

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería

AUTORES:

**William Samuel Vela Sangama
Solange Allisson Meza Acuña**

ASESORA:

Lic. Enf. Dra. Luisa Condori

Tarapoto - Perú

2021



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución-
NoComercial-Compartirigual 2.5 Perú](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/).

Vea una copia de esta licencia en
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/>



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**Estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas
Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San
Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería

AUTORES:

**William Samuel Vela Sangama
Solange Allisson Meza Acuña**

ASESORA:

Lic. Enf. Dra. Luisa Condori

Tarapoto - Perú

2021

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**Estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas
Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San
Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería

AUTORES:

William Samuel Vela Sangama

Solange Allisson Meza Acuña

ASESORA:

Lic. Enf. Dra. Luisa Condori

Tarapoto – Perú

2021

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021

AUTORES:

William Samuel Vela Sangama

Solange Allisson Meza Acuña

Sustentada y aprobada el día 26 de octubre del 2021, ante el honorable jurado:

.....
Obsta Dra. Nelly Reátegui Lozano

Presidente

.....
Lic. Enf. Mg. Nerida Idelsa Gonzalez Gonzalez

Secretaria

.....
Lic. Mg. María Antonieta Del Aguila Lozano

Vocal

Constancia de asesoramiento

La que suscribe el presente documento, hace constar:

Que, he asesorado y revisado el informe de tesis titulado: **Estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021.** Elaborado por los Bachilleres en Enfermería:

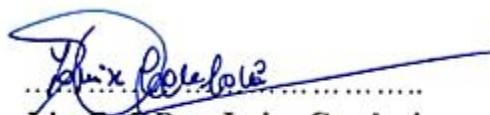
Bach. William Samuel Vela Sangama

Bach. Solange Allisson Meza Acuña

Para constancia, firmo en la Ciudad de Tarapoto.

Tarapoto, 26 de octubre del 2021.

Atentamente,



Lic. Enf. Dra. Luisa Condori

Asesora

Declaratoria de autenticidad


William Samuel Vela Sangama, con DNI N° 70568470 y **Solange Allisson Meza Acuña**, con DNI N° 77427069, bachilleres de la Escuela Profesional de Enfermería. Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Nacional de San Martín – Tarapoto, con la Tesis titulada: **Estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021.**

Declaramos bajo juramento que:


1. La tesis presentada es de nuestra autoría.
2. La redacción fue realizada respetando las citas y referencias de las fuentes bibliográficas consultadas.
3. Toda la información que contiene la tesis no ha sido auto plagiada;
4. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido alterados ni copiados, por tanto, la información de esta investigación debe considerarse como aporte a la realidad investigada.

Por lo antes mencionado, asumimos bajo responsabilidad las consecuencias que deriven de nuestro accionar, sometiéndonos las leyes de nuestro país y normas vigentes de la Universidad Nacional de San Martín – Tarapoto.

Tarapoto, 26 de octubre del 2021.


.....
Bach. William Samuel Vela Sangama
DNI N° 70568470




.....
Bach. Solange Allisson Meza Acuña
DNI N° 77427069



Formato de autorización NO EXCLUSIVA para la publicación de trabajos de investigación, conducentes a optar grados académicos y títulos profesionales en el Repositorio Digital de Tesis

1. Datos del autor:

Apellidos y nombres:	Vela Sangama William Samuel		
Código de alumno :	70568470	Teléfono:	990166776
Correo electrónico :	wsvela@gmail.com	DNI:	70568470

(En caso haya más autores, llenar un formulario por autor)

2. Datos Académicos

Facultad de:	"Ciencias de la salud"
Escuela Profesional de:	Enfermería

3. Tipo de trabajo de investigación

Tesis	(X)	Trabajo de investigación	()
Trabajo de suficiencia profesional	()		

4. Datos del Trabajo de investigación

Título :	Estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021
Año de publicación:	2021

5. Tipo de Acceso al documento

Acceso público *	(X)	Embargo	()
Acceso restringido **	()		

Si el autor elige el tipo de acceso abierto o público, otorga a la Universidad Nacional de San Martín – Tarapoto, una licencia **No Exclusiva**, para publicar, conservar y sin modificar su contenido, pueda convertirla a cualquier formato de fichero, medio o soporte, siempre con fines de seguridad, preservación y difusión en el Repositorio de Tesis Digital. Respetando siempre los Derechos de Autor y Propiedad Intelectual de acuerdo y en el Marco de la Ley 822.

En caso que el autor elija la segunda opción, es necesario y obligatorio que indique el sustento correspondiente:

6. Originalidad del archivo digital.

Por el presente dejo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, como parte del proceso conducente a obtener el título profesional o grado académico, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado.

7. Otorgamiento de una licencia **CREATIVE COMMONS**

Para investigaciones que son de acceso abierto se les otorgó una licencia *Creative Commons*, con la finalidad de que cualquier usuario pueda acceder a la obra, bajo los términos que dicha licencia implica

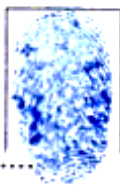
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/>

El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Digital de Tesis, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento.

Según el inciso 12.2, del artículo 12° del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales - RENATI "Las universidades, instituciones y escuelas de educación superior tienen como obligación registrar todos los trabajos de investigación y proyectos, incluyendo los metadatos en sus repositorios institucionales precisando si son de acceso abierto o restringido, los cuales serán posteriormente recolectados por el Repositorio Digital RENATI, a través del Repositorio ALICIA".



Firma del Autor



8. Para ser llenado en el Repositorio Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto de la UNSM - T.

Fecha de recepción del documento.

10/11/2021



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN
Repositorio Digital de Ciencia, Tecnología e
Innovación de Acceso Abierto - UNSM.


Ing. M. Sc. Alfredo Ramos Perea
Responsable

***Acceso abierto:** uso lícito que confiere un titular de derechos de propiedad intelectual a cualquier persona, para que pueda acceder de manera inmediata y gratuita a una obra, datos procesados o estadísticas de monitoreo, sin necesidad de registro, suscripción, ni pago, estando autorizada a leerla, descargarla, reproducirla, distribuirla, imprimirla, buscarla y enlazar textos completos (Reglamento de la Ley No 30035).

** **Acceso restringido:** el documento no se visualizará en el Repositorio.

Formato de autorización NO EXCLUSIVA para la publicación de trabajos de investigación, conducentes a optar grados académicos y títulos profesionales en el Repositorio Digital de Tesis

1. Datos del autor:

Apellidos y nombres:	Meza Acuña Solange Allisson			
Código de alumno :	77427069	Teléfono:	955 307 078	
Correo electrónico :	Solangeameza@gmail.com		DNI:	77427069

(En caso haya más autores, llenar un formulario por autor)

2. Datos Académicos

Facultad de:	Ciencias de la Salud
Escuela Profesional de:	Enfermería

3. Tipo de trabajo de investigación

Tesis	(X)	Trabajo de investigación	()
Trabajo de suficiencia profesional	()		

4. Datos del Trabajo de Investigación

Título :	Estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021
Año de publicación:	2021

5. Tipo de Acceso al documento

Acceso público *	(X)	Embargo	()
Acceso restringido **	()		

Si el autor elige el tipo de acceso abierto o público, otorga a la Universidad Nacional de San Martín – Tarapoto, una licencia **No Exclusiva**, para publicar, conservar y sin modificar su contenido, pueda convertirla a cualquier formato de fichero, medio o soporte, siempre con fines de seguridad, preservación y difusión en el Repositorio de Tesis Digital. Respetando siempre los Derechos de Autor y Propiedad Intelectual de acuerdo y en el Marco de la Ley 822.

En caso que el autor elija la segunda opción, es necesario y obligatorio que indique el sustento correspondiente:

6. Originalidad del archivo digital.

Por el presente dejo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, como parte del proceso conducente a obtener el título profesional o grado académico, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado.

7. Otorgamiento de una licencia *CREATIVE COMMONS*

Para investigaciones que son de acceso abierto se les otorgó una licencia *Creative Commons*, con la finalidad de que cualquier usuario pueda acceder a la obra, bajo los términos que dicha licencia implica

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/>

El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Digital de Tesis, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento.

Según el inciso 12.2, del artículo 12° del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales - RENATI "Las universidades, instituciones y escuelas de educación superior tienen como obligación registrar todos los trabajos de investigación y proyectos, incluyendo los metadatos en sus repositorios institucionales precisando si son de acceso abierto o restringido, los cuales serán posteriormente recolectados por el Repositorio Digital RENATI, a través del Repositorio ALICIA".



Firma del Autor



8. Para ser llenado en el Repositorio Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto de la UNSM - T.

Fecha de recepción del documento.

10, 11, 2021



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN
Repositorio Digital de Ciencia, Tecnología e
Innovación de Acceso Abierto - UNSM

Ing. M. Sc. Alfredo Ramos Perea
Responsable

* **Acceso abierto:** uso lícito que confiere un titular de derechos de propiedad intelectual a cualquier persona, para que pueda acceder de manera inmediata y gratuita a una obra, datos procesados o estadísticas de monitoreo, sin necesidad de registro, suscripción, ni pago, estando autorizada a leerla, descargarla, reproducirla, distribuirla, imprimirla, buscarla y enlazar textos completos (Reglamento de la Ley No 30035).

** **Acceso restringido:** el documento no se visualizará en el Repositorio.

Dedicatoria

Este trabajo se lo dedico a mi madre Alicia Sangama, no solo quiero agradecerte por darme la vida, sino también por estar junto a mí en cada paso, sé que guiarme y ayudarme a convertirme en la persona que soy ahora fue un arduo trabajo, pero hoy puedes apreciar los frutos. Espero de ahora en adelante poder retribuir no solo tu amor sino todo lo que has dado por mí, ser un respaldo para ti y hacerte sentir orgullosa a cada paso que dé. Gracias por todo Madre querida.

Y por supuesto estoy muy agradecido con mi familia por todo el apoyo incondicional de me brindan, también dedicar este trabajo a mi querido Padre William, en tu memoria gracias por todo, sé que estarías muy orgulloso de mí y de lo que estoy logrando, siempre tengo presente cada consejo, cada momento, que me motiva a ser mejor día a día.

William Samuel

Dedicatoria

A mi padre Efrain Meza Orbe quien con su amor, paciencia y esfuerzo me ha permitido llegar a cumplir hoy una meta más, gracias por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo y valentía de no temer las adversidades porque Dios está conmigo siempre.

A mi hermano Patrik Meza por su cariño y apoyo incondicional, durante todo este proceso, por estar conmigo en todo momento, gracias.

Finalmente quiero dedicar este trabajo a mi abuela Paula Orbe Torres por brindarme su motivación constante para seguir luchando por lograr mis metas, sé que está muy orgullosa de mí.

Solange Allisson

Agradecimiento

Agradecemos a Dios por bendecirnos la vida, por guiarnos a lo largo de nuestra existencia, ser el apoyo y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y de debilidad.

Gracias a nuestros padres: Efrain Meza Orbe e Alicia Sangama, por ser los principales promotores de nuestros sueños, por confiar y creer en nuestras expectativas, por los consejos, valores y principios que nos han inculcado.

Agradecemos a nuestros docentes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de San Martín, por haber compartido sus conocimientos a lo largo de la preparación de nuestra profesión, de manera especial, la Licenciada Luz Karen Quintanilla Morales, por su apoyo y perseverancia para motivarnos y brindarnos sus conocimientos.

También un agradecimiento especial para la Licenciada Luisa Condori por su apoyo para nuestro proyecto de investigación quien ha guiado con su paciencia, y su rectitud como docente.

Los Autores.

Índice de contenido

	Pág.
Dedicatoria.....	vi
Agradecimiento.....	viii
Índice de contenido	ix
Índice de tablas	x
Resumen.....	xi
Abstract.....	xii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
1.1. Marco Conceptual.....	1
1.2. Antecedentes.....	2
1.3. Bases teóricas.....	7
1.4. Justificación	16
1.5. Problema.....	18
II. OBJETIVOS	18
2.1. Objetivo General.....	18
2.2. Objetivos Específicos	18
2.3. Hipótesis de la investigación	19
2.4. Sistema de variables	19
III. MATERIAL Y MÉTODOS	21
IV. RESULTADOS	27
V. DISCUSIÓN	32
VI. CONCLUSIONES.....	36
VII. RECOMENDACIONES	37
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	38
IX. ANEXOS.....	44

Índice de tablas

Tabla	Título	Pág.
1	Estrés académico en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021. Según dimensión demanda del entorno.	27
2	Estrés académico en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021. Según dimensión reacciones físicas.	28
3	Estrés académico en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021. Según dimensión reacciones psicológicas.	29
4	Estrés académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021. Según dimensión reacciones comportamentales.	30
5	Nivel de estrés académico por el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021.	31

Resumen

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de estrés académico por el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021. Estudio de enfoque cuantitativo, no experimental, de tipo descriptivo simple de corte transversal, la muestra estuvo conformado por 190 estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería y 190 estudiantes de la Escuela Profesional de Obstetricia de la UNSM, Se consideró el instrumento del inventario SISCO, elaborado por Barraza (2011). El 68.7% (261) de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión entorno**, de los cuales de un 21.1% (80) presentan un nivel alto de estrés académico, finalmente el 10.3% (39) presentan un nivel bajo. El 61.3% de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión reacciones físicas**, de los cuales el 58.4% corresponden a Enfermería y 64.2% a Obstetricia. El 57.9% de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión reacciones Psicológicas**, de los cuales el 56.8% corresponden a Enfermería y 58.9% a Obstetricia. El 62.1% de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión reacciones comportamentales**, de los cuales el 61.1% corresponden a Enfermería y 63.2% a Obstetricia. El nivel de estrés en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia es medio con un 66.1% (251), seguido de un 21.1% (80) presentan un nivel alto de estrés académico, finalmente el 12.9% (49) presentan un nivel bajo. Concluyendo que el nivel de estrés en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia es medio con un 66.1% (251), seguido de un 21.1% (80) presentan un nivel alto de estrés académico, finalmente el 12.9% (49) presentan un nivel bajo.

Palabras clave: Estudiante, estrés académico, aula virtual.

Abstract

The aim of this research was to determine the level of academic stress caused by the use of virtual classrooms in students of the Professional Schools of Nursing and Obstetrics. National University of San Martín. Tarapoto May - October 2021. The sample consisted of 190 students from the Professional School of Nursing and 190 students from the Professional School of Obstetrics of the UNSM. The SISCO inventory instrument, developed by Barraza (2011), was used. 68.7% (261) of the students of the Professional Schools of Nursing and Midwifery present a medium level of academic stress in the environment dimension, 21.1% (80) of which present a high level of academic stress, and 10.3% (39) present a low level. 61.3% of the students of the Professional Schools of Nursing and Midwifery have a medium level of academic stress in the dimension physical reactions, of which 58.4% in Nursing and 64.2 % in Midwifery. 57.9% of the students of the Professional Schools of Nursing and Midwifery present a medium level of academic stress in the dimension psychological reactions, of which 56.8% correspond to Nursing and 58.9 % to Midwifery. 62.1% of the students of the Professional Schools of Nursing and Midwifery present a medium level of academic stress in the behavioural reactions dimension, of which 61.1% correspond to Nursing and 63.2 % to Midwifery. The level of stress in the students of the Professional Schools of Nursing and Midwifery is medium with 66.1% (251), followed by 21.1% (80) with a high level of academic stress, and finally 12.9% (49) with a low level. It is concluded that the level of stress in the students of the Professional Schools of Nursing and Midwifery is medium with 66.1% (251), followed by 21.1% (80) with a high level of academic stress, finally 12.9% (49) with a low level.

Key words: Student, academic stress, virtual classroom.



TÍTULO:

Estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021.

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Marco Conceptual

En la actualidad, dado el gran avance de la tecnología y la facilidad de acceso a la indagación que brinda el Internet, en diferentes universidades a nivel mundial se han incorporado las prácticas de educación a distancia a través de la implementación de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TIC) como un medio alternativo de aprendizaje, y principalmente, el uso de plataformas educativas que pueden acompañar un curso de forma paralela al docente e incluso ser llevado al 100% de forma virtual (1).

Es así que el impacto del internet en la última década del siglo XXI, se abrió nuevas oportunidades al desarrollo académico. El internet encarna una utopía comunicativa en la que toda la información está al alcance de cualquier persona en cualquier momento y en cualquier lugar. Esto se viene afirmando a través del tiempo y ahora con más fuerza en el área educativa. El concepto fundamental implícito en las últimas experiencias de educación por línea es el de aula virtual. Al hablar de aula virtual, tenemos que tener claro que nos estamos refiriendo a un entorno de enseñanza-aprendizaje basado en aplicaciones telemáticas (interacción entre la informática y los sistemas de comunicación). Dicho entorno está preparado para soportar muy especialmente una forma de aprendizaje y colaborativo entre los estudiantes que participan en el proceso, en tiempos o lugares que ellos escojan, mediante una red de computadoras que establecen una comunicación permanente y precisa para todo el proceso (2).

Así mismo, es importante señalar que los estudiantes necesitan una herramienta adicional para lograr un mejor rendimiento académico en todas las áreas que establece el plan de estudios. El impacto de herramientas adicionales sería favorable tanto para el estudiante en nivel superior como para el docente y acorde cada vez más la brecha educativa a nivel

superior latino, ya que actualmente estamos en los últimos lugares en lo que a rendimiento académico se refiere; siendo el país de Cuba uno de los primeros países que lleva la educación de manera distinta.

Sin embargo, debemos de reconocer que las aulas virtuales no han sido implementadas de manera uniforme a nivel de los centros educativos como herramienta de apoyo en el aprendizaje de manera interactiva entre docente y estudiantes mediante el internet, son pocas las instituciones de nivel educativo que han implementado aulas virtuales en sus laboratorios de computo dado que un buen porcentaje de docentes no están familiarizados con esta nueva modalidad de enseñanza-aprendizaje, actualmente gran parte de los docentes cuentan con varios años de experiencia y su metodología es la tradicional viendo así al internet como algo nuevo y algunos reacios a aprender ya a estas alturas nuevas formas de enseñanza.

Al estrés se le conoce como la enfermedad del siglo XXI debido a la alta prevalencia que ha tenido estos últimos años, es un problema que está afectando a nivel mundial y no se le ha dado el nivel de impacto que este merece. Es así, que el estrés es un fenómeno adaptativo de los seres humanos que contribuye, en buena medida, a su supervivencia, a un adecuado rendimiento en sus actividades y a un desempeño eficaz en muchas esferas de la vida. La manera en que cada estudiante transite su inicio en la etapa universitaria estará regulada por su adaptación a los factores estresores. Por lo tanto, aquellos alumnos que logren asimilar bien los cambios que conlleva el ámbito universitario aprenderán de la situación y se enriquecerán personalmente tomando dichos cambios como un desafío (ya que es necesario experimentar cierto nivel de estrés para que se inicie una acción) pero, por el contrario, aquellos que no puedan “manejar” correctamente estas situaciones experimentarán insatisfacción personal y/o desgaste produciéndose así en ellos, estrés académico (5).

1.2. Antecedentes

Kloster G, Perrota F. (2019) en su estudio: “Estrés académico en estudiantes Universitarios de la Ciudad de Panamá” cuyo objetivo fue: Analizar el estrés académico y las estrategias de afrontamiento del mismo en los estudiantes universitarios. Estudio de tipo cuantitativo descriptivo-comparativo, conformado por 163 estudiantes universitarios. Los resultados encontrados permiten afirmar que en general, los estudiantes universitarios presentan un nivel de estrés académico moderado, y que no existen diferencias significativas, desde el

punto de vista estadístico, en el nivel de estrés académico entre los estudiantes de primer año y los de los últimos años. Sin embargo, puede observarse que los estudiantes universitarios de primer año presentaban un nivel de estrés académico mayor que los de los últimos años. En cambio, sobre la utilización de las estrategias de afrontamiento se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los estudiantes universitarios que cursaban el primer año y los que cursaban los últimos años. De manera específica puede afirmarse que los estudiantes de los últimos años emplean con mayor frecuencia estrategias de afrontamiento que los estudiantes de primer año (1).

Jenaro C, Martín M, Castaño R, Flores N. (2018) en su estudio: “Rendimiento académico en educación superior y su asociación con la participación activa en la plataforma Moodle. Salamanca, España” cuyo objetivo fue: determinar la relación entre el acceso a la plataforma digital de formación con el rendimiento académico del estudiante. Estudio de enfoque cuantitativo, método ex post facto y diseño correlacional-causal. Utilizó datos de cada estudiante a lo largo del periodo de febrero a junio, asumiendo un enfoque longitudinal. La muestra estuvo compuesta por 229 estudiantes que constituyen el 100% de los matriculados en la asignatura de Evaluación psicológica, del segundo cuatrimestre en Psicología de la Universidad de Salamanca, España. La recogida de información se llevó a cabo a través de la plataforma formativa Moodle, la que permitió obtener informes completos de las actividades realizadas por cada uno de los estudiantes, quienes accedían a la misma para entregar trabajos prácticos, responder a encuestas voluntarias, proceder al visionado de videos, etc. Los resultados de la investigación demuestran que el uso de estrategias de enseñanza y aprendizaje más activas se relaciona con resultados académicos superiores (7).

Pacheco J. (2017) en su estudio: “Estrés académico de los estudiantes de Enfermería en una Universidad privada de Puerto Rico y su asociación con el rendimiento académico. Málaga-España” cuyo objetivo fue: Determinar y analizar en qué medida la percepción del contexto universitario como estresante repercute en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la Universidad Privada de Puerto Rico. Estudio es de tipo observacional transversal con naturaleza analítica o inferencial. Población y muestra: muestreo aleatorio simple, de una población de 610, en el campus principal. La muestra calculada por el sistema Java con un margen de error de 5% y una prevalencia de 17%, resultó en una muestra de 170 individuos con una tasa de reposición de 50%. Los resultados obtenidos fueron: las situaciones principales generadoras de estrés académico percibidas por los estudiantes de

enfermería fueron las Deficiencias metodológicas del profesorado y Exámenes. Los síntomas más frecuentes al enfrentarse al estrés fueron: Agotamiento físico, seguida por la dimensión Dificultades con el sueño. Mientras que las respuestas de afrontamiento de los estudiantes, ante dichas situaciones de estrés, fueron la Reevaluación positiva, seguido de la Planificación y la Búsqueda de apoyo. Los estudiantes que cursan el grado asociado perciben un estrés académico mayor que los estudiantes que estudian un bachillerato enfermería. Los estudiantes de Bachillerato en Enfermería obtuvieron puntuaciones medias más altas en las respuestas al estrés (R-CEA) y las estrategias de afrontamiento (A-CEA) en comparación con el grupo que estudiaba el Grado Asociado. Es decir, los estudiantes del Bachillerato tienen mejores respuestas ante el estrés (no se ven tan afectados) y poseen mejores estrategias de afrontamiento hacia el estrés que los de Grado Asociado, finalmente; Los estresores académicos analizados aparecen como variables predictivas que explican el 32.2% del promedio académico de los estudiantes, así como el 27% del rendimiento académico de los mismos (8).

Aguayo L, López C. (2016) en su estudio: “Estrés académico en estudiantes de cuarto año de educación diferencial de la Universidad de Concepción Chile”. Estudio de tipo cuantitativa no experimental, participaron 45 estudiantes que pertenecen al cuarto año de la carrera de Educación Diferencial. Resultados: Las edades oscilan entre los 21 y 28 años, concentrándose entre los 21 y 23 años, con un 76,7% de la muestra, por tanto, el promedio de edad es de 22,7 años. De los 43 estudiantes, sólo 1 es hombre y el resto, que corresponde a la mayoría (97,7%), es mujer; el 97,7% de estudiantes manifiesta haber sentido preocupación o nerviosismo durante el semestre, tiempo limitado para hacer el trabajo” corresponde a la situación que provoca mayor estrés en los estudiantes (3,8), seguido de “evaluaciones de los profesores” (3,7) con una diferencia baja. Así también, la “sobrecarga de tareas y trabajos” es un estresor importante (3,7), sin embargo, la moda de respuesta es más baja que el indicador antes mencionado. La tabla 12 igualmente evidencia que “la competencia con los compañeros del grupo” es la situación estresora menos frecuente en la muestra, ya que obtuvo la puntuación más baja, siendo la respuesta más habitual “nunca”. Concluyendo: Los estudiantes de cuarto año de ED tienen un nivel de EA medio, siendo el estresor más frecuente el tiempo limitado; lo que manifiestan principalmente a través de la somnolencia, problemas de concentración y variación del consumo de alimentos (9).

Venancio G. (2018), en su estudio: “Estrés académico en estudiantes de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana” cuyo objetivo fue: Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes universitarios de la facultad de Psicología de una Universidad pública de Lima metropolitana. Estudio de tipo: no experimental, descriptivo, la muestra utilizada fue 432 universitarios de primer a sexto años (124 varones y 308 mujeres) de la facultad de psicología de una universidad Nacional. Se aplicó el inventario SISCO de estrés académico de Barraza (2006). Los resultados obtenidos reflejan que el inventario alcanzó un alfa de cronbach de 0.902, lo cual da referencia que el instrumento cuenta con un alto nivel de confiabilidad, asimismo se utilizó al análisis factorial ($KMO= 0.745$, $p=0.000$), la cual asevera que el modelo posee 5 dimensiones y posee una varianza explicada de 68.287%. de mismo modo, se halló que la presencia de estrés académico se presenta en un nivel promedio; en cuanto a los aspectos relacionados con la caracterización de la muestra quienes presentan mayor estrés académico son las estudiantes de sexo femenino, y los que presentan mayor estrés académico son los estudiantes de sexto año. Se concluye que el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes de psicología es en su mayoría promedio (10).

Cerna R. (2018) en su estudio: “Estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada de Lima” cuyo objetivo fue: Identificar la relación entre las estrategias de aprendizaje y el estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada de Lima. Estudio de nivel básico de tipo descriptivo y el diseño es correlacional. La población de estudio estuvo conformada por 110 estudiantes y la muestra quedó establecida en 88 estudiantes. Los instrumentos aplicados fueron la escala de estrategias de aprendizaje ACRA (Román y Gallego, 1994) y el inventario de estrés académico SISCO (Barraza, 2007). Los resultados obtenidos dan a conocer la confirmación de la hipótesis planteada existiendo evidencia suficiente para concluir que existe correlación significativa entre las variables estrategias de aprendizaje y estrés académico en los estudiantes objetos de estudio (** $p = .00$). Según la prueba de correlación de Spearman, se concluye que existe correlación inversa y significativa entre las variables. Para esta investigación se realizó un piloto de ambas pruebas, donde se analizó las correlaciones ítem-test para encontrar la homogeneidad de los valores de los ítems, también el análisis factorial concluyendo en la validez de los instrumentos y finalmente, se

utilizó el Alpha de Cronbach obteniendo un índice de 0.97 para la primera prueba y un índice de 0.87, para la segunda prueba, valores adecuados para el desarrollo del presente trabajo (11).

Del Risco M, Gómez D, Hurtado F. (2015) estudiaron: “Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería - Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, Iquitos- Perú. Objetivo: Determinar la asociación entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes del segundo al cuarto nivel de estudios del semestre 2014-II y del tercero al quinto nivel de estudios del semestre 2015-I de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, de la ciudad de Iquitos. El tipo de estudio fue cuantitativo y el diseño no experimental de tipo descriptivo, retrospectivo y transversal/correlacional. La población estuvo conformada por 174 estudiantes de ambos sexos de 18 años a más de edad que cursaron el ciclo académico 2014- II del 2° al 4° y 2015- I del 3° al 5° nivel de estudios de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de la Amazonia Peruana de la ciudad de Iquitos, con una muestra de 120 estudiantes con las mismas características que la población de estudio, obtenida mediante el muestreo probabilístico estratificado con afijación proporcional. La técnica fue la encuesta y el análisis documental y el instrumento fue el Test del Estrés con una escala estructurada tipo Likert (Validez 87% y confiabilidad 90%) y la ficha de registro del rendimiento académico. Los datos fueron analizados con el SPSS versión 22,0. La prueba estadística inferencial fue el Chi Cuadrado, con $\alpha = 0,05$. Los resultados obtenidos fueron los siguientes: del 100% (120) de estudiantes, 57,5% (69) tuvo rendimiento académico bueno, del cual el mayor porcentaje 53,3% (64) tuvo estrés medio. Finalmente, la conclusión fue la siguiente: al realizar el análisis inferencial se obtuvo resultados estadísticos significativos ($p = 0,003$), concluyendo: se acepta la hipótesis de investigación: “Existe asociación estadística significativa entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana de la ciudad de Iquitos, 2015 (12).

Fernández R, Bartra A. (2020), investigaron: “Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Medicina Humana-Tarapoto-Perú”. Objetivo: Establecer la relación entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Medicina Humana de la UNSM-Tarapoto. Estudio de tipo cuantitativo, descriptivo correlacional,

contando con una muestra de 30 estudiantes del IV de la Facultad de Medicina Humana. Los resultados muestran que el 73.33% de los estudiantes presentó una calificación de bueno en función a las notas que obtuvieron como promedio final, además el nivel de estrés de dichos estudiantes fue moderado en un 50%, mientras el 23.33% evidenció tener un nivel profundo de estrés. En cuanto al resultado de la prueba estadística de chi-cuadrado se ha logrado evidenciar que el nivel de significancia bilateral resultó igual a 0,05. Conclusión: Se acepta la hipótesis de investigación planteada el nivel de estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la facultad de medicina de la UNSM-Tarapoto, 2019, no son independientes. Es decir, están asociados (13).

Trigoso E, García J, Quintanilla L. (2017) investigaron “Estrés y calidad de vida en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería-Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto Perú”. Objetivo: Establecer la relación que existe entre el estrés y la calidad de vida de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Estudio de tipo cuantitativo, descriptivo-explicativo, transversal y correlacional, la muestra estuvo constituido por 194 estudiantes, la técnica empleada fue la encuesta y como instrumento el cuestionario. En los resultados obtenidos dentro de las características sociodemográficas, se puede evidenciar que las edades fluctúan entre los 17 a 19 años con un 63.4%, el 87.6% son de sexo femenino, 55.2% proceden de zonas rurales, el 91.8% son solteras (os), el 90.7% no tienen hijos y el 88.1% profesan la religión católica. El 48.5% presentan estrés moderado, el 30.4% estrés leve y el 21.1% estrés grave, el 28.9% presentan síntomas del estrés con un nivel de estrés moderado, el 16.0% presentan estrategias de afrontamiento del estrés con estrés moderado y el 14.9% presentan estresores con estrés moderado. En el aspecto físico el 19.9% presentan calidad de vida malo, en el aspecto psicológico el 19.1% presentan calidad de vida regular, en el aspecto social el 17.0% presentan calidad de vida regular, el 50.7% presentan estrés leve con calidad de vida buena, el 36.1% estrés moderado con calidad de vida regular, el 59.2% estrés grave con calidad de vida malo. Concluyendo que existe relación entre el estrés y la calidad de vida, se aplicó la prueba no paramétrica chi cuadrado leída con un nivel de significancia $p = 0,016$ (14).

1.3. Bases teóricas

La siguiente investigación aborda la problemática del estrés académico en los estudiantes de las escuelas profesionales de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional de San

Martín Tarapoto por el uso de las aulas virtuales, el estrés es un problema cada vez más frecuente y el estudiante de enfermería, no se encuentra ajeno a esta afección.

Estrés Académico.

El estrés es conocido como la enfermedad del presente. Casi todos los seres humanos han experimentado, en el trabajo o en su vida privada, situaciones en las que se han sentido sobrecargados, irritados, nerviosos o inquietos. Uno se enoja, siente rabia o impotencia y desánimo. El equilibrio entre tensión y relajación, actividad y descanso, estrés y tranquilidad está muy alterado en estos días (15).

El estrés es parte de la vida, e incluso ciertos niveles de estrés pueden aumentar el rendimiento. Sin embargo, un exceso de éste puede causar enfermedades. El estrés crónico, no solamente aumenta el riesgo de múltiples enfermedades, sino que también puede tener un impacto negativo sobre nuestra conducta; de tal modo, algunas personas en situaciones estresantes o bajo presión se comportan de una manera que daña su salud: fuman más, beben más alcohol, se alimentan mal. También aumenta el riesgo de accidentes, baja la capacidad de rendimiento, se cometen más errores y se siente un malestar generalizado (16).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define estrés como un conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción, en otras palabras, es una respuesta de demandas que vienen desde afuera o desde adentro de la persona. Todos estamos predispuestos a distintos factores internos o externos que pueden provocar estrés y que se manifiesta con diversos síntomas (17).

El concepto de estrés viene del ámbito de la resistencia de materiales. Aquí se entiende como estrés la tensión y distorsión de metales o vidrios. En la medicina y la psicología, el médico Hans Selye introdujo el concepto de estrés en el año 1950, describiendo algo similar: "Las cargas, esfuerzos, y molestias, a las que un ser vivo está expuesto día a día, en los diferentes ambientes en que se desenvuelve. Se trata de las obligaciones de adaptarse y las tensiones, éstas pueden sacar a las personas de su equilibrio personal y hacerlas sentir bajo presión tanto psíquica como corporalmente" (18).

Revista de educación y desarrollo; menciona que el estrés académico es aquel que se produce a partir de las demandas que exige el hábito educativo donde menciona también que podría

afectar tanto a profesores, recordemos los problemas de ansiedad a hablar en público o el llamado síndrome de Bournout o el estrés informado por los profesores en el abordaje por sus tareas docentes como a estudiantes. Incluso dentro de estos podría afectar en cualquier nivel educativo (19).

Cabanach (citado la Universidad nacional Autónoma de Honduras del Valle de Sula, 2009) menciona que la primera reacción que siente los jóvenes es conocida como expectación ansiosa. "Ésta se produce debido a que los nuevos alumnos no conocen exactamente como es el funcionamiento de estos. Esto comienza a causar angustia y ansiedad, debido a que entienden que han perdido gran parte del tiempo y notas, esto provoca bajo rendimiento académico con sentimiento de culpa, lo que, sin embargo, no alcanza a manifestarse como una depresión.

Cuando hablamos del estrés académico los causantes puede ser muchos factores, si solo al entrar al colegio a la universidad ya es estresante, la permanencia y obligaciones diarias pueden provocar estrés. Por otra parte, existen alumnos que luchan por ser los mejores y destacarse por sobre el resto. Esta auto exigencia en ocasiones termina siendo un factor estresor lo que puede desencadenar el ya conocido estrés. Es muy común ver a jóvenes afectados por este tipo de trastorno en períodos de exámenes y pruebas. Aparece sobre todo por un sentido de competencia del alumno, ya que en el colegio eran muy destacados y al llegar a la universidad se encuentran con compañeros que son tan buenos como ellos."

Entienden que no son la excepción y hay gente tan capaz como ellos, esto produce una depresión lo que desencadena en un estrés agudo. En menor medida es posible encontrar alumnos con síntomas de angustia, la que se atribuye a factores genéticos predisponentes, que pueden derivar en ataques de pánico.

El psicólogo cuenta que otra de las presiones que más resiente la salud de los alumnos es la impuesta por los padres. "Muchos se ven realizados a través de los hijos. Los logros que los progenitores no han tenido en ámbitos como el profesional u otro se les traspa a sus hijos. Por lo tanto, si al joven no le comienza a ir muy bien en los estudios sienten que les están fallando a los papás, más que a ellos mismos, lo que causa angustia y presión.

Los altos niveles de ansiedad pueden ser también el resultado de las expectativas irreales y

la presión de los padres respecto del logro educativo de sus hijos. Muchos estudiantes sienten mayor ansiedad conforme alcanzan grados educativos superiores, ya que se enfrentan a evaluaciones más frecuentes, comparaciones sociales e incluso experiencias de fracaso. Cuando las instituciones educativas crean circunstancias como las mencionadas, es más probable que favorezcan a elevar el nivel de ansiedad de la población estudiantil.

La presión que siente el estudiantado por obtener un buen rendimiento escolar puede provocarle una exacerbación de la ansiedad). La evidencia indica que las personas que sienten que no están en control de los sucesos estresantes de su vida son más propensas a experimentar trastornos de ansiedad. Indica este autor que cada vez con mayor frecuencia se observan alteraciones emocionales en estudiantes y también cómo la conducta disruptiva y la agresividad surgen de manera sorprendente.

Las relaciones conflictivas entre estudiantes y personal docente funcionan como otra situación estresante para la población estudiantil, la cual puede interferir en su desempeño académico exitoso. Esas relaciones conflictivas son conceptualizadas como interacciones discordantes y la falta de entendimiento entre estas partes sostiene la Universidad de Sevilla. Esta situación puede derivar en estudiantes que se desmotivan, además de desarrollar actitudes negativas hacia la institución educativa (20).

Los niveles altos de estrés y ansiedad reducen la eficiencia del aprendizaje, ya que disminuyen la atención, la concentración y la retención, con el consecuente deterioro en el rendimiento educativo. A medida que va procesando la información, los estudiantes ansiosos no logran organizar ni elaborar apropiadamente los contenidos de los cursos y tiende a ser poco flexible para adaptarse a los nuevos procesos de aprendizaje. Es importante tomar en cuenta que, por su misma naturaleza, el estrés y la ansiedad dependen en gran medida del concepto que las personas tengan de las demandas que se les formulan en relación con la capacidad de comprensión y control que encuentran en sí mismas (20).

El estrés escolar se dimensiona en el desequilibrio psíquico, afectivo, cognitivo y social del estudiante (21).

Wigfild y Eccles quienes dicen que se han creado diversos programas de intervención para disminuir el alto nivel de estrés y ansiedad en estudiantes. Han incorporado técnicas de

relajación y otras estrategias que pretenden cambiar los pensamientos negativos y autodestructivos y reemplazarlos por pensamientos positivos y enfocados en las tareas. Estos programas han mostrado ser efectivos tanto para reducir el estrés y la ansiedad como para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes (20).

Desde los grados preescolares hasta la educación superior universitaria y postgrado, cuando un individuo está en una etapa de aprendizaje experimenta tensión. A ésta se le denomina estrés académico (22).

Modelo sistémico-cognoscitivista del estrés académico

Este modelo se configura a partir de cuatro hipótesis básicas que a continuación desarrollo. Hipótesis de los componentes sistémicos procesuales del estrés académico. Los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico responderían al permanente flujo de entrada y salida al que está expuesto todo sistema con el fin de conseguir su equilibrio. El referido flujo se puede ilustrar de la siguiente forma: el alumno se ve sometido, en temas escolares, a diversas demandas que, tras ser determinadas estresores, causan un desequilibrio sistémico (situación estresante); este se manifiesta en diversos síntomas (indicadores del desequilibrio) que obliga al alumno a ejecutar acciones de afrontamiento. Esta manera de darle un concepto al estrés académico facilita reconocer tres componentes sistémico-procesuales: estímulos estresores, síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico) y estrategias de afrontamiento.

Dimensiones del estrés académico

El estrés suele dar lugar a una serie de reacciones que pueden ser clasificadas a través del inventario SISCO, señalado por Barraza A. (2011), menciona 4 clasificaciones importantes: (23).

a. Demandas del entorno: Se encuentra aquellos que implica el conjunto de circunstancias del ser humano

- La competencia con los compañeros de grupo.
- Sobrecarga de tareas y trabajos.
- La personalidad y el carácter del profesor.

- Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).
- El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.).
- No entender los temas que se abordan en la clase.
- Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.).

b. Reacciones físicas: Se encuentran aquellos que implican una reacción propia del cuerpo,

- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).
- Fatiga crónica (cansancio permanente).
- Dolores de cabeza o migrañas.
- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea
- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.
- Somnolencia o mayor necesidad de dormir

c. Reacciones Psicológicas: Son aquellos que tienen que ver con las funciones cognoscitivas o emocionales de la persona.

- 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.

d. Reacciones comportamentales: Son aquellos que involucran la conducta de la persona.

- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.
- Aislamiento de los demás.
- Desgano para realizar las labores académicas.
- Aumento o reducción del consumo de alimentos

El ámbito académico representa un conjunto de situaciones estresantes debido a que las personas pueden experimentar una falta de control sobre el nuevo ambiente generando respuestas de estrés, y en último término, fracaso académico. Las evaluaciones conforman, en cierta medida, uno de los estresores académicos más importantes en la vida estudiantil, con sensibles efectos a nivel conductual, cognitivo y fisiológico-emocional (24).

El estrés aparece como un fenómeno frecuente en los estudiantes del área de la salud especialmente en mujeres, para poder cumplir el alto nivel de exigencia de estas carreras (25).

Algunos de los principales efectos que presentan los sujetos en relación con el estrés: (26).

- Decremento de la concentración y atención
- Aumento de la distractibilidad
- Deterioro de la memoria a corto y largo plazo
- Velocidad de respuesta impredecible
- Aumento de errores
- Deterioro de la capacidad de organización y planeación
- Aumento de la tensión física y psicológica
- Cambios de personalidad
- Debilitamiento de restricciones morales y emocionales
- Depresión e impotencia
- Baja autoestima
- Aumento de los problemas de habla
- Disminución de los intereses y entusiasmo
- Aumento del ausentismo
- Aumento del consumo de drogas
- Descenso de niveles de energía
- Alteraciones de patrones de sueño
- Puede haber amenaza de suicidio, etc.

Estos efectos no precisamente se manifiestan todos juntos ni de la misma forma o niveles en todas las personas, ya que existen variaciones de un organismo.

Importancia del manejo del estrés académico por los estudiantes de las instituciones educativas del Perú

Actualmente, en Perú, el manejo del estrés académico debe ser analizado por los directivos de las instituciones educativas, por que con frecuencia se evidencia la existencia del estrés académico, pero lamentablemente, algunas instituciones educativas, no le dan la debida importancia, por lo que los resultados por bimestre académico, es que los estudiantes, se enferman, piden permiso, etc.; lo que es un hecho que afectará su desarrollo integral de los estudiantes. Para ello, es crucial se toma decisiones pertinentes para darle una pronta resolución de los problemas. Por lo que determina que el tratamiento del estrés es un tratamiento multidisciplinar, como los directivos, los docentes, los psicólogos, así como los padres de familia, solo así podrán darle una efectiva solución, y evitar resultados graves, como deserción, suicidios, abandono (27).

Uso de aulas virtuales

Se sabe que en el proceso de enseñanza-aprendizaje se plantean dos realidades esenciales: el asegurar que el estudiante aprenda, tarea ya de por sí, laboriosa y muchas veces hasta mal entendida. Y en el medio de este proceso, el papel trascendental que cumplen los docentes basados en un sinnúmero de propuestas educativas que intentan explicar el cómo se realiza esta transferencia de la mejor manera, y que aseguran el éxito y la correcta ruta de aprendizaje según sea la época, tendencia o escuela donde aplicarla (28).

Entre las opciones más conocidas y reconocidas por las comunidades de aprendizaje virtual podemos nombrar a:

- Moodle.- Que es el objeto del estudio realizado.
- Canvas.- Es gratuita, de código abierto y su adaptación y uso es muy sencillo.
- Edmodo.- Orienta el uso hacia los padres, observación de desempeño.
- Edubrite.- Enfocado a empresas, desarrolla habilidades específicas.
- Proprofs.- Programa para equipos de trabajo.

En tal sentido, la plataforma más utilizada en las diferentes Universidades del Perú, como la que en la actualidad se utiliza en la Universidad Nacional de San Martín para poder impartir las clases virtuales es Moodle, considerando que es una aplicación para crear y

gestionar plataformas educativas, o sea, espacios donde un centro educativo, institución o empresa, gestiona recursos educativos proporcionados por sus docentes y organiza los accesos de ingreso para los estudiantes, permitiendo de esta manera la comunicación entre todos los implicados (alumnado y profesorado).

Moodle fue diseñado por Martin Dougiamas de Perth, Australia Occidental, quien sustentó su creación basándose en las ideas del constructivismo pedagógico, que afirma que el conocimiento se construye en la mente del estudiante y que este no puede ser transmitido sin cambios a partir de libros o enseñanzas. Además, sumó a su creación los lineamientos que iba forjando el aprendizaje colaborativo (28).

Un docente que se basa en estas teorías genera un ambiente centrado en el estudiante que le va a ayudar a construir sus conocimientos sobre la base de sus habilidades y conocimientos previos, en lugar de simplemente ser un ente repetitivo de la información que consideran los maestros todos sus estudiantes debería conocer y repetir.

La palabra Moodle, en inglés, es un acrónimo para Entorno de Aprendizaje Dinámico Modular, Orientado a Objetos (Modular Object-Oriented Dynamic Learning Environment), lo que se vuelve un pilar esencial para los especialistas en el tema educativo(28).

También es un verbo que proviene de la palabra anglosajona que describe el proceso ocioso de dar vueltas sobre el mismo sitio, haciendo las cosas como se vienen a la mente, de forma natural, actividad amena que puede conllevar a procesos de comprensión y, finalmente, a la creatividad. Ambas propuestas se alinean al pensamiento bajo el que se creó y desarrolló Moodle y las posibilidades que se crean para que estudiantes y docentes podrían acercarse al estudio o enseñanza de un curso on- line (28).

La primera versión de Moodle apareció el 20 de agosto de 2002 y, a partir de allí han ido apareciendo versiones renovadas de forma continua que van implementando nuevos recursos, actividades y mejoras que los mismos usuarios, la comunidad Moodle, van solicitando. En la actualidad, Moodle está traducido a 75 idiomas e incluye más de 27.000 sitios registrados en todo el mundo. Se habla de un sitio Moodle cuando se está ante una composición de varios cursos, cada uno de ellos con uno o más profesores y su diseño y

desarrollo del entorno de aprendizaje virtual Moodle, como ya se había planteado líneas arriba se fundamenta en la filosofía pedagógica constructivista o construccionista social. Ya es sabido que el implementar las TIC en la docencia tienen un impacto positivo en los métodos de enseñanza, sino reconocamos todo ese universo que hoy llamamos *E-Learning*, modalidad que ha ido avanzando de la mano de la internet y sus desarrollos han posibilitado que la oferta educativa en los centros educativos (principalmente universidades) y más allá de eso la generación de un aprendizaje colaborativo entre los que acceden a estos cursos (28).

Las principales ventajas que presenta la plataforma Moodle son: que esta plataforma permite implementar modelos instruccionales que ayudan a los alumnos a navegar de manera más que amable, una gran variedad de herramientas la evaluación continua de los estudiantes, así como los procesos de interacción entre los participantes en el curso, permite una inscripción de usuarios de manera masiva, docentes, invitados, estudiantes y que se pueda realizar una interacción real entre ellos, a través de mensajes de texto o vídeo conferencias, presenta costos muy bajos de mantenimiento, utiliza lenguajes de programación dinámicos e integrables, como con bases de datos sólidas como lo son MySQL y SQL, y tiene incorporado un módulo que permite la inserción de material multimedia, sonido, audio y SWF de Flash, además de que su mantenimiento es sencillo y el material de los cursos anteriores es reutilizable, debido a las copias de seguridad que poseen, su implementación es muy económica, por tratarse de un software de libre distribución, y la inversión cae, en esencia, en lo que se refiere a la infraestructura tecnológica de los servidores que almacenan los archivos (28).

Por otra parte, esta plataforma Moodle también presenta algunas desventajas: una de ellas es la limitación que pueden tener algunos equipos por los protocolos de seguridad que estos presentan, y las actividades que se planteen deben ser pensadas en base a estos. O sea, los equipos de los participantes deben ser óptimos para poder llevar un curso de manera satisfactoria.

1.4. Justificación

En la actualidad estamos viviendo a nivel mundial la pandemia por la COVID 19, dejando al mundo entero en un estado de salvo guardarnos para así evitar el contagio o la

propagación y trayendo crisis económica, afectando al sistema educativo donde los estudiantes aun no pueden acudir a recibir clases de manera presencial y ahora nos inclinamos en educación virtual, de tal manera que el docente necesita de competencias en metodologías estratégicas virtuales para poder lograr que los estudiantes logren las competencias estableciendo creatividad, disciplina y dedicación en la construcción de la comunicación pedagógica.

Es así, que el trabajo de investigación presentó diversos motivos que la justifican. Toda vez que se buscó efectuar una aportación de carácter teórico que se dio por medio de la revisión sistemática de las principales definiciones de la variable de estudio llegando así a un conocimiento más exhaustivo de la misma.

La investigación contribuyó a contrastar con los diferentes resultados de otras investigaciones nacionales e internacionales, sobre el estrés académico y nos permitió percibir una realidad de una población universitaria Nacional, la cual estuvo conformada por estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia de la misma forma nos permitió conocer cómo ha cambiado la incidencia de los niveles de estudio a través de los años.

Luego de tener conciencia de la realidad de los estudiantes y cuán afectados pueden estar a causa del estrés académico, pudimos afirmar que la investigación se justifica en el ámbito social a medida que beneficio a los estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional de San Martín, previniendo la deserción de jóvenes estudiantes de Enfermería y Obstetricia ya que al tener conciencia de ser afectados por el estrés académico pudieron tomar las medidas necesarias para su prevención y control; dicha investigación fue facilitada a la dirección de Escuela de Enfermería y Obstetricia, quienes podrán gestionar a través de las instancias correspondientes la elaboración de programas y talleres con fin de disminuir los niveles de estrés académico.

Así mismo, será una contribución como antecedentes para investigaciones futuras. A su vez sirvió para conocer de manera descriptiva el estrés académico en estudiantes universitarios, con el fin de reducir la incidencia como manejar de manera adecuada el afronte de estrés académico, mediante técnicas psicopedagógicas que permitieron conllevar el estrés dentro de los límites que no afecten el bienestar personal y la salud en general.

Finalmente, fue un aporte en el ámbito científico ya que sirvió como fuente bibliográfica para futuras investigaciones que pretendan crear programas preventivos específicos para reducir los niveles de estrés académico.

1.5. Problema

¿Cuál es el nivel de estrés académico por el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021?

II. OBJETIVOS

2.1. Objetivo General

Determinar el nivel de estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021.

2.2. Objetivos Específicos

1. Identificar el estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021. **Según dimensión demanda del entorno.**
2. Identificar el estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021. **Según dimensión reacciones físicas.**
3. Identificar el estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021. **Según dimensión reacciones psicológicas.**
4. Identificar el estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021. **Según dimensión reacciones comportamentales.**

2.3. Hipótesis de Investigación

El nivel de estrés académico en el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021 es moderado.

2.4. Sistemas de Variables

- **Univariable:** Estrés académico

2.4.1. Operacionalización de las variables

UNIVARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
Estrés Académico	Es toda reacción de preocupación, tensión o falta de alegría que refiere tener el estudiante frente a situaciones que ponen en peligro su bienestar (13).	Instrumento ya elaborado de Barraza (2011), donde la categorización del estrés académico fue la siguiente: Bajo, medio y alto	Demanda del entorno	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dificultad para escuchar las clases por ruidos externos ✓ Problemas de conexión a internet para entregar trabajos o tareas ✓ La carga académica ha aumentado y le dificulta adaptarse al aula virtual ✓ Las evaluaciones. ✓ Trabajos ✓ Las clases virtuales han afectado su salud mental 	1,2,3,4,5,6,7	<p style="text-align: center;">Ordinal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bajo: de 10 a 39 puntos • Medio: de 40 a 79 puntos • Alto: de 80 a 110 puntos
			Reacciones físicas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Trastorno en el sueño. ✓ Fatiga. ✓ Dolores de cabeza ✓ Problemas de digestión ✓ Nerviosismo ✓ Somnolencia 	8,9,10,11,12,13	
			Reacciones Psicológicas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Inquietud ✓ Sentimiento ✓ Ansiedad ✓ Concentración ✓ Agresividad 	14,15,16,17,18.	
			Reacciones comportamentales	<ul style="list-style-type: none"> ✓ No puede organizarse bien ✓ Aislamiento ✓ Desgano ✓ Ingesta de alimentos 	19,20,21,22	

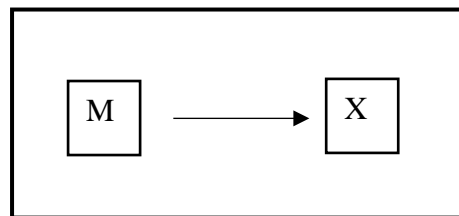
III. MATERIAL Y MÉTODOS

3.1. Tipo de Estudio

El presente estudio de investigación fue de enfoque cuantitativo, no experimental, de tipo descriptivo simple de corte transversal, porque permitió la medición de la variable a estudiar (29).

3.2. Diseño de Investigación

El presente estudio, fue de diseño descriptivo simple, cuyo esquema fue el siguiente:



Donde:

M: Representó a todos los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto.

X: Representó la variable: Estrés académico.

3.3. Universo, Población y Muestra

Universo

Estuvo conformado por todos los estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín, que ascienden a 4,723 matriculados durante el semestre académico 2021-I.

Población

La población estuvo conformada por todos los estudiantes matriculados en el semestre 2021-I de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia de la UNSM, que ascendieron a 459. (Fuentes, Oficina de Asuntos Académicos de la UNSM).

Escuela	Número de estudiantes
Enfermeria	224
Obstetricia	235
Total	459

Muestra

Para el cálculo de tamaño de muestra, se utilizó la fórmula de muestreo aleatorio simple.

$$n = \frac{N * Z\sigma^2 p * q}{d^2 * (N - 1) + Z\sigma^2 * p * q}$$

Donde:

n= Muestra

N = Total de la población

Z α = 1.96 al cuadrado (si la seguridad es

del 95%) p = proporción esperada

(en este caso 50% = 0.5) q = 1 - p

(en este caso 1-0.5 = 0.5)

d = precisión (en su investigación use un 5%)

$$n = \frac{459 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{0.05^2 * (459 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$= 380$$

El tamaño de muestra seleccionada para la presente investigación fue de 380 estudiantes, trabajándose con 190 estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería y 190 estudiantes de la Escuela Profesional de Obstetricia de la UNSM, quienes cumplieron los criterios de inclusión y exclusión.

3.3.1. Criterios de inclusión

Se tuvo en cuenta los siguientes criterios de inclusión:

- ✓ Estudiantes de Enfermería y Obstetricia que se encuentran matriculados en el semestre 2021-I.
- ✓ Estudiantes de Enfermería y Obstetricia que se encuentren cursando el VI, VII y VIII ciclo.
- ✓ Estudiantes de Enfermería y Obstetricia que acepten participar voluntariamente en la aplicación del instrumento (encuesta).

3.3.2. Criterios de exclusión

Los criterios de exclusión fueron los siguientes:

- ✓ Estudiantes de Enfermería y Obstetricia que no deseen participar en la aplicación del instrumento (encuesta).
- ✓ Estudiantes de Enfermería y Obstetricia que no responden en su totalidad al instrumento

3.4. Procedimientos

- ✓ Se elaboró el proyecto y se presentó ante la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNSM para su revisión y aprobación correspondiente.
- ✓ Con respecto a la recolección de los datos, bajo la responsabilidad de los investigadores, se trabajó con los delegados de cada ciclo académico, y se procedió a realizar una reunión virtual por medio del GOOGLE MEET para poder explicarles el procedimiento del llenado del instrumento, con la finalidad de que los delegados sean efecto multiplicador en sus compañeros al explicar sobre el llenado del instrumento.

- ✓ Los datos fueron recolectados de manera virtual a través de un cuestionario anónimo, en un horario que estimaron conveniente; el tiempo que se empleó para aplicar el instrumento fue de 10 a 15 minutos.
- ✓ Una vez recogidos los datos se procedió al análisis e interpretación de los mismos.
- ✓ Posteriormente, con los datos obtenidos se procedió a la elaboración del informe final de la tesis para su posterior sustentación.
- ✓ Finalmente, se procedió a la sustentación del informe de tesis.

3.5. Métodos de Instrumentos de recolección de datos Técnica.

La técnica que se utilizó fue la encuesta; se consideró el siguiente instrumento: Cuestionario de inventario SISCO del Estrés Académico, creado por Barraza (2007). (Del 2007 o del 2011)

Instrumentos:

Para el estudio de la variable estrés académico se consideró el instrumento del inventario SISCO, elaborado por Barraza (2011), constó de 22 ítems de preguntas con alternativas de respuestas clasificadas en 4 dimensiones:

Dimensiones	Ítems de preguntas
Demanda del entorno	1,2,3,4,5,6,7
Reacciones físicas	8,9,10,11,12,13
Reacciones Psicológicas	14,15,16,17,18
Reacciones Comportamentales	19,20,21,22

Las alternativas de respuestas son:

Alternativas	Puntaje
Nunca	1
Rara vez	2
Algunas veces	3
Casi siempre	4
Siempre	5

Posteriormente se valoró los niveles de estrés académico según la siguiente categorización:

Categoría	Puntaje general
Bajo	De 10 a 39 puntos
Medio	De 40 a 79 puntos
Alto	De 80 a 110 puntos

Categoría por Dimensiones	Puntaje
Demanda del entorno	Bajo: de 0 a 13 puntos Medio: de 14 a 24 puntos Alto: de 25 a 35 puntos
Reacciones físicas	Bajo: de 0 a 9 puntos Medio: de 10 a 19 puntos Alto: de 20 a 30 puntos
Reacciones Psicológicas	Bajo: de 0 a 8 puntos Medio: de 9 a 17 puntos Alto: de 18 a 25 puntos
Reacciones Comportamentales	Bajo: de 0 a 7 puntos Medio: de 8 a 14 puntos Alto: de 15 a 20 puntos

Así mismo, El grado de confiabilidad del instrumento (cuestionario) y medición se refiere al grado en que su aplicación repetida al mismo individuo u objeto produce resultados iguales” (30).

La confiabilidad de este instrumento se evidencia por los resultados obtenidos en los rangos de Alfa de Cronbach, igualmente provee autenticidad de dicho instrumento:

RANGO	NIVEL DE CONFIABILIDAD
(0.7 – 0.8)	Bueno
(0.8 – 0.9)	Muy Bueno
(0.9 – 1.0)	Excelente

Alfa de Cronbach	N° de elementos
,875	11

3.6. Plan de Tabulación y Análisis de datos

Luego de concluir con la recolección de los datos, la información recolectada se procesó de forma manual con el programa EXCEL, elaborando una tabla Matriz, cuyos valores fueron procesado a través del paquete estadístico SPS V24. Se presentaron los resultados a través de tablas o gráficos estadísticos.

IV. RESULTADOS

Tabla 1: Estrés académico en estudiantes de la Escuelas Profesional de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo- octubre 2021. Según **dimensión demanda del entorno**.

ESTRÉS ACADÉMICO Dimensión: Demanda del entorno	Escuela Profesional de Enfermería		Escuela Profesional de Obstetricia		TOTAL	
	fi	%	fi	%	fi	%
Nivel bajo (De 0 a 13 puntos)	16	8.4	23	12.1	39	10.3
Nivel medio (De 14 a 24 puntos)	128	67.4	133	70.0	261	68.7
Nivel alto (De 25 a 35 puntos)	46	24.2	34	17.9	80	21.1
TOTAL	190	100	190	100	380	100

Fuente: Elaboración propia de la investigación.

En la presente tabla podemos evidenciar que el 67.4% de los estudiantes de la Escuela Profesional de **Enfermería** presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión demanda del entorno**, seguido de un 24.2% nivel alto y un 8.4% nivel bajo. Y el 70.0% de los estudiantes de la Escuela Profesional de **Obstetricia** presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión demanda del entorno**, seguido de un 17.9% nivel alto y un 12.1% nivel bajo.

Tabla 2. Estrés académico en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021. Según dimensión reacciones físicas.

ESTRÉS ACADÉMICO Dimensión: Reacciones Físicas	Escuela Profesional de Enfermería		Escuela Profesional de Obstetricia		TOTAL	
	fi	%	fi	%	fi	%
Nivel bajo (De 0 a 9 puntos)	27	14.2	31	16.3	58	15.3
Nivel medio (De 10 a 19 puntos)	111	58.4	122	64.2	233	61.3
Nivel alto (De 20 a 30 puntos)	52	27.4	37	19.5	89	23.4
TOTAL	190	100	190	100	380	100

Fuente: Elaboración propia de la investigación.

En la presente tabla podemos evidenciar que el 58.4% de los estudiantes de la Escuela Profesional de **Enfermería** presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión reacciones físicas**, seguido de un 27.4% nivel alto y un 14.2% nivel bajo. Y el 64.2% de los estudiantes de la Escuela Profesional de **Obstetricia** presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión reacciones físicas**, seguido de un 19.5% nivel alto y un 16.3% nivel bajo.

Tabla 3. Estrés académico estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021. **Según dimensión reacciones psicológicas.**

ESTRÉS ACADÉMICO Dimensión: Reacciones Psicológicas	Escuela Profesional de Enfermería		Escuela Profesional de Obstetricia		TOTAL	
	fi	%	fi	%	fi	%
Nivel bajo (De 0 a 8 puntos)	39	20.5	31	16.3	70	18.4
Nivel medio (De 9 a 17 puntos)	108	56.8	112	58.9	220	57.9
Nivel alto (De 18 a 25 puntos)	43	22.6	47	24.7	90	23.7
TOTAL	190	100	190	100	380	100

Fuente: Elaboración propia de la investigación.

El 56.8% de los estudiantes de la Escuela Profesional de **Enfermería** presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión reacciones psicológicas**, seguido de un 22.6% nivel alto y un 20.5% nivel bajo. Y el 58.9% de los estudiantes de la Escuela Profesional de **Obstetricia** presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión reacciones psicológicas**, seguido de un 24.7% nivel alto y un 16.3% nivel bajo.

Tabla 4. Estrés académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo – octubre 2021. **Según dimensión reacciones comportamentales.**

ESTRÉS ACADÉMICO Dimensión: Reacciones Comportamentales	Escuela Profesional de Enfermería		Escuela Profesional de Obstetricia		TOTAL	%
	fi	%	fi	%		
Nivel bajo (De 0 a 7 puntos)	43	22.6	23	12.1	66	17.4
Nivel medio (De 8 a 14 puntos)	116	61.1	120	63.2	236	62.1
Nivel alto (De 15 a 20 puntos)	31	16.3	47	24.7	78	20.5
TOTAL	190	100	190	100	380	100

Fuente: Elaboración propia de la investigación.

El 61.1% de los estudiantes de la Escuela Profesional de **Enfermería** presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión reacciones comportamentales**, seguido de un 22.6% nivel bajo y un 16.3% nivel alto. Y el 63.2% de los estudiantes de la Escuela Profesional de **Obstetricia** presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión reacciones comportamentales**, seguido de un 24.7% nivel alto y un 12.1% nivel bajo.

Tabla 5. Nivel de estrés académico por el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo - octubre 2021

ESTRÉS ACADÉMICO	Escuela Profesional de Enfermería		Escuela Profesional de Obstetricia		TOTAL	
	fi	%	fi	%	fi	%
Nivel bajo (De 10 a 39 puntos)	22	11.6	27	14.2	49	12.9
Nivel medio (De 40 a 79 puntos)	129	67.9	122	64.2	251	66.1
Nivel alto (De 80 a 110 puntos)	39	20.5	41	21.6	80	21.1
TOTAL	190	100	190	100	380	100

Fuente: Elaboración propia de las investigadoras.

En la tabla 5, se puede evidenciar que; del 100% de estudiantes de las Escuelas profesionales de Enfermería y Obstetricia de la UNSM; el 66.1% (251) presentan un nivel medio de estrés académico, seguido de un 21.1% (80) presentan un nivel alto de estrés académico, finalmente el 12.9% (49) presentan un nivel bajo.

V. DISCUSIÓN

La educación universitaria es una etapa que implica muchas exigencias, así como demandas académicas, sociales y personales para los estudiantes. Este contexto se tornó más complejo en la actual época de pandemia, pues la educación pasó de ser presencial a ser virtual, lo cual puso en evidencia otras limitaciones como los problemas de accesibilidad y conectividad y la nueva forma de aprender.

Los resultados obtenidos en la presente investigación, demuestran que el estrés académico en la **dimensión demanda del entorno** es de nivel medio con un 68.7% (261) de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia, seguido de un 21.1% (80) presentan un nivel alto de estrés académico, finalmente el 10.3% (39) presentan un nivel bajo (Tabla N° 01).

Según Barraza A. (2005), las demandas del entorno que son valoradas con mayor frecuencia como estresores por los alumnos de las maestrías en Educación de la ciudad de Durango son el exceso de responsabilidad personal por cumplir con las obligaciones escolares y la sobrecarga de tareas y trabajos escolares; Así mismo, los resultados de Solórzano y Ramos (2006) (31), coinciden que el exceso de responsabilidad personal por cumplir con las obligaciones escolares es el que conlleva a padecer de estrés académico, sin embargo difiere con los resultados de Malagón y Molina, (2002) ya que menciona el factor que origina el estrés académico es la sobrecarga de tareas y trabajos escolares (32).

El estrés académico en la **dimensión: reacciones físicas** es de nivel medio con un 61.3% (233) de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia, seguido de un 23.4% (89) presentan un nivel alto de estrés académico, finalmente el 15.3% (58) presentan un nivel bajo (Tabla N° 02).

Difiriendo los resultandos con Campos S; donde menciona que en áreas sintomáticas físicas el 10% tiene un nivel muy bajo, el 16% un nivel bajo, el 40% en un nivel promedio, mientras que el 28% un nivel alto y el 6% muy alto en los estudiantes universitarios de primero a cuarto ciclo de la universidad Autónoma de Ica (33).

Barraza A, Martínez J, Silva J. (2011), mencionaron que los indicadores del estrés académico pueden ser físicos de acuerdo a las reacciones corporales, psicológicos relacionados con las funciones cognitivas o emocionales y comportamentales que involucran la conducta. Los estudiantes respondieron que entre los síntomas físicos el más recurrente es la somnolencia o mayor necesidad de dormir, mientras, los que en menor grado se manifestaron son los problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea. Al tener estrés se libera la hormona cortisol, produciendo un deterioro del funcionamiento del sistema inmunológico, esto permite que durante el tiempo que se encuentre estresado es más vulnerable a enfermarse (23).

El estrés académico en la **dimensión: reacciones psicológicas** es de nivel medio con un 57.9% (220) de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia, seguido de un 23.7% (90) presentan un nivel alto de estrés académico, finalmente el 18.4% (70) presentan un nivel bajo (Tabla N° 03).

Referente a los síntomas psicológicos, se ven mayor afectados los estudiantes, ya que casi siempre tienen ansiedad, angustia o desesperación por lo mismo se encuentran con inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo), aunque algunas veces, pero si se presentan problemas de concentración y sentimientos de agresividad o aumentos de irritabilidad (31).

Difiriendo los resultandos con Campos S; donde se evidencia que, en el área de síntomas psicológicos, en los estudiantes universitarios de primero a cuarto ciclo de la universidad Autónoma de Ica, donde el 15% tiene un nivel muy bajo, el 19% un nivel bajo, el 34% en un nivel promedio, mientras que el 17% un nivel alto y el 14% muy alto (33).

El estrés académico en la **dimensión: reacciones comportamentales** es de nivel medio con un 62.1% (236) de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia, seguido de un 20.5% (78) presentan un nivel alto de estrés académico, finalmente el 17.4% (66) presentan un nivel bajo (Tabla N° 04).

Según Peinado A. (2018), señala que en cuanto a los síntomas comportamentales el 36% de los alumnos respondieron que el aumento o reducción del consumo de los alimentos se presenta siempre en ellos, mientras que el mismo porcentaje respondió que rara vez tienen aislamiento de los demás, pero poco más de la cuarta parte de los estudiantes dijo que casi

siempre tiene desgano para realizar las actividades escolares (34).

Así mismo; referente a las reacciones comportamentales, los resultados concuerdan con lo encontrado por Oliveti (2010) quien, en una muestra constituida por estudiantes de diferentes carreras universitarias, halló que en el área de síntomas comportamentales son los que menos manifiestan los estudiantes de psicología; estos resultados refuerzan la idea de que el apoyo social funciona como efecto moderador o protector frente al estrés académico. Asimismo, esto refiere que los estudiantes de dicha investigación no suelen aislarse de sus compañeros en momentos de preocupación o nerviosismo (35).

Difiriendo los resultados con Campos S; donde muestra que en el área de sintomáticas comportamentales, en los estudiantes universitarios de primero a cuarto ciclo de la universidad Autónoma de Ica, donde el 7% tiene un nivel muy bajo, el 15% un nivel bajo, el 38% en un nivel promedio, mientras que el 23% un nivel alto y el 16% muy alto (33).

El nivel de estrés en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia es medio con un 66.1% (251), seguido de un 21.1% (80) presentan un nivel alto de estrés académico, finalmente el 12.9% (49) presentan un nivel bajo (Tabla N° 05).

Guardando relación con los resultados del trabajo de Campos S; donde señala que el estrés académico en los estudiantes de la universidad Autónoma de Ica, entre el primer y cuarto ciclo, se evidencia que el 41% (39) un nivel promedio, seguido de nivel bajo de 19% (18) con 19% (18), con un nivel muy bajo con un 7% (7) y finalmente con un 13% (12) con un nivel muy alto (33).

Los hallazgos encontrados por Tolentino, (2009) en su trabajo de investigación titulado: Perfil del estrés académico en alumnos de licenciatura en Psicología, de la Universidad Autónoma de Hidalgo en la escuela superior de Actopan, quien en sus conclusiones manifiesta que Los alumnos del 3ero y 4to. Semestres de la licenciatura en psicología presentan un nivel medio de estrés académico, que pudiera ser no significativo, sin embargo tendría que evaluarse en una investigación longitudinal para observar en qué periodo del semestre presentan más alto nivel de estrés, por otra parte este nivel medio de estrés encontrado resulta un indicador de presencia de estrés y no de ausencia siendo un indicador de factor de riesgo, y que ante la falta de estrategias de afrontamiento pudiera resultar

adverso en futuros semestres de la carrera, afectando así no solo en su ritmo de vida a nivel personal sino en lo académico (36).

Kloster G, Perrotta F. (2019), mencionan que la mayoría de los estudiantes experimentaban un nivel de estrés académico moderado, con una intensidad alta o medianamente alta (37). Esto coincide con lo expresado por Godino (2016) y Lorenzo (2017), quienes hallaron en sus investigaciones que los estudiantes presentaban un nivel moderado de estrés académico (38).

VI. CONCLUSIONES

1. El 68.7% (261) de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión entorno** de los cuales de un 21.1% (80) presentan un nivel alto de estrés académico, finalmente el 10.3% (39) presentan un nivel bajo.
2. El 61.3% de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión reacciones físicas**, de los cuales el 58.4% corresponden a Enfermería y 64.2 % a Obstetricia.
3. El 57.9% de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión reacciones Psicológicas**, de los cuales el 56.8% corresponden a Enfermería y 58.9 % a Obstetricia.
4. El 62.1% de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia presentan un nivel medio de estrés académico en la **dimensión reacciones comportamentales**, de los cuales el 61.1% corresponden a Enfermería y 63.2 % a Obstetricia.
5. El nivel de estrés en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia es medio con un 66.1% (251), seguido de un 21.1% (80) presentan un nivel alto de estrés académico, finalmente el 12.9% (49) presentan un nivel bajo.

VII. RECOMENDACIONES

De acuerdo a los resultados obtenidos en la presente investigación se recomienda lo siguiente:

1. Presentar los resultados de la presente investigación a las Direcciones de las Escuelas profesionales de Enfermería y Obstetricia y Decanatura de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Martín, sugiriendo a las autoridades elaboren programas y/o talleres orientados a fortalecer la práctica de hábitos de estudio y el manejo del estrés académico.
2. Se recomienda a los Licenciados en Psicología del área de psicopedagogía de la Oficina de Bienestar Universitario de la UNSM, capacitar mediante charlas, talleres a los docentes tutores de los diferentes estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud con la finalidad de fortalecer las diferentes actividades que debe realizar en calidad de tutor.
3. Dar a conocer los resultados de la presente investigación a los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Martín, y sugerirles realizar actividades recreativas, ejercicios de respiración, musicoterapia, actividad física, para aliviar el estrés y propiciar la relajación.
4. A los docentes, cumplir con los horarios de clases, no sobrecargar académicamente al estudiante, utilización de herramientas que permitan los trabajos grupales, participación en clases, para fortalecer las habilidades sociales en los estudiantes.
5. A la comisión de capacitación de la Facultad Ciencias de la Salud de la UNSM, se recomienda organizar cursos, talleres, seminarios sobre estrategias didácticas, con la finalidad de que los docentes fortalezcan el proceso de enseñanza y aprendizaje, logrando la interrelación entre docente y estudiantes.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Kloster G, Perrota F. Estrés académico en estudiantes Universitarios de la Ciudad de Panamá. [Tesis Pregrado]. Facultad Teresa de Ávila. Universidad Católica de Argentina-Santa María de los Buenos Aires. Panamá 2019. URL:
<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>
2. Dentzel, Z. El impacto de internet en la vida diaria, en C@mbio: 19 ensayos clave sobre cómo internet está cambiando nuestras vidas, Madrid, 2013. Disponible en: [https://El impacto de internet en la vida diaria | OpenMind \(bbvaopenmind.com\)](https://El%20impacto%20de%20internet%20en%20la%20vida%20diaria%20|%20OpenMind%20(bbvaopenmind.com)).
3. Meyer A, Ramírez L, Pérez C. Percepción de estrés en estudiantes chilenos de Medicina y Enfermería. Revista Educación, Ciencia y Salud (Chile) 2013; 10(2): 79-85. Disponible en:
<http://www2.udec.cl/ofem/recs/antiores/vol1022013/artinv10213a.pdf>
4. Jérez M, Oyarzo C. Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Rev Chil Neuro-Psiquiat. 2015; 53(3): 149-157. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0717-92272015000300002&lng=es&nrm=iso
5. Rocha, R., Cabrera, E.; González, D.; Martínez, R.; Pérez, J.; Saucedo, R.; et al. Factores de estrés en estudiantes universitarios. Bibliopsiquis, Interpsiquis 1. Presentado en 11º Congreso Virtual de Psiquiatría 1-10 disponible en: <http://hdl.handle.net/10401/119>; 2010.
6. Domínguez M. Las tecnologías de la información y la comunicación: sus opciones, sus limitaciones y sus efectos en la enseñanza. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal 2003. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/181/18100809.pdf>
7. Jenaro C, Martín M, Castaño R, Flores N. Rendimiento académico en educación

superior y su asociación con la participación activa en la plataforma Moodle. *Revistas UNAV. Estudios sobre educación / VOL. 34 / 2018 / 177-198.* URL: <https://revistas.unav.edu/index.php/estudios-sobre-educacion/article/view/8365/17446>

8. Pacheco J. Estrés académico de los estudiantes de Enfermería en una Universidad privada de Puerto Rico y su asociación con el rendimiento académico. [Tesis Posgrado]. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Málaga-España. 2017.
9. Aguayo L, López C. Estrés académico en estudiantes de cuarto año de educación diferencial de la Universidad de Concepción. [Tesis de Posgrado] educación Diferencial. Facultad de Educación. Universidad de Concepción-Chile 2016. Disponible en: http://repositorio.udec.cl/jspui/bitstream/11594/2996/4/Tesis_Estres_Academico_en_estudiante_de_cuarto_a%C3%B1o_de_educacion_diferencial.Image.Marked.pdf
10. Venancio G. Estrés académico en estudiantes de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana. [Tesis Pregrado]. Escuela Profesional de Psicología. Universidad Nacional Federico Villarreal. Lima-Perú. 2018.
URL: <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2383/VENANCIO%20REYES%20GUSTAVO%20ANTONIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
11. Cerna R. Estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada de Lima. [Tesis Postgrado]. Escuela de Posgrado. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima-Perú. 2018.
12. Del Risco M, Gómez D, Hurtado F. Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería - Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, Iquitos-Perú. [Tesis Pregrado] Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de la Amazonía Peruana de Iquitos. 2015.
URL: <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:YTfoIc513zEJ:repositorio.u>

n apíquitos.edu.pe/handle/UNAP/3954+&cd=1&hl=es-419&ct=clnk&gl=pe

13. Fernández R, Bartra A. Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Medicina Humana-Tarapoto-Perú. [Tesis Pregrado] Escuela Profesional de Medicina Humana. Facultad de Medicina Humana. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto-Perú. 2020.
URL:
<http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/3709/MED.%20HUM.%20-%20Royer%20Fern%20c3%20a1ndez%20D%20c3%20adaz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

14. Trigo E, García J, Quintanilla L. Estrés y calidad de vida en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería-Universidad Nacional de San Martín [Tesis Pregrado] Escuela Profesional de Enfermería. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto-Perú. 2017. URL:
<http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/2977/ENFERMERIA%20-%20Erika%20Noemi%20Trigo%20Pizango%20%26%20Jeny%20Lisbeth%20Garcia%20Vela.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

15. Sandín, B. El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *Internacional Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1), 141-157. España 2003. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/337/33730109.pdf>

16. Cabanach, R. González, P. Freire, C. El afrontamiento del estrés en estudiantes de ciencias de la salud. Diferencias entre hombres y mujeres. *Aula Abierta*, 37(2), 3-10. España 2013. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/1293/129327497002.pdf>

17. Jiménez L. Estrés en estudiantes de Farmacia de la Universidad de Costa Rica. *Actualidades Investigativas en Educación*. (Revista electrónica). 2010. Instituto de Investigación en Educación. Universidad de Costa Rica; 10(2): 1-29. URL:
<http://revista.inie.ucr.ac.cr>

18. Monzón I. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de psicología*, Vol. 25, número 1, págs. 87-99. Universidad de Sevilla – España. 2007. Disponible en: https://idus.us.es/xmlui/bitstream/handle/11441/12812/file_1.pdf

19. Patrick D, Erickson P. Health Policy, Quality of life in health care evaluation and resource allocation. New York: Oxford University Press; 1993. (Consultado en Setiembre 2017). Disponible en: <https://repository.library.georgetown.edu/handle/10822/860706>
20. Naranjo, M. L. Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190. 2009. Costa Rica 2009. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
21. Martínez V. Los adolescentes ante el estudio. Causas y consecuencias del rendimiento académico. *Revista Científica Electrónica de Psicología*, n.º 6. Madrid-España. 2008. URL: <http://dgsa.uaeh.edu.mx/revista/psicologia/IMG/pdf/15>
22. Orlandini, A. El estrés. Que es y cómo evitarlo (2ª. ed.). México 1999: Fondo de Cultura Económica. URL: <https://elfondoenlinea.com/Detalle.aspx?ctit=046172L>
23. Barraza, A, Martínez J, Silva J, Camargo E & Antuna R. Estresores académico y género: un estudio exploratorio de su relación en alumnos de licenciatura, 5(12), 33 - 43. Durango-México 2011. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4034740>
24. Martín I. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25(1), 87-99. Córdova-Colombia 2007. Recuperado de <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/17>
25. Marty, C., Lavin, M., Figueroa, M., Larrain, D. & Cruz, C. Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. *Revista Chilena de Neuro Psiquiatría*, 43(1), 25-32. 2005. Recuperado de: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-92272005000100004&script=sci_arttext
26. Lazarus, R. Folkman, S. Stress, appraisal and coping. 11 West 42nd Street: Springer. New York, USA. 2010. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=i-ySQQuUpr8C&oi=fnd&pg=PR5&dq=Lazarus+y+Folkman,+1984+estres&ot>

s=DeKQnofePf&sig=OQKswplQ- ngUspZqY4jrjqPd0Ao#v=onepage&q&f=false

27. García, R., Ríos, G. Estrés Académico y Rendimiento Académico en estudiantes del 4to y 5to año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Lima Metropolitana, 2015. (Tesis para optar por el título de Licenciada en Psicología). Universidad Peruana Unión. Lima, Perú. Disponible en: https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/554/Raquel_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y

28. Ardila, M. & Bedoya, J. La inclusión de la plataforma en línea Moodle en un curso de gramática contrastiva español-inglés. Íkala Revista de Lenguaje y Cultura. Escuela de Idiomas de la Universidad de Antioquía. 11 (17), pp.180-250. 2012. Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-97842012000100004

29. Polit, D. Hungler, B. Investigación científica en ciencias de la salud. (6ª Ed). México: McGraw- Hill Interamericana, 2003. Nancy Burns, Susan K. Grove. Investigación en enfermería (3ª Ed). Madrid: Elsevier, 2004.

30. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación – Sexta edición. Pp. 200. Mc. Graw. Hill. Educación. Recuperado en: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

31. Solórzano M, Ramos N. Rendimiento académico y estrés académico de los estudiantes de la E. A. P. de Enfermería de la Universidad Peruana Unión (semestre I-2006). Revista de Ciencias de la Salud, 1 (1), 34-38. 2006.

32. Malagón F, Molina B. Evaluación del estado de salud mental en estudiantes universitarios. Ponencia presentada en el XV Congreso de Estudiantes de Medicina Preventiva y Salud Pública y Microbiología: Hábitos saludables en el Siglo XXI. 2002.

33. Campos S. Estrés académico en los estudiantes de primer a cuarto ciclo de la Universidad Autónoma. (Tesis pregrado) Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Autónoma de Ica-Perú. 2017. Disponible en: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/228/1/ROSARIO%20CAMPOS%20MARTINEZ-ESTRES%20ACADEMICO%20EN%20LOS%20ESTUDIANTES.pdf>

- 34.** Peinado A. El estrés académico en los estudiantes del último año, estudio realizado con estudiantes del último año del ciclo diversificado del Instituto Nacional de Educación Diversificada, San Pedro Sacatepéquez. (Tesis pregrado). Escuela de Formación de Profesores de Enseñanza Media. Universidad de San Carlos de Guatemala. 2018. Disponible en: http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29_0548.pdf
- 35.** Oliveti, S. Estrés Académico en Estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario. (Tesis pregrado). Universidad Abierta Interamericana, Rosario, Argentina
- 36.** Tolentino S. Perfil del estrés académico en alumnos de licenciatura en Psicología, de la Universidad Autónoma de Hidalgo en la Escuela Superior de Actopan. (Tesis pregrado) Escuela de Psicología. Universidad Autónoma del estado de Hidalgo. Mexico 2009. Disponible en:
<http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/bibliotecadigital/bitstream/handle/231104/243/Perfil%20de%20estres%20academico%20en%20alumnos.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 37.** Kloster G, Perrotta F. Estrés académico en estudiantes universitarios de la Ciudad de Paraná. (Tesis pregrado) Escuela Profesional de Psicología. Facultad Teresa Ávila. Universidad Católica de Argentina. Santa María de los Buenos Aires. 2019. Disponible en: <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>
- 38.** Godino M. (2016) Estrés académico, Estrategias de afrontamiento y Rendimiento académico. Tesis de Licenciatura en Psicología. Universidad Argentina de la Empresa. Recuperado de <https://goo.gl/IAS9Pw>
- 39.** Lorenzo J. (2017). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. Tesis de Licenciatura en Psicología. Universidad Argentina de la Empresa. Recuperado de <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/6582/LORENZO.%20J.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 40.** Barraza, A. El estrés académico de los alumnos de Educación Media Superior. Memoria electrónica del VIII Congreso Nacional de Investigación Educativa, Hermosillo, México. 2005.

IX. ANEXOS

Anexo 1.

Solicitud de Permiso



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Tarapoto,..... de julio de 2021

Oficio S/N-2021-EPE/WSVS-SAMA.

Sra. Directora de la Escuela Profesional de Enfermería-Obstetricia

Presente.

Yo; William Samuel Vela Sangama y Solange Allisson Meza Acuña; Bachilleres de Enfermería, nos encontramos realizando el trabajo de investigación titulado: **“Estrés académico por el uso de aulas virtuales en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo-octubre 2021”**, para poder optar el título Profesional de Licenciada en Enfermería. Para lo cual solicitó autorización para poder aplicar el instrumento de manera virtual a los estudiantes de la Escuela de Enfermería por ser nuestra población de nuestro trabajo de investigación.

Seguros de contar con su generoso apoyo y atención a la presente; quedamos de Ud.

Atentamente;

.....
Bach. Enf. William Samuel Vela
Sangama
DNI: 70568470

.....
Bach. Enf. Solange Allisson Meza
Acuña
DNI: 77427069

Anexo 2.**Consentimiento Informado**

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Lugar y Fecha: _____

Por medio del presente documento acepto participar voluntariamente en el trabajo de investigación que lleva por título **“Estrés académico por el uso de aulas virtuales de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo-octubre 2021”**.

Asimismo, expreso que he sido informado que tendré que responder un cuestionario donde la información vertida en el instrumento será solo y exclusivamente para fines de la investigación en mención lo cual es confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de este estudio sin mi consentimiento.



**Firma del
participante**

N° DNI.

Anexo 3.

Instrumento de Investigación- Encuesta.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Presentación.

Buenos días, somos Bachilleres de Enfermería de la Universidad Nacional San Martín, nuestro nombre es: William Samuel Vela Sangama y Solange Allisson Meza Acuña, nos encontramos realizando un trabajo de investigación titulado: **“Estrés académico por el uso de aulas virtuales de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto mayo-octubre 2021”**. Para lo cual solicitamos su colaboración a través una respuesta sincera a las preguntas que a continuación se le presentan, expresándole que los datos son de carácter anónimo. Agradezco anticipadamente su participación en el estudio.

Datos Generales

- ❖ Edad _____
- ❖ Sexo _____
- ❖ Procedencia _____
- ❖ Ciclo _____

Variable Independiente: Estrés Académico

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

Dimensión: Demanda del entorno					
Ítems	1	2	3	4	5
1. Dificultad para escuchar las clases por ruidos externos.					
2. Problema de conexión a internet para entregar trabajos o tareas					
3. La carga académica ha aumentado con las clases virtuales y le dificulta adaptarse al aula virtual					
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).					
5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.).					
6. No entender los temas que se abordan en la clase.					
7. Las clases virtuales han afectado su salud mental					
Dimensión: Reacciones físicas					
8. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					
9. Fatiga crónica (cansancio permanente).					
10. Dolores de cabeza o migrañas					
11. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
12. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
13. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Dimensión: Reacciones psicológicas					
14. Inquietud, incapacidad de relajarse y estar tranquilo.					
15. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
16. Ansiedad, angustia o desesperación.					
17. Problemas de concentración.					
18. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad					
Dimensión: Reacciones comportamentales					
19. No puede organizarse bien.					
20. Aislamiento de los demás.					
21. Desgano para realizar las labores académicas					
22. Aumento o reducción del consumo de alimentos					