio en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023</p> | <p><b>HIPÓTESIS GENERAL</b><br/>Existe relación significativa entre el estrés académico y el ajuste al contexto universitario en estudiantes de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023</p> <p><b>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS</b></p> <p>a) Existe relación significativa entre el estrés académico y la adaptación personal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023</p> <p>b) Existe relación significativa entre el estrés académico y la adaptación interpersonal en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023</p> <p>c) Existe relación significativa entre el estrés académico y la adaptación a la carrera en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023</p> <p>d) Existe relación significativa entre el estrés académico y la adaptación al estudio en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023</p> <p>e) Existe relación significativa entre el estrés académico y la adaptación institucional en los estudiantes de Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, año 2023</p> | <p><b>VARIABLE (Y)</b><br/><i>Estrés académico</i></p> <p><b>DIMENSIONES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Percepción de la asignatura</li> <li>❖ Percepción del docente</li> <li>❖ Dificultad en la asignatura</li> <li>❖ Trabajos obligatorios</li> <li>❖ Sobre carga académica</li> </ul> <p><b>VARIABLE (X)</b><br/><b>Ajuste al contexto universitario</b></p> <p><b>DIMENSIONES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Adaptación personal</li> <li>❖ Adaptación interpersonal</li> <li>❖ Adaptación a la carrera</li> <li>❖ Adaptación al Estudio</li> <li>❖ Adaptación Institucional</li> </ul> | <p><b>ENFOQUE</b><br/><b>Cuantitativo</b></p> <p><b>DISEÑO</b><br/>No experimental.</p> <p><b>TIPO</b><br/>Tipo básico</p> <p><b>NIVEL</b><br/>Descriptivo</p> <p>correlacional</p> <p><b>MÉTODO</b><br/>Hipotético - deductivo</p> <p><b>POBLACIÓN</b><br/>180 estudiantes UNAP</p> <p><b>MUESTRA</b><br/>Un total 123 estudiantes</p> <p><b>TÉCNICAS</b><br/>Encuesta</p> <p><b>INSTRUMENTOS</b><br/>Cuestionario</p> |



## ANEXO 2: INSTRUMENTO(S) DE RECOLECCIÓN DE DATOS

### Instrumento de recolección de datos

Estimado alumno. Esta encuesta es estrictamente anónima y tiene por finalidad recoger información sobre ESTRÉS ACADÉMICO Y AJUSTE AL CONTEXTO UNIVERSITARIO EN ESTUDIANTES DE UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA AMAZONÍA PERUANA DE LORETO, AÑO 2023, a fin de disponer de un marco de referencia, por tanto, agradecemos responder con la mayor sinceridad y seriedad, marcando con una (x) la alternativa que crees que es la más adecuada.

| Sección I: Cuestionario: A continuación, seleccione una opción para su respuesta                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.-¿Qué edad tiene? _____                                                                                                 |
| 2.-¿A que género perteneces? Heterosexual Lesbiana, Gay, Transgénero Bisexual, Otro                                       |
| 3.-¿En qué lugar naciste? _____                                                                                           |
| 4.- ¿Se desplazó de otra ciudad para realizar estudios?<br><br><input type="checkbox"/> Si<br><input type="checkbox"/> No |
| 5.- ¿Tipo de familia con la que vives? Nuclear, extendida, monoparental, otra                                             |
| 6.- ¿Usted afronta dificultades económicas?<br><br><input type="checkbox"/> Si<br><input type="checkbox"/> No             |
| 7.- ¿Su domicilio cuenta con agua potable pública?<br><br><input type="checkbox"/> Si<br><input type="checkbox"/> No      |
| 8.- ¿Su domicilio cuenta con desagüe público?<br><br><input type="checkbox"/> Si<br><input type="checkbox"/> No           |
| 9.- ¿Su domicilio que tipo de pared tiene? Concreto, madera, otro.                                                        |
| 10.- ¿Realizas actividad física regularmente?<br><br><input type="checkbox"/> Si<br><input type="checkbox"/> No           |
| 11.- Indique su peso: _____ y talla: _____                                                                                |
| 12.- Existen antecedentes familiares de enfermedad física y/o mental:<br><br><input type="checkbox"/> Si                  |

|                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> No                                             |
| 13.- Existen antecedentes personales de enfermedad física y/o mental:   |
| <input type="checkbox"/> Si                                             |
| <input type="checkbox"/> No                                             |
| 14.- Usted toma bebidas alcohólicas:                                    |
| <input type="checkbox"/> Si                                             |
| <input type="checkbox"/> No                                             |
| Si la respuesta es afirmativa indique cantidad semanal en botellas_____ |
| 15.- Usted fuma cigarrillos:                                            |
| <input type="checkbox"/> Si                                             |
| <input type="checkbox"/> No                                             |
| Si la respuesta es afirmativa indique cantidad diaria de consumo_____   |

**Sección II: Cuestionario: Inventario SISCO**

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿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 las 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)<br>Nunca | (2)<br>Rara vez | (3)<br>Algunas veces | (4)<br>Casi siempre | (5)<br>Siempre |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------|----------------------|---------------------|----------------|
| La competencia con los compañeros del grupo                                                                              |              |                 |                      |                     |                |
| Sobrecarga de tareas y trabajos escolares                                                                                |              |                 |                      |                     |                |
| La personalidad y el carácter del profesor                                                                               |              |                 |                      |                     |                |
| Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)                                  |              |                 |                      |                     |                |
| El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) |              |                 |                      |                     |                |
| No entender los temas que se abordan en la clase                                                                         |              |                 |                      |                     |                |

|                                                                    |  |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.) |  |  |  |  |  |
| Tiempo limitado para hacer el trabajo                              |  |  |  |  |  |
| Otra _____<br>(Especifique)                                        |  |  |  |  |  |

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)<br>Nunca | (2)<br>Rara vez | (3)<br>Algunas veces | (4)<br>Casi siempre | (5)<br>Siempre |
| Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)         |              |                 |                      |                     |                |
| Fatiga crónica (cansancio permanente)                  |              |                 |                      |                     |                |
| Dolores de cabeza o migrañas                           |              |                 |                      |                     |                |
| Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea      |              |                 |                      |                     |                |
| Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.            |              |                 |                      |                     |                |
| Somnolencia o mayor necesidad de dormir                |              |                 |                      |                     |                |
| <b>Reacciones psicológicas</b>                         |              |                 |                      |                     |                |
|                                                        | (1)<br>Nunca | (2)<br>Rara vez | (3)<br>Algunas veces | (4)<br>Casi siempre | (5)<br>Siempre |
| Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo) |              |                 |                      |                     |                |
| Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)         |              |                 |                      |                     |                |
| Ansiedad, angustia o desesperación.                    |              |                 |                      |                     |                |
| Problemas de concentración                             |              |                 |                      |                     |                |
| Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad  |              |                 |                      |                     |                |
| <b>Reacciones comportamentales</b>                     |              |                 |                      |                     |                |
|                                                        | (1)<br>Nunca | (2)<br>Rara vez | (3)<br>Algunas veces | (4)<br>Casi siempre | (5)<br>Siempre |
| Conflictos o tendencia a polemizar o discutir          |              |                 |                      |                     |                |
| Aislamiento de los demás                               |              |                 |                      |                     |                |
| Desgano para realizar las labores escolares            |              |                 |                      |                     |                |
| Aumento o reducción del consumo de alimentos           |              |                 |                      |                     |                |
| <b>Otras (especifique)</b>                             |              |                 |                      |                     |                |
|                                                        | (1)<br>Nunca | (2)<br>Rara vez | (3)<br>Algunas veces | (4)<br>Casi siempre | (5)<br>Siempre |
|                                                        |              |                 |                      |                     |                |

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

**Sección III: Cuestionario** Adaptación a la Vida Universitaria en su versión reducida (QVA-R)

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 se identifica con las siguientes situaciones:

|                                                                                                        | (1)<br>Nunca | (2)<br>Rara<br>vez | (3)<br>Algunas<br>veces | (4)<br>Casi<br>siempre | (5)<br>Siempre |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------|-------------------------|------------------------|----------------|
| 1. Hago amistades con facilidad en mi universidad.                                                     |              |                    |                         |                        |                |
| 2. Creo que puedo desarrollar nuevos aspectos                                                          |              |                    |                         |                        |                |
| 3. Aunque fuera posible no me cambiaría de                                                             |              |                    |                         |                        |                |
| 4. Presento cambios en mi estado de ánimo (inestabilidad emocional).                                   |              |                    |                         |                        |                |
| 5. Cuando pienso en mi pasado, consigo identificar las razones que me llevaron a                       |              |                    |                         |                        |                |
| 6. Habitualmente me encuentro poco acompañado                                                          |              |                    |                         |                        |                |
| 7. Elegí bien la carrera que estoy                                                                     |              |                    |                         |                        |                |
| 8. Tengo capacidades y vocación para el área                                                           |              |                    |                         |                        |                |
| 9. Me siento triste o abatido(a).                                                                      |              |                    |                         |                        |                |
| 10. Organizo bien mi tiempo.                                                                           |              |                    |                         |                        |                |
| 11. Últimamente me he sentido confundido(a) y                                                          |              |                    |                         |                        |                |
| 12. Me gusta la universidad en la que estudio.                                                         |              |                    |                         |                        |                |
| 13. Hay situaciones en las que siento que pierdo el                                                    |              |                    |                         |                        |                |
| 14. Me siento comprometido(a) con la carrera que                                                       |              |                    |                         |                        |                |
| 15. Conozco bien los servicios que presta mi                                                           |              |                    |                         |                        |                |
| 16. Me gustaría terminar mis estudios en la universidad en la que me encuentro actualmente.            |              |                    |                         |                        |                |
| 17. Últimamente me he sentido pesimista.                                                               |              |                    |                         |                        |                |
| 18. Las notas que he obtenido han sido buenas y me                                                     |              |                    |                         |                        |                |
| 19. Mis compañeros de curso son importantes para mi crecimiento personal.                              |              |                    |                         |                        |                |
| 20. Cuento con capacidades de aprendizaje para responder a mis expectativas en el estudio.             |              |                    |                         |                        |                |
| 21. Siento cansancio y somnolencia durante el día.                                                     |              |                    |                         |                        |                |
| 22. Creo que la carrera que elegí permite desarrollarme profesionalmente.                              |              |                    |                         |                        |                |
| 23. Siento confianza en mí mismo(a).                                                                   |              |                    |                         |                        |                |
| 24. Siento que tengo un buen grupo de amigos en la                                                     |              |                    |                         |                        |                |
| 25. Me siento a gusto con un alto ritmo de trabajo.                                                    |              |                    |                         |                        |                |
| 26. Me he sentido solo(a) durante el último tiempo                                                     |              |                    |                         |                        |                |
| 27. He establecido buenas relaciones con mis                                                           |              |                    |                         |                        |                |
| 28. Tengo momentos de angustia.                                                                        |              |                    |                         |                        |                |
| 29. Utilizo la biblioteca de la universidad.                                                           |              |                    |                         |                        |                |
| 30. Se me dificulta encontrar un compañero(a) de estudio que me ayude a resolver un problema personal. |              |                    |                         |                        |                |
| 31. Se me dificulta concentrarme en una tarea durante mucho tiempo.                                    |              |                    |                         |                        |                |
| 32. Planifico las actividades que debo realizar diariamente                                            |              |                    |                         |                        |                |
| 33. Tengo relaciones de amistad cercana con compañeros de universidad de ambos sexos                   |              |                    |                         |                        |                |

|                                                                                                     |  |  |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 34. Mantengo al día mis deberes académicos.                                                         |  |  |  |  |  |
| 35. Mi incapacidad para organizar bien el tiempo hace que tenga bajo desempeño académico.           |  |  |  |  |  |
| 36. Se me facilita iniciar una conversación con nuevos compañeros.                                  |  |  |  |  |  |
| 37. Elegí una carrera de acuerdo con mis aptitudes y capacidades.                                   |  |  |  |  |  |
| 38. Se me conoce como una persona amigable y simpática                                              |  |  |  |  |  |
| 39. Pienso en muchas cosas que me ponen triste.                                                     |  |  |  |  |  |
| 40. Procuero compartir con mis compañeros de curso fuera de los horarios de clase                   |  |  |  |  |  |
| 41. Sé establecer prioridades con respecto a las actividades en las que invierto mi tiempo          |  |  |  |  |  |
| 42. Tomo la iniciativa para invitar a mis amigos a salir                                            |  |  |  |  |  |
| 43. Mis relaciones de amistad son cada vez más estables, duraderas e independientes                 |  |  |  |  |  |
| 44. Logro tomar buenos apuntes en las clases.                                                       |  |  |  |  |  |
| 45. Me siento físicamente débil.                                                                    |  |  |  |  |  |
| 46. Mi universidad no me genera interés.                                                            |  |  |  |  |  |
| 47. Siento que voy a lograr ser eficaz en la preparación de mis exámenes.                           |  |  |  |  |  |
| 48. La biblioteca de la universidad se encuentra bien dotada (cantidad y variedad de bibliografía). |  |  |  |  |  |
| 49. Procuero organizar la información obtenida en las clases.                                       |  |  |  |  |  |
| 50. Me gusta el sector donde está ubicada mi universidad.                                           |  |  |  |  |  |
| 51. Me siento decepcionado(a) de mi carrera.                                                        |  |  |  |  |  |
| 52. Tengo dificultad para tomar decisiones.                                                         |  |  |  |  |  |
| 53. Tengo buenas capacidades para el estudio.                                                       |  |  |  |  |  |
| 54. Mis gustos personales fueron decisivos para elegir mi carrera.                                  |  |  |  |  |  |
| 55. Me he sentido ansioso(a).                                                                       |  |  |  |  |  |
| 56. Estoy estudiando una carrera diferente a la que siempre quise.                                  |  |  |  |  |  |
| 57. Soy puntual para llegar al inicio de las clases.                                                |  |  |  |  |  |
| 58. Mi universidad posee buena infraestructura.                                                     |  |  |  |  |  |
| 59. Se me dificulta establecer relaciones cercanas con mis compañeros de curso.                     |  |  |  |  |  |
| 60. Aunque fuera posible no me cambiaría de carrera.                                                |  |  |  |  |  |

Gracias por su colaboración.

### Anexo 3: VALIDACIÓN DE EXPERTOS

#### DATOS GENERALES

- 1.1 **Apellidos y nombres del experto:** Dra. Claudet Cadillo López
- 1.2 **Grado académico:** Doctora en Educación
- 1.3 **Cargo e institución donde labora:** Docente UAP
- 1.4 **Título de la Investigación:** Estrés académico y Ajuste al Contexto Universitario en Estudiantes de Universidad Pública de Loreto en el 2023
- 1.5 **Autora del instrumento:** Johan Marin Lizárraga  
**Maestría/ Mención:** Docencia Universitaria y Gestión Educativa
- 1.6 **Nombre del instrumento:** Estrés académico y Ajuste al Contexto Universitario

| N° | Indicadores          | Definición                                                                                                          | Excelente | Muy bueno | Bueno | Regular | Deficiente |
|----|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-------|---------|------------|
| 1  | Claridad y precisión | Las preguntas están redactadas en forma clara y precisa, sin ambigüedades                                           | X         |           |       |         |            |
| 2  | Coherencia           | Las preguntas guardan relación con la hipótesis, las variables e indicadores del proyecto.                          | X         |           |       |         |            |
| 3  | Validez              | Las preguntas han sido redactadas teniendo en cuenta la validez de contenido y criterio.                            | X         |           |       |         |            |
| 4  | Organización         | La estructura es adecuada. Comprende la presentación, agradecimiento, datos demográficos, instrucciones             | X         |           |       |         |            |
| 5  | Confiabilidad        | El instrumento es confiables porque se aplicado el test-retest (piloto)                                             | X         |           |       |         |            |
| 6  | Control de sesgo     | Presenta algunas preguntas distractoras para controlar la contaminación de las respuestas                           | X         |           |       |         |            |
| 7  | Orden                | Las preguntas y reactivos han sido redactadas utilizando la técnica de lo general a lo particular                   | X         |           |       |         |            |
| 8  | Marco de Referencia  | Las preguntas han sido redactadas de acuerdo al marco de referencia del encuestado: lenguaje, nivel de información. | X         |           |       |         |            |
| 9  | Extensión            | El número de preguntas no es excesivo y está en relación a las variables, dimensiones e indicadores del problema.   | X         |           |       |         |            |
| 10 | Inocuidad            | Las preguntas no constituyen riesgo para el encuestado                                                              | X         |           |       |         |            |

Observaciones:...Ninguna.....En consecuencia el instrumento puede ser aplicado

Iquitos, 13 de Mayo 2023

Firma del Experto

Claudet Cadillo López

DNI: 05847173

### DATOS GENERALES

- 1.7 **Apellidos y nombres del experto:** Dra. Karine Zevallos Villegas  
1.8 **Grado académico:** Doctora en Salud Pública  
1.9 **Cargo e institución donde labora:** Docente Universidad Nacional de la Amazonía Peruana  
1.10 **Título de la Investigación:** Estrés académico y Ajuste al Contexto Universitario en Estudiantes de Universidad Pública de Loreto en el 2023  
1.11 **Autora del instrumento:** Johan Marin Lizárraga  
**Maestría/ Mención:** Docencia Universitaria y Gestión Educativa  
1.12 **Nombre del instrumento:** Estrés académico y Ajuste al Contexto Universitario

| N° | Indicadores          | Definición                                                                                                          | Excelente | Muy bueno | Bueno | Regular | Deficiente |
|----|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-------|---------|------------|
| 1  | Claridad y precisión | Las preguntas están redactadas en forma clara y precisa, sin ambigüedades                                           | X         |           |       |         |            |
| 2  | Coherencia           | Las preguntas guardan relación con la hipótesis, las variables e indicadores del proyecto.                          | X         |           |       |         |            |
| 3  | Validez              | Las preguntas han sido redactadas teniendo en cuenta la validez de contenido y criterio.                            | X         |           |       |         |            |
| 4  | Organización         | La estructura es adecuada. Comprende la presentación, agradecimiento, datos demográficos, instrucciones             |           | X         |       |         |            |
| 5  | Confiabilidad        | El instrumento es confiables porque se aplicado el test-retest (piloto)                                             | X         |           |       |         |            |
| 6  | Control de sesgo     | Presenta algunas preguntas distractoras para controlar la contaminación de las respuestas                           | X         |           |       |         |            |
| 7  | Orden                | Las preguntas y reactivos han sido redactadas utilizando la técnica de lo general a lo particular                   | X         |           |       |         |            |
| 8  | Marco de Referencia  | Las preguntas han sido redactadas de acuerdo al marco de referencia del encuestado: lenguaje, nivel de información. | X         |           |       |         |            |
| 9  | Extensión            | El número de preguntas no es excesivo y está en relación a las variables, dimensiones e indicadores del problema.   | X         |           |       |         |            |
| 10 | Inocuidad            | Las preguntas no constituyen riesgo para el encuestado                                                              | X         |           |       |         |            |

Observaciones:.....Ninguna.....En consecuencia el instrumento puede ser aplicado

Iquitos, 13 de Abril 2023

Firma del Experto



Karine Zevallos Villegas

DNI: 05390517

### DATOS GENERALES

- 1.13 **Apellidos y nombres del experto:** Dr. Francisco Gallo Infantes  
1.14 **Grado académico:** Doctora en Gestión de Proyectos  
1.15 **Cargo e institución donde labora:** Docente UNNI  
1.16 **Título de la Investigación:** Estrés académico y Ajuste al Contexto Universitario en Estudiantes de Universidad Pública de Loreto en el 2023  
1.17 **Autora del instrumento:** Johan Marin Lizárraga  
**Maestría/ Mención:** Docencia Universitaria y Gestión Educativa  
1.18 **Nombre del instrumento:** Estrés académico y Ajuste al Contexto Universitario

| N° | Indicadores          | Definición                                                                                                          | Excelente | Muy bueno | Bueno | Regular | Deficiente |
|----|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-------|---------|------------|
| 1  | Claridad y precisión | Las preguntas están redactadas en forma clara y precisa, sin ambigüedades                                           | X         |           |       |         |            |
| 2  | Coherencia           | Las preguntas guardan relación con la hipótesis, las variables e indicadores del proyecto.                          | X         |           |       |         |            |
| 3  | Validez              | Las preguntas han sido redactadas teniendo en cuenta la validez de contenido y criterio.                            | X         |           |       |         |            |
| 4  | Organización         | La estructura es adecuada. Comprende la presentación, agradecimiento, datos demográficos, instrucciones             |           | X         |       |         |            |
| 5  | Confiabilidad        | El instrumento es confiables porque se aplicado el test-retest (piloto)                                             | X         |           |       |         |            |
| 6  | Control de sesgo     | Presenta algunas preguntas distractoras para controlar la contaminación de las respuestas                           | X         |           |       |         |            |
| 7  | Orden                | Las preguntas y reactivos han sido redactadas utilizando la técnica de lo general a lo particular                   | X         |           |       |         |            |
| 8  | Marco de Referencia  | Las preguntas han sido redactadas de acuerdo al marco de referencia del encuestado: lenguaje, nivel de información. | X         |           |       |         |            |
| 9  | Extensión            | El número de preguntas no es excesivo y está en relación a las variables, dimensiones e indicadores del problema.   | X         |           |       |         |            |
| 10 | Inocuidad            | Las preguntas no constituyen riesgo para el encuestado                                                              | X         |           |       |         |            |

Observaciones:.....Ninguna.....En consecuencia el instrumento puede ser aplicado

Iquitos, 13 de Mayo 2023

Firma del Experto



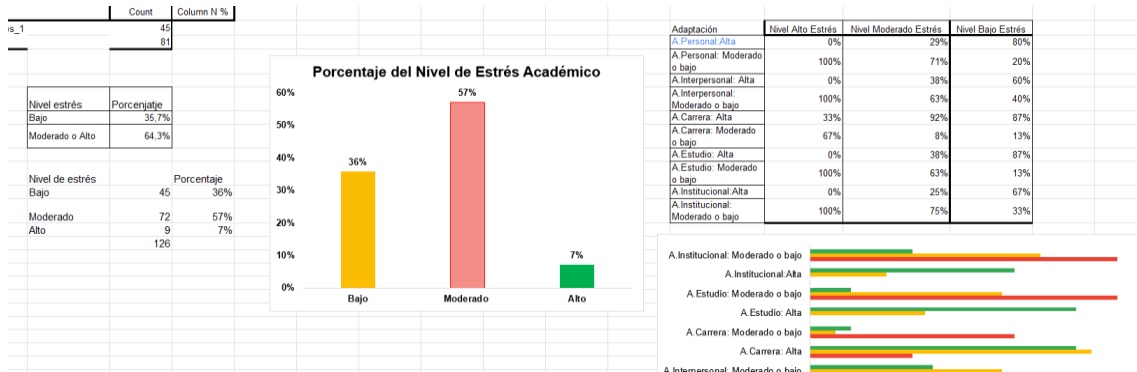
Francisco Antonio Gallo Infantes

DNI: 32904734



# Anexo 4: COPIA DE LA DATA PROCESADA

## Gráficos



## Datos

\*Sin titulo3 [Conjunto\_de\_datos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

Visible: 121 de 121 variables

|    | Marc temporal | @1 ¿Qué edad tiene | @2 ¿A qué género perteneces | @3 ¿En qué lugar naciste   | @4 ¿Sexo | @5 ¿Tipo de familia con la que creciste | @6 ¿Usa computadora | @7 ¿Suena | @8 ¿Sudomicroprocesador | @9 ¿Indicador de tipo de pared | @10 ¿Indicador de tipo de piso |
|----|---------------|--------------------|-----------------------------|----------------------------|----------|-----------------------------------------|---------------------|-----------|-------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| 1  | 27-Jun-2023   | 18,0               | Bisexual                    | Iquitos                    | No       | Extendida                               | No                  | Si        | Concreto                | Si                             | 70                             |
| 2  | 27-Jun-2023   | 18,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Extendida                               | No                  | Si        | Concreto                | Si                             | 56                             |
| 3  | 27-Jun-2023   | 18,0               | Heterosexual                | Iquitos - Punchana         | No       | Nuclear                                 | No                  | Si        | Concreto                | Si                             | 54                             |
| 4  | 27-Jun-2023   | 20,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Extendida                               | Si                  | Si        | Madera y ladrillo       | Si                             | 1.51                           |
| 5  | 27-Jun-2023   | 17,0               | Heterosexual                | Colonia Amgamos (frontera) | Si       | Sin especificar                         | Si                  | No        | Madera                  | No                             | 50                             |
| 6  | 27-Jun-2023   | 17,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Extendida                               | No                  | Si        | Concreto                | Si                             | 46                             |
| 7  | 27-Jun-2023   | 18,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Nuclear                                 | No                  | Si        | Concreto                | Si                             | 50                             |
| 8  | 28-Jun-2023   | 17,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Nuclear                                 | No                  | Si        | Madera                  | No                             | 51                             |
| 9  | 28-Jun-2023   | 21,0               | Heterosexual                | Ica                        | Si       | Monoparental                            | Si                  | Si        | Madera                  | Si                             | 60                             |
| 10 | 29-Jun-2023   | 19,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Nuclear                                 | No                  | Si        | Concreto                | Si                             | 70                             |
| 11 | 29-Jun-2023   | 18,0               | Sin especificar             | San Antonio de Padua       | No       | Sin especificar                         | Si                  | No        | Madera                  | No                             | 54                             |
| 12 | 05-Jul-2023   | 17,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Sin especificar                         | Si                  | No        | Sin especificar         | No                             | 51.6                           |
| 13 | 05-Jul-2023   | 18,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | Si       | Extendida                               | No                  | No        | Concreto                | No                             | 42                             |
| 14 | 05-Jul-2023   | 38,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Nuclear                                 | No                  | Si        | Concreto                | No                             | 64                             |
| 15 | 05-Jul-2023   | 18,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Nuclear                                 | No                  | Si        | Concreto                | Si                             | 45.8                           |
| 16 | 05-Jul-2023   | 17,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Nuclear                                 | No                  | No        | Concreto                | Si                             | 64                             |
| 17 | 05-Jul-2023   | 17,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Nuclear                                 | No                  | Si        | Concreto                | Si                             | 48                             |
| 18 | 05-Jul-2023   | 19,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Nuclear                                 | Si                  | Si        | Concreto                | Si                             | 59                             |
| 19 | 05-Jul-2023   | 18,0               | Heterosexual                | Iquitos                    | No       | Nuclear                                 | Si                  | Si        | Concreto                | No                             | 53                             |

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode: ON

Avenida Oscar R... Carretera cerrada

Buscar

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode: ON

09:46 8/09/2023

\*Sin titulo3 [Conjunto\_de\_datos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

Visible: 121 de 121 variables

|    | hlaideadeobtener<br>recisión y utilizan de<br>escaladel1a1s | @3 Enunaaescaladel1a15dor<br>de tesnunca2esararavez3esa<br>lgunasveces4esca | @3 Enunaaescaladel1a15dor<br>de tesnunca2esararavez3esa<br>lgunasveces4es_A | @3 Enunaaescaladel1a15dor<br>de tesnunca2esararavez3esa<br>lgunasveces4es_B | @3 Enunaaescaladel1a15dor<br>de tesnunca2esararavez3esa<br>lgunasveces4es_C | @3 Enunaaescaladel1a15dor<br>de tesnunca2esararavez3esa<br>lgunasveces4es_D | @3 Enunaaescaladel1a15dor<br>de tesnunca2esararavez3esa<br>lgunasveces4es_E | @3 Enunaaescaladel1a15dor<br>de tesnunca2esararavez3esa<br>lgunasveces |
|----|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 3,0 (4) Casi siempre                                        | (3) Algunas veces                                                           | (4) Casi siempre                                                            | (5) Siempre                                                                 | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                           | (5) Siempre                                                                 | (4) Casi siempre                                                       |
| 2  | 4,0 (3) Algunas veces                                       | (4) Casi siempre                                                            | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                                | (4) Casi siempre                                                            | (1) Nunca                                                              |
| 3  | 3,0 (3) Algunas veces                                       | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                                | (1) Nunca                                                                   | (5) Siempre                                                                 | (1) Nunca                                                                   | (4) Casi siempre                                                       |
| 4  | 3,0 (2) Rara vez                                            | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (4) Casi siempre                                                            | (4) Casi siempre                                                            | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                           |
| 5  | 1,0 (3) Algunas veces                                       | (4) Casi siempre                                                            | (4) Casi siempre                                                            | (3) Algunas veces                                                           | (4) Casi siempre                                                            | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                                | (4) Casi siempre                                                       |
| 6  | 3,0 (3) Algunas veces                                       | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (4) Casi siempre                                                            | (2) Rara vez                                                           |
| 7  | 5,0 (1) Nunca                                               | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                      |
| 8  | 5,0 (4) Casi siempre                                        | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                                | (4) Casi siempre                                                            | (4) Casi siempre                                                            | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                           |
| 9  | 3,0 (2) Rara vez                                            | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                           |
| 10 | 2,0 (3) Algunas veces                                       | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                           | (5) Siempre                                                                 | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                           |
| 11 | 4,0 (2) Rara vez                                            | (3) Algunas veces                                                           | (4) Casi siempre                                                            | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (4) Casi siempre                                                            | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                      |
| 12 | 5,0 (4) Casi siempre                                        | (4) Casi siempre                                                            | (2) Rara vez                                                                | (4) Casi siempre                                                            | (5) Siempre                                                                 | (5) Siempre                                                                 | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                           |
| 13 | 3,0 (2) Rara vez                                            | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                      |
| 14 | 2,0 (2) Rara vez                                            | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                           | (4) Casi siempre                                                            | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                      |
| 15 | 2,0 (2) Rara vez                                            | (3) Algunas veces                                                           | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                      |
| 16 | 2,0 (2) Rara vez                                            | (4) Casi siempre                                                            | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                           | (1) Nunca                                                              |
| 17 | 5,0 (1) Nunca                                               | (2) Rara vez                                                                | (1) Nunca                                                                   | (2) Rara vez                                                                | (1) Nunca                                                                   | (3) Algunas veces                                                           | (1) Nunca                                                                   | (2) Rara vez                                                           |
| 18 | 3,0 (4) Casi siempre                                        | (4) Casi siempre                                                            | (4) Casi siempre                                                            | (3) Algunas veces                                                           | (4) Casi siempre                                                            | (2) Rara vez                                                                | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                      |
| 19 | 3,0 (3) Algunas veces                                       | (4) Casi siempre                                                            | (2) Rara vez                                                                | (4) Casi siempre                                                            | (4) Casi siempre                                                            | (2) Rara vez                                                                | (3) Algunas veces                                                           | (3) Algunas veces                                                      |

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode: ON

Avenida Oscar R... Carretera cerrada

Buscar

09:47 8/09/2023

\*Sin titulo2 [Conjunto\_de\_datos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

Visible: 137 de 137 variables

|    | Isquedadeinforma<br>nsobrelasituación | Ventilación y confide<br>ncias verbalización<br>de la situación que p... | Nivel_estrés       | nivel_estres_123 | nivel_estres_12 | Presentocambiosen<br>miestadodeánimo<br>estabilidaddemoc... | Mesientristeoa<br>batida | Últimamentemes<br>entidoconfundido<br>y desorientado | Haysituacionesen<br>las que sienten que pier<br>den el control | Últimamentemes<br>entido pesimist |
|----|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 1  | 2,0                                   | 3,0                                                                      | 3,6896551724137930 | Alto             | Moderado o Alto | 4,0                                                         | 4,0                      | 4,0                                                  | 3,0                                                            |                                   |
| 2  | 2,0                                   | 3,0                                                                      | 3,6896551724137930 | Alto             | Moderado o Alto | 4,0                                                         | 4,0                      | 4,0                                                  | 3,0                                                            |                                   |
| 3  | 2,0                                   | 3,0                                                                      | 3,6896551724137930 | Alto             | Moderado o Alto | 4,0                                                         | 4,0                      | 4,0                                                  | 3,0                                                            |                                   |
| 4  | 4,0                                   | 4,0                                                                      | 3,4137931034482760 | Moderado         | Moderado o Alto | 3,0                                                         | 3,0                      | 3,0                                                  | 2,0                                                            |                                   |
| 5  | 4,0                                   | 4,0                                                                      | 3,4137931034482760 | Moderado         | Moderado o Alto | 3,0                                                         | 3,0                      | 3,0                                                  | 2,0                                                            |                                   |
| 6  | 4,0                                   | 4,0                                                                      | 3,4137931034482760 | Moderado         | Moderado o Alto | 3,0                                                         | 3,0                      | 3,0                                                  | 2,0                                                            |                                   |
| 7  | 3,0                                   | 3,0                                                                      | 3,1379310344827585 | Moderado         | Moderado o Alto | 2,0                                                         | 3,0                      | 3,0                                                  | 3,0                                                            |                                   |
| 8  | 3,0                                   | 3,0                                                                      | 3,1379310344827585 | Moderado         | Moderado o Alto | 2,0                                                         | 3,0                      | 3,0                                                  | 3,0                                                            |                                   |
| 9  | 3,0                                   | 3,0                                                                      | 3,1379310344827585 | Moderado         | Moderado o Alto | 2,0                                                         | 3,0                      | 3,0                                                  | 3,0                                                            |                                   |
| 10 | 4,0                                   | 4,0                                                                      | 2,9310344827586206 | Moderado         | Moderado o Alto | 4,0                                                         | 3,0                      | 3,0                                                  | 2,0                                                            |                                   |
| 11 | 4,0                                   | 4,0                                                                      | 2,9310344827586206 | Moderado         | Moderado o Alto | 4,0                                                         | 3,0                      | 3,0                                                  | 2,0                                                            |                                   |
| 12 | 4,0                                   | 4,0                                                                      | 2,9310344827586206 | Moderado         | Moderado o Alto | 4,0                                                         | 3,0                      | 3,0                                                  | 2,0                                                            |                                   |
| 13 | 4,0                                   | 4,0                                                                      | 2,2413793103448274 | Bajo             | Bajo            | 2,0                                                         | 3,0                      | 2,0                                                  | 3,0                                                            |                                   |
| 14 | 4,0                                   | 4,0                                                                      | 2,2413793103448274 | Bajo             | Bajo            | 2,0                                                         | 3,0                      | 2,0                                                  | 3,0                                                            |                                   |
| 15 | 4,0                                   | 4,0                                                                      | 2,2413793103448274 | Bajo             | Bajo            | 2,0                                                         | 3,0                      | 2,0                                                  | 3,0                                                            |                                   |
| 16 | 4,0                                   | 4,0                                                                      | 2,2413793103448274 | Bajo             | Bajo            | 2,0                                                         | 3,0                      | 2,0                                                  | 3,0                                                            |                                   |
| 17 | 4,0                                   | 4,0                                                                      | 2,2413793103448274 | Bajo             | Bajo            | 2,0                                                         | 3,0                      | 2,0                                                  | 3,0                                                            |                                   |
| 18 | 4,0                                   | 4,0                                                                      | 2,2413793103448274 | Bajo             | Bajo            | 2,0                                                         | 3,0                      | 2,0                                                  | 3,0                                                            |                                   |
| 19 | 1,0                                   | 5,0                                                                      | 4,0344827586206895 | Alto             | Moderado o Alto | 5,0                                                         | 5,0                      | 5,0                                                  | 5,0                                                            |                                   |

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode: ON

Avenida Oscar R... Carretera cerrada

Buscar

09:48 8/09/2023

\*Sin título2 [Conjunto\_de\_datos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

Visible: 137 de 137 variables

|    | dsde | Piensenmuchasco<br>sasquemepontis<br>te | Mesientofsicament<br>edébil | Tengodificultadpar<br>omardecisiones | Mehesentidoansios<br>oa | a_personal         | a_personal12    | personal3 | Hagoamistadesconf<br>acilidadenmiuniversi<br>dad | Habitualmenteen<br>cuentropocoacomp<br>añadoprotosc... | Miscom<br>ursosoni<br>paramic |
|----|------|-----------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------|-------------------------|--------------------|-----------------|-----------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------|
| 1  | 4.0  | 4.0                                     | 4.0                         | 4.0                                  | 4.0                     | 3,8461538461538463 | moderado o bajo | Moderado  | 3.0                                              | 4.0                                                    |                               |
| 2  | 4.0  | 4.0                                     | 4.0                         | 4.0                                  | 4.0                     | 3,8461538461538463 | moderado o bajo | Moderado  | 3.0                                              | 4.0                                                    |                               |
| 3  | 4.0  | 4.0                                     | 4.0                         | 4.0                                  | 4.0                     | 3,8461538461538463 | moderado o bajo | Moderado  | 3.0                                              | 4.0                                                    |                               |
| 4  | 3.0  | 3.0                                     | 3.0                         | 2.0                                  | 4.0                     | 2,7692307692307690 | moderado o bajo | Moderado  | 4.0                                              | 4.0                                                    |                               |
| 5  | 3.0  | 3.0                                     | 3.0                         | 2.0                                  | 4.0                     | 2,7692307692307690 | moderado o bajo | Moderado  | 4.0                                              | 4.0                                                    |                               |
| 6  | 3.0  | 3.0                                     | 3.0                         | 2.0                                  | 4.0                     | 2,7692307692307690 | moderado o bajo | Moderado  | 4.0                                              | 4.0                                                    |                               |
| 7  | 4.0  | 3.0                                     | 3.0                         | 3.0                                  | 3.0                     | 3,0769230769230770 | moderado o bajo | Moderado  | 3.0                                              | 3.0                                                    |                               |
| 8  | 4.0  | 3.0                                     | 3.0                         | 3.0                                  | 3.0                     | 3,0769230769230770 | moderado o bajo | Moderado  | 3.0                                              | 3.0                                                    |                               |
| 9  | 4.0  | 3.0                                     | 3.0                         | 3.0                                  | 3.0                     | 3,0769230769230770 | moderado o bajo | Moderado  | 3.0                                              | 3.0                                                    |                               |
| 10 | 4.0  | 3.0                                     | 2.0                         | 3.0                                  | 3.0                     | 2,8461538461538463 | moderado o bajo | Moderado  | 4.0                                              | 3.0                                                    |                               |
| 11 | 4.0  | 3.0                                     | 2.0                         | 3.0                                  | 3.0                     | 2,8461538461538463 | moderado o bajo | Moderado  | 4.0                                              | 3.0                                                    |                               |
| 12 | 4.0  | 3.0                                     | 2.0                         | 3.0                                  | 3.0                     | 2,8461538461538463 | moderado o bajo | Moderado  | 4.0                                              | 3.0                                                    |                               |
| 13 | 3.0  | 3.0                                     | 2.0                         | 2.0                                  | 2.0                     | 2,6923076923076925 | moderado o bajo | Moderado  | 2.0                                              | 4.0                                                    |                               |
| 14 | 3.0  | 3.0                                     | 2.0                         | 2.0                                  | 2.0                     | 2,6923076923076925 | moderado o bajo | Moderado  | 2.0                                              | 4.0                                                    |                               |
| 15 | 3.0  | 3.0                                     | 2.0                         | 2.0                                  | 2.0                     | 2,6923076923076925 | moderado o bajo | Moderado  | 2.0                                              | 4.0                                                    |                               |
| 16 | 3.0  | 3.0                                     | 2.0                         | 2.0                                  | 2.0                     | 2,6923076923076925 | moderado o bajo | Moderado  | 2.0                                              | 4.0                                                    |                               |
| 17 | 3.0  | 3.0                                     | 2.0                         | 2.0                                  | 2.0                     | 2,6923076923076925 | moderado o bajo | Moderado  | 2.0                                              | 4.0                                                    |                               |
| 18 | 3.0  | 3.0                                     | 2.0                         | 2.0                                  | 2.0                     | 2,6923076923076925 | moderado o bajo | Moderado  | 2.0                                              | 4.0                                                    |                               |
| 19 | 4.0  | 5.0                                     | 5.0                         | 5.0                                  | 5.0                     | 4,6153846153846150 | moderado o bajo | Bajo      | 2.0                                              | 1.0                                                    |                               |

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode: ON

Avenida Oscar R...  
Carretera cerrada

Buscar

09:49  
8/09/2023

## **Anexo 5: CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Usted ha sido invitado a participar en la investigación titulada "Estrés académico y Ajuste al Contexto Universitario en Estudiantes de Universidad Pública de Loreto en el 2023". Esta investigación es realizada por Johan Marin Lizarraga y el objetivo es determinar la relación entre el Estrés académico y Ajuste al Contexto Universitario en Estudiantes de Universidad Pública de Loreto en el 2023. Si acepta participar en esta investigación le pedimos que conteste las preguntas que están en el cuestionario.

Su identidad estará protegida dado que se utilizará códigos en el manejo, análisis e interpretación de los datos. La información de los datos personales será manejada en forma confidencial y su participación es voluntaria.

### **Consentimiento informado del participante:**

He leído la hoja informativa que me ha sido entregada y entiendo que la participación es voluntaria. Declaro que he leído y conozco el contenido del presente documento, asumo el compromiso y lo mantengo expresamente. Por lo tanto, firmo este consentimiento informado de forma voluntaria, para manifestar mi deseo de participar en el estudio de investigación sobre Estrés académico y Ajuste al Contexto Universitario en Estudiantes de Universidad Pública de Loreto en el 2023

Iquitos, Junio 2023

Firma del participante

**Anexo 6: AUTORIZACIÓN DE LA ENTIDAD DONDE SE REALIZÓ EL TRABAJO DE CAMPO.**

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

CARTA S/N - 2023 - JML

DOCTORA:  
GUILLERMINA ELISA GONZALES MERA  
Decana de la facultad de Educación - UNAP  
Ciudad. -

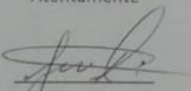
De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted, para saludarla y a la vez solicitarle tenga a bien autorizar a quien corresponda se me facilite efectuar una encuesta a los estudiantes del 1° y 2° ciclo de la facultad a su cargo, con la finalidad de recoger información sobre "ESTRÉS ACADÉMICO Y AJUSTE AL CONTEXTO UNIVERSITARIO EN ESTUDIANTES DE UNAP-2023".

Cabe indicarle, que este pedido lo efectúo con la finalidad de optar el grado académico de magister en docencia universitaria y gestión educativa.

Agradeciendo su gentil atención a la presente, me suscribo de usted.

Atentamente

  
Médico Cirujano  
Johan Marín Lizárraga  
DNI: 07496147

FCEH

|                               |          |
|-------------------------------|----------|
| Para                          | _____    |
| Redactor                      | _____    |
| Archivo ( ) Decreto ( ) Otros | _____    |
| P. Despacho                   | 17.05.23 |
| P. Trámite                    | _____    |

RECEPCION

|        |          |
|--------|----------|
| Fecha  | 17.05.23 |
| Hora   | 11:41    |
| Legajo | 860-05   |

3



# UNAP

Facultad de Ciencias de la  
Educación y Humanidades  
Decanato

"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

Iquitos, 05 de julio de 2023

OFICIO N° 0864-2023-D-FCEH-UNAP

Señor:

IOHAN MARIN LIZÁRRAGA

Tesista-Posgrado

Ciudad:

Asunto : AUTORIZACION

Referencia : CARTA (17/05/2023)

Me dirijo a usted con la finalidad de saludarle muy cordialmente y al mismo tiempo en respuesta al documento de la referencia, se le otorga la AUTORIZACION respectiva, para que aplique el instrumento (ENCUESTA) de su plan de Tesis de posgrado, para ser aplicados en los Estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades de la Universidad Nacional de la Amazonia Peruana, quienes desarrollan sus clases en el Local de Bermúdez N° 755.

PROYECTO DE TESIS:

"ESTRÉS ACADÉMICO Y AJUSTE AL CONTEXTO UNIVERSITARIO EN ESTUDIANTES DE UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA AMAZONIA PERUANA DE LORETO, AÑO 2023"

En ese sentido, para coordinaciones adicionales, se le sugiere comunicarse con los siguientes Directores de Escuelas:

| Nº  | Apellidos y Nombres                                                                                                                        | Teléfono/celular | Correo Electrónico                         |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------|
| 1.  | HARVEY ENRIQUE PANDURO URRELO<br>Director (e) de Escuela Profesional de Educación Secundaria con Especialidad en Matemática e Informática  | 965828178        | harpanu1@gmail.com<br>eleuchan@hotmail.com |
| 2.  | CORDOVA RAMIREZ ELEODORO<br>Director (e) de Escuela Profesional de Educación Secundaria con Especialidad en Ciencias Naturales             | 231024 965943463 | SelvalibertadR1@gmail.com                  |
| 3.  | DIAZ VÁSQUEZ SELVA LIBERTAD<br>Directora (e) de Escuela Profesional de Educación Secundaria con Especialidad en Ciencias Sociales          | 979751057        | ediazselva@gmail.com                       |
| 4.  | GUZMÁN CORNEJO EDGAR<br>Director de Escuela Profesional de Educación Secundaria con Especialidad en Idiomas Extranjeros                    | 268080 965626373 | edgarc@unmancornejo@gmail.com              |
| 5.  | LÓPEZ VÁSQUEZ ANA ROSANA<br>Directora (e) de Escuela Profesional de Educación Primaria                                                     | 231024 965927601 | chanices@hotmail.com                       |
| 6.  | AGUILERA RIOS, ROSA ETELBINA<br>Directora de Escuela Profesional de Antropología Social                                                    | 951761966        | agullerariososa@gmail.es                   |
| 7.  | ISUIZA MOZOMBITE OLGA<br>Directora (e) de Escuela Profesional de Educación Inicial                                                         | 965625090        | olgaizuzamozombite@yahoo.es                |
| 8.  | VÁSQUEZ MESIA MARTHA ISABEL<br>Directora de Escuela Profesional de Educación Secundaria con Especialidad en Lengua y Literatura            | 222464 965932624 | mvasquezmesia94@gmail.com                  |
| 9.  | TORRES GARCIA LUIS ENRIQUE<br>Director de Escuela Profesional de Educación Secundaria con Especialidad en Educación Física                 | 965835601        | lutoga27@hotmail.com                       |
| 10. | PEREZ TENAZOA NESTOR OSWALDO<br>Director (e) de Escuela Profesional de Educación Secundaria con Especialidad en Filosofía y Psicopedagogía | 957502497        | nestorperes2575@gmail.com                  |

Sin otro particular, me suscribo, reiterándole las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,

**Dr. Guillermo Luis Conzales Mero**

Decano - F.C.E.H

Calle: Directores de Escuelas (10), Vigilante Local de Bermúdez-Turno (Diurno-1) Nocturno(1), FRP (1)

MGGC 111, Archivo

JURADO

Dirección: Calle Santa Lorea 635, Iquitos, Perú

Teléfono: 233563

Correo: [decanato@unapiquitos.edu.pe](mailto:decanato@unapiquitos.edu.pe)



[www.unapiquitos.edu.pe](http://www.unapiquitos.edu.pe)

## **Anexo 7: DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL DE LA TESIS**

Yo Johan Marin Lizárraga con DNI 07496147 egresado de la Maestría en Docencia Universitaria y Gestión Educativa, declaro bajo juramento que:

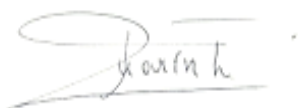
El informe final de tesis es de mi autoría “Estrés académico y Ajuste al Contexto Universitario en Estudiantes de Universidad Pública de Loreto en el 2023”

He respetado las normas internacionales de citas y referencias para fuentes consultadas. Por lo tanto, no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.

Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados ni copiados y por lo tanto los resultados que se presentan son un aporte a la realidad investigada.

De identificarse fraude, datos falsos de plagio, piratería o falsificación asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven. Sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Alas Peruanas.

Muestra de lo cual firmo la presente declaratoria



---

JOHAN MARIN LIZÁRRAGA

Firma

D.N.I. 07496147