



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

TESIS

**CONOCIMIENTO DE ESTRES Y SU RELACIÓN CON EL NIVEL DE
AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS - AREQUIPA 2017**

**PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERIA**

**PRESENTADO POR:
KATTY MABERLY ARENAS MONTES**

**ASESORA
MG. MARIA ESTHER HERMOZA CALERO**

AREQUIPA - PERU, 2018

**CONOCIMIENTO DE ESTRES Y SU RELACIÓN CON EL NIVEL DE
AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS - AREQUIPA 2017**

RESUMEN

La presente investigación tuvo como Objetivo: Determinar si el conocimiento sobre el Estrés se relaciona con el nivel de afrontamiento en Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017. . Es una investigación descriptiva transversal, se trabajó con una muestra de 50 estudiantes, para el recojo de la información se utilizó un cuestionario tipo Likert , la validez del instrumento se realizó mediante la prueba de concordancia del juicio de expertos obteniendo un valor de 0,865; la confiabilidad se realizó mediante el alfa de Cronbach con un valor de 0,919, la prueba de hipótesis se comprobó estadísticamente mediante la R de Pearson con un valor de 0,921 y con un nivel de significancia de valor $p < 0,05$.

CONCLUSIONES:

Los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, que tienen un nivel de conocimiento Medio sobre el estrés tienen a su vez un nivel de afrontamiento Inadecuado en un 42%(21), los estudiantes con nivel de conocimiento Alto del estrés tienen a su vez un nivel de afrontamiento Adecuado en un 26%(13) y los estudiantes con conocimientos Bajos del estrés tienen a su vez un nivel de afrontamiento Inadecuado en un 12%(6). Estos resultados nos indican que existe relación entre ambas variables: Conocimientos del estrés y afrontamiento de los estudiantes.

PALABRAS CLAVES: *Conocimiento, Estrés, afrontamiento.*

ABSTRACT

The present investigation had like Objective: To determine if the knowledge on the Stress is related to the level of confrontation in Students of the Professional School of Nursing of the Alas Peruanas University Arequipa 2017.. It is a cross-sectional descriptive investigation, we worked with a sample of 50 students, for the collection of the information a Likert type questionnaire was used, the validity of the instrument was made by the trial of concordance of the expert judgment obtaining a value of 0.865; the reliability was carried out using the Cronbach's alpha with a value of 0.919, the hypothesis test was statistically verified by the Pearson's R with a value of 0.921 and with a significance level of p value <0.05.

CONCLUSIONS:

The students of the Professional Nursing School of the Alas Peruanas University, Arequipa, who have a level of knowledge about stress have an inadequate level of coping in 42% (21), students with a high level of knowledge of stress have in turn a level of coping Adequate in 26% (13) and students with low knowledge of stress in turn have an inadequate level of coping in 12% (6). These results indicate that there is a relationship between both variables: Knowledge of stress and coping of students.

KEY WORDS: *Knowledge, Stress, coping.*

INDICE

	Pág.
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
RESUMEN	I
ABSTRACT	II
ÍNDICE	III
INTRODUCCIÓN	V
CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	3
1.2.1. Problema General	3
1.3. Objetivos de la investigación	3
1.3.1. Objetivo general	3
1.3.2. Objetivos específicos	3
1.4. Justificación del estudio	4
1.5. Limitaciones de la investigación	5
CAPITULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes del estudio	6
2.2. Base teórica	9
2.3. Definición de términos	30
2.4. Hipotesis	31
2.5. Variables	31
2.5.1. Definición conceptual de la variable	31
2.5.2. Definición operacional de la variable	32
2.5.3. Operacionalización de la variable	32

CAPITULO III: METODOLOGIA	
3.1. Tipo y nivel de investigación	35
3.2. Descripción del ámbito de la investigación	35
3.3. Población y muestra	36
3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	37
3.5. Validez y confiabilidad del instrumento	38
3.6. Plan de recolección y procesamiento de datos	38
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	40
CAPÍTULO V: DISCUSION	44
CONCLUSIONES	46
RECOMENDACIONES	47
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	48
ANEXOS	
Matriz	
Instrumento	

INTRODUCCION

En el mundo moderno, vivimos presionados por el cumplimiento de deberes, nos acosa la eficiencia, las metas nos siguen sin tregua, hay tantos conflictos personales que la mayoría de veces nos sentimos muy débiles y deprimidos, esto es muy real en las grandes ciudades en donde además pasamos inadvertidos y los problemas biológicos, psicológicos y socioculturales influyen de gran manera en el desarrollo del estrés del ser humano, desde el momento de su concepción hasta su desarrollo tanto familiar, profesional y laboral, el ser humano esta rodeado de exigencias ya sean físicos, emocionales y hasta económicas, por que cada día hay mas cosas por los cuales se sienten presionados de alguna manera.

La presente investigación para fines de estudio contiene

Capítulo I: El problema de investigación, Planteamiento del problema, Formulación del problema, Objetivos de la investigación, Justificación del estudio, Limitaciones de la investigación.

Capítulo II: Marco Teórico, Antecedentes del estudio, Bases teóricas, Definición de términos, Variables su definición conceptual, operacional, y la operacionalización de la variable

Capítulo III: Metodología, Tipo y nivel de investigación, Descripción del ámbito de la investigación, Población y muestra, Técnicas e instrumentos para la recolección de datos, Validez y confiabilidad del instrumento y el Plan de recolección y procesamiento de datos. Luego los aspectos administrativos en el cual se aprecia el Presupuesto de la investigación y el cronograma de actividades terminando con la presentación de la referencias bibliográficas y anexos.

CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

En la actualidad el mundo vive en un proceso integrado denominado globalización y mundialización. Este fenómeno socioeconómico, político y cultural trae consigo que las relaciones entre los hombres sea más rápida y en general las actividades se hagan en menor tiempo y menos eficaces. esta situación ejerce una gran presión sobre las personas, lo que constituye una fuente generadora de estrés. Se conoce como “estrés a una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada”¹

Existen una serie de mecanismos de afrontamiento que el Estudiante universitario puede realizar para afrontar el estrés como son:

- Estrategias de afrontamiento centradas en el problema:
Donde la persona hace frente a la situación, buscando soluciones al problema que ha provocado el estrés. El sujeto busca recomponer el equilibrio entre su interior y el exterior. Este tipo de estrategias son la confrontación, la búsqueda de apoyo social y la búsqueda de soluciones.

- Estrategias de afrontamiento centradas en la emoción:

Se refiere a los esfuerzos que la persona realiza para reducir las emociones negativas que se generan como consecuencia de la exposición al problema amenazante.

El presente trabajo de investigación se realizará en la Escuela Profesional de Enfermería Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Alas Peruanas de Arequipa, y tiene como objeto de estudio a los Estudiantes de Enfermería de dicha institución con una población de 104 alumnos de ambos sexos . El problema a tratar es el nivel de conocimiento de estrés y su relación con nivel de afrontamiento en Estudiantes de Enfermería U.A.P - Arequipa 2017, situación que surge de la observación de los constantes cambios que el Estudiante de Enfermería sufre dentro de las aulas académicas de la Universidad que son: Sobrecarga de tareas y trabajos académicos, en aprobar los exámenes mensuales, exposiciones de trabajos en cada curso, la competencia con compañeros del grupo, problemas o conflictos con los compañeros, exceso de responsabilidad para cumplir las obligaciones universitarias, falta o tiempo limitado para hacer las actividades académicas, las evaluaciones constantes de los profesores, el tipo de trabajo que te piden los docentes, la intervención en el aula como responder a una pregunta del profesor, falta de incentivos, realización de trabajos obligatorios para aprobar los cursos, las prácticas pre-profesionales en los hospitales, postas. Sin contar que algunos estudiantes tienen labores extraacadémicas que tienen que cumplir, ya sea en el entorno social, familiar e individual. entre otros.

Por todo ello surge la presente inquietud y en efecto para poder llegar al problema vamos a identificar y determinar mediante encuestas el nivel de conocimientos que tiene cada alumno de Enfermería acerca de lo qué significa la palabra estrés, cuales son las causas del estrés, cuáles son sus signos y síntomas, cuales son las consecuencias que trae consigo este síndrome llamado estrés, y otro aspecto que se va a tratar es precisar el nivel de afrontamiento que utilizan los estudiantes de

Enfermería de la U.A.P - Arequipa en el año 2017 para así, determinar si los mecanismos de afrontamiento que realizan los estudiantes de Enfermería disminuye o no el estrés que presentan.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1 PROBLEMA GENERAL

¿En qué medida se relacionan el conocimiento y el nivel de afrontamiento del estrés en los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?

1.2.2 PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿Cual es el conocimiento sobre el estrés tienen los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?
- ¿Cual es el afrontamiento al estrés que utilizan los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar si el conocimiento sobre el Estrés se relaciona con el nivel de afrontamiento en Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Determinar el conocimiento sobre el estrés que tienen los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017.

- Determinar el nivel de afrontamiento frente al estrés que tienen los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017

1.4 JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

El presente trabajo tiene como propósito fundamental Determinar el nivel de conocimiento sobre el estrés y su relación con el nivel de afrontamiento en Estudiante de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017. Así mismo pretende identificar el nivel de afrontamiento que utilizan los estudiantes para establecer un punto de inicio hacia la lucha contra este mal social que afecta no solo a los estudiantes sino a nivel general, a las personas con mucha presión a su alrededor y que en base a esto su comportamiento tiene distintas variables de comportamiento que en algunos casos conlleva a refugiarse en diferentes factores infecciosos de la sociedad (alcohol, drogas, etc.) y que a partir de esos conlleva a muchos males familiares que a la vez son reflejados dentro de la sociedad.

También con la presente investigación se pretende beneficiar a los Estudiantes de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas en las aulas de la Filial Arequipa, ya que a través de sus resultados nos permitirá conocer si realizan o no mecanismos de afrontamiento y si estos mecanismos de afrontamiento disminuyen o no el estrés que presentan.

Seria útil además a la institución por que mediante sus resultados se podrá reforzar y/o incorporar actividades, programas, charlas, entre otros sobre medidas de afrontamiento de estrés en Estudiantes universitarios. Para la profesión contribuirá si se logra confirmar la hipótesis “si a mayor nivel de conocimiento, mejores mecanismos de afrontamiento” que adoptara el futuro profesional de Enfermería, ya que los Estudiantes de Enfermería están en constante contacto con el paciente y si saben utilizar adecuados mecanismos de afrontamiento sabrán manejar mejor el estrés.

Con la investigación se contribuirá el conocimiento de estrés y los mecanismos de afrontamiento al área de Enfermería y así poder mejorar o

profundizar más el tema. Servirá como referencia bibliográfica para investigaciones futuras. Así como el presente trabajo de investigación es un requisito fundamental que exige la Universidad Alas Peruanas para obtener el título en Enfermería.

El interés por investigar, aprender y aportar nuevos conocimientos a la investigación, no queda de lado pues a través de la presente se aplicaron los conocimientos que tenemos sobre los cursos de metodología de investigación y elaboración de proyecto de investigación, complementado con la ayuda del internet, libros, revistas, encuestas a los Estudiantes, que me ayudaron bastante para poder llevar a cabo esta investigación acerca del problema del estrés.

La presente investigación se justifica porque proporcionará información actualizada a las autoridades de la Escuela Profesional de Enfermería para que tomen conocimiento de los hallazgos encontrados y diseñen estrategias que salvaguarden a los estudiantes a mejorar los conocimientos y el nivel de afrontamiento del estrés para que no alteren el proceso de enseñanza aprendizaje ya que estos, mejorarán sus relaciones personales, se sentirá motivado y va a permitir una formación integral del futuro profesional de enfermería.

1.5 LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

La primera limitación es la falta de presupuesto y/o de financiamiento para la realización del presente trabajo de investigación, dado que en nuestra localidad no existen empresas que promuevan y apoyen la investigación.

La segunda limitación que podría afectar el desarrollo de la presente investigación es el tiempo, por estar a puertas de postular al SERUMS.

La tercera limitación es la falta de acceso a una biblioteca especializada en la institución, y en la localidad se dificulta el acceso a tesis anteriores que sirvan como marco referencial para los trabajos de investigación.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DEL ESTUDIO

2.1.1 ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Un Trabajo de Investigación realizado en España por Montoya Vélez, Liliana Patricia; Toro Isaza, Beatriz Eugenia; y otros. Titulado Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico en el 2010.(2) “La salud mental de los Estudiantes cuando ingresan a la Universidad puede verse afectada por múltiples factores, entre los cuales se encuentran las situaciones académicas generadoras de estrés. Éstas constituyen un factor que puede estar relacionado con la presencia de depresión en los Estudiantes universitarios. Es por ello que resulta importante conocer la prevalencia de esta entidad y la posible relación que pueda tener con los estresores académicos en los Estudiantes. Métodos: Se aplicó un instrumento auto-administrado a todos los Estudiantes matriculados en los programas de pregrado de la Universidad CES que permitió establecer la prevalencia de depresión y la tendencia para ver el comportamiento de la relación entre el nivel de estrés y la depresión. El análisis estadístico se realizó con el programa SPSS®. Resultados: La edad promedio de los

Estudiantes fue de $20,4 \pm 2,6$ años. El 68,7% de la población es de género femenino. La prevalencia para depresión encontrada fue del 47,2% y la relación de ésta con la severidad del estrés generado por los estresores académicos fue estadísticamente significativa

Los resultados de esta investigación establecen un diagnóstico de posibles factores que afectan la salud mental de la población estudiantil. Con ello se podrán orientar programas de intervención dirigidos a disminuir los niveles de estrés y por ende la frecuencia de depresión, generados por las diferentes situaciones de la vida universitaria.

En Argentina: Martín Monzón, Isabel. Año 2007, realizó una investigación sobre: Estrés académico en Estudiantes universitarios. (3) .La investigadora menciona que “El estrés es hoy en día, una problemática a la que se está prestando una atención creciente. Sin embargo, el estrés académico o estrés del estudiante no recibe la suficiente atención en el ámbito de la investigación. Por ello, en este trabajo se pretende estudiar la relación entre el nivel de estrés y los exámenes en los Estudiantes universitarios, además de analizar la influencia de determinados indicadores de salud y del autoconcepto académico. En este estudio han participado 40 Estudiantes de 4º curso de las licenciaturas de Psicología, Ciencias Económicas, Filología Inglesa y Filología Hispánica. Fueron evaluados a lo largo de dos momentos temporales que diferían en la proximidad a la fecha de los exámenes: período sin exámenes (marzo) y período con exámenes .

En general, los resultados de ésta Investigación muestran un aumento en el nivel de estrés de los universitarios durante el período de exámenes. Se observaron diferencias significativas en el nivel de estrés alcanzado por los Estudiantes de Psicología respecto al de Filología Hispánica durante los dos períodos

analizados. Asimismo se han hallado efectos sobre la salud (ansiedad, consumo de tabaco, cafeína o fármacos, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos) y sobre el auto concepto académico de los estudiantes (peor nivel de autoconcepto académico) durante el período de presencia del estresor”⁽³⁾.

2.1.2 ANTECEDENTES NACIONALES

Inga Espinoza Jessica Magaly, Lima- 2008, realizo un estudio sobre Nivel de Vulnerabilidad frente al estrés en estudiantes del primer año de enfermería, UNMSM.(6). Tesis para optar título profesional de Lic. En Enfermería, el objetivo del presente estudio fue determinar el Nivel de Vulnerabilidad Frente al Estrés en Estudiantes de Enfermería del Primer Año de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. El estudio es de tipo cuantitativo y el método fue descriptivo de corte transversal, la población estuvo constituida por 74 estudiantes de enfermería del primer año, de los cuales se logro abordar 58 estudiantes, la técnica fue la entrevista grupal y el instrumento fue el test de vulnerabilidad.

La investigadora llegó entre otras conclusiones: Que el nivel de vulnerabilidad frente al estrés se encuentra presente en los estudiantes del primer año de enfermería en un nivel medio (55.2%), con tendencia a ser bajo, y estando esa vulnerabilidad ligada a la calidad de vida⁽¹⁰⁾

Berrios Gamarra Fabiola Norka Lima -2006. Realizo un estudio titulado “Nivel de vulnerabilidad frente al estrés y mecanismos de afrontamiento en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos”(7), Tesis para optar Título Profesional de Enfermera; cuyo objetivo general fue determinar el nivel de vulnerabilidad frente al estrés y los mecanismos de afrontamiento que emplean los estudiantes de la escuela académica de enfermería, y dentro de los específicos identificar el nivel de vulnerabilidad al estrés relacionados a estilos

de vida del estudiante de la escuela académico profesional de enfermería, mediante un estudio de tipo cuantitativo de corte transversal, la población estuvo conformada por estudiantes de enfermería del 1º al 4º año, es decir 430 estudiantes. Las técnicas para recolección de datos fue la encuesta y el instrumento el test de vulnerabilidad-bienestar frente al estrés.

La investigadora llegó entre otras conclusiones: Que la vulnerabilidad frente al estrés se encuentra presente en los estudiantes de enfermería en un nivel medio 62.3% con tendencia a lo alto, 22.3% siendo el indicador más significativo el hecho de que cuando les pasa algo desagradable logren conformarse con facilidad ⁽⁷⁾.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. ALGUNOS ALCANCES BÁSICOS SOBRE EL CONOCIMIENTO:

❖ **Mario Bunge:** Define al conocimiento como “el conjunto de ideas, conceptos, enunciados que pueden ser claras, precisos, ordenados e inexactos, en base a ello se tipifica al conocimiento en: Conocimiento científico y conocimiento vulgar.

- Conocimiento científico lo identifica como conocimiento racional, analítico, objetivo, sistemático y verificable a través de la experiencia.
- El conocimiento vulgar, como un conocimiento vago, inexacto limitado a la observación”. ⁽⁹⁾

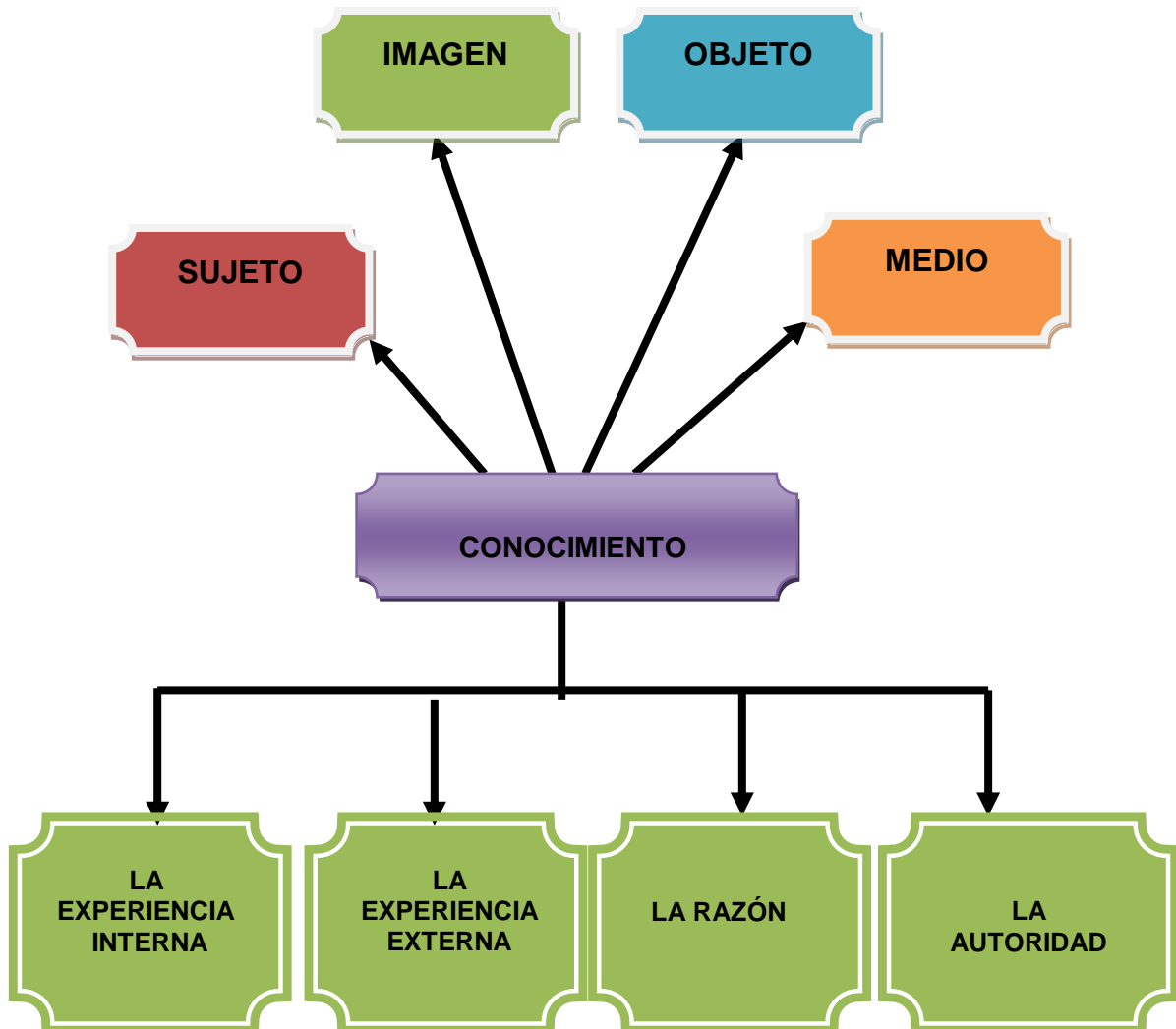
❖ **Bertrand Russel:** Plantea que: “el conocimiento es el conjunto de informaciones que posee el hombre como producto de su experiencia, de lo que ha sido capaz de inferir a partir de estos puntos:”.⁽¹⁰⁾

Es menester definir previamente los alcances del término conocimiento.

1. El conocimiento es un saber fundado, crítico, conjetural, sistematizado y metódico sobre aspectos del universo.
2. Los conocimientos se podrían definir como la capacidad de aplicar información para resolver un problema determinado y la inteligencia, como la selección adecuada de conocimientos que se invoca a fin de resolver una tarea determinada. También podemos añadir el concepto de sabiduría, pero estos cuatro primeros niveles son los más importantes.
3. El conocimiento científico es un pensamiento dinámico en la conciencia de los sujetos capaz de utilizar la reflexión crítica sobre un problema. Es cierto que se requieren de ciertos pasos para llegar a él sin embargo es necesario un pensamiento categorial para acceder a ellos por lo cual exige la categoría de 'totalidad' entendida como la apertura a la realidad que vivimos para concretar en un tópico específico.

A. ELEMENTOS DEL CONOCIMIENTO

Gráfico N° 1



FUENTE: LA INVESTIGADORA.2009 FMHYCS-EAPE-UAP

1. Sujeto:

El sujeto del conocimiento es el individuo conocedor. En él se encuentran los estados del espíritu en el que se envuelven o entran la ignorancia, duda, opinión y certeza. Este se presenta como el punto que depende por decirlo así, la verdad del conocimiento humano.⁽¹⁰⁾

Su función consiste en aprehender el objeto, esta aprehensión se presenta como una salida del sujeto fuera de su propia esfera, una invasión en la esfera del objeto y una captura de las propiedades de éste.

2. Objeto:

Es aquello a lo que se dirige la conciencia, ya sea de una manera cognoscitiva, ya sea volitiva. Es lo que se percibe, imagina, concibe o piensa. Su función es ser aprehensible y aprehendido por el sujeto.

Los objetos pueden ser reales o irreales; llamamos real todo lo que nos es dado en la experiencia externa o interna o se infiere algo de ella. Los objetos irreales se presentan, por el contrario, como meramente pensados.

3. Medio:

Generalmente hay ausencia de medios especiales, los instrumentos de trabajo son a la vez medios, del conocimiento de la realidad.

Los medios del conocimiento son:

MEDIOS DEL CONOCIMIENTO

Cuadro N° 1

	MEDIOS DEL CONOCIMIENTO	ALCANCES
MEDIO	La Experiencia interna	Consiste en darnos cuenta lo que existe en nuestra interioridad. Esta experiencia constituye una certeza primaria: en nuestro interior ocurre realmente lo que experimentamos.
	La Experiencia externa	Es todo conocimiento o experiencia que obtenemos por nuestros sentidos.
	La Razón	Esta se sirve de los sentidos, elabora los datos recibidos por ellos los generaliza y los abstrae, transformando la experiencia sensible y singular en conocimientos que valen en cualquier lugar y tiempo.
	La Autoridad	Muchísimos conocimientos que poseemos nos llegan a través de la comunicación de personas que saben mucho sobre el tema, estas personas tienen autoridad científica y lo que divulgan o enseñan merece toda nuestra adhesión.

4. Imagen:

Constituye el instrumento mediante el cual la conciencia cognoscente aprehende su objeto. También es la interpretación que le damos al conocimiento consecuente de la realidad.

2.2.2. ESTRÉS

En 1936 Hans Selye enunció su concepto del estrés como “síndrome general de adaptación”(9), un conjunto de reacciones fisiológicas inespecíficas ante cualquier hecho ambiental nocivo.

Esta formulación fue la responsable en gran manera de la generalización del concepto de estrés en medicina. Algunos autores han considerado “all stress” como referencia a factores tales o estímulos generalmente externos al organismo que exigen algunas respuestas o cambio de conducta (por ejemplo, Holmes y Rahe, 1967). Otro aspecto de estrés se refiere a la respuesta cuando se sitúa en un entorno amenazante o retador (por ejemplo Selye, 1978). Por un lado el estrés se concibe como una condición del entorno, por otro, el estrés se refiere a los cambios provocados por el organismo.

El termino Estrés puede definirse como un estado de desequilibrio fisiológico y mental que se presenta en los estudiantes de Enfermería ante situaciones académicas de exigencia curricular.

También el estrés es una respuesta automática del organismo a cualquier cambio ya sea externo o interno. Mediante la cual el organismo se prepara para hacer frente a posibles demandas que se genera como consecuencia de una nueva situación.

2.2.3. FISIOPATOLÓGIA DEL ESTRÉS

Se identifican tres fases en la producción del estrés:

1) Reacción de Alarma: Es la reacción inicial que la persona presenta ante el estrés, en esta fase el cuerpo detecta estímulos externos y es en donde se libera una hormona llamada adrenalina que al detectarlos el organismo hace uso de las defensas y prepara al cuerpo para una reacción rápida frente al estrés. Si en esta fase permanece el estrés se pasa a la fase de resistencia. Podemos dar ejemplos como: no terminar los trabajos académicos, tener la sensación de no

haber estudiado lo suficiente ya sea para un examen para una exposición, para una charla y otros, las preocupaciones que se presentan por motivo de pagar las pensiones mensuales, el aprobar un examen, un curso entre otros.

- **En esta fase se manifiesta los síntomas como son:**
Ansiedad, angustia, miedo, enfado, taquicardia, mialgias, cefalea, dificultad para dormir y en ocasiones hasta insomnio, contracturas musculares, pérdida de apetito y como efecto pérdida de peso, falta de energía, disminución en la capacidad de concentración, sensación de tener la mente vacía, dificultad para tomar decisiones, entre otros.

2) Estado de Resistencia: En esta reacción el estrés continúa, en donde la persona termina por adaptarse a la nueva situación y es cuando el estado de agresión se prolonga, durante esta etapa el organismo secreta hormonas como es el glucocorticoides y esto hace que la glucosa se eleve permitiendo compensar los gastos de energía ocasionados por el estado de estrés y de este manera permite impedir el agotamiento del organismo y esto hace que nuestro organismo funcione mejor. Si en esta fase el organismo no puede mantener la resistencia llega al agotamiento.⁽¹¹⁾

Como consiguiente. A lo largo de esta etapa, las personas adoptan conductas diferentes: algunos se preparan para afrontar el estrés, otros siguen viviendo sin preocuparse por solucionar su estado o tratando de evitar situaciones que puedan activar el estrés.

3) Fase de Agotamiento: Es cuando se presenta un cuadro constante y severo de estrés, en la cual el organismo pierde su capacidad de respuesta y se agota. ⁽¹¹⁾

Durante esta fase, es probable que la persona manifieste algunas patologías que provoquen que el organismo pierda su capacidad de activación y como consiguiente la persona puede llegar a la muerte.

2.2.4. CAUSAS DEL ESTRÉS

El estrés puede producirse de varias maneras y tenemos:

Causas ambientales: Tales como el ruido, tráfico intenso, largas distancias recorridas, inadecuadas condiciones físicas en los lugares de trabajo y/o escuela, la inseguridad pública y los desastres naturales entre otros. (12)

Causas familiares: Aquí tenemos los problemas de los hijos y/o de los padres, los conflictos conyugales, enfermedades o muerte de algún familiar. (12)

Causas personales: se presentan los pensamientos o ideas negativos como: pensar en no aprobar un curso, desaprovechar un examen, una práctica, pensar que mis compañeras son mejores que yo, la insatisfacción en el cumplimiento de metas. (11)

Causas fisiológicas: en esta fase se presenta un desequilibrio fisiológico en el organismo dando origen a diversas enfermedades. (13)

Causas laborales: cargas excesivas de responsabilidad en el trabajo, tiempo limitado para entregar los trabajos, comunicación ineficaz, entre otros. (12)

Causas del estrés en estudiantes: son aquellas causas que se originan en el Estudiante universitario mediante: (14)

- La competencia con compañeros del grupo
- Problemas o conflictos con los compañeros
- Exceso de responsabilidad por cumplir las obligaciones universitarias
- Sobrecarga de tareas y trabajos académicos
- Tiempo limitado para hacer los trabajos
- Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas
- Las evaluaciones constantes de los profesores
- El tipo de trabajo que te piden los docentes
- La exposición de trabajos en clase
- La realización de un examen
- La intervención en el aula como responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas
- Falta de incentivos
- Realización de trabajos obligatorios para aprobar los cursos

2.2.5. MANIFESTACIONES DEL ESTRÉS

- **EN EL ASPECTO FÍSICO TENEMOS:**
 - Opresión en el pecho
 - Hormigueo
 - Sudor en las palmas de las manos
 - Palpitaciones
 - Dificultad para respira
 - Sequedad en la boca
 - Temblor corporal
 - Manos y pies fríos
 - Tensión muscular
 - Cefalea
 - Falta o aumento de apetito
 - Diarrea o estreñimiento
 - Fatiga, entre otros.

- **EN EL ASPECTO EMOCIONAL TENEMOS:**
 - **Ansiedad:** Se manifiesta como, necesidad de pasar el problema, Inquietud, nerviosismo, Necesidad de que “algo” suceda.
 - **Angustia:** Se manifiesta como, sensación ser superado por la situación, opresión en el pecho, deseos de llorar, sentir un nudo en la garganta
 - **Enojo/ira:** Se manifiesta como, irritabilidad, furia descontrolada, deseos de gritar, golpear, insultar.
 - **Temor:** Se manifiesta como, miedo, deseo de huir y dejar todo, Pánico. Susceptibilidad, tristeza, sensación de no ser tenidos en consideración, indecision, escasa confianza en uno mismo, sensación de no tener el control sobre la situación, inseguridad, dificultad de concentración.

- **EN EL ASPECTO MENTAL TENEMOS:**
Preocupación excesiva, dificultad para tomar decisiones, dificultad para concentrarse, entre otros.

- **EN EL ASPECTO DE LA CONDUCTA TENEMOS:**
En este aspecto cuando la persona presenta ansiedad o tensión la conducta se altera y se presenta manifestaciones como, moverse constantemente, muestra una risa nerviosa, le rechina los dientes, tics nerviosos, comer en exceso o dejar de hacerlo, dormir en exceso o sufrir de insomnio, entre otros.

2.2.6. TIPOS DE ESTRÉS

DISTRÉS y EUSTRES

El distres hace referencia a situaciones y experiencias desagradables, molestas y con consecuencias negativas para la

salud y el bienestar psicológico de la persona pudiendo llegar a ser mortal.(15)

El eustres es el estrés positivo, en el cual el pensamiento, la emoción y la sensación están organizados, para proporcionar un efecto de alegría, satisfacción y energía vital. Hay un equilibrio entre la persona y su entorno.

ESTRÉS FÍSICO Y ESTRÉS MENTAL

Este tipo de estrés se refiere a la reacción física que presenta el organismo a diversos factores desencadenantes por ejemplo tenemos a los dolores que pueden producir estrés. De esta forma el estrés físico desencadena el estrés emocional como ejemplo tenemos: (Opresión en el pecho, hormigueo, sudor en las palmas de las manos, palpitaciones, dificultad para respirar, sequedad en la boca, temblor corporal, manos y pies fríos, tensión muscular, cefalea, falta o aumento de apetito, diarrea o estreñimiento, fatiga, entre otros) .(13)

El estrés emocional es una alteración afectiva que se produce como consecuencia de situaciones que afectan los sentimientos de la persona que la padece y que se manifiestan mediante (llanto, ansiedad, depresión, tristeza, ira, rencor, baja autoestima, soledad, angustia, enojo, ira, temor, preocupación excesiva, dificultad para tomar decisiones, dificultad para concentrarse, entre otros).

ESTRÉS AGUDO Y ESTRÉS CRÓNICO.

El estrés agudo es la forma de estrés más común que proviene de las demandas, presiones, que presenta el ser humano a lo largo de su vida cotidiana, tiene una duración limitada en el tiempo. Pero un nivel elevado de estrés agudo puede producir molestias psicológicas, conductuales y físicas que si no son superados,

llevadas por la persona puede pasar de un estrés agudo a un estrés crónico.

El estrés crónico es el estrés que se prolonga en el tiempo mayor de 6 meses que puede ser consecuencia de una serie de hechos estresantes o puede vincularse con una sola situación que la persona no logra resolver. Este tipo de estrés puede resultar bastante grave afectando tanto la salud física como psicológica de la persona.

2.6.7. CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS

Si bien el estrés se trata de una defensa natural del organismo ante determinadas circunstancias, lo cierto es que cuando se genera una sobrecarga de la misma, las consecuencias pueden llegar a ser nefastas. .(16)

- **CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS Y EN LA PERSONALIDAD**

Ansiedad, depresión, cambios de humor repentinos, disminución de la autoestima, dificultad en la toma de decisiones, cambios en el estilo de vida, problemas en sus relaciones con los demás tanto en el trabajo, en la familia, en la Universidad, aumento del consumo de alcohol, drogas y tabaco.

- **CONSECUENCIAS FÍSICAS**

Cansancio, agotamiento o pérdida de energía, dolores y contracturas en la espalda, estreñimiento o diarrea, dolores de cabeza frecuentes y migrañas, Insomnios, sofocos recurrentes, malestares estomacales, subir o bajar de peso, entre otros.

2.2.8. ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

- **Estrategias de afrontamiento centradas en el problema:**

En estas estrategias la persona intenta manejar o solucionar la situación causante del estrés. Buscando soluciones al problema, en este tipo de estrategias que hace uso la persona se encuentra:

➤ **La confrontación:** En esta fase la persona se enfrenta directamente con la situación problemática y hace uso de ciertas frases como son:

- Si me concentro lo lograré.
- Paso a paso yo puedo manejarlo.
- No pensare en el miedo sino sólo en lo que voy a hacer.
- La ansiedad que siento me recuerda que tengo que hacer lo correcto.
- Me relajaré, tengo controlada la situación.
- Respirare profundamente.

➤ **La búsqueda de apoyo social:** En este tipo de estrategia la persona busca todo tipo de consejos, información, ayuda o apoyo en otras personas. Como exponerle el problema a un amigo, Pedirle ayuda a sus amistades, familiares o profesionales que le ayuden a solucionar o disminuir el problema de estrés que presenta.

➤ **La búsqueda de soluciones:** En esta fase la persona conoce, comprende y analiza la situación o problema que le perturbe y le origina estrés, y así el sujeto busca alternativas de solución y elige la más adecuada para resolver la situación. Como ejemplo tenemos:

Realizar actividades, ejercicios que permitan renovarse física y psicológicamente como, caminar, pasear por un parque sola o acompañada, nadar, realizar deporte el que mas te gusta, andar

en bicicleta, ir al gimnasio o a un sauna, pintar, escuchar música, cantar, bailar, asistir a un teatro, a un cine, asistir a eventos sociales, entre otros. Como también, mantener una dieta saludable, organizar bien tu tiempo, intentar mantener expectativas realistas, compartir las emociones, sentimientos, ordenar tu espacio personal.

➤ **Planificación:** Aquí la persona analiza la situación y desarrolla un plan de acción para resolver el problema. Como ejemplo tenemos:

- Has una lista de todas las tareas, que tienes que realizar durante la semana, anótalas en una agenda que este siempre a tu alcance y distribúyelas en días y horas disponibles que puedas realizarlas.
- No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy, eso es muy importante te ahorraras tiempo y esfuerzo .
- Separa un tiempo específico para las actividades inesperadas que se pueden presentar
- Deja un tiempo para la recreación.
- Recuerda que planificar te dejará más calmada y segura de ti mismo.

● **Estrategias de afrontamiento centradas en la emoción:**

Se refiere a los esfuerzos que la persona realiza para reducir las emociones negativas que se generan como consecuencia de la exposición al problema amenazante.(15)

Las estrategias son:

➤ **El autocontrol:** Consiste en el intento de controlar las propias emociones, comportamientos y deseos como por ejemplo: la ira, la ansiedad, la depresión, la tristeza, el pesimismo, la tensión, la hostilidad, el llorar sin razón, entre otros. Con el fin de obtener alguna recompensa posterior que se derivan de un problema y así poder disminuir el estrés que presenta.

- **El distanciamiento:** En esta fase la persona hace un esfuerzo por negar el problema o desatenderse de el, como ejemplo (saco el problema de mi mente).
- **La reevaluación positiva:** En esta fase la persona se centrará en lo positivo que puede sacar de la situación o del problema que presenta, como ejemplo tenemos (yo puedo resolver este problema, yo se que puedo, mañana sera otro día mejor, fijarme en el aspecto positivo de las cosas y pensar en las cosas buenas, entre otros).
- **La autoinculpación:** Se presentan conductas que indican que el sujeto se ve como responsable de los problemas o preocupaciones que tiene, por ejemplo (me considero culpable de los problemas que me afectan).
- **El escape/evitación:** Refleja la incapacidad que tiene el sujeto para enfrentarse al problema y opta por huir, escapar de la situación como ejemplo (no tengo forma de enfretar la situación mejor sera que dejo pasar las cosas).
- **La aceptación y la utilización del humor:** Son estrategias que la persona asume como es el grado de responsabilidad que tiene ante una situación o problema determinada, utiliza el sentido del humor.

“Los especialistas, explican que hoy en día el estrés se instala antes de llegar a la adultez. En donde las consultas de jóvenes de entre 20 y 30 años crecieron un 30%. Y siguen en aumento, esto fue reconocido por Daniel López Rosetti, presidente de la Sociedad Argentina (Buenos Aires) de Medicina del Estrés”.(16)

La Tasa de Prevalencia de los diferentes Trastornos de estres alcanzan tasas alarmantes. Asi nos explican los “datos proporcionados por la Universidad de Virginia, que unos 40

millones (18,1%) de estadounidenses universitarios entre 18 y 25 años padecen cada año algún tipo de trastorno de estrés”⁹

Según estudios realizados en trabajadores asistenciales de la dirección de SALUD IV LIMA ESTE nos demuestran y explican que la prevalencia de estrés laboral es la primera morbilidad ocupacional de casos de absentismo, abandono y accidentalismo laboral debido a causas de tipo psicosocial, específicamente relacionados por casos de estrés laboral.

“En los resultados obtenidos según los estudios ya mencionados se evaluó a una muestra final de 567 trabajadores seleccionados y los resultados obtenidos, nos indican que nuestra incidencia de casos de estrés laboral es del 31.4% (n=178). con respecto al grupo etareo entre 30 a 39 años presentaron mayor casos de estrés laboral (44.5%), con relación al sexo, el género femenino fue el más afectado (79.3%), en cuanto al estado civil de los trabajadores en estudio, el grupo de los casados presentó mayor incidencia de estrés (47.0%), asimismo con respecto al perfil de los grupos ocupacionales, los resultados nos indican que los trabajadores más vulnerables corresponden a los Técnicos de Enfermería (37.2%), Enfermeras (19.5%), Obstétricas (18.9%), Médicos (14.0%), Laboratoristas (4.9%), Odontólogos (4.3%) y personal de RX (1.2%)”⁽¹⁰⁾

“Es necesario precisar que estudios realizados sobre porcentaje de personas que presentan estrés por edad, evaluadas en LIMA – PERU en los años 2010, 2011, y 2012 demuestran mediante un cuadro según edad y año las personas que padecieron algún grado de estrés”.⁽¹³⁾

**PERSONAS QUE PRESENTAN ESTRÉS POR EDAD EVALUACION
LIMA 2010-2012**

EDAD	En el 2010	En el 2011	En el 2012
5-12	16,5%	18,9%	17,6%
13-17	7,9%	8,8%	8,7%
18-20	3,3%	4,2%	4,4%
21-40	51, 0%	53,1%	52,6%
41-59	30,9%	37,8%	35,9%
60-64	9,4%	9,7%	9,0%
65-74	8,3%	9,0%	8,3%
Más de 74	5,7%	6,9%	6,1%

Fuente: INEI, 2012

**PERSONAS QUE PRESENTAN ESTRÉS POR GENERO
EVALUACION LIMA 2010-2012**

GENERO	En el 2010	En el 2011	En el 2012
Masculino	64,0%	70,4%	69,1%
Femenino	70,8%	79,3%	77,5%

Fuente: INEI, 2012

Con respecto se puede precisar que el género Femenino fue la que obtuvo mayor porcentaje de 79,3% de estrés en el año 2008 a diferencia de los otros años y del género Masculino que obtuvo menores porcentajes. En los otros años.

2.2.9. ESTUDIANTE UNIVERSITARIO

Persona que estudia en la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas matriculado en su respectivo Semestre académico en el año 2017.

Según Wenceslao Peñate, Carlos. 2007 “menciona que los estudiantes universitarios Tienen mucho miedo al fracaso, por lo que no se arriesgan a ensayar planteamientos audaces para resolver los problemas nuevos. Situación que nos pone en alerta pues podría relacionarse con los problemas de estrés” ⁽¹⁷⁾

2.2.10. TEORÍA DEL ESTRÉS

La teoría de estrés, que planteo Hans Selye endocrinólogo canadiense quien fue el primer científico moderno en investigar los efectos del estrés grave, crónico en el cuerpo. A finales de los años 30, Selye reporto la respuesta compleja de animales de laboratorio ante agentes dañinos tales como infecciones bacterianas, toxinas, traumas, restricción reforzada, calor, frio, entre otros. Según la teoría del estrés de Selye, muchas clases de estresantes pueden desencadenar la misma reacción o respuesta corporal general. Todos los estresantes exigen adaptación: un organismo debe mantener o recuperar su integridad y bienestar al restaurar el equilibrio u homeostasis. Selye describió la respuesta ante los estresantes como síndrome general de adaptación (SGA). “Este comprende tres etapas: una reacción de alarma, una etapa de resistencia y una etapa de agotamiento. Las reacciones de alarma son breves periodos de activación corporal que preparan el cuerpo para una actividad vigorosa. Si el estresante se prolonga, el cuerpo entra en una etapa de resistencia, un estado de activación moderada. Durante la etapa de resistencia, el organismo puede tolerar y resistir mayores efectos debilitantes de los estresantes prolongados. Sin embargo, si el estresante es lo bastante prolongado e

intenso, los recursos corporales se agotan y el organismo entra en la etapa de agotamiento”(19)

Selye identifico algunos de los peligros asociados con la etapa de agotamiento, recuerde, por ejemplo, que la HACT participa en la respuesta al estrés acorto plazo. Sin embargo, a largo plazo su acción reduce la capacidad de las células naturales de defensa para destruir las células cancerosas y otras infecciones que pueden amenazar la vida. Cuando el cuerpo tiene un estrés crónico, el incremento en la producción de las “hormonas del estrés” compromete la integridad del sistema inmunológico. Esta aplicación del síndrome general de adaptación ha probado su valor para explicar los trastornos psicosomáticos, enfermedades que no pueden ser explicadas por causas físicas, que han desconcertado a los médicos quienes nunca habían considerado al estrés como una causa de las enfermedades. Lo que ayuda al cuerpo a adaptarse al estrés agudo, deteriora la respuesta corporal ante el estrés crónico.

Los estudios de Selye proponen que la enfermedad es una respuesta inevitable al estrés. Sin embargo, veremos que su interpretación psicológica de lo que puede ser estresante y no estresante (la forma que usted evalúa los eventos en potencia estresantes) tiene un impacto en las respuestas fisiológicas de su cuerpo (20).

La teoría de Selye me ayudo bastante por que mediante su estudio pude entender como este científico descubrió la palabra estrés como interactua con el ser humano, quien llamo síndrome de adaptación general (SAG), como se manifiesta, quien también en su teoría menciona las etapas del estrés por la cual el individuo sufre, que son 3 etapas tenemos la fase de alarma, la fase de resistencia o fase de adaptación y la fase de agotamiento. Que

me ayudaron a interpretar en la fisiopatología del estrés que se encuentra dentro del marco teórico.

2.2.11. ROL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERA

La enfermería es una profesión que tiene su propio cuerpo de conocimientos científicos, fruto de muchos años de estudio e investigación. Ésta considera al hombre como un todo funcional y tiene como objetivo fomentar la interacción de la persona con su medio ambiente, de manera que pueda lograr el mejor estado de salud posible con su energía y facultades. ⁽²⁰⁾

Las acciones de la enfermera comienzan desde el momento en que se tiene el primer contacto con la persona, se preocupa por los aspectos: Biológicos, Espirituales, Psicológicos, Sociales.(21)

Centrándose en las respuestas que se relacionan con el entorno, la situación social y dinámica familiar, lo cual implica que el profesional de enfermería debe dar un tratamiento integral en cualquier ámbito en que se desempeñe: comunitario, ocupacional, gerencial y clínico.

El profesional de enfermería es quien tiene una gran responsabilidad en cuanto al cuidado del ser humano, incluyendo su propia calidad de vida en todos los aspectos: confort laboral, condiciones de trabajo, estado de ánimo, hábitos sanitarios, situación familiar, condiciones de aprendizaje académico y personal entre otros lo que repercute no sólo en él, sino también en todas aquellas personas con las cuales comparte su trabajo y sus estudios durante muchas horas al día; por ello requiere tener una adecuada salud mental.

En el desempeño laboral es importante tener en cuenta que la salud mental va integrada al rol profesional de enfermería y que muchas de las personas necesitadas de cuidados tienen algún

nivel de alteración en ella; sobre todo si se tiene en cuenta que son jóvenes y adultos que trabajan y estudian o que tienen carga familiar u otras responsabilidades

Uno de los objetivos del rol profesional de enfermería en la atención del estudiante estresado es brindar una atención adecuada, para así disminuir o calmar su estrés desarrollando estrategias que al implementarlas cumplen este fin, entre éstas están: proveer un ambiente relajado y de calma; permitir compañía continua, aunque no lo reconozca por su estado de salud pues el sentimiento de aislamiento aumenta la soledad; permitirle llorar, ventilar sentimientos y pensamientos que experimenta en esos momentos; escuchar y entender para proveer un clima de aceptación y calma; usar frases cortas y simples -oraciones si es del caso- para minimizar los estímulos externos; proveer actividades motoras, esto ayuda a canalizar la ansiedad y liberar la tensión; estimular a la persona a reconocer los síntomas de su estrés; ayudarle a encontrar alternativas de vida; finalmente, emplear ejercicios de relajación y enseñarle a tolerar su ritmo de vida.

- **Rol de Promoción:** Utilización de medios gráficos audiovisuales, difusión a través de medios masivos radios, tv, internet, participación en campañas sobre cómo mejorar el estrés en el estudiante universitario.
- **Rol de Prevención:** fomentar el uso adecuado del tiempo libre, motivar al estudiante en las actividades preventivas promocionales sobre los factores que condicionan el estrés para que se organicen en grupos para que sea más dinámico, pedir apoyo a las autoridades académicas para que sean partícipes de estos eventos, programar de charlas educativas.

Por este motivo es fundamental destacar el rol de la enfermera no solo como personal asistencial sino también como educador, investigador, administrador y proveedor del cuidado individual, familiar o colectivo ya que es la que está en constante interacción con el individuo y tiene que brindar un cuidado integral sin olvidar la humanización.

2.3. DEFINICIÓN DE TERMINOS

2.3.1 NIVEL DE CONOCIMIENTO

Es un indicador que se mide mediante la inteligencia, el entendimiento y la razón del ser humano quien conoce, sabe o entiende algo de un objeto, de un sujeto, de una cultura, de un país entre otros.

2.3.2 ESTRÉS

Es un estado de desequilibrio fisiológico y mental que se presenta en los Estudiantes de Enfermería ante situaciones académicas de exigencia curricular.

2.3.3 NIVEL DE CONOCIMIENTO DE ESTRÉS

Indicador del conjunto de información almacenada mediante la experiencia o aprendizaje de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas sobre estrés.

2.3.4 NIVEL DE AFRONTAMIENTO

Como se puede entender el nivel de afrontamiento es un indicador del conjunto de estrategias que permiten a la persona a buscar soluciones, alternativas para poder hacer frente a la situación que le perturbe alguna alteración en su estado físico, emocional y/o espiritual.

2.3.5 NIVEL DE AFRONTAMIENTO DE ESTRÉS

Es un indicador del conjunto de estrategias, que permiten al Estudiante de Enfermería disminuir el nivel de estrés durante las

exigencias académicas que se presentan en la Universidad Alas Peruanas.

2.3.6 ESTUDIANTE DE ENFERMERÍA

Persona que estudia en la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa que esta matriculado en su respectivo ciclo académico.

2.4 . HIPOTESIS

2.4.1 HIPÓTESIS GENERAL

Existe relación entre el nivel de conocimiento sobre el estrés y el nivel de afrontamiento que utilizan los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017.

2.4.2 HIPÓTESIS ESPECÍFICOS

- A menor nivel de conocimiento sobre el estrés habrá menor nivel de afrontamiento en los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017
- Los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP-Arequipa 2017, podrían tener un bajo nivel de conocimiento de estrés.

2.5. VARIABLES

2.5.1. DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LA VARIABLE

El estrés es un fenómeno que tiene como finalidad poder adaptar al organismo ante algunos hechos que suceden durante la vida académica, los cuales puede actuar en un alumno universitario en forma positiva o negativa, siendo sus factores desencadenantes: lo familiar, relación de pareja, relación entre pares, académico, económica, laboral y medio ambiental.

2.5.2. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE LA VARIABLE

Son las situaciones tales como: exámenes, trabajos, exposiciones, escasez económica, trabajos en grupo, inadecuado ambiente de estudio, inadecuada comunicación con la familia, etc. que los estudiantes de enfermería del quinto ciclo refieren que le originan una serie de molestias evidenciándose a través de respuestas fisiológicas como palpitaciones, irritabilidad, ansiedad, nerviosismo; y respuestas psicosociales, como falta de concentración y/o interés para realizar trabajos, malas relaciones interpersonales, incumplimiento de trabajos, bajo rendimiento laboral y académico, etc. Los que fueron medidos a través de una escala (ver Anexo) y valorados como existentes o no existentes.

2.5.3. OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALAS
V. I conocimiento de estrés.	Indicador del conjunto de información almacenada mediante la experiencia o aprendizaje de los estudiantes de enfermería sobre estrés	Nivel de conocimiento	<ul style="list-style-type: none"> - Definición - Causas - Tipos - Síntomas - Consecuencias <p>Centradas en el problema:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Confrontación - Búsqueda de apoyo social - Búsqueda de soluciones. 	<ul style="list-style-type: none"> - Escala. Nominal - Escala. Nominal - Escala. Nominal - Escala. Nominal - Escala. Nominal
V. D Nivel de afrontamiento	Es un indicador del conjunto de estrategias, que permiten al Estudiante de	Nivel de afrontamiento	<p>Centradas en la emoción:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Escala. Nominal - Escala. Nominal - Escala. Nominal - Escala. Nominal

	<p>Enfermería disminuir el nivel de estrés durante las exigencias académicas que se presentan en la Universidad.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Autocontrol - Distanciamiento - Revaluación positiva - Autoinculpación - Escape/Evitación - Aceptación y utilización del humor. 	<ul style="list-style-type: none"> - Escala. Nominal - Escala. Nominal <p>Adecuado</p> <p>Si maneja 4 o más estrategias de afrontamiento.</p> <p>Inadecuado</p> <p>Si maneja menos de 4 estrategias de afrontamiento.</p>
--	--	--	--	---

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN

El tipo de investigación es de tipo Básica porque se pretende ampliar los conocimientos ya existentes.

De acuerdo al periodo en que se capta la información es un trabajo de tipo prospectivo porque la información se recogerá de acuerdo a los criterios de investigación y posterior al planeamiento

A su vez es un estudio de nivel Descriptivo Trasversal que esta diseñado para medir y describir los resultados de una población definida en un punto específico de tiempo.

3.2 DESCRIPCIÓN DEL AMBITO DE LA INVESTIGACIÓN

La Investigación se realizó en la universidad Alas peruanas Filial Arequipa, que tiene como funcionamiento 6 años, está bajo la Dirección Nacional a cargo de la Dra Fernanda Gallegos de Bernaola y en la Coordinación la Mg. Salazar Chu Patricia con Dirección: Urb. Daniel Alcides Carrión G-14, Av. Paseo de La Cultura, José Luis Bustamente y Rivero

3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

3.3.1 Población

La población está conformada por Estudiantes de Enfermería de ambos sexos con una cantidad de 104 alumnos matriculados,

➤ Criterios de inclusión

Los criterios de inclusión que se ha considerado para el presente trabajo son:

- Estudiantes que pertenecen a la Universidad Alas Peruanas Arequipa,
- Estudiantes entre las edades de 18 a 40 años.

➤ Criterios de exclusión

Aquí se a considerado para la investigación correspondiente a :

- Estudiantes menores de 18 años y mayores de 40 años
- Estudiantes que no quieran participar en el llenado de las encuestas.

3.3.2 Muestra

Para determinar el tamaño de la muestra por los elementos de estudio se aplicó la siguiente fórmula que es:

$$n = \frac{Z^2 \times p \times q \times N}{(N-1) \times E^2 + Z^2 \times p \times q}$$

Donde:

N= 104

q = 0.02 nivel de significancia

Z = 1.96

p = 0.5 proporción

E = 0.02 nivel de tolerancia.

n = 50 Estudiantes de Enfermería de la U.A.P- Arequipa.

APLICACIÓN DE LA FORMULA

$$n = \frac{(1.96)^2 \times 0.5 \times 0.02 \times 104}{(104 - 1) \times (0.02)^2 + (1.96)^2 \times 0.5 \times 0.02}$$

$$n = \frac{3.84 \times 0.5 \times 0.02 \times 104}{103 \times 0.0004 + 3.84 \times 0.5 \times 0.02}$$

$$n = \frac{3.99}{0.04 + 0.04}$$

$$n = \frac{3.99}{0.08}$$

$$n = 49.87$$

n = 50

Una vez aplicado la formula con todos los elementos de estudio se obtiene el resultado del tamaño de la muestra que es 50 Estudiantes de Enfermería de la U.A.P - Arequipa 2017 como objeto de estudio.

3.4 TECNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

3.4.1. INSTRUMENTO

El cuestionario que se realizó para la presente investigación está basado en 1 encuesta dividida en dos partes que se llevara a cabo

en la Universidad Alas Peruanas- Arequipa, a 104 Estudiantes de Enfermería,.

3.4.2. TECNICA

Las encuesta elaborada se aplicó a los Estudiantes de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas- Arequipa que se realizó todo el Periodo Académico señalado, el tiempo para aplicar las encuestas tendrá una duración de 5 a 10 minutos por encuesta a cada Estudiante de Enfermería que se tomará de forma general en sus respectivas aulas, la cual la encuesta será tomada por la investigadora.

3.5 . VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

La validez del instrumento se llevó a cabo mediante el Juicio de Expertos proporcionados por cinco profesionales del Área de Salud en la especialidad de Enfermería (ver Anexo), obteniendo un valor de 0.74 que nos revela que la validez de contenido del instrumento es Muy Buena.

Para medir la confiabilidad del instrumento se utilizó el Alfa de Cronbach (ver Anexo), obteniendo como resultado 0.90, por lo tanto el instrumento es confiable.

3.6. PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS

En la presente Investigación de investigación la recolección de datos se realizó mediante la calificación en forma manual previa elaboración de la Tabla de Códigos, utilizándose los estadísticos descriptivos para que sus resultados sean procesados en gráficos y/o tablas para el análisis e interpretación en los programas asignados como Excel, SSPS, donde se obtuvo mayor significancia mediante la moda, media y chi 2, se adquirieron mediante la aplicación del instrumento, y el procesamiento se realizó por computadora en el programa de Excel y el paquete estadístico SPSS como son media, moda, desviación estándar y así llegar al análisis del problema planteado verificando de esta manera si

existe o no un adecuado conocimiento sobre el estrés y su relación con el nivel de afrontamiento en los estudiantes de enfermería de la UAP-Arequipa 2017

CAPITULO IV: RESULTADOS

TABLA 1

CONOCIMIENTO SOBRE EL ESTRÉS SE RELACIONA CON EL NIVEL DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS AREQUIPA 2017

AFRONTAMIENTO	CONOCIMIENTO SOBRE ESTRÉS							
	ALTO		MEDIO		BAJO		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Adecuado	13	26%	6	12%	2	4%	21	42%
Inadecuado	2	4%	21	42%	6	12%	29	58%
Total	15	30%	27	54%	8	16%	50	100%

FUENTE: *Elaboración propia*

INTERPRETACIÓN DE LA TABLA 1:

Los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, que tienen un nivel de conocimiento Medio sobre el estrés tienen a su vez un nivel de afrontamiento Inadecuado en un 42%(21), los estudiantes con nivel de conocimiento Alto del estrés tienen a su vez un nivel de afrontamiento Adecuado en un 26%(13) y los estudiantes con conocimientos Bajos del estrés tienen a su vez un nivel de afrontamiento Inadecuado en un 12%(6). Estos resultados nos indican que existe relación entre ambas variables: Conocimientos del estrés y afrontamiento de los estudiantes.

TABLA 2
CONOCIMIENTO SOBRE EL ESTRÉS QUE TIENEN LOS ESTUDIANTES DE
LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD
ALAS PERUANAS AREQUIPA 2017.

CONOCIMIENTOS	N°	Porcentaje
Alto	15	30%
Medio	27	54%
Bajo	8	16%
Total	50	100%

FUENTE: *Elaboración propia*

INTERPRETACIÓN DE LA TABLA 2:

El nivel de conocimiento de estrés de los estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Alas Peruanas, en mayor porcentaje es Medio en un 54%(27), seguido del nivel Alto en un 30%(15) y en menor porcentaje es Bajo en un 16%(8).

TABLA 3

AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS QUE TIENEN LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS AREQUIPA 2017

AFRONTAMIENTO	N°	Porcentaje
Adecuada	21	42%
Inadecuada	29	58%
Total	50	100%

FUENTE: *Elaboración propia*

INTERPRETACIÓN DE LA TABLA 3:

El nivel de afrontamiento de los estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Alas Peruanas, en mayor porcentaje es Inadecuado en un 58%(29) y en menor porcentaje es Adecuado en un 42%(21).

PRUEBA DE HIPOTESIS

Prueba de la Hipótesis General:

Ha: Existe relación entre el nivel de conocimiento sobre el estrés y el nivel de afrontamiento que utilizan los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017.

Ha: No existe relación entre el nivel de conocimiento sobre el estrés y el nivel de afrontamiento que utilizan los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017.

Ha ≠ Ho

$\alpha=0,05$ (5%)

Tabla 4: Prueba de Hipótesis General mediante la R de Pearson

		Conocimientos	Afrontamiento
Conocimientos	Correlación de Pearson	1	,921**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	50	50
Afrontamiento	Correlación de Pearson	,921**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	50	50

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

INTERPRETACIÓN DE LA TABLA 4:

Aplicando la técnica del programa estadístico SPSS v.21, el valor de la R de Pearson obtenido fue de 0,921, lo cual nos indica que existe una relación significativa con un valor $p<0,05$.

Siendo cierto que: Existe relación entre el nivel de conocimiento sobre el estrés y el nivel de afrontamiento que utilizan los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

OBJETIVO GENERAL

Los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, que tienen un nivel de conocimiento Medio sobre el estrés tienen a su vez un nivel de afrontamiento Inadecuado en un 42%(21), los estudiantes con nivel de conocimiento Alto del estrés tienen a su vez un nivel de afrontamiento Adecuado en un 26%(13) y los estudiantes con conocimientos Bajos del estrés tienen a su vez un nivel de afrontamiento Inadecuado en un 12%(6). Estos resultados nos indican que existe relación entre ambas variables: Conocimientos del estrés y afrontamiento de los estudiantes. Coincidiendo con Montoya; Toro; y otros. (2010) Resultados: La edad promedio de los Estudiantes fue de $20,4 \pm 2,6$ años. El 68,7% de la población es de género femenino. La prevalencia para depresión encontrada fue del 47,2% y la relación de ésta con la severidad del estrés generado por los estresores académicos fue estadísticamente significativa. Los resultados de esta investigación establecen un diagnóstico de posibles factores que afectan la salud mental de la población estudiantil. Con ello se podrán orientar programas de intervención dirigidos a disminuir los niveles de estrés y por ende la frecuencia de depresión, generados por las diferentes situaciones de la vida universitaria. Coincidiendo además con Berrios (2006) llegó entre otras conclusiones: Que la vulnerabilidad frente al estrés se encuentra presente en los estudiantes de enfermería en un nivel medio 62.3% con tendencia a alto, 22.3% siendo el indicador más significativo el hecho de que cuando les pasa algo desagradable logren conformarse con facilidad.

OBJETIVO ESPECIFICO 1

El nivel de conocimiento de estrés de los estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Alas Peruanas, en mayor porcentaje es Medio en un 54%(27), seguido del nivel Alto en un 30%(15) y en menor porcentaje es Bajo en un 16%(8). Coincidiendo con Monzón (2007) los resultados de ésta Investigación muestran un aumento en el nivel de estrés de los universitarios durante el período de exámenes. Se observaron diferencias significativas en el nivel de estrés alcanzado por los Estudiantes de Psicología respecto al de Filología Hispánica durante los dos períodos analizados. Asimismo se han hallado efectos sobre la salud (ansiedad, consumo de tabaco, cafeína o

fármacos, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos) y sobre el auto concepto académico de los estudiantes (peor nivel de autoconcepto académico) durante el período de presencia del estresor”.

OBJETIVO ESPECIFICO 2

El nivel de afrontamiento de los estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Alas Peruanas, en mayor porcentaje es Inadecuado en un 58%(29) y en menor porcentaje es Adecuado en un 42%(21).

Coincidiendo con Inga (2008) llegó entre otras conclusiones: Que el nivel de vulnerabilidad frente al estrés se encuentra presente en los estudiantes del primer año de enfermería en un nivel medio (55.2%), con tendencia a ser bajo, y estando esa vulnerabilidad ligada a la calidad de vida

CONCLUSIONES

PRIMERO

Los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, que tienen un nivel de conocimiento Medio sobre el estrés tienen a su vez un nivel de afrontamiento Inadecuado en un 42%(21), los estudiantes con nivel de conocimiento Alto del estrés tienen a su vez un nivel de afrontamiento Adecuado en un 26%(13) y los estudiantes con conocimientos Bajos del estrés tienen a su vez un nivel de afrontamiento Inadecuado en un 12%(6). Estos resultados nos indican que existe relación entre ambas variables: Conocimientos del estrés y afrontamiento de los estudiantes. Se comprobó estadísticamente mediante la R de Pearson con un valor de 0,921 y con un nivel de significancia de valor $p < 0,05$.

SEGUNDO

El nivel de conocimiento de estrés de los estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Alas Peruanas, en mayor porcentaje es Medio, seguido del nivel Alto y en menor porcentaje es Bajo.

TERCERO

El nivel de afrontamiento de los estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Alas Peruanas, en mayor porcentaje es Inadecuado y en menor porcentaje es Adecuado.

RECOMENDACIONES

PRIMERO

Tener presente en los estudiantes de enfermería de la UAP, los estresores potenciales que desencadenan estrés y que por ser repetitivos genera estrés crónico o distress que es el más dañino y que llevan a enfermedades que deterioran su estado de salud y bienestar físico, funcional, mental y social, como es la inestabilidad laboral, la falta de ingresos para el pago de las pensiones, carga familiar o escasez de tiempo para el descanso.

SEGUNDO

Fortalecer las estrategias de afrontamiento, solicitando el apoyo de los docentes de enfermería que los adiestre en el entrenamiento asertivo, la solución de problemas, el autocontrol, gestión del tiempo, con la finalidad de elevar sus recursos en la toma de decisiones y enfrentamiento de situaciones conflictivas.

TERCERO

Promover y gestionar ante los directivos de la Escuela de Enfermería de la UAP, talleres de taichí, meditación, reflexión o descarga emocional, potenciando los mecanismos de afrontamiento Adecuados como fijarse en lo positivo, apoyo social, que les ayudaría a sobrellevar y manejar niveles altos de estrés.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Echeburúa Odriozola, Enrique. (2006) Catedrático de Psicología Clínica de la Universidad del País Vasco. "Tratamiento psicológico del estrés postraumático"
2. Montoya Vélez, Liliana Patricia; Toro Isaza, Beatriz Eugenia; y otros. Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico, (Tesis Doctoral), España 2010.
3. Martín Monzón, Isabel. "Estrés académico en Estudiantes universitarios", (Tesis licenciatura) Argentina Año 2007.
4. Isabel María López Medina, Vicente Sánchez Criado. "Percepción del estrés en Estudiantes de Enfermería en las prácticas clínicas". (Tesis Doctoral) España 2005.
5. Xabier Zupiria, Gorostidi M. Xabier Sanz Cascante. "Fuentes de estrés en la práctica clínica de los Estudiantes de Enfermería" .2006. En Alemania
6. Inga Espinoza, Jessica Magaly, "Nivel de Vulnerabilidad frente al estrés en estudiantes del primer año de enfermería". UNMSM. Lima- 2008.
7. Berrios Gamarra, Fabiola Norka. "Nivel de vulnerabilidad frente al estrés y mecanismos de afrontamiento en estudiantes de enfermería de la Universidad Mayor de San Marcos". Lima -2006.
8. Serón Cabezas Nancy. "Relación que existe entre Factores estresantes y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la UNMSM". Lima, 2006.
9. Bunge, Mario (2004), la ciencia su método y su filosofía. Edt. Ariel. Buenos Aires. X edición Pág. 35.

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

- 20.** Seyve Pérez, Maria. (2005) Salud y estrés 3era Edicion España.2006 págs. 240
- 21.** Bravo Peña Mery. Guía Metodológica del Proceso de Atención de Enfermería. 1era Ed. Lima-Perú. 2005. Pág. 154
- 22.** Marriner-Tomey. Modelos y teorías de Enfermería. 3° ed. España. Ed. Harcourt Brace.1994. Págs. 310, 311, 312

ANEXOS

ANEXO 01

ENCUESTA

Gracias.

I.- DATOS GENERALES

UNIVERSIDAD _____

ESCUELA _____

EDAD _____

SEXO M () F () ESTADO C _____

CICLO _____

TRABAJO _____ FECHA _____

II.- NIVEL DE CONOCIMIENTO DE ESTRÉS: Marque con una x la respuesta adecuada acerca del estrés.

Nº	PREGUNTAS	SI	NO
1	Es una respuesta del cuerpo a condiciones externas que perturban el equilibrio de la persona.		
2	Las causas son problemas económicos, familiares, exceso de trabajo académico, laboral.		
3	Facilita la concentración a los problemas.		
4	Produce desesperanza, pérdida de control de las acciones.		
5	Cree usted que todos tenemos algún grado de estrés.		
6	Es una medida de afrontar normalmente los problemas.		
7	Cree usted que el estrés afecta a tu organismo y a tu salud.		
8	El grado de estrés que presenta afecta a tus estudios.		
9	El grado de estrés que presenta afecta en tu trabajo laboral.		
10	La sobrecarga de trabajos y tareas escolares produce estrés.		

II.- NIVEL DE AFRONTAMIENTO: Marque con una x si la respuesta es SI/NO acerca de cómo enfrentas el estrés en el siguiente cuadro.

Nº	PREGUNTAS	SI	NO
1	Hablar con otros para saber lo que ellos harían.		
2	Pensar en distintas formas de afrontar el problema.		
3	No puedo hacer nada para resolver el problema, así que no hago nada.		
4	Llorar agritos.		
5	Encontrar una forma de relajarme, por ejemplo escuchar música, leer un libro, ver TV.		
6	tratar de tener una visión alegre de la vida.		
7	Esperar que el problema se resuelva por sí solo.		
8	Fijarme en el aspecto positivo de las cosas y pensar en las cosas buenas.		
9	Aislarme el problema para poder evitarla.		
10	Conseguir apoyo de mis padres o amigos.		

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO: CONOCIMIENTO DE ESTRES Y SU RELACIÓN CON EL NIVEL DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS - AREQUIPA 2017

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE
<p>PROBLEMA GENERAL ¿En qué medida se relacionan el conocimiento y el nivel de afrontamiento del estrés en los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS ¿Cual es el conocimiento sobre el estrés tienen los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?</p> <p>¿Cual es el afrontamiento al estrés que utilizan los Estudiantes de la</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar si el conocimiento sobre el Estrés se relaciona con el nivel de afrontamiento en Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS Determinar el conocimiento sobre el estrés que tienen los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017.</p> <p>Determinar el nivel de afrontamiento frente al estrés que tienen los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL Existe relación entre el nivel de conocimiento sobre el estrés y el nivel de afrontamiento que utilizan los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017.</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICOS A menor nivel de conocimiento sobre el estrés habrá menor nivel de afrontamiento en los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017</p>	<p>V. I conocimiento de estrés.</p> <p>V. D Nivel de afrontamiento</p>

Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Arequipa 2017?		Los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UAP-Arequipa 2017, podrían tener un bajo nivel de conocimiento de estrés.	
--	--	---	--

