



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**“ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE  
ENFERMERÍA DE VII CICLO DE LA UNIVERSIDAD MARÍA  
AUXILIADORA, LIMA 2022”**

**TESIS PARA OPTAR TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

**AUTORAS:**

Bach. GARCÍA CHUMACERO SHEIDA GELIN  
<https://orcid.org/0000-0002-5307-5052>

Bach. MEDINA MUÑOZ MARITA RAQUEL  
<https://orcid.org/0000-0001-5681-1425>

**ASESOR:**

Mg: MATTA SOLIS EDUARDO PERCY  
ORCID: 0000-0001-9422-7932

**LIMA – PERÚ**

**2022**

## **Dedicatoria**

Dedicamos el presente trabajo principalmente a Dios, por habernos dado la vida y permitirnos haber llegado hasta este momento tan importante de nuestra carrera profesional. A nuestros padres, por demostrarnos siempre su apoyo incondicional. A nuestros hijos, que son el motor que nos impulsa cada día a ser mejores, para ser su mejor ejemplo de vida.

## **Agradecimiento**

Agradecemos primeramente a Dios, por bendecirnos con la vida, por ser nuestro apoyo y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y de debilidad; a nuestros Padres, por saber darnos su ejemplo de trabajo y honradez; a nuestros hijos, por estar siempre presentes; a nuestros docentes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad María Auxiliadora, por haber compartido sus conocimientos a lo largo de nuestra preparación profesional.

## Índice general

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice general	iv
Índice de Anexos	v
Índice de Tablas	vi
Índice de Figuras	vii
Resumen	viii
Abstract	ix
I. INTRODUCCIÓN	10
II. MATERIALES Y MÉTODOS	17
III. RESULTADOS	22
IV. DISCUSIÓN	27
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	31
ANEXOS	43

## Índice de Anexos

<b>Anexo A.</b> Operacionalización de la variable o variables .....	24
<b>Anexo B.</b> Instrumentos de recolección de datos .....	25
<b>Anexo C.</b> Consentimiento informado y/o Asentimiento informado .....	29

## Índice de Tablas

<b>Tabla 1.</b> Características sociodemográficas de los estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022 (N=75)	22
---	----

## Índice de figuras

- Figura 1.** Estrés académico en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022 (N=75) 23
- Figura 2.** Estrés académico en su dimensión estresores en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022 (N=75) 24
- Figura 3.** Estrés académico en su dimensión reacciones al estresor en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022 (N=75) 25
- Figura 4.** Estrés académico en su dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022 (N=75) 26

## Resumen

**Objetivo:** determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022.

**Materiales y métodos:** el enfoque fue cuantitativo, diseño no experimental, transversal y descriptivo. La muestra se conformó por 75 estudiantes de VII ciclo de enfermería de la Universidad María Auxiliadora, en el 2022. El instrumento fue el inventario SISCO, que consta de 3 dimensiones, validado en el contexto nacional.

**Resultados:** la edad promedio fue 31,68 años. En cuanto al sexo, 49 estudiantes que representan el 65,3% son del sexo femenino. 66 estudiantes que representan el 88% trabajan, y 66 estudiantes que representan el 88% han tenido momentos de nerviosismo en el último semestre. 56 estudiantes que representan el 74,7% tuvieron estrés académico medio. En la dimensión estresores, 51 estudiantes que representan el 68,0% tuvieron estrés académico medio. En la dimensión reacciones al estresor, 71 estudiantes que representan el 94,7% tuvieron estrés académico. En la dimensión estrategias de afrontamiento, 48 estudiantes que representan el 64,0% tuvieron estrés académico medio.

**Conclusiones:** el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, fue en su mayoría medio.

**Palabras clave:** estrés académico, estudiante, enfermería (DeCS)



## **Abstract**

**Objective:** to determine the level of academic stress in nursing students of the VII cycle of the María Auxiliadora University, Lima 2022.

**Materials and methods:** the approach was quantitative, non-experimental, cross-sectional and descriptive design. The sample was made up of 75 students of the VII Nursing cycle of the María Auxiliadora University, in 2022. The instrument was the SISCO inventory, which consists of 3 dimensions, validated in the national context.

**Results:** the average age was 31.68 years. Regarding gender, 49 students representing 65.3% are female. 66 students who represent 88% work, and 66 students who represent 88% have had moments of nervousness in the last semester. 56 students representing 74.7% had medium academic stress. In the stressors dimension, 51 students representing 68.0% had average academic stress. In the reaction to stressor dimension, 71 students representing 94.7% had academic stress. In the coping strategies dimension, 48 students representing 64.0% had medium academic stress.

**Conclusions:** the level of academic stress in nursing students of the VII cycle of the María Auxiliadora University, was mostly medium.

**Keywords:** academic stress, student, nursing (DeCS)

## I. INTRODUCCIÓN

El estrés es una respuesta fisiológica que afecta los componentes cognitivos, emocionales, conductuales y sociales. También implica la adaptación del organismo, los recursos de afrontamiento y el entorno. En los jóvenes, el estrés puede desencadenarse por interacciones sociales o requisitos académicos. Los efectos del estrés en los estudiantes de enfermería repercuten en el rendimiento académico, pero también pueden desencadenar diversos trastornos psiquiátricos como depresión o ansiedad, así como otros problemas asociados como trastornos del sueño, consumo de alcohol y drogas psicoactivas, que a corto y largo plazo pueden afectar el cuidado del paciente (1).

Se estima que entre el 10 y el 30 % de los universitarios padecen algún nivel de estrés académico a lo largo de los ciclos académicos. De acuerdo con la encuesta de estudiantes universitarios de la American College Health Association, uno de los mayores obstáculos para el desempeño académico de los alumnos fue el estrés académico. De los 97,357 estudiantes universitarios participantes, el 32% informó que el estrés académico había resultado en un curso incompleto, abandonado o en una calificación más baja (2).

Un estudio realizado en Arabia Saudita, encontró que, la mayoría de los estudiantes (85%) percibieron los exámenes como un factor estresante. La mayoría de los estudiantes (64%) había percibido un estrés moderado que aumentaba a medida que los estudiantes avanzaban de año. La prevalencia de estrés relacionado fue reportada en 39.58% (3). Un estudio desarrollado en Filipinas, mostró que, que las estudiantes de enfermería experimentaron un nivel moderado de estrés [media (DE) = 2,18 (0,43)] y gozaban de buena salud fisiopsicosocial [media (DE) = 1,49 (0,45)]. El estrés de las asignaciones y la carga de trabajo [media (DE) = 2,68 (0,58)] fue el estresor más común identificado, mientras que los síntomas emocionales [media (DE) = 1,82 (0,67)] fueron la respuesta más común al estrés (4).

Otro estudio realizado en estudiantes de enfermería mostró que, la mayor proporción de estudiantes presentó niveles medios y altos de estrés global. Los estudiantes de 6° a 10° semestre presentaron mayores niveles de estrés en comparación con los de 1° a 5°, en los dominios realización de actividades prácticas. En el análisis multivariado un factor que contribuyó a incrementar el estrés fue la asistencia al 6° al 10° semestre, sexo femenino, renta mensual  $\leq$  un salario mínimo y renta considerada insuficiente (5).

A nivel de Latinoamérica, un estudio realizado en México, en 561 estudiantes de enfermería, reveló que el 91,6% de estudiantes tuvo estrés durante las evaluaciones, mientras que un 85,5%, tuvo ansiedad durante las evaluaciones (6). Otro estudio realizado en el mismo país, realizado durante la pandemia de covid-19, mostró que los síntomas físicos y psicológicos fueron los más afectados, siendo un factor generador de estrés la enseñanza virtual (7). En Colombia, en el 2019, un estudio en 245 estudiantes de enfermería, encontró que el 96% tuvieron un episodio de estrés, siendo de nivel moderado 66%, seguido de un nivel medio 44%. Los estresores más frecuentes fueron las evaluaciones docentes (8). Nuevamente, un estudio realizado en Colombia, en 587 estudiantes procedentes de 3 universidades, mostró que, el 90,8% tuvo episodios de ansiedad y nerviosismo durante el ciclo académico, de ellos el 42% tuvo niveles medios (9).

A nivel de Perú, un estudio realizado en estudiantes de enfermería de una casa de estudios universitarios, evidenció que, el 100% de estudiantes presentaba estrés en niveles moderados, siendo las principales causas la sobrecarga académica 70%, exámenes 66% (10). Otro estudio realizado en Ica, encontró que, el 86% tuvo episodios de estrés, los puntajes promedios de estrés fueron 3,4. Los agentes más estresantes fueron los trabajos 75% (11). En Huaraz, un estudio realizado en 166 estudiantes de enfermería, encontró que el 18% tuvo ansiedad y el 50% mostraba síntomas psicósomáticos, siendo la sobrecarga de clases y exámenes (12). En una universidad de Lima, un estudio realizado en 185 estudiantes de enfermería, mostró

que, el 59% tuvieron factores estresores, y el 55% tuvo factores relacionados a la enseñanza. En cuanto al nivel de estrés, el 61% tuvo nivel medio (13). Finalmente, otro estudio realizado en Lima, en 48 internos de enfermería, mostró que el 66,7% tuvo niveles moderados de estrés académico (14).

Los niveles de estrés son más altos para los profesionales de la salud que para otros trabajadores. Están presentes un mayor número de estresores con consecuencias negativas para la salud, especialmente entre los profesionales de enfermería. El estrés es un factor psicosocial que tiene influencia el rendimiento académico y el bienestar de este colectivo. El interés por analizar las fuentes de estrés en los estudiantes de enfermería se debe a la influencia que su período de formación puede tener en sus percepciones de estrés en su futuro laboral (15).

El estrés es definido como respuestas específicas del organismo a las demandas que se le hacen frente a eventos estresantes en el medio ambiente. No solo representan estímulos o respuestas, sino que son procesos a través de los cuales las personas perciben y afrontan las amenazas y desafíos del entorno. En pequeñas cantidades, el estrés es normal y puede facilitar a los individuos a una mayor actividad y productividad. Sin embargo, niveles muy elevados de estrés experimentados durante tiempos prolongados pueden ocasionar problemas físicos y mentales significativos (16).

El estrés es un trastorno psicológico y una de las causas más comunes detrás de los problemas psicológicos en individuos pertenecientes a todos los grupos de edad. Es una respuesta innata del cuerpo que puede ser física, mental o emocional ante un evento imprevisto que ocurre en la vida del individuo. El evento que agrava esta respuesta innata se denomina factor estresante. El estrés es adaptativo y manejable en condiciones agudas. Sin embargo, experimentar altos niveles crónicos de estrés puede generar problemas significativos. La vida académica es uno de los eventos en la vida de un individuo que puede tener diferentes factores estresantes (17).

En cuanto a las dimensiones del estrés académico; los agentes estresores hacen referencia a estímulos externos o internos que, en forma aguda o crónica, son percibidos como las personas como relevantes o potenciales peligros para afectar su vida, generando un desequilibrio. Los síntomas de estrés, son manifestaciones somáticas que perciben los individuos y se expresan a través de quejas, falta de sueño, dolores, cansancio. Las estrategias de afrontamiento, son aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales desarrollados ante la aparición de un evento adverso en su vida, obligándolo a adaptarse a la nueva situación (18).

Una perspectiva teórica sobre el estrés es el modelo de Neuman, que considera al estrés como el producto de la inestabilidad de un sistema cliente (individuo-entorno-personal), en el que se suman elementos estresantes. Aunque algunos estímulos que se generan dentro de los límites del entorno del paciente son estresantes, desencadenan un resultado que puede ser positivo o negativo; hace necesario explorar los resultados que produce el estrés en los estudiantes durante entrenamiento académico (19).

Los estresores a los que se enfrentan a diario los estudiantes de enfermería serían los siguientes: (a) Las fuerzas intrapersonales ocurren dentro del individuo, tales como respuestas condicionadas, pensamientos, y sensaciones (b) Las fuerzas interpersonales se refieren a relaciones negativas entre estudiantes, pacientes y personal, por ejemplo, las expectativas del paciente o estudiante sobre el rol en un hospital.(c) Las fuerzas extrapersonales ocurren fuera del individuo, como las circunstancias económicas del estudiante (20).

Explorar los efectos del estrés en los estudiantes es importante en muchos aspectos, pero dos son sobresalientes. Primero, la mayoría de los estudiantes son jóvenes y los efectos de los eventos estresantes en los jóvenes pueden durar hasta la edad adulta, aumentando el riesgo de sufrir trastornos de salud mental entre otros riesgos para la salud. En segundo lugar, el estrés puede reducir las habilidades de aprendizaje indispensables en entornos académicos; la reducción de las

habilidades de aprendizaje es un factor de gran importancia ya que reduce los recursos de los estudiantes para alcanzar el éxito académico.

Silva y colaboradores (21), en México, en 2019, en su investigación “Estrés académico en estudiantes de la Licenciatura de enfermería”. El enfoque fue cuantitativo, diseño transeccional. Fueron 180 los participantes, el instrumento fue el cuestionario SISCO. Los resultados evidenciaron que, el 87% tuvo niveles moderados de estrés, mientras que, no hubo una asociación significativa entre el sexo y el ciclo al que pertenecen.

Castillo (22), en Colombia, en el 2018, en su investigación “Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia”. El enfoque fue cuantitativo, diseño transeccional. Fueron 587 estudiantes que participaron, se utilizó el cuestionario SISCO. Los resultados evidenciaron que, el 90% fueron del sexo femenino, con una edad promedio de 20 años. El 90% mencionó haber tenido episodios de estrés durante el ciclo académico, y el 42% expresó un nivel medio de estrés, siendo la principal fuente la sobrecarga de los cursos.

De Dios y colaboradores (23), en Cuba, en el 2017, en su trabajo “Estrés en estudiantes de enfermería”. El enfoque fue cuantitativo, diseño transeccional. Fueron 289 los estudiantes que participaron. El instrumento fue la escala de estrés percibido PSS-14. Los resultados mostraron que el sexo femenino tuvo mayores niveles de estrés, siendo la principal fuente el estrés por competencias profesionales. Los niveles de estrés fueron medios en la mayoría de estudiantes.

Asenjo y colaboradores (24), en Perú, en el 2021, en su estudio “Nivel de estrés en académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19”. El enfoque fue cuantitativo, diseño descriptivo. El instrumento fue el cuestionario SISCO SV. Los resultados mostraron que, hubo diferencias entre el estrés severo en mujeres 64% y hombres 77%. Los estresores con mayor frecuencia fueron

sobrecarga de las tareas 66%, escaso tiempo para tareas 64%. Se concluyó que la mayoría tuvo niveles severos de estrés.

Rojas (25), en Perú, en 2020, en su estudio “Nivel de estrés en estudiantes de enfermería del último año de formación profesional en una universidad privada de Lambayeque”. El enfoque fue cuantitativo, diseño transeccional. La muestra fueron 67 estudiantes, el instrumento fue el cuestionario SISCO. Los resultados mostraron que, los niveles de estrés fueron altos 67% en la mayoría de estudiantes.

Maquera (26), en Perú, en su estudio “Depresión y estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno – 2019”. El enfoque fue cuantitativo, diseño correlacional. Fueron 62 estudiantes los participantes, los instrumentos fueron la escala de Zung y el SISCO. La mayoría de estudiantes tuvo 81,5% tuvo nivel moderado, 13% leve y 5,5% profundo. Hubo correlación significativa entre ambas variables.

En cuanto a la justificación teórica, el estudio utilizará las diversas teorías explicativas del estrés académico para poder explicar el comportamiento de las variables, así como dar sustento teórico utilizando las teorías de enfermería vinculadas al estudio. En cuanto a la justificación metodológica, el estudio hará uso de todos los pasos del método científico para responder a la pregunta de investigación planteada. Además, utilizará un instrumento válido y confiable para su uso.

En cuanto a la justificación práctica, el estrés se ha convertido en parte de la vida académica de los estudiantes debido a las diversas expectativas internas y externas puestas sobre sus hombros. El sistema educativo también desempeña un papel facilitador que, posteriormente, conduce a un aumento de los niveles de estrés. Algunas de las fuentes incluyen salas de conferencias abarrotadas, recursos e instalaciones inadecuados, vasto programa de estudios, largas horas y aprendizaje memorístico. Los jóvenes son particularmente vulnerables a los problemas

vinculados con el estrés académico a medida que ocurren transiciones a nivel individual y social. Por lo tanto, se vuelve imperativo comprender los niveles y el impacto del estrés académico para generar intervenciones efectivas.

El objetivo del estudio será “determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería de vii ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022”.



## **II. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **2.1 ENFOQUE Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

El enfoque fue cuantitativo, debido a que se utilizará análisis estadístico para establecer los niveles de la variable. El diseño de investigación fue no experimental, debido a que se observó la variable en su contexto natural sin intervención alguna. Además, fue transversal porque se recolectarán la data en un lapso establecido (27).

### **2.2 POBLACION**

La población estuvo conformada por los estudiantes de VII ciclo de enfermería de la Universidad María Auxiliadora. Según la oficina de matrículas de la casa de estudios, la cantidad de estudiantes matriculados para el presente año, en el ciclo en mención, son 75.

#### **Criterios de inclusión**

- Alumnos que firmen el consentimiento informado
- Alumnos que asisten regularmente a clases

#### **Criterios de exclusión**

- Alumnos con diagnóstico de patologías relacionadas a la salud mental.
- Alumnos que nos asisten regularmente a clases.

En el presente estudio se trabajó con la totalidad de estudiantes de VII ciclo, por lo tanto, no se requerirá de una muestra, denominándose muestra censal.

### **2.3 VARIABLE DE ESTUDIO**

La variable es estrés académico, la cual según su naturaleza es cualitativa, escala ordinal.

**Definición conceptual:** “El estrés se define como la respuesta no específica del cuerpo a las demandas que se le hacen frente a eventos perturbadores en el medio ambiente”. (16).

**Definición operacional:** El estrés se define como la respuesta no específica del cuerpo a las demandas que se le hacen frente a eventos perturbadores en el contexto académico en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad Maria Auxiliadora, el cual será evaluado con el cuestionario SISCO SV.

## 2.4 TÉCNICA DE INSTRUMENTO DE MEDICIÓN

La técnica de investigación es la encuesta, la cual permite utilizar procedimientos estándar para la aplicación de instrumentos (28).

En cuanto al instrumento, el inventario SISCO, fue elaborado por Barraza (29), en el 2007, contando en su primera versión con 37 ítems, luego fue realizada una segunda versión con 21 ítems en el 2018. Luego fueron desarrolladas diversas adaptaciones, siendo Castillo (30), quien elaboró una versión de 34 ítems y 3 dimensiones (estresores, reacciones y estrategias de afrontamiento), la cual será utilizada en la investigación. La forma de evaluación del instrumento, es basado en una escala de Likert con puntuaciones que van desde 1 al 5. La aplicación tiene una duración aproximada de 10 minutos.

La distribución de la cantidad de ítems por dimensión es:

Dimensión estresores	9 ítems
Dimensión reacciones al estresor	16 ítems
Estrategias de afrontamiento	9 ítems

En cuanto a los niveles de la variable. Estos se clasifican en alto, medio y bajo, con sus respectivas puntuaciones:

Estrés académico alto	92 a 125 puntos
Estrés académico medio	59 a 91 puntos
Estrés académico bajo	25 a 28 puntos

Nivel / Dimensiones	Estresores	Síntomas			Estrategias de afrontamiento
		Reacciones físicas	Reacciones psicológicas	Reacciones comportamentales	
Bajo	9 – 20	6 – 13	5 – 11	5 – 11	9 – 20
Medio	21 – 33	14 – 22	12 – 18	12 – 18	21 – 33
Alto	34 – 45	23 – 30	19 – 25	19 – 25	34 – 45

Elaboración propia

En cuanto a la validez y confiabilidad, Zelada (31), en su estudio titulado “Estrés académico y susceptibilidad al consumo de tabaco en estudiantes universitarios, Chiclayo” a través de una prueba piloto y aplicando la metodología correlación ítems-test halló un alpha de Crombach de 0,902, considerado aceptable. Para determinar la validez estadística, se utilizó la prueba de esfericidad de Barlett y KMO, obteniendo un nivel de significación  $p < 0,05$ .

## 2.5 PLAN DE RECOLECCIÓN DE DATOS

### 2.5.1. Autorización y coordinaciones previas para la recolección de datos

Para la mejora en la labor de campo, se hizo una diligencia, se envió una carta de autorización a la Directora de la escuela de enfermería para solicitar el permiso de ingreso a las clases virtuales del VII ciclo, con la aprobación de este documento se podrá acceder a las clases virtuales, según cronograma de ejecución del proyecto.

### **2.5.2 Aplicación de instrumento(s) de recolección de datos**

La aplicación de los instrumentos se realizó según cronograma establecido, se ingresará al aula virtual de los estudiantes del VII ciclo, donde se les explicó los aspectos generales del estudio, los cuales estuvieron plasmados en un consentimiento informado. Una vez aceptados, se les envió los formularios virtuales de google para la obtención de sus respuestas.

### **2.6. MÉTODOS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICOS**

En este estudio, se realizó un control de calidad de la data recolectada antes de iniciar el procesamiento de data. Los datos, una vez verificados, pasaron por un proceso de codificación e incorporación en una base de datos en Microsoft Excel. Después la matriz será exportada al programa SPSS para la aplicación de estadística descriptiva con la finalidad de obtener las frecuencias totales y relativas, así como también las medidas de tendencia central.

### **2.7 ASPECTOS ÉTICOS**

En la presente investigación se tuvieron en cuenta los 4 aspectos bioéticos de la investigación.

El principio de autonomía, a través del cual firmaron el consentimiento informado. Una persona autónoma es un individuo capaz de deliberación sobre metas personales y de actuar bajo la dirección de tal deliberación.

El principio de beneficencia, buscando el máximo beneficio a los participantes del estudio. Un ensayo debe iniciarse y continuarse sólo si los beneficios anticipados justifican los riesgos.

El principio de no maleficencia, el estudio no provocó ningún tipo de daño. Los derechos, la seguridad y el bienestar de los sujetos del ensayo, son las consideraciones más importantes y deben prevalecer sobre los intereses de la ciencia y la sociedad.

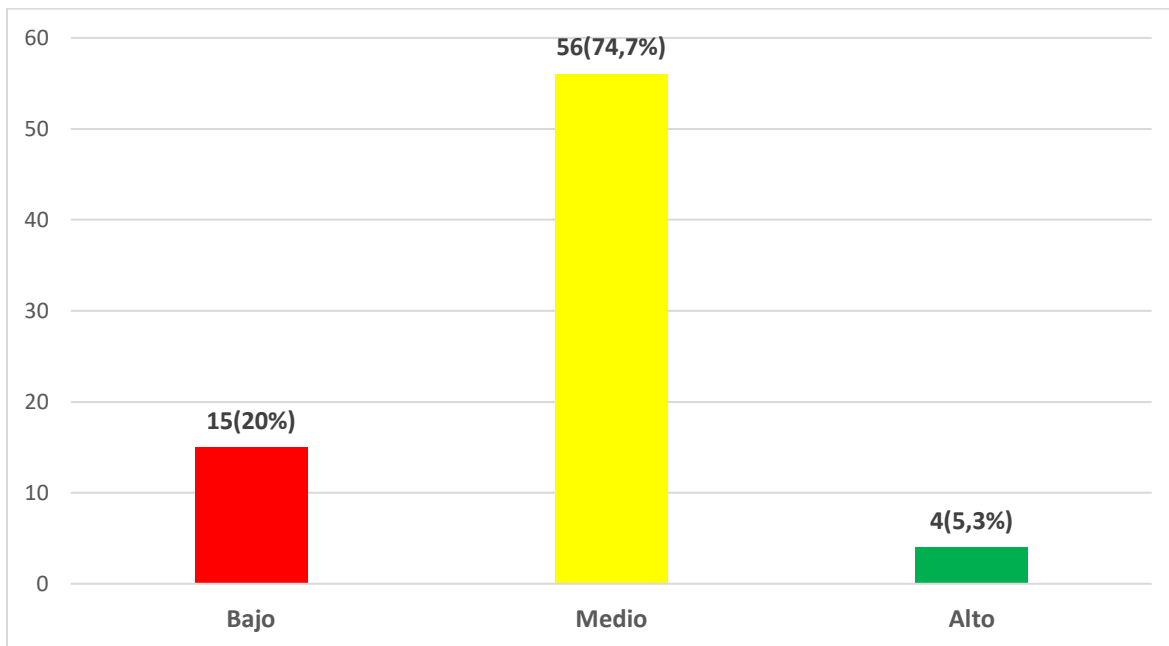
El principio de justicia, se trató a todos los participantes por igual. La investigación no debe involucrar indebidamente a personas de grupos que probablemente no estén entre los beneficiarios de solicitudes posteriores de la investigación (32).

### III. RESULTADOS

**Tabla 1.** Características sociodemográficas de los estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022 (N=75)

<b>Edad</b>	<b>Mínimo - Máximo</b>	<b>Media (Desv. Estándar)</b>
	23-54	31,68 ( $\pm$ 14,002)
<b>Sexo</b>	Frecuencia (f)	Porcentaje (%)
Femenino	49	65,3
Masculino	26	34,3
<b>Estado civil</b>	Frecuencia (f)	Porcentaje (%)
Soltero	29	38,7
Conviviente	18	24,0
Casado	28	37,3
<b>Ud. Trabajo actualmente</b>	Frecuencia (f)	Porcentaje (%)
Si	66	88,0
No	9	12,0
<b>¿ha tenido momentos de preocupación o nerviosismo en el último semestre?</b>	Frecuencia (f)	Porcentaje (%)
Si	66	88,0
No	9	12,0

En la tabla 1, se observa que, la edad promedio fue 31,68 años, siendo la mínima 23 y máxima 54 años. En cuanto al sexo, 49 estudiantes que representan el 65,3% son del sexo femenino, 26 estudiantes que representan el 34,3% son del sexo masculino. En cuanto al estado civil, 29 estudiantes que representan el 38,7% son solteros, 28 estudiantes que representan el 37,3% son casados. 66 estudiantes que representan el 88% trabajan, y 66 estudiantes que representan el 88% han tenido momentos de nerviosismo en el último semestre.



**Figura 1.** Estrés académico en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022 (N=75).

En la figura 1, 56 estudiantes que representan el 74,7% tuvieron estrés académico medio, 15 estudiantes que representan el 20% tuvieron bajo y 4 estudiantes que representan el 5,3% tuvieron alto.

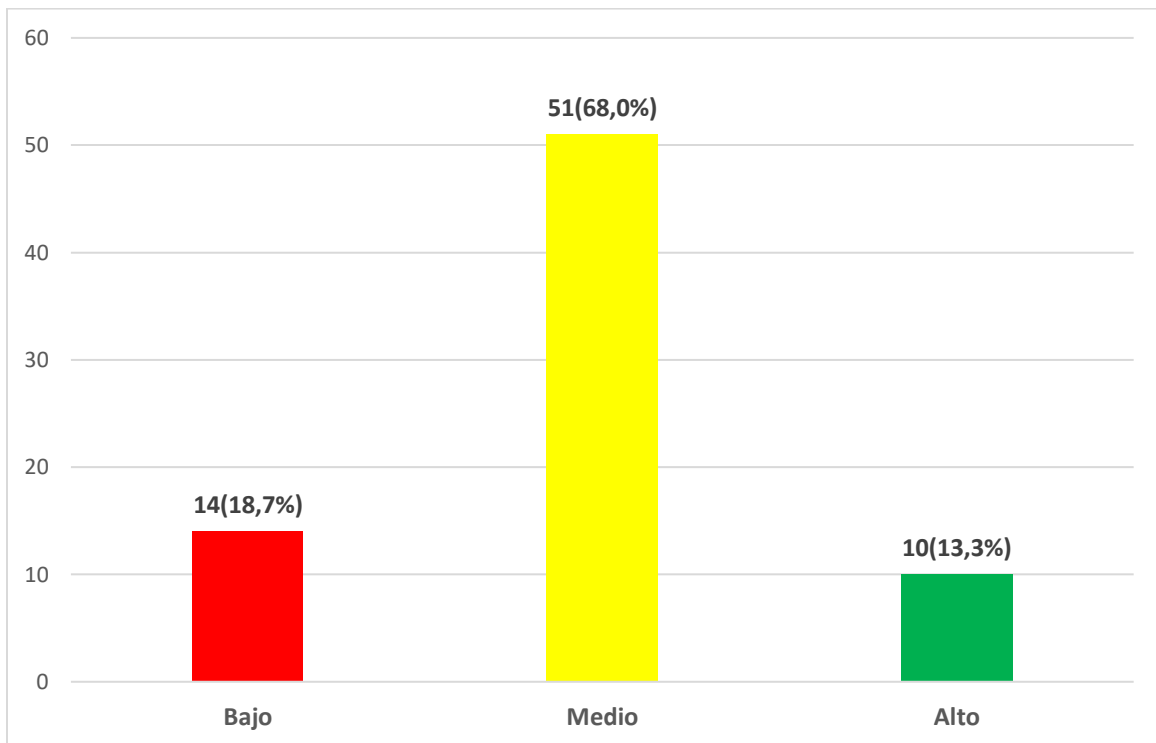
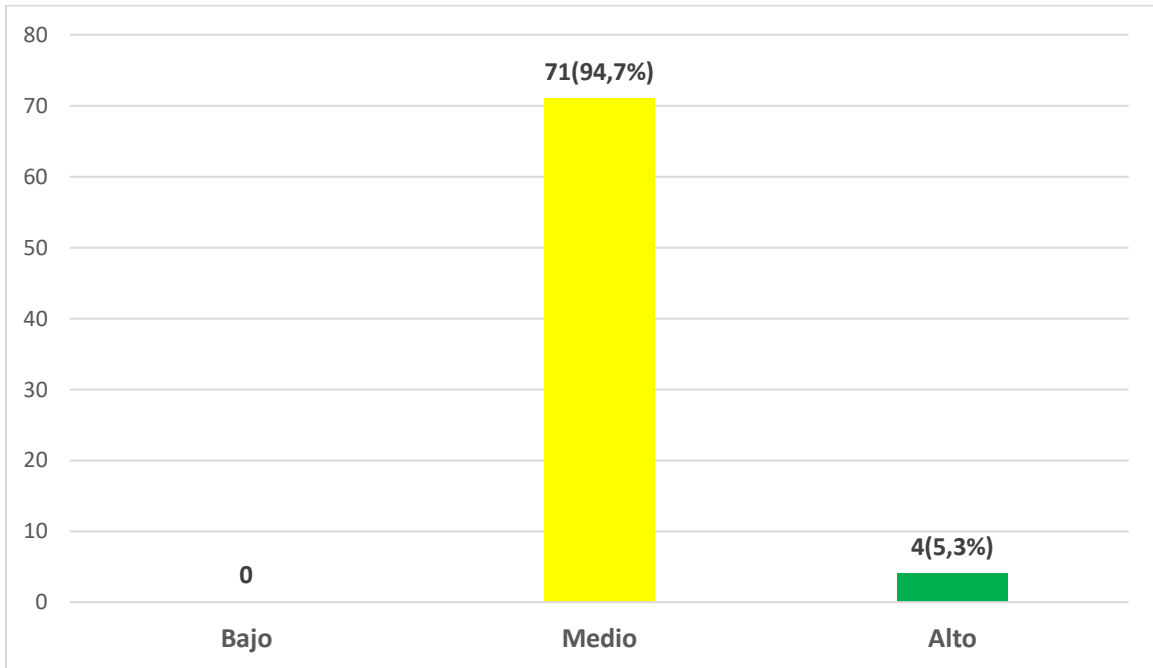


Figura 2: Estrés académico en su dimensión estresores en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022 (N=75).

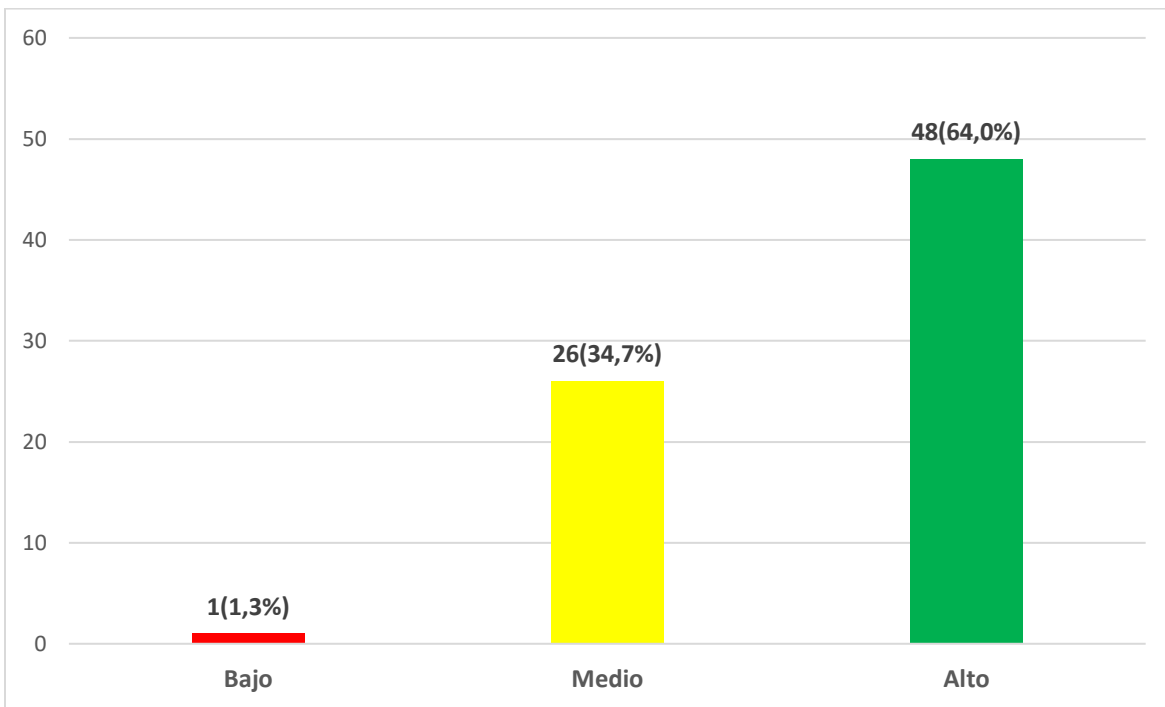
En la figura 2, en la dimensión estresores, 51 estudiantes que representan el 68,0% tuvieron estrés académico medio, 14 estudiantes que representan el 18,7% tuvieron bajo y 10 estudiantes que representan el 13,3% tuvieron alto.





**Figura 3.** Estrés académico en su dimensión reacciones al estresor en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022 (N=75)

En la figura 3, en la dimensión reacciones al estresor, 71 estudiantes que representan el 94,7% tuvieron estrés académico medio, 4 estudiantes que representan el 5,3% tuvieron bajo estrés académico.



**Figura 4.** Estrés académico en su dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022 (N=75)

En la figura 4, en la dimensión estrategias de afrontamiento, 26 estudiantes que representan el 34,7% tuvieron estrés académico medio, 1 estudiante que representa el 1,3% tuvieron bajo y 48 estudiantes que representan el 64,0% tuvieron alto estrés académico.

## IV. DISCUSIÓN

### 4.1 DISCUSIÓN

Los principales resultados del estudio evidenciaron que, el estrés académico en la mayoría de estudiantes de enfermería de VII Ciclo fue medio seguido de bajo y alto. Al respecto, en el mundo altamente competitivo de hoy, los estudiantes enfrentan varios problemas académicos incluyendo el estrés de los exámenes, el desinterés por asistir a clase y la incapacidad para comprender a los estudiantes de enfermería. Ello se puede explicar debido a que, la formación de pregrado en el área de enfermería es compleja. Implica una gran carga académica distribuida en lecciones teóricas y prácticas que ponen a los estudiantes en contacto con situaciones cotidianas de la práctica de enfermería que requieren dedicación, compromiso y equilibrio. En este curso, los estudiantes interactúan con personas enfermas en situación de angustia y vulnerabilidad, y esto requiere habilidades más allá de las desarrolladas en el aula. Ante esto, los estudiantes pueden percibir las exigencias académicas como estresores.

En cuanto a ello, Silva y colaboradores (21), , en su investigación “Estrés académico en estudiantes de la Licenciatura de enfermería” encontró que, el 87% tuvo niveles moderados de estrés, mientras que, no hubo una asociación significativa entre el sexo y el ciclo al que pertenecen. Dichos resultados concuerdan con los hallazgos del estudio, con una muestra similar. Además, analizó la influencia del sexo y ciclo, sin embargo, no halló asociación. Castillo (22), en su investigación “Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia”. Halló que, el 90% mencionó haber tenido episodios de estrés durante el ciclo académico, y el 42% expresó un nivel medio de estrés, siendo la principal fuente la sobrecarga de los cursos. Siendo sus resultados similares.

Por otro lado, Asenjo y colaboradores (24), en Perú, en el 2021, en su estudio “Nivel de estrés en académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19”. Halló que, los estresores con mayor frecuencia fueron sobrecarga de las tareas 66%, escaso tiempo para tareas 64%. Se concluyó que la mayoría tuvo niveles severos de estrés. Esta investigación halló resultados divergentes con el estudio, y fue realizada en el mismo contexto de pandemia COVID 19. Ello reflejaría que existen otros factores que influencia en el estrés académico. Por ejemplo, De Dios y colaboradores (23), mostraron que el sexo femenino tuvo mayores niveles de estrés, siendo la principal fuente el estrés por competencias profesionales, siendo uno de los factores determinantes.

En cuanto a la dimensión agentes estresores, fue en su mayoría medio. Los agentes estresores hacen referencia a estímulos externos o internos que, en forma aguda o crónica, son percibidos como las personas como relevantes o potenciales peligros para afectar su vida, generando un desequilibrio (18). Al respecto, Maquera (26), en Perú, en su estudio “Depresión y estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno – 2019”. Los instrumentos fueron la escala de Zung y el SISCO. La mayoría de estudiantes tuvo 81,5% tuvo nivel moderado, en cuanto a la dimensión estresores la mayoría fue medio. Hubo correlación significativa entre ambas variables. Dichos resultados coinciden con los hallazgos e incluso identifican una relación significativa con la depresión, haciendo necesario la relación de intervenciones oportunas.

En cuanto a la dimensión reacciones al estresor la mayoría de estudiantes tuvo un nivel de estrés medio. Ello hace referencia a los síntomas de estrés, los cuales son manifestaciones somáticas que perciben los individuos y se expresan a través de quejas, falta de sueño, dolores, cansancio (18). Rojas (25), en Perú, en 2020, en su estudio “Nivel de estrés en estudiantes de enfermería del último año de formación profesional en una universidad privada de Lambayeque”. La muestra fueron 67 estudiantes, el instrumento fue el cuestionario SISCO. Los resultados mostraron

que, los niveles de estrés fueron altos 67% en la mayoría de estudiantes. En cuanto a la dimensión reacciones al estresor la mayoría fue medio, siendo similar a lo hallado en la investigación.

En cuanto a la dimensión estrategias de afrontamiento, son aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales desarrollados ante la aparición de un evento adverso en su vida, obligándolo a adaptarse a la nueva situación (18). Asenjo y colaboradores (24), en Perú, en el 2021, en su estudio “Nivel de estrés en académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19”. El enfoque fue cuantitativo, diseño descriptivo. El instrumento fue el cuestionario SISCO SV. En cuanto a la dimensión estrategias de afrontamiento, la mayoría tuvo niveles altos. Ello implica que los estudiantes realizan diversas acciones para afrontar el estrés académico percibido.

En cuanto a las limitaciones, se tuvo dificultades para el acceso a la muestra, en ese sentido, se utilizaron medios virtuales para proceder a la aplicación del cuestionario, sin embargo, ello puede generar un sesgo de información, al limitar poder explicarle al estudiante en caso tenga dudas sobre algún ítem.

Esta investigación permitió identificar la variación de los niveles de estrés en los estudiantes de enfermería. También permitirá desarrollar acciones preventivas para minimizar el estrés y sus consecuencias negativas para los estudiantes. La comprensión de las personas involucradas en la formación de enfermería, a partir de las estrategias de enfrentamiento de los estudiantes de enfermería con el estrés académico, es de gran importancia para cualquier tipo de planificación en este campo.

## **4.2 CONCLUSIONES**

- El nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, fue en su mayoría medio.
- El nivel de estrés académico en su dimensión estresores en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, fue en su mayoría medio.
- El nivel de estrés académico en su dimensión reacciones al estresor en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, fue en su mayoría medio.
- El nivel de estrés académico en su dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, fue en su mayoría alto.

## **4.3 RECOMENDACIONES**

A la Universidad María Auxiliadora, se deben generar estrategias preventivas a través de la implementación de cursos para el manejo de estrés en los estudiantes, así como, generar actividades extracurriculares a través de medios virtuales con el objetivo de reforzar la salud mental de los estudiantes. Además, se deben realizar mediciones periódicas de los niveles de estrés en los estudiantes.

A los estudiantes de enfermería, el afrontamiento exitoso incluye tomar conciencia de incidentes y situaciones que uno percibe como estresantes, reconocer los factores estresantes significa y estar consciente de cómo su cuerpo responde al estrés. Además, pueden acudir a recibir asesoramiento sobre la gestión del tiempo.

Futuras investigaciones deben ir encaminadas a determinar los factores influyentes en el estrés académico.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Pulido-Criollo F, Cueto-Escobedo J, Guillén-Ruiz G. Stress in Nursing University Students and Mental Health. En: Health and Academic Achievement [Internet]. México D. F.: Universidad Veracruzana; 2018. Disponible en: <https://www.intechopen.com/chapters/58763>
2. Alsulami S, Al Omar Z, Binnwejim MS, Alhamdan F, Aldrees A, Al-Bawardi A, et al. Perception of academic stress among health science preparatory program students in two saudi universities. Adv Med Educ Pract [Internet]. 2018;9(1):159-64. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5856041/pdf/amep-9-159.pdf>
3. Rasheed F, Abbas A, Ahmad R, Ahmad N. Academic Stress and Prevalence of Stress-Related Self-Medication among Undergraduate Female Students of Health and Non-Health Cluster Colleges of a Public Sector University in Dammam, Saudi Arabia. J Pharm Bioallied Sci [Internet]. 2017;(4):251-8. Disponible en: [https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29456376/#:~:text=Results%3A The majority of students,related was reported at 39.58%25.](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29456376/#:~:text=Results%3A%20The%20majority%20of%20students,related%20was%20reported%20at%2039.58%25)
4. Jabien Labrague L. Stress, Stressors, and Stress Responses of Student Nurses in a Government Nursing School. Heal Sci J [Internet]. 2013;7(4):424-35. Disponible en: <http://www.hsj.gr/medicine/stress-stressors-and-stress-responses-of-student-nurses-in-a-government-nursing-school.pdf>
5. E Silva Ribeiro FMS, Mussi FC, Pires CG da S, da Silva RM, de Macedo TTS, Santos CA de ST. Stress level among undergraduate nursing students related to the training phase and sociodemographic factors. Rev Lat Am Enfermagem [Internet]. 2020;28:1-11. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7164923/pdf/0104-1169-rlae-28-e3209.pdf>
6. Clemente Z. Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería [Internet]. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla; 2021.

- Disponible en:  
<https://repositorioinstitucional.buap.mx/bitstream/handle/20.500.12371/11807/20210126140649-7284-T.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
7. López J, Salazar J, Castellanos J, Gonzáles P. Estrés académico en universitarios de enfermería, estudio de corte longitudinal en tiempos de covid-19. Cienc Lat [Internet]. 2021;5(6):11-7. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/1155/1559>
  8. Llorente Pérez YJ, Herrera Herrera JL, Hernández Galvis DY, Padilla Gómez M, Padilla Choperena CI. Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019. Rev Cuid [Internet]. 2020;11(3). Disponible en: <https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/1108/1713>
  9. Castillo Ávila IY, Barrios Cantillo A, Alvis Estrada L. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. Investig enferm [Internet]. 2018;20(2):1-11. Disponible en: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2 \(2018-II\)/145256681002/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2 (2018-II)/145256681002/)
  10. Teque-Julcarima MS, Gálvez-Díaz NDC, Salazar-Mechán DM. Estrés Académico en Estudiantes de Enfermería de Univeridad Peruana. Med Natur [Internet]. 2020;14(2):43-7. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7512760>
  11. Tasayco E. Estrés académico en estudiantes de enfermería del I al VIII ciclo de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga, Ica – Perú 2018. Rev enferm Vanguard [Internet]. 2019;7(2):29-40. Disponible en: <https://revistas.unica.edu.pe/index.php/vanguardia/article/view/203/238>
  12. Nuñez LL. Ansiedad y Estresores Académicos en Estudiantes de. Rev Recien [Internet]. 2021;10(2):45-59. Disponible en: <https://revista.cep.org.pe/index.php/RECIEN/article/view/73/85>
  13. Ríos LK. Factores Estresantes Academicos Asociados en estudiantes de enfermeria de la escuela padre Luis Tezza [Internet]. Escuela de enfermería padre Luis Tezza; 2014. Disponible en: [https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/urp/385/Rios\\_lk.pdf?sequenc](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/urp/385/Rios_lk.pdf?sequenc)



- e=1&isAllowed=y
14. Vera R. Relación entre estrés académico y calidad de vida de los estudiantes del internado de enfermería en una universidad pública de Lima Metropolitana, 2021 [Internet]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2021. Disponible en: [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/16717/Vera\\_br.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/16717/Vera_br.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  15. Pulido-Martos M, Augusto-Landa JM, Lopez-Zafra E. Sources of stress in nursing students: A systematic review of quantitative studies. *Int Nurs Rev* [Internet]. 2012;59(1):15-25. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/j.1466-7657.2011.00939.x>
  16. Abebe AM, Kebede YG, Mengistu F. Prevalence of Stress and Associated Factors among Regular Students at Debre Birhan Governmental and Nongovernmental Health Science Colleges North Showa Zone, Amhara Region, Ethiopia 2016. *Psychiatry J* [Internet]. 2018;2018:1-7. Disponible en: <https://downloads.hindawi.com/journals/psychiatry/2018/7534937.pdf>
  17. Poojar B, Ommurugan B, Adiga S, Thomas H, Sori RK, Poojar B, et al. Methodology Used in the Study. *Asian J Pharm Clin Res* [Internet]. 2017;7(10):1-5. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5810075/>
  18. Alania-Contreras RD, Llancari-Morales RA, Rafaele de La Cruz M, Ortega-Révolo DID. Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium* [Internet]. 2020;4(2):111-30. Disponible en: <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/669/867>
  19. Romero Herrera G, Flores Zamora E, Cárdenas Sánchez PA, Ostiguín Meléndez RM. Análisis de las bases teóricas del modelo de sistemas de Betty Neuman. *Enfermería Univ* [Internet]. 2018;4(1). Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3587/358741821005.pdf>
  20. Gómez Tovar LO, Díaz Suárez L, Cortés Muñoz F. Cuidados de enfermería

- basados en evidencia y modelo de Betty Neuman, para controlar estresores del entorno que pueden ocasionar delirium en unidad de cuidados intensivos. *Enfermería Glob* [Internet]. 2016;15(1):49. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v15n41/clinica4.pdf>
21. Silva Ramos MF, López Cocotle JJ, Sánchez de la Cruz O, González Angulo P. Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. *Rev Científica Enfermería* [Internet]. 2019;3(18):25. Disponible en: [https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/100448/1/RECIEN\\_18\\_03.pdf](https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/100448/1/RECIEN_18_03.pdf)
  22. Castillo Ávila IY, Barrios Cantillo A, Alvis Estrada LR. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia TT - Academic stress in nursing students in Cartagena, Colombia TT - Stress académica em estudantes de enfermagem em Cartagena, Colômbia. *Investig enferm* [Internet]. 2018;20(2):1-11. Disponible en: <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/view/16457/21021>
  23. De Dios J. Estrés en estudiantes de enfermería. *Educ Médica Super* [Internet]. 2017;31(3):110-23. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v31n3/a13\\_ems\\_1067.pdf](http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v31n3/a13_ems_1067.pdf)
  24. Asenjo-Alarcón JA, Linares-Vásquez O, Díaz-Dávila YY. Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Rev Peru Investig en Salud* [Internet]. 2021;5(2):59-66. Disponible en: <http://revistas.unheval.edu.pe/index.php/repis/article/view/867/856>
  25. Rojas E. Nivel de estrés en estudiantes de enfermería del último año de formación profesional en una universidad privada de Lambayeque [Internet]. Universidad Señor de Sipan; 2020. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/7119>
  26. Maquera M. Depresión y estrés académico en estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2019 [Internet]. Universidad Nacional del Altiplano; 2020. Disponible en: [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/13643/Maquera\\_Payv](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/13643/Maquera_Payv)

- a\_Maria\_Elisa.pdf?sequence=3&isAllowed=y
27. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación. 6ta edición. México: Mc Graw Hill; 2014.
  28. Casas J, Labrador R, Donado J. La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (II). Rev Atención Primaria [revista en Internet] 2003 [acceso 8 de agosto de 2021]; 31(9): 592-600. Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-la-encuesta-como-tecnica-investigacion--13047738>
  29. Barraza A. Inventario SISCO SV-21, Inventario SISTémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 Ítems [Internet]. 2018. 33-49 p. Disponible en: [http://www.ecorfan.org/libros/Inventario\\_SISCO\\_SV-21/Inventario\\_sistémico\\_cognoscitivista\\_para\\_el\\_estudio\\_del\\_estrés.pdf](http://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sistémico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estrés.pdf)
  30. Castillo-Navarrete JL, Guzmán-Castillo A, Claudio Bustos N, Walter Zavala S, Benjamín Vicente P. Psychometric properties of sisco-II inventory of academic stress. Rev Iberoam Diagnostico y Eval Psicol [Internet]. 2020;3(56):101-16. Disponible en: <https://www.aidep.org/sites/default/files/2020-08/RIDEP56-Art8.pdf>
  31. Zelada W. Estrés académico y susceptibilidad al consumo de tabaco en estudiantes . universitarios, Chiclayo – 2017. [Tesis de licenciatura]. Pimentel, Chiclayo, Perú: Universidad Señor de Sipán,2019 [Internet]. Disponible en: [https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6104/Zelada\\_Herrera\\_William\\_Alberto.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6104/Zelada_Herrera_William_Alberto.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  32. Koepsell D, Ruiz M. Ética de la investigación - Integridad Científica.Mexico: Comisión Nacional de Bioética;2015. Disponible en: <http://www.cooperacionib.org/libro-etica-de-la-Investigacion-gratuito.pdf>

## **ANEXOS**

## Anexo A. Operacionalización de la variable o variables

Variable	Tipo de variable según su naturaleza y escala de medición	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Subdimensiones	Indicadores	Nº de ítems	Valor final	Criterios para asignar valores
Estrés Académico	Tipo de variable según su naturaleza: Cualitativa Escala de medición: Ordinal			Estrés	---	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La competencia con los compañeros del grupo.</li> <li>- Sobrecarga de áreas y trabajos escolares.</li> <li>- La personalidad y carácter del profesor.</li> <li>- Las evaluaciones de los profesores (exámenes, trabajos de investigación).</li> <li>- El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales).</li> <li>- No entender los temas que se abordan en la clase.</li> <li>- Participación en clase (responde a preguntas, exposiciones).</li> <li>- Tiempo limitado para hacer el trabajo.</li> <li>- Otro: Bajo dominio de herramientas de tecnológicas.</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 Total: 9	- Bajo - Medio - Alto	25- 58 59-91 92-125 9-20 21-33 34-45
						<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).</li> <li>- Fatiga crónica (cansancio permanente).</li> <li>- Dolores de cabeza o migrañas.</li> <li>- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.</li> <li>- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.</li> <li>- Somnolencia o mayor necesidad de dormir.</li> </ul>	10, 11, 12, 13, 14, 15 Total: 6	- Bajo - Medio - Alto	6-13 14-22 23-30
						<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).</li> <li>- Sentimientos de depresión y tristeza(decaído).</li> <li>- Ansiedad, angustia o desesperación.</li> <li>- Problemas de concentración</li> <li>- Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.</li> </ul>	16, 17, 18, 19, 20 Total: 5	- Bajo - Medio - Alto	5-11 12-18 19-25
						<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.</li> <li>- Aislamiento de los demás.</li> <li>- Desgano para realizar las labores escolares.</li> <li>- Aumento o reducción del consumo de alimentos.</li> <li>- Otro desarreglo personal (fumar, beber, otros)</li> </ul>	21, 22, 23, 24, 25 Total: 5	- Bajo - Medio - Alto	5-11 12-18 19-25
						<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).</li> <li>- Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.</li> <li>- Concentrarse en resolver la situación que me preocupe.</li> <li>- Elogios a sí mismo.</li> <li>- La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).</li> <li>- Búsqueda de información sobre la situación.</li> <li>- Fijarse o tratar de obtener lo positivo dela situación que preocupa.</li> <li>- Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupe).</li> <li>- Otra estrategia: Reunión con la familia para realizar algún hobby.</li> </ul>	26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34 Total: 9	- Bajo - Medio - Alto	9-20 21-33 34-45

## Anexo B. Instrumentos de recolección de datos

### INSTRUCCIONES

---

Este presente cuestionario tiene como objetivo central las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de posgrado durante sus estudios. La sinceridad con que responden a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

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 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

## INVENTARIO DE ESTRES ACADÉMICO (SISCO)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando sobre la opción que elijas,

¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
N	RV	AV	CS	S

¿Con qué frecuencia te estresas?	Nunca	Rara vez	Algunas	Casi siempre	Siempre
	1	2	3	4	5
1. La competencia con los compañeros del grupo.					
2. Sobrecarga de áreas y trabajos escolares.					
3. La personalidad y carácter del profesor.					
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, trabajos de investigación).					
5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales).					
6. No entender los temas que se abordan en la clase.					
7. Participación en clase (responde a preguntas, exposiciones).					
8. Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
9. Otro: Bajo dominio de herramientas de tecnológicas.					

### DIMENSIÓN SÍNTOMAS

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando sobre la opción que elijas, ¿con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones físicas cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
N	RV	AV	CS	S

#### REACCIONES FÍSICAS

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?	Nunca	Rara vez	Algunas	Casi siempre	Siempre
	1	2	3	4	5
10. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					
11. Fatiga crónica (cansancio permanente).					
12. Dolores de cabeza o migrañas.					
13. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
14. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
15. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					

#### REACCIONES PSICOLÓGICAS

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?	Nunca	Rara vez	Algunas	Casi	Siempre
	1	2	3	4	5
16. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
17. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
18. Ansiedad, angustia o desesperación.					
19. Problemas de concentración.					
20. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.					

#### REACCIONES COMPORTAMENTALES

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?	Nunca	Rara vez	Algunas	Casi	Siempre
	1	2	3	4	5
21. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
22. Aislamiento de los demás.					
23. Desgano para realizar las labores escolares.					
24. Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
25. Otro desarreglo personal (fumar, beber, otros).					



## DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
N	RV	AV	CS	S

Con frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a:	Nunca	Rara vez	Algunas	Casi	Siempre
	1	2	3	4	5
26. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
27. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
28. Concentrarse en resolver la situación que me preocupe.					
29. Elogios a sí mismo.					
30. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
31. Búsqueda de información sobre la situación.					
32. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.					
33. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupe).					
34. Otra estrategia: Reunión con la familia para realizar algún hobby.					

## Anexo C. Consentimiento informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN MÉDICA

A usted se le está invitando a participar en este estudio de investigación en salud. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados.

**Título del proyecto:** “ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE VII CICLO DE LA UNIVERSIDAD MARÍA AUXILIADORA, LIMA 2022”.

**Nombre del investigador principal:** GARCÍA CHUMACERO SHEIDA GELIN; y MEDINA MUÑOZ MARITA RAQUEL.

**Propósito del estudio:** Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022.

**Beneficios por participar:** Tiene la posibilidad de conocer los resultados de la investigación por los medios más adecuados (de manera individual o grupal) que le puede ser de mucha utilidad en su actividad profesional.

**Inconvenientes y riesgos:** Ninguno, solo se le pedirá responder el cuestionario.

**Costo por participar:** Usted no hará gasto alguno durante el estudio.

**Confidencialidad:** La información que usted proporcione estará protegido, solo los investigadores pueden conocer. Fuera de esta información confidencial, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

**Renuncia:** Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin sanción o pérdida de los beneficios a los que tiene derecho.

**Consultas posteriores:** Si usted tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca de la investigación, puede dirigirse a GARCIA CHUMACERO SHEIDA GELIN, coordinadora de equipo teléfono móvil N° 98471641 o al correo electrónico: sheidayelin@gmail.com.

**Contacto con el Comité de Ética:** Si usted tuviese preguntas sobre sus derechos como voluntario, o si piensa que sus derechos han sido vulnerados, puede dirigirse al Dr. José Agustín Oruna Lara, Presidente del Comité de Ética de la Universidad María Auxiliadora, escribiendo al correo [jose.oruna@uma.edu.pe](mailto:jose.oruna@uma.edu.pe)

**Participación voluntaria:**

Su participación en este estudio es completamente voluntaria y puede retirarse en cualquier momento.

## DECLARACION DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido, tuve tiempo y oportunidad de hacer preguntas, las cuales fueron respondidas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente acepto participar voluntariamente en el estudio.

Nombres y apellidos del participante o apoderado	Firma o huella digital
Nº de DNI:	
Nº de teléfono: fijo o móvil o WhatsApp	
Correo electrónico	
Nombre y apellidos del investigador	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono móvil	
Nombre y apellidos del responsable de encuestador	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono	
Datos del testigo para los casos de participantes iletrados	Firma o huella digital
Nombre y apellido:	
DNI:	
Teléfono:	

**\*Certifico que he recibido una copia del consentimiento informado.**

.....  
Firma del participante