

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE PSICOLOGÍA



**Estrés académico en estudiantes de medicina de una universidad privada,
Chiclayo 2021**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

DIEGO HERNAN ELERA LOZANO

ASESOR

RONALD MIGUEL HERNANDEZ VASQUEZ

<https://orcid.org/0000-0003-1263-2454>

Chiclayo, 2022

**ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE MEDICINA DE
UNA UNIVERSIDAD PRIVADA, CHICLAYO 2021**

PRESENTADA POR
DIEGO HERNAN ELERA LOZANO

A la Facultad de Medicina de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el título de

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

APROBADA POR

Rony Edinson Prada Chapoñan
PRESIDENTE

Marilia Sibebe Cortez Vidal
SECRETARIO

Ronald Miguel Hernandez Vasquez
VOCAL

Dedicatoria

Agradecer a Dios por darme la fuerza y motivación para continuar creciendo como profesional y como persona, por tener fe en mí para superar momentos difíciles y no dejar que me rinda.

A mis padres Milagros Lozano y Richard Elera quienes con todo su amor y sacrificio me apoyaron económicamente para culminar mis estudios universitarios, a mis abuelos, Gladys Chévez, Esther Guivín, Hernán Elera y a mi tía Nelly Chévez quienes creyeron en mi brindándome su apoyo moral y espiritual. Esto es para ustedes, los amo con todo mi corazón y siempre serán mi motivo para salir adelante.

Agradecimientos

A mi asesor Mgtr. Ronald Miguel Hernandez Vasquez quien con paciencia y responsabilidad me encaminó en la correcta elaboración de esta investigación, gracias por brindarme sus conocimientos y que los éxitos continúen en su vida profesional.

A los estudiantes de medicina quienes me apoyaron incondicionalmente en la participación y desarrollo de las encuestas.

A mi mejor amiga Maritha Baca por ser un gran ejemplo de superación, por su apoyo y demostrarme que todo es posible en esta vida.

Índice

Resumen	6
Abstract	7
I. Introducción	8
II. Revisión de Literatura.....	11
III. Materiales y Métodos	17
IV. Resultados y Discusión	20
V. Conclusiones	24
VI. Recomendaciones	25
VII. Referencias	26
VIII. Anexos	29

Resumen

La mayoría de los estudiantes universitarios de la carrera de medicina expresan niveles altos de estrés académico. Esta problemática tiene una influencia negativa en su rendimiento y a su vez, afecta su bienestar físico y mental, por ejemplo: el tiempo para cumplir con las múltiples responsabilidades académicas, la presión de los docentes, los exámenes y la competencia entre compañeros son potenciales generadores de estrés en los estudiantes. El objetivo fue determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de medicina. La muestra estuvo conformada por 76 estudiantes de medicina humana quienes se encontraban en los ciclos correspondiente al año 2021-II. Se hizo uso del Inventario SISCO de Estrés Académico el cual posee 31 ítems valorados con una escala Likert del 1 al 5, elaborado por Arturo Barraza y adaptado en Perú por Manrique, Millones y Manrique en 2019. Se realizó la confiabilidad a través del estadístico de coeficiente Alfa de Cronbach obteniendo una puntuación de 0.89, en cuanto al nivel de estrés académico se encontró un 54% correspondiente al nivel moderado llegando a la conclusión que el mayor porcentaje de estudiantes evaluados en esta investigación manifiestan padecer de estrés académico.

Palabras clave: Salud mental, Satisfacción académica, Estrés Académico

Abstract

Most college medical students express high levels of academic stress. This problem has a negative influence on their performance and in turn, affects their physical and mental well-being, for example: time to fulfill multiple academic responsibilities, pressure from teachers, exams and competition between peers are potential generators of stress in students. The objective was to determine the level of academic stress in medical students. The sample was made up of 76 human medicine students who were in the cycles corresponding to the year 2021-II. The SISCO Academic Stress Inventory was used, which has 31 items valued with a Likert scale from 1 to 5, prepared by Arturo Barraza and adapted in Peru by Manrique, Millones and Manrique in 2019. Reliability was performed through Cronbach's Alpha coefficient statistic obtaining a score of 0.89, in terms of the level of academic stress, 54% corresponding to the moderate level was found, reaching the conclusion that the highest percentage of students evaluated in this research manifest suffering from academic stress.

Keywords: Mental health, Academic satisfaction, Academic Stress

I. Introducción

La formación académica en los estudiantes de medicina u otra carreras aplicadas a las ciencias de la salud es diferente y más exigente, su naturaleza teórica y práctica le exige al estudiante más horas dedicadas a la exploración de información, las evaluaciones son más complicadas y en la forma que sigue avanzando, su complejidad y exigencia irá en aumento, aquello se evidencia en las actividades académicas encargadas, la falta de tiempo o incluso el miedo a desaprobado, no sentirse lo suficientemente capaces para ayudar a otros y por otro lado, la competencia entre estudiantes, podría desencadenar aquello que es conocido como estrés académico, fenómeno que en los últimos tiempos se ha convertido en parte de la vida del universitario y de los profesionales de la salud.

El estrés es un factor que está presente ya sea en el campo laboral o académico desde mucho tiempo atrás, por lo que el estrés es un fenómeno que todos en cualquier momento de nuestras vidas experimentamos, llegando a ser percibido socialmente por todos. El estrés, por lo tanto, es un fenómeno que es experimentado por cada persona de forma distinta, afectándola de forma social, física y mental (Sánchez, 2013).

La American College Health Association (como se cita en Rosales 2016) mencionó en su investigación, existe mayor dificultad para alcanzar un buen rendimiento académico producto del estrés. Reafirma que es un factor problema para lograr metas, acompañado de los inapropiados hábitos de estudio.

A medida que el estudiante de medicina va progresando en su carrera profesional, la dificultad y la exigencia también va incrementando, los estudiantes se ven sujetos a más trabajos, más horas de estudio, exámenes más complejos, todo como parte de un proceso de adquisición de conocimientos y la adquisición de experiencia necesaria para cumplir con el rol profesional, esta población es una de la más propensas a desarrollar estrés académico, ya que este viene generalmente acompañado de angustia de saber si son lo suficientemente aptos para ayudar a otras personas.

Ser un profesional en ciencias de la salud, requiere mucha dedicación, esfuerzo y tiempo, es por ello, que Lazarus y Folkman (1986) menciona que la principal fuente de estrés para las personas es la exigencia académica, por lo que, si no es manejado de forma correcta, puede resultar dañino a largo plazo para la salud de la persona, dando pase a la aparición de reacciones desadaptativas, como conductas de evitación e incluso el ausentismo o abandono de la formación académica.

Orlandini (como se cita en Díaz 2010) indica que de la educación escolar a la educación universitaria superior, una persona cuando se ve inmersa en un proceso de adquisición de nuevos conocimientos puede llegar a experimentar tensión, situación a la que califica como estrés académico, este fenómeno sucede en una situación escolar, tanto individual como grupal, por lo tanto, el estrés académico es ese imprevisto experimentado por estudiantes de educación media y superior cuyo origen del estrés son todas aquellas actividades relacionadas en el entorno académico.

Bedoya et al. (2012) señalan que los estudiantes de medicina son quienes presentan más predisposición a experimentar o desarrollar niveles más profundos de estrés académico a diferencia de otros estudiantes de otras carreras profesionales y ello se le puede atribuir a diversas circunstancias originadoras de estrés, como es la preocupación por las

responsabilidades académicas, exceso de trabajos y tareas en diferentes asignaturas, escaso tiempo para ejecutar y concluir diferentes trabajos o funciones, sumándose la competencia entre compañeros en el caso de los estudiantes de últimos ciclos académicos.

Investigaciones indican que los estudiantes de Medicina es una población vulnerable a sufrir de estrés académico, causa de ello son las múltiples demandas académicas a los que se ven impuestos. Por lo tanto, a lo largo del tiempo no se han detallado cuáles podrían ser con exactitud los factores desencadenantes, ni las reacciones fisiológicas subsecuentes; sólo se han reseñado diversas situaciones dependientes del entorno sociocultural de los evaluados (Correa, 2013).

La formación para llegar a ser un profesional de la salud se ha caracterizado por un alto nivel de exigencia, generando niveles de estrés propios de la formación profesional entre universitarios, dando paso a mayores probabilidades de sufrir dificultades psicológicas, como son la ansiedad y depresión, entre otros (Lemos et al., 2018).

En conclusión a medida que el estudiante de medicina va progresando en su carrera profesional, la dificultad y la exigencia también va incrementando, los estudiantes se ven sujetos a más trabajos, más horas de estudio, exámenes más complejos, todo como parte de un proceso de adquisición de conocimientos y la adquisición de experiencia necesaria para cumplir con el rol profesional, esta población es una de la más propensas a desarrollar estrés académico, ya que este viene generalmente acompañado de angustia de saber si son lo suficientemente aptos para ayudar a otras personas.

Es así que, ante lo mencionado anteriormente, se planteó la siguiente interrogante ¿Cuáles son los niveles de estrés académico en estudiantes de medicina de una Universidad Privada, Chiclayo 2021?

Asimismo, se espera que los niveles de estrés académico alcancen niveles moderados debido a las exigencias de la malla curricular en estudiantes de medicina de una Universidad Privada, Chiclayo, 2021.

Se estableció como objetivo general determinar los niveles estrés académico en estudiantes de medicina de una Universidad Privada, Chiclayo 2021. Y como objetivos específicos describir los niveles de estrés académico según dimensiones, describir los niveles de estrés académico según edad y describir los niveles de estrés académico según sexo en estudiantes de medicina de una universidad privada, Chiclayo 2021.

Por otro lado, llevar a cabo este estudio presentó la iniciativa de conocer el nivel de estrés académico, su evolución en el tiempo, su incidencia y la prevalencia en estudiantes de medicina, porque permitió a los mismos saber el grado de estrés en el que se encuentran, conocer su realidad para saber que estrategias son las más adecuadas para hacerle frente o si es necesario la ayuda de una orientación y consejería del área de psicología, así mismo, para ello se buscó describir de forma detallada su manifestación y posibles consecuencias en los mismos.

De igual manera, esta investigación fue de importancia para la escuela de medicina, ya que brindó una contribución al ámbito social – académico, beneficiando a los estudiantes de medicina. De esta forma se permitió conocer la realidad y la problemática de la población en estudio, detectando situaciones de riesgo, para evitar el ausentismo académico e incluso la aparición de futuras patologías psicológicas. Esta información también sirvió como fuente bibliográfica tanto para docentes como para estudiantes siendo de utilidad para la elaboración

de futuros talleres o programas orientados a la prevención y desarrollo de un plan de intervención más profundo y detallado para los estudiantes de medicina según su nivel de manifestación y afección del estrés académico.

II. Revisión de Literatura

Antecedentes

Emiro et al. (2020) realizaron una investigación cuya población estuvo compuesta por 450 estudiantes de tres universidades de Colombia. Se buscó analizar el estrés académico en universitarios, para ello utilizaron el inventario SISCO de estrés académico. Se obtuvo que los evaluados evidenciaron niveles altos de estrés cuyos factores se le atribuía al exceso de tareas y trabajos. Por lo que se llegó a que el estrés y sus factores afectan el sueño, el incremento o disminución de la ingesta de alimentos, por lo que ese conjunto de reacciones afectaría a largo plazo la capacidad intelectual y el desempeño de los estudiantes conllevando a futuros fracasos o deserción.

Conchado et al. (2019) realizaron una investigación en una población de 72 estudiantes, tanto hombres como mujeres de medicina de una Universidad de Cuenca, Ecuador, buscaban evaluar la correlación entre el estrés académico y el rendimiento docente. Utilizaron el inventario SISCO de estrés académico y el rendimiento académico se midió mediante los promedios finales de los estudiantes. Se halló que existe un nivel de estrés alto en estudiantes con rendimiento académico bajo, pero no se asociaba a ningún género, los estudiantes con un rendimiento académico normal evidenciaron niveles de estrés más altos, por lo tanto, se llegó a que los niveles de estrés se asocian significativamente con el rendimiento académico y que puede llegar a ser una influencia negativa en la vida del estudiante.

García et al. (2019) realizaron un estudio en una población comprendida por 71 estudiantes de medicina de una Universidad ubicada en México, se buscó identificar los niveles de estrés, sus reacciones físicas, psicológicas y conductuales, así como las estrategias empleadas para controlarlo. Se emplearon como instrumentos el Cuestionario de estrés percibido (PSS-14) y el inventario SISCO de estrés académico. Por lo tanto, los resultados arrojaron un rango de 77,3% y 78,62% de estrés en los estudiantes, siendo sus principales generadores de estrés el poco tiempo para realizar los trabajos, el exceso de trabajos, tareas y las evaluaciones de los docentes.

Otero et al. (2019) realizaron una investigación en una población de 270 estudiantes de medicina de una Universidad de Sucre, Chile para determinar la correlación del nivel de estrés de los estudiantes de medicina ante una evaluación oral y escrita. Se empleó el inventario SISCO de estrés académico. Se halló que, los estudiantes evidencian estrés académico cuando son sometidos ante evaluaciones orales y escritas, siendo los generadores de estrés la sobrecarga de trabajos y tareas escolares, no entender lo explicado en clase y poco tiempo para realizar las actividades correspondientes. Por lo tanto, se llegó a que las evaluaciones son la fuente principal de estrés académico y se recomendó talleres de intervención para reducir el nivel de estrés en los estudiantes de medicina.

Miranda (2019) realizó una investigación cuyo objetivo fue identificar el nivel de estrés académico en estudiantes de medicina de una Universidad de Lima Metropolitana. La población estuvo conformada por 116 estudiantes y el instrumento utilizado fue el Inventario SISCO de Estrés Académico de Arturo Barraza. Los resultados hallados fueron que, del total de la muestra, el 93.97% evidenciaba estrés académico, prevaleciendo en primer lugar el nivel moderado con un 82.6%, seguido de un nivel profundo con un 14.7% y por último un nivel leve con un 2.8%. Asimismo; se concluyó que el nivel de estrés académico prevaleciente en

estudiantes de la facultad de medicina era moderado afectando el rendimiento físico, cognitivo y conductual de los mismos.

Alvarado et al. (2019) realizaron una investigación cuyo objetivo fue evaluar el efecto de un programa de atención plena en estudiantes de ciencias de la salud, para ello la población estuvo conformada por 116 estudiantes de una universidad pública y privada de la ciudad de Trujillo, Perú. Emplearon el inventario SISCO de estrés académico. Se hallaron diferencias significativas entre ambas universidades después del programa. Como conclusión se llegó a que el programa fue efectivo en los estudiantes de ciencias médicas de universidades pública y privada, disminuyendo los niveles de estrés gracias al uso de estrategias de afrontamiento.

Manrique et al. (2019) realizaron una investigación para evaluar las propiedades psicométricas del inventario SISCO de estrés académico de Barraza (2006) en una población peruana, para ello se contó con una muestra de 628 universitarios de psicología y educación de universidades privadas y públicas, se halló que los modelos analizados, los cuales fueron el modelo tridimensional estándar y el modelo de cinco factores, se ajustan perfectamente a los datos y el instrumento indicó ser invariante entre hombres y mujeres, el cual se confirmó con un índice de confiabilidad adecuado de 0.98, hallándose también asociaciones significativas con variables relacionadas. Por lo tanto, el inventario SISCO presenta alta validez y confiabilidad para su aplicación en estudiantes peruanos.

Vasquez (2019) realizó una investigación para determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de medicina de una universidad privada de Chiclayo, Perú. La población estuvo conformada por 70 estudiantes y se utilizó el Inventario SISCO de estrés académico. Los resultados encontrados mostraron que el nivel de estrés académico prevaleciente era de nivel bajo con un 46%. Asimismo, se encontró que en la primera dimensión (estresores) y en la segunda dimensión (síntomas) predominó el nivel bajo con un 46% y 44% respectivamente y por último se encontraba la tercera dimensión (estrategias de afrontamiento) con un 41% correspondiente al nivel alto.

Cornejo y Salazar (2018) desarrollaron una investigación correlacional cuyo objetivo fue determinar el nivel de estrés académico por dimensiones en una Universidad Privada y Nacional de Chiclayo, Perú. La población estuvo conformada por 415 universitarios de ambos sexos. Se hizo uso del Inventario SISCO de estrés académico. Asimismo, se halló que el resultado general entre ambas instituciones en cuanto a las dimensiones del instrumento mostraban que la mayoría de estudiantes se ubicaban en un nivel medio, obteniendo la dimensión Percepción del estrés un nivel de 47.5%, Reacción al estrés un 40.8% y Frecuencia de estrategias de afrontamiento un 47.5%, concluyendo a su vez que son los estudiantes de universidades particulares quienes suelen manifestar mayor presencia de estrés académico a diferencia de los estudiantes de universidades nacionales.

Venancio (2018) realizó una investigación en la que buscó estipular los niveles de estrés académico en 432 universitarios de los cuales 124 eran hombres y 308 eran mujeres procedentes de la facultad de psicología de una Universidad Nacional ubicada en Lima, Perú. En la investigación se empleó el inventario SISCO de estrés académico. Se halló que el estrés académico se manifiesta a un nivel promedio siendo mayor en mujeres. Por lo tanto, se concluyó que existe la presencia de estrés académico en estudiantes de psicología y es mayormente de nivel promedio.

Córdova y Santa María (2018) realizaron una investigación en 140 estudiantes de odontología de una Universidad de Lima, Perú. El objetivo fue determinar los factores asociados al estrés, para ello se hizo uso del cuestionario “Dental Environment Stress Questionnaire” para así evaluar cómo se asocia el estrés con la edad y nivel académico, hallándose que el estrés se manifestó en el 75.5% de los estudiantes entre edades de 18 a 28 años (18 a 23 años presentaron un nivel alto con 81.4% y de 24 a 28 años presentaron un nivel bajo con 18.6%), concluyendo que el estrés se relaciona con la edad de los estudiantes e impactando en su nivel académico.

Rosales (2016) realizó una investigación cuyo objetivo fue establecer el vínculo que existe entre estrés académico y hábitos de estudio, en una población compuesta por 377 estudiantes de Psicología del primer al cuarto ciclo de una Universidad ubicada en Lima, Perú. Los instrumentos empleados en la investigación fueron el Inventario SISCO del Estrés Académico y el Inventario de hábitos de estudio CASM-85. Así mismo, se halló que un 80,50% evidencia un “nivel promedio” de estrés académico y el 78,9% un “nivel promedio” de hábitos de estudio. Por lo tanto, se llegó a la conclusión de que existe una conexión significativamente alta entre el estrés académico y los hábitos de estudio en estudiantes de psicología.

Bonilla et al. (2015) realizaron una investigación cuyo objetivo fue determinar el nivel de estrés académico en 198 estudiantes de odontología de una Universidad Privada de la ciudad de Chiclayo, en el cual hicieron uso del cuestionario de evaluación de estrés dental y del medio ambiente DES30 hallando que el mayor número de encuestados presentaban un 53% de estrés moderado, un 23.7% nivel alto y un 23.2% un nivel bajo. Asimismo, se halló que el nivel de estrés presentó índices más elevados en mujeres con un 60.1% siendo de nivel alto y en hombres fue de 39.9% correspondiente al nivel moderado.

Bases teóricas

La Organización Mundial de la Salud (como se cita en Lorente et al., 2017) considera al estrés como una agrupación de alteraciones físicas que se manifiestan en forma de jaquecas, dificultades digestivas, entre otros; generando que la productividad de la persona disminuya o sea insuficiente.

Para Barraza (como se citó en Díaz 2010) el estrés académico es la causa de un proceso sistémico, que puede ser de carácter adaptativo y psicológico manifestándose de tres formas: Situación en la que el estudiante se encuentra ante un conjunto de exigencias que bajo contexto escolar son percibidas y consideradas como estresores (input). Por lo tanto, cuando los estresores causan un malestar sistémico (situación estresante) son evidenciados en forma de síntomas físicos, conductuales o psicológicos (indicadores de desequilibrio). Una vez que el estresor se convierte en malestar conlleva al estudiante a poner en marcha medidas de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico.

Por otro lado, Muñoz (2004) afirma que el estrés académico es aquel que se manifiesta en las exigencias, dificultades, acciones y circunstancias durante la vida académica que producen afectaciones perjudiciales en la salud, la tranquilidad y el rendimiento académico de los estudiantes.

En relación a la variable mencionada, se considera el modelo teórico de Barraza (2006) quien diseñó el modelo Sistémico Cognoscitivista del estrés académico, que es explicada de la siguiente forma en dos supuestos:

Supuesto Sistémico. Explica que la persona se relaciona con su entorno como un circuito de entrada y salida de tal forma que busca alcanzar una estabilidad perfecta.

Supuesto Cognoscitivista. Hace mención a la correlación entre persona y medio, depende de la como la persona perciba las demandas del ambiente y el uso de sus estrategias para afrontar dichas demandas.

Así pues, cuando la persona se encuentra frente a alguna demanda o exigencia presentada por el ambiente que lo rodea, el sujeto tiende a analizar si dichas exigencias son aceptables, de lo contrario se convierten en estrés. Al ingresar el estrés en el sistema de la persona, origina un desequilibrio de la misma, por lo que el sujeto tiende a buscar una estrategia para hacer frente a la situación estresante. Por lo tanto, el sistema de la persona responde con estrategias de afrontamiento a las exigencias externas; sin embargo, solo se puede recuperar el equilibrio si dichas estrategias son exitosas, de no ser así, el proceso se repite con la finalidad de lograr el objetivo esperado.

Barraza (como se cita en Venancio 2018) hace referencia a que el estrés académico es la consecuencia de tres factores: los estresores académicos, los síntomas y las estrategias de afrontamiento.

Estresores académicos

Para Muñoz (2004) el estrés académico tiene su origen en dentro del espacio educativo, como resultado de eventos y demandas que recargan o influyen en distintas formas al alumno, bien pueden ser la cantidad de materias que lleva - estudia, cantidad de tarea a realizar, desarrollar la capacidad de concentración y atención para las clases, la cantidad de alumnos por aula lo cual genera competencia y la dificultad en la interacción estudiante-profesor.

Barraza (como se citó en Cornejo 2018) sugiere un cúmulo de estresores pertenecientes al estrés académico tales como la competencia entre estudiantes, el exceso de trabajos, de responsabilidades, el entorno desagradable, el corto lapso de tiempo para realizar los deberes, dificultades o percances con los compañeros o docentes, los exámenes y los diferentes tipos de trabajos dejados por los educadores.

Por otro lado, Muñoz (1999) diferencia cinco tipos de grupos estresores académicos los cuales son los siguientes:

Las Evaluaciones. Este estresor es uno de los que más investigaciones ha generado, siendo muchas veces objeto de estudio, por lo tanto, dentro que este grupo se consideran la realización de exámenes tanto escritos como orales, la ansiedad de ser evaluado, prepararse para los exámenes, el nivel de exigencia, las calificaciones y el suspenso de esperar la entrega de notas. Así mismo, existen dentro de este factor diversos factores que se suman como son el temor al fracaso y factores de tipo cognitivo-afectivo.

Sobrecarga de Trabajo. Este grupo planteado por investigadores y expresada por los estudiantes de múltiples formas hace referencia a las demandas académicas excesivas, exceso de clases, numerosos trabajos para casa, problemas al distribuir y aprovechar el tiempo, poco tiempo libre, dificultad para mantener la atención y concentración en clases, demandas de las

prácticas profesionales (por ejemplo, carreras de gran peso como son medicina, enfermería, etc.).

La relación profesor-alumno. El cual se basa en el método o estilo de enseñanza usado por el profesor, siendo de gran importancia la personalidad del docente, cómo imparte la información, cómo brinda ayuda al alumno, cómo resuelve conflictos y cómo fomenta el clima social dentro del salón de clases.

Diversas variables institucionales. En las que los docentes ni los estudiantes no son responsables directamente como pueden ser la organización de la malla curricular, el orden y establecimiento de horarios.

Adaptación y transición en el ámbito educativo. Finalmente en este grupo se toman en cuenta diversos criterios como son el ingreso a una nueva institución educativa, la transición de una etapa educativa a otra como por ejemplo colegio-universidad, el irse de casa para mudarse a otra ciudad para estudiar la carrera escogida, todo ello supone para la persona un proceso de resocialización, ya que exige al sujeto adaptarse a un nuevo estilo de vida con roles nuevos, normas y responsabilidades y nuevas exigencias académicas de un ambiente competitivo.

Román et al. (como se citó en Venancio 2018) explican que los factores que desencadenan el estrés académico son los siguientes: demasiadas tareas, resolver exámenes, la numerosa información brindada, aportar o participar en clase y entender lo que se explica en clase.

Arribas (2013) establece otro punto de vista de las causas del estrés académico, indicando que la numerosa información brindada en clase, las tareas que requieren demasiado tiempo, el sentido de valoración de alumno-profesor, los métodos que se usan para aprender, etc., son los iniciadores del estrés académico.

Finalmente, García y Muñoz (2004) refieren que aquellos factores que originan el estrés académico son principalmente la sobrecarga académica y la forma en cómo el estudiante lo afronta.

Síntomas

Para Barraza (2005) los síntomas pueden ser físicos, psicológicos y conductuales. En los síntomas físicos están las cefaleas o migrañas, presión alta, dolor de estómago, dolor de espalda, sudoración excesiva, aminoramiento del apetito sexual. Así mismo, los síntomas psicológicos manifestantes son la ansiedad, irritabilidad, pesimismo, inseguridad, y baja autoestima. Por último, dentro de los síntomas conductuales están el consumo de drogas como tabaco y alcohol en exceso, alejarse de todo y de todos, conflictos e indiferencia con otros, desgano y un aumento o reducción en el consumo de los alimentos.

Sánchez (como se citó en Venancio 2018) refiere que el estrés afecta tanto los órganos y las funciones del sujeto que lo padece, teniendo como síntomas principales los siguientes: Síntomas psicológicos tales como depresión que puede estar acompañada de una ansiedad, nerviosismo, entre otros que pueden ser comórbidos; síntomas físicos tales como indigestión, dolores de cabeza, sarpullido, palpitaciones rápidas, disfunción sexual, diarrea o estreñimiento; síntomas conductuales tales como insomnio, aislamiento social, ira o enfado, entre otros.

Gutiérrez y Amador (2016) señalan que los efectos sintomatológicos del estrés académico son similares a otros tipos de estrés. Primero se encuentran los síntomas físicos, como palpitaciones cardíacas, sudoración excesiva, tensión muscular en brazos y piernas, problemas de respiración, bruxismo, trastornos del sueño, cefaleas y problemas de digestión. En los síntomas conductuales se encuentran el desgano para realizar las actividades diarias, el ausentismo, aislamiento social, nerviosismo, nada o pocas ganas de comer y dormir. Dentro de los síntomas psicológicos están la depresión, ansiedad, dificultad concentrarse, preocupación excesiva, baja autoestima, irritabilidad y distractibilidad.

Sánchez (como se cita en Venancio 2018) refiere que el estrés académico afecta tanto a los órganos como a las funciones del sujeto que lo padece, teniendo como síntomas principales:

Síntomas psicológicos. Depresión que puede estar acompañada de una ansiedad, nerviosismo, que pueden ser comórbidos,

Síntomas físicos. Indigestión, dolores de cabeza, sarpullido, palpitaciones rápidas, disfunción sexual, diarrea o estreñimiento.

Síntomas conductuales. Insomnio, aislamiento social, ira o enfado.

Estrategias de afrontamiento

Para Lazarus y Folkman (1986) son las siguientes:

La resolución de conflictos. Explica que como los sujetos modifican las exigencias que causan malestar en el ambiente diseñando métodos como forma de solución a dichos problemas, tales pueden ser análisis situacional, reevaluación positiva, búsqueda de soporte o ayuda y resolución de problemas.

El control de emociones. Estrategia usada cuando el estresor dura demasiado y no se puede modificar como, por ejemplo, la muerte de un ser amado. La persona buscará moderar y disminuir el generador de estrés, que a su vez le servirá para aliviar el malestar y dolor emocional, de forma que se centra en maniobrar aquellas emociones relacionadas al evento estresor ya sea en forma de evitación cognitiva, aceptación - resignación, descarga emocional, etc.

III. Materiales y Métodos

Diseño de investigación

No experimental – Descriptivo (Hernández et al. 2014).

Participantes

Estuvo conformada por estudiantes 76 universitarios tanto hombres y mujeres, pertenecientes al ciclo académico 2021-II, procedentes de la escuela profesional de medicina de una Universidad Particular de Chiclayo 2021, los cuales han experimentado alguna situación estresante en su entorno académico y cuyo tamaño de la muestra se realizó mediante la técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia.

Como criterio de inclusión se consideró a estudiantes universitarios de la escuela de medicina de una Universidad Particular de la ciudad de Chiclayo, estudiantes mayores de edad, estudiantes que hayan marcado “Sí” en el ítem filtro número 1 del cuestionario, estudiantes pertenecientes a los ciclos pares. Se excluyó a los estudiantes con alguna discapacidad visual como ceguera y estudiantes que no correspondan al ciclo académico 2021-II y se eliminó a aquellos estudiantes cuyos cuestionarios estén incompletos o que marquen más de una alternativa.

Técnicas e instrumentos

La técnica empleada para la recolección de datos fue la encuesta (Hernández et al. 2014), para ello se aplicó el Inventario SISCO de estrés académico (Ver Anexo A) el cual está compuesto por 31 ítems, fue creado por Arturo Barraza Macías en el año 2007. Dentro de los ítems encontramos un ítem filtro que determinará si el encuestado contestará o no el inventario, un ítem de escala tipo Lickert (del 1 al 5) que permitirá identificar la frecuencia de las demandas del entorno identificadas como estresores, 29 ítems de escala tipo Lickert divididos en 3 dimensiones: Percepción del estrés, reacción al estrés (dividida en tres sub dimensiones: reacciones físicas, psicológicas y comportamentales) y estrategias de afrontamiento. El objetivo de este instrumento es identificar el nivel de intensidad del estrés académico, identificando el nivel de frecuencia de estresores, reacciones y uso de estrategias de afrontamiento.

Tiene una duración de 10 a 15 minutos aproximadamente, la calificación se realiza de forma directa, cada respuesta posee un valor predeterminado. Las respuestas se miden mediante escala tipo Lickert de 5 valores: 1 nunca, 2 rara vez, 3 algunas veces, 4 casi siempre y 5 siempre. Asimismo; el inventario considera tres niveles generales de estrés académico (ver Anexo B) colocar en anexos): Bajo de 0 a 64, Moderado de 65 a 92 y Alto de 93 a 132. Por otro lado, por dimensión también se le brindó una categoría por niveles (ver Anexo C): Reacción al estrés (bajo 0 a 17, moderado 18 a 27 y alto 28 a 40) Reacciones físicas (bajo 0 a 27, moderado 28 a 45 y alto de 46 a 68) y Estrategias de afrontamiento (bajo 0 a 6, moderado 7 a 19 y alto 20 a 28).

Para esta investigación se empleó la adaptación del Inventario SISCO de estrés académico de Manrique, Millones y Manrique, quienes realizaron una investigación para evaluar las propiedades psicométricas en una población peruana del inventario elaborado por Barraza en el 2007. La población estuvo conformada por 628 universitarios, se halló que los modelos analizados, los cuales fueron el modelo tridimensional estándar y el modelo de cinco

factores, se ajustan perfectamente a los datos y el instrumento indicó ser invariante entre hombres y mujeres, el cual se confirmó con un índice de confiabilidad excelente de 0.98, hallándose también asociaciones significativas con variables relacionadas. Por lo tanto, el inventario SISCO presenta alta validez y confiabilidad para su aplicación en estudiantes peruanos.

Así mismo, se realizó un análisis estadístico para determinar la confiabilidad del instrumento de forma general y por dimensiones. Se resultó una confiabilidad general de 0.89 de categoría excelente, de la misma forma, por dimensiones se obtuvo que en la dimensión Percepción del Estrés la confiabilidad del alfa de Cronbach fue de 0.79 de categoría aceptable, en la dimensión Reacción al estrés la confiabilidad fue de 0.87 de categoría apropiada y en la dimensión estrategias de afrontamiento la confiabilidad fue de 0.76 de categoría aceptable (Ver tabla 3).

Tabla 3.
Confiabilidad a nivel general y por dimensiones

Escala	Cronbach's	McDonald's
	α	ω
Nivel de estrés general	0.89	0.89
Dimensión Percepción del Estrés	0.79	0.80
Dimensión Reacción al Estrés	0.87	0.88
Dimensión Frecuencia de Uso de Estrategias	0.76	0.77

Procedimientos.

Se presentó una carta (Ver Anexo D) al director de la escuela de Medicina la cual fue remitida al Decano de la Facultad de Medicina, en dicha carta se solicitó la autorización de la escuela de medicina para realizar la investigación y se detalló el objetivo de la investigación y la población en estudio. Luego se contactó y coordinó primero con los delegados de cada ciclo correspondiente al 2021-II, a quienes se les explicó los detalles, el objetivo de la investigación y se les facilitó el enlace web que contiene un formulario de Google con el instrumento para que lo compartan en sus grupos de trabajo o cursos vía WhatsApp. En el enlace del instrumento se encuentra en primer lugar el consentimiento informado (Ver Anexo E) y una ficha sociodemográfica la cual fue útil para una mejor recolección de las características de la población en estudio, compuesta por datos como sexo, edad y ciclo en el que se encuentra, la aplicación de esta ficha tendrá una duración de 5 minutos o menos (Ver anexo F). Cabe resaltar que todo instrumento y recolección de información se realizó de forma virtual, debido al contexto de la pandemia COVID-19 en la que nos encontramos.

Aspectos éticos.

Esta investigación fue evaluada y aprobada por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo (Ver Anexo G.), así mismo se realizó un análisis por el programa Turnitin el alcanzó un porcentaje de 19% (Ver Anexo H).

Por otro lado, se tomó en consideración los principios éticos básicos como menciona Gómez (2019):

Respeto a las personas. Todos los participantes y sus datos fueron tratados de forma anónima, haciendo uso de la confidencialidad para resguardar la identidad de cada persona.

Beneficencia. Se respetó la decisión de los encuestados en el proceso de la investigación, haciéndoles saber que podían negarse a participar sin presentar riesgo alguno como pueden ser físicos o psicológicos.

Justicia. Se explicó a los estudiantes de medicina en el consentimiento informado que la participación era libre y que no se recibiría incentivo alguno, pero que los resultados servirán para conocer el nivel de estrés que pueden padecer y así tomar las medidas preventivas necesarias.

Procesamiento y análisis de datos.

Se utilizó el programa Microsoft Excel 2013 para elaborar una base de datos que posteriormente fueron analizados de acuerdo a los objetivos planteados y a la información obtenida de la ficha sociodemográfica.

Así mismo, se hizo una sumatoria de los puntajes que se obtengan, para así poder identificar los niveles de estrés académico en estudiantes de medicina, de la misma forma se utilizó el mismo procedimiento para edad y sexo. Todo resultado podrá ser visualizado a través del programa Jamovi 2.0.0 obteniendo frecuencias y porcentajes de los niveles de estrés académico los cuales fueron representados mediante tablas y figuras.

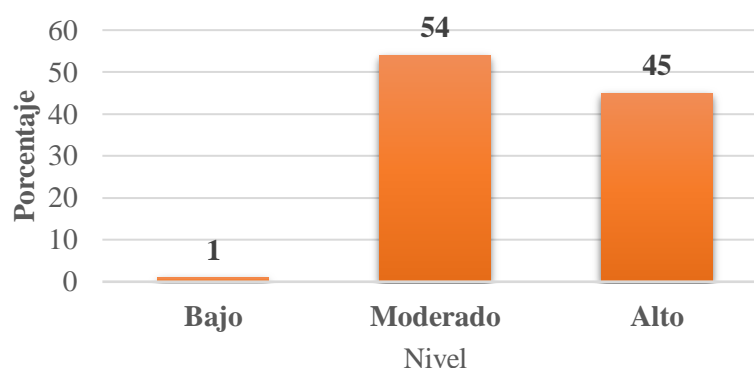
IV. Resultados y Discusión

Niveles de estrés académico en estudiantes de medicina

El mayor porcentaje de estrés académico en estudiantes medicina presenta un 54% correspondiente al nivel moderado (Ver Figura 1.), lo que evidencia que la gran mayoría de estudiantes se encuentran expuestos o perciben diversas situaciones estresantes en su entorno académico, como pueden ser el alcanzar notas favorables en los exámenes y trabajos, elevada exigencia física y mental, entre otros. Esto discrepa con lo encontrado por Vásquez (2019), en su estudio se evaluó a una población similar encontrándose que el 46% de estudiantes de medicina evaluados presentaban un nivel Promedio Bajo de estrés académico, eso puede deberse a que para este estudio se trabajó solo con estudiantes de primer ciclo de medicina humana, habiendo una diferencia notable en cuanto a la exigencia siendo para este caso inferior como lo explica Pazos (2018) quien menciona que conforme el estudiante va avanzando a lo largo de los ciclos académicos, la dificultad y exigencia de los cursos van en aumento, esto debido también a la naturaleza práctica de los mismos.

Figura 1.

Nivel de estrés académico en estudiantes de medicina de una Universidad Privada, Chiclayo 2021.



Niveles de estrés académico según dimensiones.

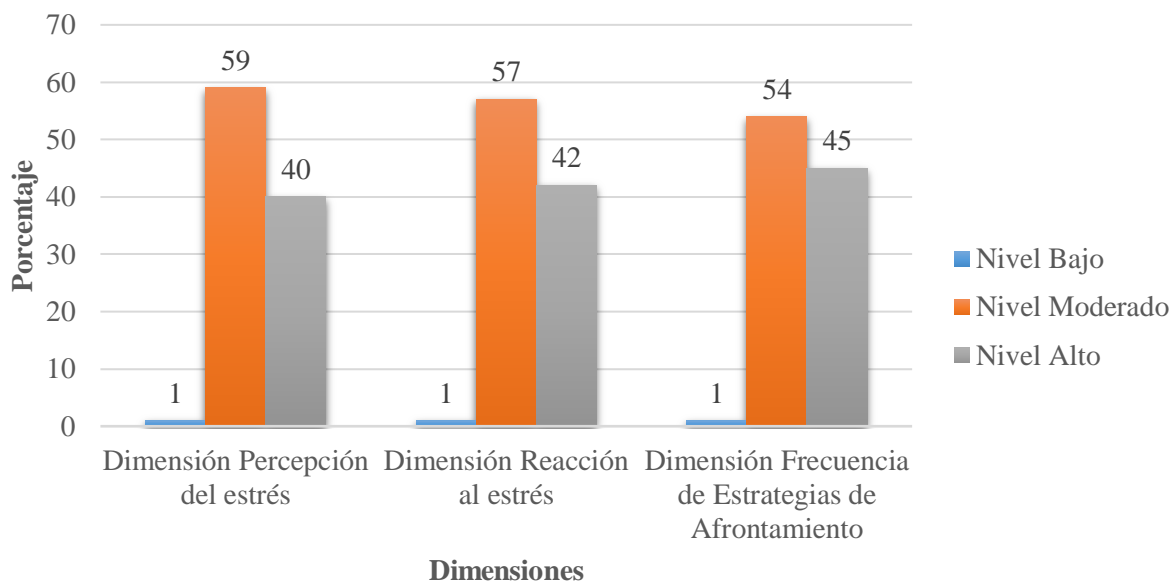
Los resultados muestran que, en las tres dimensiones, percepción del estrés, reacción al estrés y frecuencia de estrategias de afrontamiento obtuvieron un nivel “moderado” de estrés académico, siendo los valores de 59%, 57% y 54% respectivos para cada dimensión (Ver Figura 2). Estos resultados se asemejan con lo hallado por Cornejo y Salazar (2018) quienes trabajaron con una población de estudiantes universitarios en donde se encontró que la primera dimensión obtuvo un 47.5%, la segunda dimensión obtuvo un 40.8% y la tercera dimensión alcanzó un 47.5% todas ubicadas en nivel “medio”.

Si bien es cierto que los niveles de estrés académico por dimensiones en ambos estudios fueron similares, hay que tener en cuenta que para este estudio solo se consideró la carrera profesional de medicina humana y para el estudio en comparación fueron distintas carreras universitarias a nivel general, hecho que podría influir en los valores denotados anteriormente y debido también a que cada carrera posee distintos niveles de exigencia y preparación; esto es explicado por Kumar et al. (2009), quienes mencionan que los estudiantes de ciencias de la salud, en especial aquellos que llevan cursos pre clínicos o prácticos, requieren de más esfuerzo en sus estudios, ya sea por la dificultad de los exámenes o por la exigencia misma de los

profesores a cargo de sus asignaturas, siendo esto potenciales desencadenantes del estrés académico.

Figura 2.

Nivel de estrés académico según dimensiones en estudiantes de medicina de una universidad privada, Chiclayo 2021.

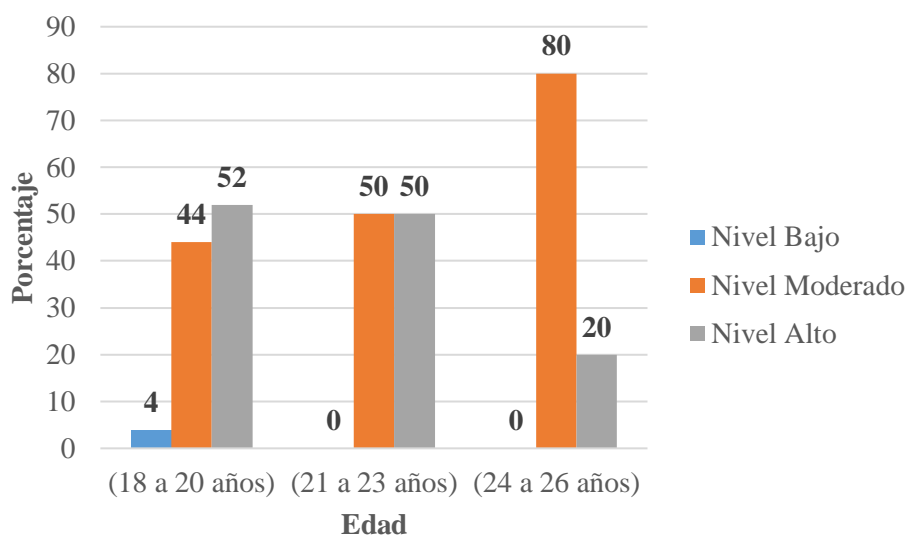


Niveles de estrés académico según edad.

Para la elaboración y discusión de estos resultados se establecieron las edades por rangos obteniéndose lo siguiente, se encontró que los estudiantes entre las edades de 24 a 26 años obtuvieron un 80% de estrés académico correspondiente al nivel “moderado” (Ver Figura 3.) Esto se diferencia con el estudio realizado por Córdova y Santa María (2018) quienes en su muestra de estudiantes universitarios y cuyas edades se encontraban entre los 24 a 28 años, presentaron un 18.6% de estrés académico concerniente al nivel “bajo”. Esto puede deberse a que los estudiantes en esta investigación, tal y como lo explica Díaz et al. (2014) aún no han adquirido las conductas necesarias para hacer frente a las diversas situaciones adversas en el entorno académico, ya que entrenar y desarrollar positivamente conductas como como pueden ser estrategias de afrontamiento, harán que el estrés académico disminuya o se haga más llevadero con el pasar del tiempo.

Figura 3.

Nivel de estrés académico en estudiantes de medicina de una Universidad Privada según edad, Chiclayo 2021.



Niveles de estrés académico según sexo.

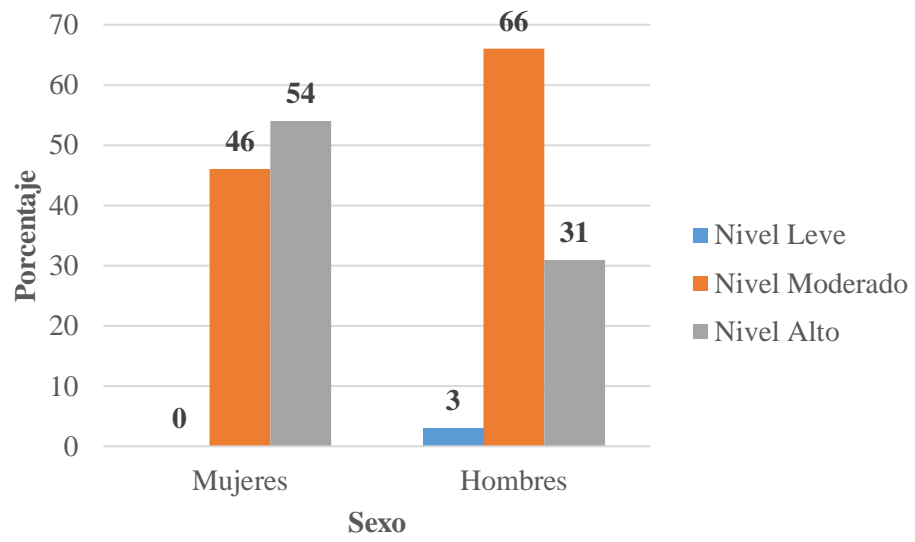
Los resultados mostraron que en cuanto al nivel de estrés académico según sexo se halló que los hombres obtuvieron de 66% correspondiente al nivel “moderado”, mientras que en mujeres el nivel alcanzado fue “alto” (Ver Figura 4). Esto discrepa con el estudio de Cornejo y Salazar (2018) en el que se halló que no existía diferencia significativa en cuanto al sexo concluyendo que tanto mujeres como hombres pueden percibir y manifestar el mismo nivel de estrés académico según las demandas de su entorno.

Por otro lado, estos resultados coinciden con lo hallado por Bonilla et al. (2015), ya que, en su estudio realizado en una población de estudiantes de ciencias de la salud, encontraron que en mujeres se halló un mayor porcentaje de estrés académico con un 60% siendo de nivel “alto” mientras que en hombres se obtuvo un 39.9% siendo de nivel “moderado”. No obstante, tengamos en cuenta que estos resultados similares categóricamente pueden verse influenciados por la mayor presencia y participación de mujeres en este estudio a diferencia de los hombres.

Por último, para darle una mayor explicación a esta diferencia entre ambos sexos, teniendo en cuenta que en este estudio las mujeres poseen niveles más altos de estrés académico que los hombres, Arrivillaga et al. (2004) menciona que las mujeres son quienes tienen mayor disposición a manifestar abiertamente sus sentimientos los cuales pueden ser depresivos o de ansiedad, aquello que les hace sentirse incómodas o amenazadas y que además esto puede estar acompañado por causas hormonales o factores biológicos como pueden ser hormonas sexuales, etc. Asimismo, Salavert (como se cita en Dávila et al. 2011) menciona que, a diferencia de las mujeres, los hombres son más herméticos para reconocer sus emociones y manifestarlas, como puede ser sentir miedo o angustia, por lo que no aceptan que ciertos casos o contextos pueden verse superados en algunas situaciones amenazantes.

Figura 4.

Nivel de estrés académico en estudiantes de medicina de una Universidad Privada según sexo, Chiclayo 2021.



V. Conclusiones

1. La mayoría de estudiantes de medicina presentan un nivel moderado de estrés académico.
2. En cuanto al nivel de estrés académico según dimensiones, se halló que la dimensión percepción del estrés, la dimensión reacción al estrés y la dimensión frecuencia de estrategias de afrontamiento, se ubican en un nivel moderado.
3. Los estudiantes evaluados cuyas edades estaban entre los 24 a 26 años se encontraron en un nivel moderado.
4. En relación al nivel de estrés académico según sexo, se halló que los hombres alcanzaron niveles moderados de estrés académico a diferencia de las mujeres quienes obtuvieron niveles altos.

VI. Recomendaciones

Se sugiere replicar el estudio post pandemia utilizándose muestras de otras universidades ya sea en estudiantes de medicina como de otras carreras profesionales con la finalidad de ampliar la muestra.

En el futuro cuando las actividades académicas se reanuden de forma presencial, promover espacios convivencia como pueden ser actividades lúdicas o deportivas entre estudiantes y docentes con el fin de promover estrategias o estilos de afrontamiento frente a este malestar.

Crear grupos de apoyo multidisciplinarios que estén conformados por profesionales de la salud y estudiantes con estrés académico, con el objetivo de generar un espacio de escucha, apoyo y comprensión.

VII. Referencias Bibliográficas

- Arribas, J. (2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería. *Revista de Educación*, 1(360), 533-55.
http://www.revistaeducacion.educacion.es/doi/360_126.pdf
- Arrivillaga, M., Cortés, C., Goicochea, VL. & Lozano, T. (2004). Caracterización de la depresión en jóvenes universitarios. *Revista Universitas Psychologica*, 3 (1), 17-26.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64730103>
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Revista Electrónica Psicología Científica*, 21(2), 65-75.
<http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-19-1-caracteristicas-del-estres-academico-de-los-alumnos-de-educa.html>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista electrónica de Psicología Científica*, 9(3), 120-121
<https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>
- Barraza, A., Gonzáles, L., Garza, A. & Cázares, F. (2019). El estrés académico en alumnos de odontología. *Revista Mexicana de Estomatología* 6(1),
<https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/article/view/236/437>
- Bedoya, F., Matos, L. & Zelaya, E. (2012). Niveles de estrés académico, manifestaciones psicósomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Revista Neuropsiquiatr* 77(4), 262-270: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v77n4/a09v77n4.pdf>
- Bonilla, M., Delgado, K. & León, D. (2015) *Nivel de estrés académico en estudiantes de Odontología de una Universidad de la Provincia de Chiclayo, 2014*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo].
https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/309/1/TL_BonillaZamora_DelgadoPerez_LeonArbulu.pdf
- Correa, F. (2015). Estrés académico en estudiantes de medicina de la Universidad Cesar Vallejo, de Piura 2013. *Revista Del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo*, 8(2), 80 - 84.
<http://cmhnaaa.org.pe/ojs/index.php/rcmhnaaa/article/view/202/168>
- Córdova, D. & Santa María, F. (2018). Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una Universidad Peruana. *Revista Estomatol Herediana*, 28(4), 252-258.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/reh/v28n4/a06v28n4.pdf>
- Cornejo, J. & Salazar, R. (2018). *Estrés Académico en Estudiantes de una Universidad Privada y Nacional de Chiclayo*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán].
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4237/Cornejo%20Sosa%20-%20Salazar%20Ram%c3%adrez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Dávila, F., Ruíz, R., Moncada, L. & Gallardo, I. (2011). Niveles de ansiedad, depresión y percepción de apoyo social en estudiantes de Odontología de la Universidad de Chile.

- Revista de Psicología*, 20(2). 147-172.
<https://www.redalyc.org/pdf/264/26421338007.pdf>
- Díaz, S., Arrieta, K. & Gonzáles, F. (2014). Estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de odontología. *Revista Salud Uninorte*, 30(2), 121-132.
<http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v30n2/v30n2a04.pdf>
- Díaz, Y. (2010). Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de medicina. *Humanidades Médicas*, 10. Camagüey, Cuba.
https://www.researchgate.net/publication/262475538_Estres_academico_y_afrontamiento_en_estudiantes_de_Medicina
- García, F. & Muñoz, J. (2004). *El estrés académico: Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial*. <http://www.casadellibro.com/libro>.
- Gómez, P. (2009). Principios Básicos de la Bioética. *Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia*, 55(4). 230-233.
<http://www.spong.org.pe/web/revista/index.php/RPGO/article/view/297>
- Gutierrez, A. & Amador, M. (2016). Estudio del Estrés en el Ámbito Académico para la mejora del Rendimiento Estudiantil. *Revista de la Facultad de Ciencias Contables de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*, 24(45), 23-28.
<https://pdfs.semanticscholar.org/0da6/fa57fff158bbeec3d4003a951ef856b2a030.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. McGrawHill. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Kumar, S., Dagli, R.J., Mathur, A., Prabu, D. & Kulkarni, S. (2009). Fuentes percibidas de estrés en los estudiantes de odontología de la india. *Revista Europea de educación dental*. 13(1), 39-45. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/j.1600-0579.2008.00535.x>
- Lazarus, R. S & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona, España: Martínez Roca.
http://www.google.com.pe/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&frm=1&source=web&cd=1&ved=0CBsQFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.upsin.edu.mx%2Fmec%2Fdigital%2Fmetod_invest.pdf&ei=Clh8VIDIFYGlgwT7jYPYAg&usg=AFQjCNGWVbSYnk4HukHP3gZrwnvC-dkbyQ
- Lemos, M., Henao, M. & López, D. (2018). Estrés y Salud Mental en Estudiantes de Medicina: Relación con Afrontamiento y Actividades Extracurriculares. *Revista iMedPub Journals*. 14 (2:3), 2.
https://www.researchgate.net/publication/326273884_estres-y-salud-mental-enestudiantes-de-medicina-relacion-con-afrontamiento-y-actividades-extracurriculares
- Lorento, A., Actis, C., Cánovas, F. & Hernández, G. (2017). *Fundamentos de Psicopatología*. Biblioteca Online SL: Madrid. Recuperado de:
https://books.google.com.pe/books?id=9_zbDQAAQBAJ&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

- Manrique, D., Millones, R., & Manrique, O. (2019). The SISCO Inventory of Academic Stress: Examination of its psychometric properties in a Peruvian sample. *Revista de Ansiedad y Estrés*, 25(1), 28-34. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.03.001>
- Muñoz, J. (1999). *El estrés académico: Incidencia del sistema de enseñanza y función moduladora de las variables psicosociales en la salud, el bienestar y el rendimiento de los estudiantes universitarios*. [Tesis de Doctorado, Universidad de Sevilla, España].
- Pazos, P. (2018). *Nivel de estrés y ansiedad en estudiantes de clínicas de 7mo, 8vo y 9no semestre de la Facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Central de Ecuador.]
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/14296/1/T-UCE-015-862-2018.pdf>
- Rosales J. (2016). *Estrés Académico y Hábitos de Estudio en universitarios de la carrera de Psicología de un centro de formación superior privada de Lima-Sur*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma Del Perú]
<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/124/1/ROSALES%20FERNANDEZ.pdf>
- Sánchez, J. (2013). *El efecto del estrés en la salud y el bienestar de los estudiantes universitarios*. [Tesis de doctorado, Universidad de las Palmas de Gran Canaria]
https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/16281/1/0694432_00000_0000.pdf
- Vasquez, M. (2019). *Estrés Académico en Estudiantes, Primer Años Medicina Humana, de una Universidad Particular, Chiclayo, Setiembre – Diciembre 2019*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo].
https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/3376/1/TL_VasquezChiroqueMelissa.pdf
- Venancio, G. A. (2018). *Estrés Académico en estudiantes de una universidad Nacional de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villareal]
<http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2383/VENANCIO%20REYES%20GUIOVANE%20ANTONIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

VIII. Anexos

Anexo A.

Citación: Manrique-Millones, D., Millones-Rivalles, R., & Manrique-Pino, O. (2019). The SISCO Inventory of Academic Stress: Examination of its psychometric properties in a Peruvian sample. *Ansiedad y Estrés*, 25, 28-34. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.03.001>

Inventario

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes universitarios durante sus estudios.

La sinceridad con que respondan será de gran utilidad para la investigación.

Durante el transcurso de este semestre ¿Has tenido momentos de preocupación 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 las siguientes preguntas.

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 es mucho. (marca con una x el número).

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Señale con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	Nunca	Rara vez	Algunas Veces	Casi siempre	Siempre
La competencia con los compañeros del grupo.					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.					
La personalidad y el carácter del profesor.					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).					

El tipo de trabajo que te piden los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).					
No entender los temas que se abordan en la clase.					
Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, etc.).					
Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otra (especifique) _____					

1. Señale con qué frecuencia tuvo las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estaba preocupado (a) o nervioso (a):

Reacciones Físicas	Nunca	Rara vez	Algunas Veces	Casi siempre	Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					
Fatiga crónica (cansancio permanente).					
Dolores de cabeza o migrañas.					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse las manos, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
Reacciones Psicológicas	Nunca	Rara vez	Algunas Veces	Casi siempre	Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración.					
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones Comportamentales	Nunca	Rara vez	Algunas Veces	Casi siempre	Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					

Aislamiento de los demás.					
Desgano para realizar las labores escolares.					
Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
Especifique otra: _____					

4. Señale con qué frecuencia utilizó las siguientes estrategias para enfrentar la situación que le causaba la preocupación o el nerviosismo:

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

Anexo B.

Baremo general del Instrumento SISCO

Nivel	Puntaje
Bajo	0 a 64
Moderado	65 a 92
Alto	93 a 132

Anexo C.

Baremos por dimensiones

Nivel	Puntajes por dimensión		
	Percepción del estrés	Reacción al estrés	Estrategias de afrontamiento
Bajo	0 a 17	0 a 27	0 a 6
Moderado	18 a 27	28 a 45	7 a 19
Alto	28 a 40	46 - 68	20 - 28

Anexo D**“AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD”**

SOLICITO: Autorización para realizar investigación

Chiclayo, 22 de Octubre de 2021

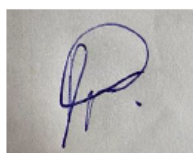
Mgtr. Luis Enrique Jara Romero
Decano de la Facultad de Medicina

Yo, Diego Hernán Elera Lozano identificado con DNI 72020842, con el código 131CV44447, estudiante de la Escuela de Psicología de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, ante Ud. me presento y expongo:

Que teniendo necesidad de realizar mi proyecto de investigación titulado “*Estrés académico en estudiantes de medicina de una universidad privada Chiclayo, 2021*”. En el periodo de Julio - octubre del presente año, solicito a Ud. el correspondiente permiso para ponerme en contacto y ejecutar mi investigación con los estudiantes de la Escuela de Medicina.

Esperando contar con la debida autorización quedo de Ud.

Atentamente,



Diego Hernán Elera Lozano

DNI 72020842

Anexo E.

Consentimiento para participar en un estudio de investigación

Institución	:	Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo – Escuela de Medicina
Investigador	:	Diego Hernán Elera Lozano
Título:		Estrés académico en estudiantes de medicina de una Universidad Privada, Chiclayo 2021.

Fines del Estudio:

Se le invita a ser participe en un estudio denominado: Estrés académico en estudiantes de medicina de una Universidad Privada, Chiclayo 2021.

Esta investigación es desarrollada por un estudiante de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Se está realizando este estudio para determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de medicina, fenómeno presente en todas las personas, pero en estudiantes de ciencias de la salud se manifiesta de forma más intensa debido a la naturaleza de la enseñanza y a las exigencias a lo largo de la carrera.

Procedimientos:

Si usted autoriza su participación en este estudio, se le pedirá que responda a las preguntas de un inventario y a llenar una ficha sociodemográfica que tomará un tiempo de 25 minutos.

Riesgos:

No existen riesgos por participar en este estudio.

Costos e incentivos

Usted no deberá pagar nada por la participación de su hijo/a en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

Uso de la información:

La información una vez procesada será eliminada.

Derechos del participante:

La participación es voluntaria, tiene el derecho de retirarse en cualquier momento, sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor preguntar al investigador del estudio o llamar al 961002484. Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al comité de Ética de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, teléfono 606200, anexo 1138

CONSENTIMIENTO

Voluntariamente doy mi consentimiento para ser participe en este estudio, comprendo en que consiste su participación en el proyecto, también entiendo que puede decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Anexo F.**Ficha Sociodemográfica aplicada para el proyecto****Instrucciones:**

Estimado(a) estudiante, a continuación, encontrarás proposiciones sobre aspectos personales. Deberás marcar con un aspa (X) o completar los espacios, según sea el caso.

Recuerda, no existe respuesta buena o mala, procura ser lo más sincero posible.

Sexo: (F) (M)

Edad: _____

Escuela profesional: _____

Ciclo en el cual se encuentra cursando: _____

Anexo G.



CONSEJO DE FACULTAD
RESOLUCIÓN N° 328-2021-USAT-FMED
 Chiclayo, 06 de diciembre de 2021

Vista la solicitud virtual N° TRL-2021-19364 en virtud de la aprobación con fecha 01 de diciembre de 2021 por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina del Proyecto de Investigación del estudiante ELERA LOZANO DIEGO HERNAN, de la Escuela de Psicología. Asesor: Mtro. Ronald Miguel Hernández Vásquez.

CONSIDERANDO:

Que esta investigación forma parte de las áreas y líneas de investigación de la Escuela de Psicología.

Que el proyecto de Investigación denominado: **ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE MEDICINA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA, CHICLAYO 2021**, fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina.

En uso de las atribuciones conferidas por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo;

SE RESUELVE:

Artículo 1°.- Anular y dejar sin efecto la Resolución N° 281-2021-USAT-FMED de fecha 17.11.2021.

Artículo 2°.- Declarar aprobado el Proyecto de Investigación para continuar con el proceso de recolección de datos y finalización del mismo.

Artículo 3°.- Dar a conocer la presente resolución al interesado.

Regístrese, comuníquese y archívese.



SECRETARÍA ACADÉMICA
FACULTAD DE MEDICINA

Rang. Cast.

Mtro. Irene Mercedes del Rocío Rangel Castro
Secretaría Académica
Facultad de Medicina



FACULTAD DE MEDICINA

Mtro. Luis Enrique Jara Romero
Decano (e)
Facultad de Medicina

Anexo H.

Prueba Turnitin Final - Tesis

INFORME DE ORIGINALIDAD

19%	18%	4%	8%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	4%
2	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	2%
3	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	Denisse Manrique-Millones, Rosa Millones-Rivalles, Oscar Manrique-Pino. "The SISCO Inventory of Academic Stress: Examination of its psychometric properties in a Peruvian sample", Ansiedad y Estrés, 2019 Publicación	1%
5	Submitted to Universidad Cooperativa de Colombia Trabajo del estudiante	1%
6	Submitted to Universidad Peruana Cayetano Heredia Trabajo del estudiante	1%

repositorio.unsa.edu.pe