

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**Nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de
la Facultad Ciencias de la Salud Universidad Nacional de San Martín -
Tarapoto. Enero - junio 2021**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería

AUTORAS:

**Diana Stefany Medina del Castillo
Iris Raquel Souza Paredes**

ASESORA:

Lic. Enf. Mg. Flor Enith Leveau Barrera

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



**Nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de
la Facultad Ciencias de la Salud Universidad Nacional de San Martín -
Tarapoto. Enero - junio 2021**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería

AUTORAS:

**Diana Stefany Medina del Castillo
Iris Raquel Souza Paredes**

ASESORA:

Lic. Enf. Mg. Flor Enith Leveau Barrera

Tarapoto - Perú

2021

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto. Enero - junio 2021

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería

AUTORAS:

Diana Stefany Medina del Castillo

Iris Raquel Souza Paredes

ASESORA:

Lic. Enf. Mg. Flor Enith Leveau Barrera

Tarapoto – Perú

2021

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto. Enero - junio 2021

AUTORAS:

Diana Stefany Medina del Castillo

Iris Raquel Souza Paredes

Sustentada y aprobada el día 28 de octubre del 2021, ante el honorable jurado:

Obsta Dra. Evangelina Ampuero Fernández

Presidente

Lic. Enf. M.Sc. Luz Karen Quintanilla Morales

Secretaria

Lic. Mg. María Antonieta Del Águila Lozano

Vocal

Constancia de asesoramiento

La que suscribe el presente documento, hace constar:

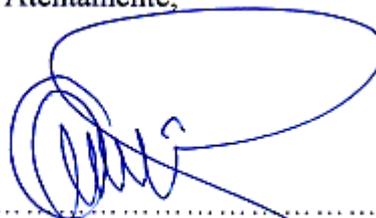
Que he revisado y bajo mi asesoramiento los señores Bachilleres en enfermería **Diana Stefany Medina del Castillo e Iris Raquel Souza Paredes** , han ejecutado el proyecto de investigación titulado:

Nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero- junio 2021.

La misma que encuentro conforme en estructura y contenido. Por lo que doy conformidad para los fines que estime conveniente.

Tarapoto, 28 de octubre del 2021.

Atentamente,



.....
Lic. Enf. Mg. Flor Enith Levean Barrera

Asesora

Declaratoria de autenticidad

Diana Stefany Medina del Castillo, con DNI N° 71695761 e **Iris Raquel Souza Paredes**, con DNI N° 70085143, bachilleres de la Escuela Profesional de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Martín, autoras de la Tesis titulada: **Nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero- junio 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, 28 de octubre del 2021.



Bach. Diana Stefany Medina del Castillo

DNI N° 71695761



Bach. Iris Raquel Souza Paredes

DNI N° 70085143

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:	Medina del Castillo Diana Stepany		
Código de alumno :	71695761	Teléfono:	943 189 306
Correo electrónico :	ds.mdc98@gmail.com	DNI:	71695761

(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 :	Nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín- Tarapoto. Enero - Junio 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



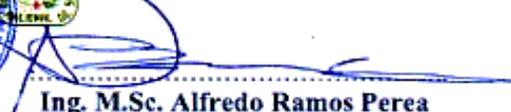
8. Para ser llenado en el Repositorio Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto de la UNSM - T.

Fecha de recepción del documento.

29/11/2021



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 monitorco, 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:	Souza Paredes Iris Raquel		
Código de alumno :	70085143	Teléfono:	951534341
Correo electrónico :	souzaparedesi@gmail.com	DNI:	70085143

(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 :	Nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto. Enero - junio 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*

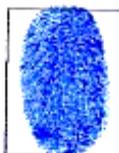
Para investigaciones que son de acceso abierto se les otorgó una licencia *Creative Commons*, con la finalidad de que cualquier usuario pueda acceder a la obra, bajo los términos que dicha licencia implica

<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.

29/11/2021



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

A Dios, por permitirme llegar a este momento tan especial en mi vida. Por los triunfos y los momentos difíciles que me han enseñado a valorarlo cada día más.

A mis queridos padres que han sido siempre el motor que impulsa mis sueños y esperanzas, quienes estuvieron siempre a mi lado en los días y noches más difíciles durante mis horas de estudio, hoy ser su orgullo me llega de alegría tras culminar uno de los logros más importantes para mí.

A mis abuelitos con mucho cariño, quienes son los pilares de mi vida, por la muestra de amor, atención, comprensión y apoyo incondicional a lo largo de mi vida.

Diana Stefany.

A mi querida madre Aura Luz Paredes Ruiz, quien con su amor, consejos y apoyo incondicional siempre estuvo ahí animándome a seguir adelante a pesar de los obstáculos.

A mi padre Hugo Souza Perez por animarme y apoyarme en cada momento.

A mi hermano Hugo Souza Paredes por su comprensión y apoyo incondicional.

Iris Raquel.

Agradecimiento

A Dios, por bendecirnos la vida, por guiarnos a lo largo de nuestra existencia, ser nuestro apoyo y fortaleza, brindándonos paciencia y sabiduría para culminar con éxito las metas que nos proponíamos.

A la Universidad Nacional de San Martín – Tarapoto, nuestra casa de estudios, por brindarnos las puertas al mundo universitario, a nuestra Escuela Profesional de enfermería y con ella a nuestras queridas docentes quienes que con sus enseñanzas brindadas a lo largo de nuestra formación académica egresamos profesionales en la salud eficaces en el ámbito laboral.

A la Lic. Enf. Flor Leveau Barrera como nuestra asesora de tesis, a la Lic. Enf. Mg. Karen Quintanilla Morales, a la Lic. Enf. Mg. María Antonieta Del Aguila Lozano y a la Dra. Evangelina Ampuero Fernandez como nuestros honorables jurados, por brindarnos su apoyo, paciencia, tiempo, dedicación y conocimientos científicos en el desarrollo de nuestro presente trabajo.

A los estudiantes de enfermería y obstetricia del 1° ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud de la UNSM-T, por habernos apoyado, colaborado y haber sido posible la ejecución de nuestro presente trabajo de investigación.

Las autoras.

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.....	5
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.....	26
V. DISCUSIÓN.....	31
VI. CONCLUSIONES.....	35
VII. RECOMENDACIONES.....	37
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	39
IX. ANEXOS.....	45

Índice de tabla

Tabla	Título	Pág.
1	Factores sociodemográficos de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021.	26
2	Nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. En su dimensión personal .	27
3	Nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio. En su dimensión interpersonal .	27
4	Nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio. En su dimensión carrera .	28
5	Nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. En su dimensión estudio .	29
6	Nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. En su dimensión institución .	29
7	Nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto. Enero - junio 2021.	30

Resumen

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero- junio 2021. Material y metodo: cuantitativo, prospectivo, descriptivo corte transversal. La muestra fue de 68 estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud-UNSM-T. Resultados: Los estudiantes que participaron en el estudio se encuentran entre las edades de 16 a 17 años de edad, el 85.3% son de sexo femenino, el 55.9% proceden de zonas rurales, el 60.3% viven con ambos padres. En la dimensión **personal** el 54.5% (18) de los estudiantes de enfermería del primer ciclo presentan un nivel medio de adaptación, De manera similar los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia presentan un nivel medio de adaptación con un 60.0% (21). En la dimensión **Interpersonal** el el 45.5% (15) de los estudiantes de enfermería del primer ciclo presentan un nivel medio de adaptación, de igual forma los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia presentan un nivel medio de adaptación con un 57.1% (20). Sin embargo, en la dimensión **Carrera** el 66.7% (22) de los estudiantes de enfermería del primer ciclo presentan un nivel alto de adaptación, De manera similar los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia presentan un nivel medio de adaptación con un 51.4% (18). En la dimensión **Estudio** el 54.5% (18) de los estudiantes de enfermería del primer ciclo presentan un nivel medio de adaptación, De manera similar los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia presentan un nivel medio de adaptación con un 54.3% (19). En la dimensión **Institucional** el 45.5% (15) de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermeria presentaron alto nivel de adaptación, de manera similar también presentaron un nivel alto de adaptación los estudiantes de la Escuela Profesional de Obstetricia. En conclusión, mas de la mitad de los estudiantes que participaron en el estudio se encuentran en un nivel medio de adaptación a la vida universitaria.

Palabras clave: Adaptación, Vida universitaria, estudiantes.

Abstract

The objective of this research work was to determine the level of adaptation to university life in students of the first cycle of the Faculty of Health Sciences. National University of San Martín-Tarapoto. January-June 2021. Material and method: quantitative, prospective, descriptive cross-sectional study. The sample was made up of 68 students of the first cycle of the Faculty of Health Sciences-UNSM-T. Results: The students who participated in the study are between 16 and 17 years old, 85.3% are female, 55.9% are from rural areas, 60.3% live with both parents. In the personal dimension, 54.5% (18) of the first cycle nursing students present an intermediate level of adaptation. Similarly, the first cycle students of the Professional School of Obstetrics present an intermediate level of adaptation with 60.0% (21). In the Interpersonal dimension, 45.5% (15) of the first cycle nursing students presented an intermediate level of adaptation; similarly, the first cycle students of the Professional School of Obstetrics presented an intermediate level of adaptation with 57.1% (20). However, in the Career dimension, 66.7% (22) of the first cycle nursing students present a high level of adaptation. Similarly, the first cycle students of the Professional School of Obstetrics present a medium level of adaptation with 51.4% (18). In the Study dimension, 54.5% (18) of the first cycle nursing students present an intermediate level of adaptation. Similarly, the first cycle students of the Professional School of Obstetrics present an intermediate level of adaptation with 54.3% (19). In the Institutional dimension, 45.5% (15) of the students of the Professional School of Nursing presented a high level of adaptation, and similarly the students of the Professional School of Obstetrics also presented a high level of adaptation. In conclusion, more than half of the students who participated in the study are at a medium level of adaptation to university life.

Key words: Adaptation, University life, students.



TÍTULO:

Nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero- junio 2021.

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Marco Conceptual

El proceso de adaptación de un estudiante ingresante a una casa superior de estudios en su primer etapa de carrera universitaria, es una transformación un tanto compleja ya que en su vida académica de nivel secundaria su práctica era un tanto diferente a la actual, los cambios de horarios, nuevas amistades, el reto de asumir el crecimiento personal y el mismo hecho de haber o no elegido correctamente una carrera universitaria; afecta de alguna u otra manera en su desempeño académico, personal o familiar y social, trayendo como consecuencias algunas veces la deserción académica; por no poder adaptarse a la vida universitaria (1).

Esta problemática no solo se presenta en nuestro país; toda vez que difiere la enseñanza universitaria de un país a otro, la formación universitaria tiene diferentes criterios de evaluar sus competencias del estudiante, es por ello que se evidencia mediante un examen de ingreso a la universidad y según su puntaje final es designado a la carrera profesional que eligió, consiguientemente es una realidad que le toca afrontar al estudiante su adaptación a la vida universitaria (1).

Ingresar a la universidad generalmente es visto por los estudiantes, sus familiares y amigos como una gran oportunidad, que en un primer momento implica fuertes cambios y que a futuro representa beneficios para quien cursa una carrera universitaria, en especial en el ámbito profesional y laboral; sin embargo, a pesar de la importancia que representa el ingreso a los estudios superiores, un gran número de estudiantes toman esta decisión de manera desinformada, sin realizar una reflexión seria sobre las razones que los llevan a elegir una carrera e institución (2).

En otros estudios se ha considerado a la adaptación con una conceptualización más amplia y distinta a la antes mencionada, estando el ajuste personal-emocional referido al grado de

distrés psicológico general y sus síntomas somáticos. Bajo esta premisa la relación entre autoestima y adaptación a la universidad ha sido demostrada (Salami, 2011), encontrándose que poseer una mejor autoestima fue más predictivo de una mejor adaptación personal-emocional en estudiantes de primera generación (Aspelmeier et al., 2012) y, también, fue predictivo de una disminución de la depresión y aumento de la adaptación académica y social (Friedlander, Reid, Shupak & Cribbie, 2007) (3).

1.2. Antecedentes

Borzzone M. (2017) realizó una investigación “Autoeficacia y vivencias académicas en estudiantes universitarios de Chile”, con el objetivo de analizar la relación entre las dimensiones de los instrumentos empleados, los participantes fueron 405 estudiantes de pregrado (51% mujeres y 49% hombres) de psicología, ingeniería y pedagogía de varias universidades de la ciudad de Concepción, los cuales habían completado al menos tres semestres académicos, su muestreo fue no probabilístico, los instrumentos que empleo fueron la Escala de autoeficacia en los comportamientos académicos (EACA) y el Cuestionario de experiencias académicas (QVA-R). Encontrando como resultado relaciones directas entre las dimensiones de ambos constructos, excepto en la autoeficacia académica y las dificultades personales, donde se encontró una relación inversa. Asimismo, se realizó el análisis de tres dimensiones canónicas que describían a los estudiantes de acuerdo con sus estudios universitarios: autoeficacia real vs. experiencia académica; estilo de comunicación y excelencia vs. estilo personal e interpersonal, y atención general vs. evaluación de los estudios y la institución (5).

Benevides A, De Almeida Z, De Andrade A, Siqueirade M. (2017), realizaron un trabajo de investigación titulado: “Relacionar las habilidades sociales (HS), expectativas académicas y la adaptación a la universidad de Brasil”. Participaron 177 estudiantes universitarios de instituciones públicas y privadas de varios cursos y períodos, edades que van de 17 a 44 años. Se utilizaron como instrumentos, el Inventario de Habilidades Sociales (IHS), el Cuestionario de Participación Académica (CPA), y el Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA-r). Los resultados demostraron una relación predictiva entre las puntuaciones totales de las habilidades sociales y expectativas académicas que explican en conjunto 4.8% de la Adaptación académica (6).

Álvarez A, Muñoz E. (2016), realizó un trabajo de investigación titulado: “Establecer la relación entre calidad del sueño y rendimiento académico en los estudiantes de Medicina de la Universidad de Cuenca-Ecuador”. Estudio transversal con una muestra de 246 estudiantes de la Facultad de Medicina. Se utilizó el cuestionario del índice de calidad de sueño percibido de Pittsburg (Royuela y Macías- 1997), y se obtuvo el record de notas del último bimensual para la evaluación del rendimiento académico. Los resultados identificaron que el 66,2% padece baja calidad de sueño, estando más presente en las mujeres (71%) que en los varones. Además, se identificó que los alumnos con un promedio académico “bueno”, presentan mala calidad de sueño (67%). En tal sentido, se identifica una relación entre la calidad de sueño de los estudiantes y el rendimiento académico ($X^2=4,595$, $gl=4$) (7).

Guillen D. (2019), realizó un trabajo de investigación titulado: “Adaptación socioacadémica en alumnos becarios de una Universidad Privada de Lima- Perú”. El objetivo de esta investigación fue analizar y describir la adaptación socioacadémica de alumnos becarios en una universidad privada. Se trabajó con 150 participantes, alumnos becados por el programa Beca 18, que se encuentran estudiando el segundo, tercer y cuarto ciclo de las diferentes carreras profesionales con las que cuenta la universidad seleccionada. Es un estudio no experimental descriptivo, se aplicó el Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA-r) (Márquez, Ortiz & Rendón, 2009) que está compuesto por 60 ítems divididos en 5 dimensiones: personal, interpersonal, carrera, estudio e institucional y reporta un índice de confiabilidad de .700. Las respuestas a los ítems se presentan en una escala Likert, donde 1 expresa desacuerdo total y 5 acuerdo total. Los resultados mostraron que los universitarios becados obtuvieron un nivel alto de adaptación socioacadémica en las dimensiones interpersonal, estudio e institucional. En las comparaciones realizadas con las distintas variables sociodemográficas se encontró que las mujeres presentan un nivel alto de adaptación socioacadémica. El mismo resultado se halla en los participantes procedentes de provincia, con mayor edad y pertenecientes a ciclos superiores (8).

Guerrero Y. (2018), realizo un trabajo de investigación titulado: “Adaptación a la Vida Universitaria y Ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una Universidad Particular-Lima Perú”. objetivo conocer la relación adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en estudiantes becarios de una Universidad particular, para lo

cual se utilizó el tipo de investigación descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 250 jóvenes de una Universidad Particular, cuyas edades oscilaron entre los 18 y 29 años, quienes fueron evaluados mediante el Cuestionario de Vivencias Académicas versión reducida (QVA-r) e Inventario de Autoevaluación de la ansiedad ante los exámenes (Idase). Los resultados dan cuenta de que existe relación negativa entre la ansiedad ante los exámenes y las dimensiones de adaptación universitaria: Interpersonal, Carrera, Estudio, Institucional. Por otro lado, existe relación positiva con la dimensión Personal. Asimismo, el nivel general de adaptación a la vida universitaria en estudiantes becarios, presentan un nivel promedio de adaptación a la vida universitaria en cuanto a la interacción de aspectos personales y contextuales; y en cuanto a los niveles de ansiedad ante los exámenes en estudiantes becarios, indica que los estudiantes presentan respuestas moderadas (9).

Rodríguez K. (2018), realizó un trabajo de investigación titulado: “Burnout académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de educación de una universidad de Trujillo”. El objetivo de la presente investigación fue determinar la relación entre burnout académico y la adaptación a la vida universitaria en una muestra de 175 estudiantes de primer año de las carreras de educación inicial, primaria y secundaria. Se empleó un muestreo probabilístico estratificado y los instrumentos utilizados para la medición de las variables fueron la adaptación de Pérez et al. (2012) del Inventario de Burnout de Maslach para estudiantes y la adaptación de Márquez, Ortiz y Rendón (2008) del cuestionario de vivencias académicas QVAr. Los resultados de la investigación mostraron que no existe relación significativa entre el burnout académico y la adaptación universitaria. No obstante, se encontró correlaciones débiles y moderadas entre algunas de las dimensiones de ambas variables. Se halló también un bajo nivel de burnout académico y un nivel promedio de adaptación universitaria (10).

Arellano I. (2018), realizó un trabajo de investigación titulado: “Influencia de la adaptación universitaria sobre la calidad de sueño en estudiantes de primer año de una universidad privada de Lima-Este”. La presente investigación tuvo el objetivo de determinar el grado de influencia de la adaptación universitaria sobre la calidad de sueño de los estudiantes del primer año de una universidad de Lima-Este. Para ello, se empleó el Cuestionario de Vivencias Académicas – versión reducida (qva-r) para evaluar la

adaptación a la vida universitaria y el Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh para evaluar la calidad de sueño, a una muestra de 255 estudiantes universitarios del primer año académico. Los resultados mostraron que la adaptación universitaria y sus dimensiones personal y estudios influyen significativamente sobre la calidad de sueño de los estudiantes de primer año de una universidad privada de Lima-Este (11).

1.3. Bases teóricas

Adaptación a la vida Universitaria

Es importante tener que teorizar los conceptos de adaptación a la vida universitaria para poder entender la variable a estudiar:

Según Beltrán y Torres, señalan: Aunque no existe consenso en cuanto a la definición de adaptación, la mayoría de los autores coinciden en comprenderla como la acomodación o ajuste a unas circunstancias; y, en el ámbito educativo, se define como el equilibrio existente entre las motivaciones y aptitudes del alumno, evidenciado en su comportamiento frente a las exigencias del contexto (12).

Así mismo, Beltrán y Torres manifiestan que la adaptación, además, puede ser integrativa, es decir, aquella que no sólo satisface las demandas presentes, sino que también facilita la solución de problemas posteriores, o no integrativa, en el sentido en que reduce la ansiedad de la situación actual, pero en el futuro puede generar mayor tensión. Así, la adaptación puede verse facilitada u obstaculizada por factores de diversa índole, cuya interacción incrementa la probabilidad de fracaso escolar y deserción (12).

Investigaciones recientes han mostrado que la adaptación a la vida universitaria puede ser comprendida mediante tres dimensiones fundamentales. En primer lugar, la dimensión personal, que involucra niveles adecuados de disciplina, planeación y manejo del tiempo, afrontamiento de nuevos métodos y rutinas académicas que demandan mayor exigencia y autonomía por parte de los estudiantes, así como construcción de la identidad y proyección de vida en función de los cambios socioculturales que condicionan la toma de decisiones y conllevan alteraciones en el estilo de vida (13).

Sin embargo; es imprescindible mencionar que el paso a la universidad constituye un elemento muy importante en el proyecto de vida del adolescente; puesto que evidencia una de las mayores aspiraciones y marca el inicio de su preparación para alcanzar una de las metas planteadas por los estudiantes el cual es insertarse en el mundo productivo (14).

El primer año de estudios universitarios se considera una etapa crucial ya que en esta se sientan las bases para que el inicio de la formación universitaria sea adecuado o de lo contrario se establecen pautas que desembocan en un desempeño mediocre durante la carrera universitaria o incluso llegar a la deserción escolar. Durante el proceso de adaptación se evidenciará los apoyos sociales, económicos y académicos con lo que el estudiante cuenta y la manera como los utiliza, así mismo se verá quienes no cuentan con dichos recursos y las estrategias para conseguirlos, por lo cual es probable no consigan la adaptación al ámbito universitario (9).

Beltrán y Torres definen la adaptación en el ámbito académico como aquel equilibrio que existe entre las motivaciones y aptitudes del alumno, ello se evidencia en su comportamiento frente a las exigencias del contexto (13).

El concepto de adaptación es una propuesta que se apoya en la sociología estructural constructivista desarrollada por Pierre Bourdieu para hacer evidente que el estudiante es capaz de establecer acciones específicas encaminadas a ingresar y permanecer en la universidad. Pero reconoce que cada sujeto cuenta con un habitus y con capitales culturales, sociales y económicos diferentes, que le pueden facilitar o dificultar su ingreso y permanencia. A la vez, el concepto de adaptación permite hacer consciencia de que el campo universitario establece reglas y que pueden ser diferentes en cada carrera e institución a los cuales se les entiende como contextos (16).

Dichos autores refieren que la vida universitaria genera desafíos a nivel académico e institucional ya que se le presenta nuevos sistemas de evaluación y enseñanza, además de toma de decisiones vocacionales y el aprovechamiento de los recursos que la universidad le ofrece, así mismo existirá nuevas formas de relacionarse con la familia, los profesores y sus compañeros quienes van a generar un proceso de consolidación de la identidad (17).

En este sentido se reconoce al estudiante como actor quien a partir de sus capitales e impulsado por su habitus es capaz de valorar las reglas que el campo universitario establece en un contexto determinado. A partir de dicha valoración despliega las estrategias que más satisfagan sus intereses. Es importante mencionar que estas estrategias pueden ser más efectivas en la medida que el estudiante conoce las reglas del campo universitario lo que le permite un mayor grado de consciencia sobre sus propias acciones (18).

Durante la interacción entre estudiante y campo universitario se establece una relación dialéctica, en la que los capitales y los habitus del estudiante visto como actor colectivo contribuyen a caracterizar al campo universitario. A la vez el campo universitario se convierte en un espacio que establece reglas, pero también ofrece capitales y un habitus específico que al adquirirlos permitirá al estudiante convertirse en un profesionalista específico (18).

En principio, la idea de adaptación no se opone al proceso de afiliación desarrollado por Coulon, ni al concepto de integración planteado por Dubet, al contrario, se reconoce que los alumnos deben pasar por un proceso a través del cual se convierten en estudiantes y al mismo tiempo que se deben integrar a una estructura que facilita o dificulta el proceso. Sin embargo, en ambos casos se requiere que el estudiante establezca acciones concretas para adaptarse al nuevo contexto, pero parece que las acciones de adaptación pasan desapercibidas o en el mejor de los casos son sólo señaladas (18).

El concepto de adaptación hace evidentes las acciones que el estudiante establece para responder a las exigencias universitarias y que le permiten integrarse o afiliarse a la universidad. De esta manera al hablar de adaptación se pueden traer a la reflexión aquellas acciones académicas, escolares, sociales y personales que el estudiante debe realizar para ingresar y permanecer en la universidad. Además, hace visibles los apoyos sociales, económicos y académicos con los que cuenta y cómo los utiliza. También permite hacer evidente que algunos estudiantes carecen de ciertos recursos y las estrategias que establecen para conseguirlos (18).

Atendiendo a lo dicho en el párrafo anterior, los conceptos desarrollados por Bourdieu y el de adaptación utilizados en este trabajo, no deben ser entendidos como parte de una teoría reproductivista, que niega al estudiante su capacidad de agencia, sino al contrario, son

herramientas teóricas que reconocen al estudiante como actor capaz de establecer estrategias encaminadas al dar respuesta a las exigencias que el campo establece para obtener los capitales que ofrece (19).

En resumen, el concepto de adaptación apoyado en los conceptos de habitus, capital y campo de Bourdieu, permite identificar cómo los estudiantes echan mano de sus recursos personales y sociales para responder a las exigencias que la universidad y a los contextos que cada carrera establece. Además, permite identificar cómo la suma de las características individuales de los estudiantes y sus acciones los convierten un agente colectivo capaz de dar forma y caracterizar a la universidad misma (19).

El estudio de las trayectorias escolares y la adaptación a la universidad

El proceso de adaptación a la universidad se puede abordar desde el enfoque del curso de vida, que entiende a los estudiantes como sujetos y reconoce que existen una gran cantidad de factores que intervienen en sus vidas y por consiguiente influirán en su trayectoria escolar (de Garay, 2004), este enfoque permite identificar la manera como ciertos eventos en la vida de los estudiantes facilitan o dificultan su proceso de adaptación a la universidad. Algunos autores se han apoyado en el enfoque de curso de vida para “analizar cómo los eventos históricos, y los cambios económicos, sociales, demográficos y culturales moldean y configuran tanto las vidas individuales como los agregados poblacionales o cohortes generacionales” (20).

Este enfoque, que ha sido utilizado mayormente en estudios de tipo demográfico, se sustenta en tres conceptos básicos: 1) la trayectoria: que se refiere a una línea de vida o carrera, a un camino a lo largo de toda la vida, que puede variar y cambiar en dirección, grado y proporción, de esta manera las trayectorias se pueden entender como una perspectiva de largo plazo y abarcan distintos aspectos como el trabajo, la educación, migración etc., éstos a su vez están interrelacionados; 2) la transición: hace referencia a los momentos de cambio en la trayectoria de los sujetos, durante las transiciones se asumen nuevos roles y responsabilidades, aunque su ocurrencia no está determinada y puede variar en cada sujeto ciertas transiciones tienen mayores probabilidades de ocurrir en momentos específicos debido a que a nivel cultural y social se generan ciertas expectativas en torno a

la edad, por ejemplo entradas y salidas del sistema educativo, el matrimonio, etc.; 3) los puntos de inflexión o cambios significativos: que se entienden como fuertes cambios de carácter repentino en la vida de los individuos, a diferencia de las trayectorias y las transiciones que pueden presentar cierto grado de previsibilidad y generalización social, estos son más bien inesperados y de carácter individual, por lo que su identificación sólo puede darse de manera retrospectiva (20).

Existen cinco principios en los que se sustenta el enfoque del curso de vida: 1) El principio del desarrollo a lo largo del tiempo que permite una visión de largo plazo; 2) El principio de tiempo y lugar que sitúa a los sujetos en un contexto espacial y temporal determinado por el que son influidos y que brinda a los sujetos ciertas características generales aunque no homogéneas; 3) El principio de sincronización que permite identificar si los momentos en que ocurren las transiciones de un sujeto se dan de manera temprana o tardía en comparación con el general de las personas; 4) El principio de vidas interconectadas, que contempla la interdependencia de las vidas humanas; y 5) El principio del libre albedrío que reconoce en los sujetos la posibilidad de tomar decisiones de manera individual para modelar sus vidas, aunque estas decisiones se dan en un contexto socio-histórico que a la vez brinda y limita ciertas oportunidades (20).

Lo planteado en los párrafos anteriores permite entender que a lo largo de su curso de vida los sujetos enfrentan diferentes cambios, en especial durante los momentos de transición y los puntos de inflexión, y estos cambios requieren de un proceso de adaptación para que el sujeto sea capaz de enfrentar las demandas que le exigen las nuevas condiciones. De esta manera la transición a la universidad representa un proceso de adaptación que el estudiante entendido como sujeto habrá de hacer frente. Para el caso de las trayectorias escolares y en particular en el aspecto de la adaptación a la universidad, la perspectiva del curso de vida es especialmente útil, pues permite entender a los estudiantes insertos en un contexto histórico-social que los influye, pero a la vez reconoce aspectos coyunturales y características individuales que les brindan circunstancias diferentes y particulares ante los mismos sucesos sociales (21).

Iniciar una carrera universitaria representa una transición que generalmente se da en un momento que coincide con algunas otras transiciones importantes en el curso de vida de

las personas, en concreto la transición a la vida adulta, mencionan que el proceso de transición de la juventud a la adultez se compone por cinco eventos: la salida de la escuela; la obtención del primer empleo; salida del hogar; primera unión; y nacimiento del primer hijo. (22).

Una de las primeras investigaciones que se sustentaron en el enfoque del curso de vida la realizó Muñiz (1997), quien analizó el proceso de deserción en la Universidad Autónoma Metropolitana tomando en cuenta cómo influyó en las trayectorias escolares la crisis económica que vivió el país durante 1982 provocada por la caída de los precios del petróleo y sus consecuentes medidas de ajuste que afectaron los salarios reales de la población y el ritmo de crecimiento del empleo, lo que trajo como consecuencias que muchas familias tuvieron que incrementar los esfuerzos para cumplir sus necesidades. La autora plantea que ante esta situación muchos jóvenes tuvieron que dejar la escuela o postergar sus estudios (21).

Dimensiones de la adaptación a la vida universitaria

Según Almeida divide la adaptación en 5 grandes dimensiones.

1.- Dimensión dificultades personales:

Existen factores personales, familiares y del entorno universitario que intervienen en la adaptación a la vida universitaria. Dentro de los factores personales se encuentra la salud mental. Ingresar a la universidad implica obligaciones y responsabilidades que para muchos puede ser una situación estresante. Se observa con frecuencia los estudiantes universitarios presentan problemas que afectan su bienestar y les impide una adaptación adecuada, entre ellas se encuentran la alta prevalencia de sintomatología ansiosa relacionada con el estrés académico, agotamiento mental, trastornos alimentarios, ideación suicida, uso abusivo de alcohol y otras sustancias (23).

- a. Bienestar físico:** Se da cuando la persona siente que ninguno de sus órganos o funciones está menoscabado; el cuerpo funciona eficientemente y hay una capacidad física apropiada para responder ante diversos desafíos de la actividad

vital de cada uno. Así mismo; un estudio realizado en Perú reveló que cerca del 80% de los estudiantes evaluados mencionaron que su salud es "buena o muy buena" (24).

- ✓ **Cansancio:** El cansancio puede definirse como una sensación física, mental, o ambas, de falta de energía.
- ✓ **Somnolencia:** se define como aquella pesadez y torpeza de los sentidos motivados por el sueño. El sueño es importante en el ser humano puesto que ocupa la tercera parte de la vida. Sin embargo, en el estudio realizado por Arellano se aprecia que la gran mayoría de estudiantes merece atención y tratamiento médico (41%) lo cual identifica un problema clínicamente significativo que podría provocar complicaciones en su salud; además una encuesta de jóvenes peruanos a nivel nacional mostró que el 55.1% de jóvenes entre 20 y 24 años y el 53.2% de entre los 25 y 29 años reportó cambios en el ritmo de sueño, siendo esto mayor en las mujeres (25).
- ✓ **Debilidad:** Se entiende como debilidad a la falta de vigor físico, energía.
- ✓ **Ejercicio físico:** El ejercicio físico es aquella actividad física recreativa, realizada en momentos de tiempo libre, ya sea fuera del trabajo o actividad laboral. La práctica deportiva, proporciona un óptimo estado físico, mejora la función mental y la sensación de bienestar, y contribuye a la estabilidad emocional. Todo ello como consecuencia de la liberación de las endorfinas, previniendo enfermedades físicas y emocionales. Por este motivo, la universidad debe promover en sus programas curriculares la inclusión de actividades deportivas y artísticas (24).

b. Bienestar psicológico:

- ✓ Inestabilidad emocional: Se refiere a los cambios en el estado de ánimo
- ✓ Confusión y desorientación
- ✓ Pesimismo

- ✓ Desconfianza en sí mismo
- ✓ Soledad
- ✓ Tristeza
- ✓ Dificultad para tomar decisiones

2.- Dimensión relaciones interpersonales:

Durante la adolescencia se producen cambios importantes en la forma en que se establecen las relaciones interpersonales con los pares, buscando, principalmente, un confidente para compartir las dificultades. Este compañero pasa a sostener y ayuda a avanzar y, al mismo tiempo, resulta ser fundamental porque aún no se está seguro de sí mismo. Tinto refiere que un estudiante que posee un grupo de amistades y que además participa de actividades extracurriculares se sentirá integrado a la universidad, lo que sería un factor favorable para que no abandone la universidad (26).

- a. Relación con pares en general:** En este indicador se encuentra las habilidades de relacionamiento con sus compañeros de estudio, se evalúa si el estudiante hace amistades con facilidad, si se encuentra poco acompañado por sus compañeros, además si los consideran importantes para su crecimiento personal.
- b. Relaciones significativas:** Este indicador evalúa aspectos como el establecimiento de buenas relaciones entre compañeros, las dificultades para entablar relaciones cercanas, estables y duraderas.
- c. Involucramiento en actividades extracurriculares:** Se entiende por “extracurriculares” a las actividades estructuradas y no estructuradas a las cuales los estudiantes tienen acceso dentro del ámbito universitario, que no son parte de los procesos de instrucción formal de la institución educativa, y que sin embargo influyen en el desarrollo global de los estudiantes, fomentando la adquisición de habilidades cognitivas y sociales en sus participantes (27).

Es importante el involucramiento de los estudiantes en programas que ofrece la universidad para el desarrollo de habilidades sociales. Existe diversos programas

extracurriculares que ofrece la universidad entre ellos está, danza, canto, deportes, coros, teatro, entre otros. En este indicador se evalúa si el estudiante toma la iniciativa para invitar a sus amigos a salir y a compartir con sus compañeros fuera de clase.

3.- Dimensión valoración de la carrera:

Evalúa la adaptación al pregrado; en el cual se evalúa aspectos como las notas de los estudiantes, si ellos consideran que están logrando los resultados que se proponen al inicio del curso; y la adaptación al proyecto vocacional en el cual se evidencia si el estudiante presenta vocación a la carrera que ha elegido estudiar y aquellas perspectivas que los estudiantes tienen sobre la carrera (28).

- a. Adaptación al pregrado:** Este indicador evalúa si el estudiante ha obtenido buenas notas, lo cual permitirá que avance en la carrera que está cursando, además evalúa el compromiso que tiene a dicha carrera. Esto debido a que los estudiantes que no logran obtener los resultados que se plantearon presentan sentimientos de frustración.
- b. Adaptación al proyecto vocacional:** Aquí se evalúa si el estudiante presenta capacidades y vocación para el área profesional que ha elegido y si sus gustos personales fueron decisivos para que elija su carrera.
- c. Perspectivas de la carrera:** en este indicador se evalúa si el nuevo estudiante se siente o no decepcionado de la carrera que está estudiando. Evalúa la percepción del estudiante respecto a si la carrera le permitirá desarrollarse personal y profesionalmente, además del deseo de culminar sus estudios universitarios.

4.- Dimensión estrategias de estudio

La cual evalúa las competencias de estudio, los hábitos de estudio, organización del tiempo además del uso de la biblioteca y otros recursos de aprendizaje (28).

- a. **Organización del tiempo:** Se evalúa la capacidad que tiene el estudiante para organizar su tiempo puesto que es un factor predictor para un buen desempeño académico. Además del establecimiento de prioridades en las actividades en las que invierten su tiempo.
- b. **Uso de la biblioteca**
- c. **Uso de otros recursos de aprendizaje:** Otro recurso de aprendizaje es la organización de información, la toma de apuntes en clase, así como la puntualidad.

5.- Dimensión valoración hacia la institución:

La institución debe ofrecer al estudiante las herramientas necesarias para una adecuada integración académica, por ejemplo, la dotación de material bibliográfico y otros servicios como el de orientación al estudiante, y espacios como comedor universitario, entre otros.

- a. **Intereses hacia la institución:** Evalúa si el estudiante muestra interés por la universidad.
- b. **Deseos de continuar los estudios** en la universidad en la que se encuentra actualmente.
- c. **Conocimiento** sobre la calidad de los servicios y estructuras

Dificultades en el proceso de adaptación a la vida universitaria

Según Painepán; las dificultades que pueden presentarse en el primer año de estudios universitario son los siguientes:

- ✓ **Presión por la carga académica o ritmo de estudio:** Esto hace referencia a que a pesar de que los estudiantes se muestren con las mejores intenciones en su aprendizaje, sobre todo durante el primer año de estudios se obtengan notas muy bajas o se tengan que enfrentar a la reprobación de algún curso y experimentar el sentimiento de frustración que esto causa en el estudiante. Por ello los estudiantes deben asimilar que la presión académica es fuerte y permanente durante el tiempo que se encuentren en la universidad.

- ✓ **Dudas vocacionales, intención de cambiarse o de abandonar la carrera:** De acuerdo a una investigación nacional la causa más frecuente en la deserción de los estudiantes universitarios durante el primer año son los problemas vocacionales, ya que en un principio no contaron con los recursos necesarios que le permitan conocer la carrera a la cual ingresarán., encontrándose después una realidad que pueda no ser la que ellos buscaban.
- ✓ **Malestar emocional o físico en la participación en las actividades universitarias:** Es fundamental recurrir a los servicios de salud, puesto que a veces durante este proceso de adaptación pueden surgir en el estudiante síntomas físicos o psicológicos que pueden afectar el desempeño del estudiante por lo cual requieren de ayuda especializada.

Consecuencias de la inadecuada adaptación a la vida universitaria

- ✓ **Abandono o deserción:** Según diversas investigaciones el abandono es el resultado de una interacción de factores personales e institucionales. La deserción es aquella suspensión definitiva o temporal ya sea voluntaria o forzada del ambiente universitario, la cual puede darse por distintas modalidades como: abandono de la carrera, abandono de la universidad y abandono del sistema de educación superior (28).

Tipos de deserción: (29).

a. En cuanto al tiempo:

- ✓ **Deserción precoz:** Cuando el estudiante habiendo ingresado mediante un examen a la universidad, no realiza su matrícula.
- ✓ **Deserción temprana:** Hace referencia cuando el estudiante abandona la carrera en los primeros cuatro semestres de estudio.
- ✓ **Deserción tardía:** Aquí se encuentran aquellos estudiantes que abandonan la carrera cursando los últimos seis semestres de estudio.

b. En cuanto al entorno o espacio:

- ✓ **Deserción institucional:** Cuando el estudiante abandona la universidad.

- ✓ **Deserción interna o del programa académico:** Aquí se incluyen aquellos estudiantes que cambian de carrera a otra que ofrece la misma universidad en la que se encuentran estudiando.

Situación de deserción en el Perú

Uno de los problemas más grandes que afronta la mayoría de las universidades y demás instituciones de educación superior en América Latina es la deserción estudiantil, según varios estudios existe un gran número de estudiantes que no logra culminar con éxito sus estudios universitarios, debido a ello algunos países han comenzado a plantear estrategias para mantener a sus estudiantes en la universidad sobre todo durante los primeros años de estudio (30).

En el Perú, esta tasa alcanza un valor entre 17 y 20%; además según estudios revelan que entre 40 y 50 mil jóvenes abandonan sus estudios universitarios al año, esto conlleva a grandes pérdidas monetarias a la familia. De este grupo el 75% corresponde a universidades privadas y el 25% restante a universidades públicas. Otro dato relevante es que 46 de cada 100 estudiantes inician la carrera universitaria sin haber recibido la información suficiente (31).

Un estudio realizado por Logros.edu.pe refiere que las cifras de deserción universitaria en el Perú crecen cada año, calculando un costo aproximado de 200 millones de dólares en los últimos dos años. El monto invertido (y perdido) por los padres de familia en pensiones de estudios universitarios en el 2004 fue aproximadamente de 93 millones de dólares. Mientras que en el año 2005 se perdió más de 100 millones de dólares (32).

1.4. Justificación

Este proceso de adaptación además trae consigo algunos efectos perjudiciales en la salud de los estudiantes, ya que ellos al ingresar a la vida universitaria, son sometidos a

evaluaciones, trabajos, exposiciones y a un cronograma limitado que se les da para cumplir con las competencias, lo que conlleva a dificultades en la concentración, nerviosidad, insomnio, problemas en los hábitos alimenticios, por lo que es de suma importancia una adecuada adaptación del estudiante a la vida universitaria, donde los integrantes de su entorno (los docentes, compañeros y la familia) juegan un rol importante, toda vez que son de apoyo en su identidad y sobre todo en el soporte emocional (4).

El presente estudio será beneficioso para todos los profesionales de la salud que se dedican a la investigación, con la finalidad de generar conocimientos renovados y confidencial respecto a la variable de adaptación a la vida universitaria; así como el comportamiento de los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Martín.

Del mismo modo; beneficiará a los estudiantes universitarios con problemas de adaptación a la vida universitaria, toda vez; que a partir del trabajo de investigación realizado se recomendará fortalecer el acompañamiento de los tutores dentro de su formación académica, permitiendo contar con un adecuado soporte ante los distintos cambios emocionales que enfrentan propios de la etapa de desarrollo que afrontan en la actualidad.

El presente trabajo de investigación tiene como relevancia social; porque permitirá a las autoridades de nuestra casa superior de estudios, ya que podrán ejecutar acciones de intervención necesarias, y por ende abordar de forma apropiada posibles conflictos a nivel socioemocional ligados a la variable estudiada.

Finalmente, los resultados beneficiaran a las escuelas de la facultad de ciencias de la salud de la Universidad Nacional de San Martín, entre ellas la Escuela Profesional de Enfermería y Obstetricia, las cuales evidenciaran la problemática encontrada en el grupo de estudiantes de cursos generales, así mismo propiciarán el empleo de estrategias que favorezcan la integración del estudiante y su identificación con su carrera, es decir fortalecer la vocación a las carreras de ciencias de la salud, con el fin de disminuir la deserción estudiantil en los primeros meses de estudio, ya que se ha evidenciado que la mayor cantidad de desaprobados se da en el primer año de estudios.

1.5. Problema

¿Cual es el nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero-Junio 2021?

II. OBJETIVOS

2.1. Objetivo General

Determinar el nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021.

2.2. Objetivos Específicos

- 1.** Determinar los factores sociodemográficos de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021.
- 2.** Determinar el nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. En su dimensión personal.
- 3.** Determinar el nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. En su dimensión interpersonal.
- 4.** Determinar el nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. En su dimensión carrera.
- 5.** Determinar el nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. En su dimensión estudio.

6. Determinar el nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. En su dimensión institución.

2.3. Hipótesis de Investigación

El nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto Enero - junio 2021, es bajo.

2.4. Sistemas de Variables

- **Univariable:** Nivel de adaptación a la vida universitaria

2.4.1. Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Nivel de adaptación a la vida universitaria	<p>ADAPTACIÓN: Se define como el equilibrio existente entre las motivaciones y aptitudes del alumno, evidenciado en su comportamiento frente a las exigencias del contexto.</p> <p>VIDA UNIVERSITARIA: Márquez y autores definen vida universitaria como desafíos que involucran aspectos académicos e institucionales referidos a nuevos sistemas de evaluación y de enseñanza, pero también aquellos relacionados a la toma de decisiones vocacionales, el aprovechamiento de los recursos que ofrece la institución y las nuevas formas de relacionarse con la familia, los profesores y los pares, quienes generan el proceso de consolidación de la identidad y la necesidad de afrontamiento efectivo.</p>	Es el equilibrio existente entre las motivaciones y aptitudes del alumno, evidenciado en su comportamiento frente a las exigencias del contexto, enfrentándose a los desafíos académicos e institucionales referidos al proceso de enseñanza aprendizaje, así como a la toma de decisiones, en las dimensiones personal, interpersonal, carrera, estudio e institucional el cual será medido con un cuestionario cuyo valor final será alto, medio y bajo	Personal:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Bienestar físico ✓ Bienestar Psicológico 	<p>Nominal</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Alto 2. Medio 3. Bajo
			Interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Relación con pares en general. ✓ Relaciones significativas. ✓ Involucramiento en actividades extracurriculares 	
			Carrera	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Adaptación al pregrado ✓ Adaptación al proyecto vocacional. ✓ Perspectivas de la carrera. 	
			Estudio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hábitos de estudio. ✓ Organización del tiempo. ✓ Uso de la biblioteca. ✓ Uso de otros recursos de aprendizaje. 	
			Institucional	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Intereses hacia la institución. ✓ Deseos de continuar los estudios ✓ Conocimiento y percepciones sobre la calidad de los servicios y estructuras existentes. 	

III. MATERIAL Y MÉTODOS

3.1. Tipo de Estudio

El presente estudio fue cuantitativo, prospectivo, descriptivo corte transversal, porque permitió la medición de la variable a estudiar.

3.2. Diseño de Investigación

El diseño utilizado en la presente investigación fue de diseño descriptivo simple, cuyo esquema fue el siguiente:



Donde:

M: Representó la muestra. (Todos los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto)

O: Representó la variable. (Nivel de adaptación a la vida universitaria).

3.3. Universo, Población y Muestra

Universo

El universo estuvo conformado por todos los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto.

Población

La población estuvo conformada por conformada por:

Carrera Profesional	Número de estudiantes del 1er ciclo
Enfermería	33
Obstetricia	35
Total	68

68 estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. (Fuente: Oficina de Asuntos académicos de la UNSM-T.)

Muestra

La muestra estuvo conformada por el 100% de la población estudiada que asciende a 68 estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021.

3.3.1. Criterios de inclusión

Se tuvo en cuenta los siguientes criterios de inclusión:

- ✓ Estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud, del primer ciclo que estuvieron matriculados en el semestre correspondiente 2021-I.
- ✓ Estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud, del primer ciclo, que desearon participar en la presente investigación voluntariamente

3.3.2. Criterios de exclusión

Los criterios de exclusión fueron los siguientes:

- ✓ Estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud, del primer ciclo, que no desearon participar en la presente investigación.
- ✓ Estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud, del primer ciclo, que desearon retirarse a media encuesta.

3.4. Procedimientos

Para realizar el estudio se siguió el siguiente procedimiento:

- ✓ Se elaboró el proyecto y se presentó ante la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNSM-T.
- ✓ Posteriormente, La Facultad se nos asignó nuestra asesora de tesis para su acompañamiento en el desarrollo del proyecto a investigar.
- ✓ Obteniendo la constancia de asesoramiento por parte de nuestra asesora, se presentó el proyecto de tesis ante la Facultad para la designación del jurado y posterior revisión y aprobación correspondiente.
- ✓ Al haber sido aprobado el proyecto de investigación, se emitió una solicitud de permiso dirigida a la Dirección de Escuela de Obstetricia y Enfermería, para acceder a aplicar el instrumento de investigación de manera virtual.
- ✓ Seguidamente se procedió a la recolección de datos del estudio, según definición de población y muestra.
- ✓ Posteriormente se procedió a la organización, análisis e interpretación de nuestros resultados y su respectiva formulación de los cuadros estadísticos.
- ✓ Se elaboró el informe de tesis para su aprobación del jurado de tesis
- ✓ Finalmente se procedió con la sustentación de la tesis.

3.5. Métodos de Instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de datos se utilizó el cuestionario validado de vivencias académicas en su versión reducida (OVA - r) del trabajo de investigación de Vidal Y. titulado: Nivel de adaptación a la vida universitaria de estudiantes de ciencias de la salud ingresantes a la escuela de estudios generales de una universidad pública. Lima. 2018, Para determinar la confiabilidad del instrumento el autor del instrumento aplicó una prueba piloto a 10

estudiantes en la misma Escuela de Estudios Generales de Ciencias de la Salud y se determinó con el coeficiente de confiabilidad de Alfa de Cronbach usando el paquete estadístico SPSS en el cual el resultado obtenido fue de 0.923, por lo que se concluye que el instrumento es confiable (34).

Así mismo; las respuestas de cada uno de los ítems se presentaron en una escala tipo Likert de 5 puntos, de la siguiente manera:

La medición del cuestionario constó de cuatro valores tipo escala likert:

Totalmente en acuerdo	Bastante en acuerdo	Algunas veces de acuerdo y otras en desacuerdo	Muy en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
1	2	3	4	5

Los puntajes asignados a cada pregunta para medir el grado de nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - Junio 2021, será de 1 a 5 puntos.

Las dimensiones fueron categorizadas de la siguiente manera:

DIMENSIÓN	PUNTAJE
Personal	Bajo (De 11 a 26 puntos) Medio (De 27 a 41 puntos) Alto (De 42 a 55 puntos)
Interpersonal	Bajo (De 11 a 26 puntos) Medio (De 27 a 41 puntos) Alto (De 42 a 55 puntos)
Carrera	Bajo (De 10 a 23 puntos) Medio (De 24 a 36 puntos) Alto (De 37 a 50 puntos)
Estudio	Bajo (De 10 a 28 puntos) Medio (De 29 a 44 puntos) Alto (De 45 a 60 puntos)
Institucional	Bajo (De 6 a 14 puntos) Medio (De 15 a 22 puntos) Alto (De 23 a 30 puntos)

Y como puntaje total se tuvo en cuenta:

ESCALA LICKERT	PUNTAJE
Adaptación Total	Bajo (De 50 a 117 puntos)
	Medio (De 118 a 184 puntos)
	Alto (De 185 a 250 puntos)

3.6. Plan de Tabulación y Análisis de datos

Para el procesamiento y análisis de datos, se diseñó una base de datos en Excel 2016 y SPSS v24, que permitió la elaboración de tablas y de ser necesario gráficos, utilizando la estadística descriptiva como: frecuencia, porcentaje y tablas simples para presentar los resultados.

3.7. Aspectos éticos:

Hoy en día y debido a que en el pasado se ha utilizado la investigación para lograr avances en el conocimiento científico sin pensar en proteger a las personas que participaban, se ha adoptado una serie de principios con el fin primordial de proteger los derechos y la seguridad de las personas que participan en una investigación. Se tiene como base tres principios éticos fundamentales: Autonomía, Beneficencia y Justicia., los cuales deben ser considerados y aceptados por todos los que tengan que ver con la actividad de investigación en humanos.

Además, para poder realizar la investigación en seres humanos, es necesaria la obtención del consentimiento informado, que protege el derecho de cada individuo a elegir libremente su participación en un estudio, luego de haber sido informado de los objetivos, que hará, los riesgos y beneficios de la investigación.

IV. RESULTADOS

Tabla 1. Factores sociodemográficos de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín -Tarapoto. Enero - junio 2021.

Factores sociodemográficos	Enfermería		Obstetricia		Total	
	fi	%	fi	%	fi (n=68)	%
Edad						
De 16 a 17 años	19	57.6	14	40.0	33	48.5
De 18 a 19 años	12	36.4	17	48.6	29	42.6
> de 20 años	2	6.1	4	11.4	6	8.8
Sexo						
Masculino	4	12.1	6	17.1	10	14.7
Femenino	29	87.9	29	82.9	58	85.3
Procedencia						
Urbano	18	54.5	12	34.3	30	44.1
Rural	15	45.5	23	65.7	38	55.9
¿Con quien vive actualmente						
Con ambos padres	22	66.7	19	54.3	41	60.3
Solo con uno de los dos	5	15.2	9	25.7	14	20.6
Con abuelos	0	0.0	2	5.7	2	2.9
Otros	6	18.2	5	14.3	11	16.2

Fuente: Elaboración propia de la investigación.

En la tabla 1, podemos observar que del 100% de la población estudiada el 48.5% de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, se encuentran entre las edades de 16 a 17 años de edad, el 85.3% son de sexo femenino, el 55.9% proceden de zonas rurales, el 60.3% viven con ambos padres.

Tabla 2. Nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. En su dimensión **personal**.

NIVEL DE ADAPTACIÓN En su dimensión personal.	ENFERMERÍA		OBSTETRICIA		TOTAL	
	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo (De 11 a 26 puntos)	6	18.2	3	8.6	9	13.2
Medio (De 27 a 41 puntos)	18	54.5	21	60.0	39	57.4
Alto (De 42 a 55 puntos)	9	27.3	11	31.4	20	29.4
TOTAL	33	100	35	100	68	100

Fuente: Elaboración propia de la investigación.

En la tabla 2, podemos observar que del 100% de los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería el 54.5% (18) presentan un nivel de adaptación medio sobre la dimensión personal, seguido de un 27.3% (9) presentan alto nivel de adaptación y solo un 18.2% (6) presentan bajo nivel de adaptación. Mientras que en los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia presentan un nivel de adaptación según dimensión personal medio con un 60.0% (21), seguido de un 31.4% (11) nivel alto de adaptación, finalmente un 8.6% (3) presentan bajo nivel de adaptación.

Tabla 3: Nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. En su dimensión **interpersonal**.

NIVEL DE ADAPTACIÓN En su dimensión Interpersonal.	ENFERMERÍA		OBSTETRICIA		TOTAL	
	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo (De 11 a 26 puntos)	7	21.2	5	14.3	12	17.6
Medio (De 27 a 41 puntos)	15	45.5	20	57.1	35	51.5
Alto (De 42 a 55 puntos)	11	33.3	10	28.6	21	30.9
TOTAL	33	100	35	100	68	100

Fuente: Elaboración propia de la investigación

En la tabla 3, podemos observar que del 100% de los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería el 45.5% (15) presentan un nivel de adaptación medio sobre la dimensión Interpersonal, seguido de un 33.3% (11) presentan alto nivel de adaptación y solo un 21.2% (7) presentan bajo nivel de adaptación. Mientras que en los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia según dimensión Interpersonal presentan nivel de adaptación medio con un 57.1% (20), seguido de un 28.6% (21) nivel alto de adaptación, finalmente un 14.3% (5) presentan bajo nivel de adaptación.

Tabla 4. Nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio. En su dimensión **carrera**

NIVEL DE ADAPTACIÓN En su dimensión Carrera.	ENFERMERÍA		OBSTETRICIA		TOTAL	
	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo (De 10 a 23 puntos)	3	9.1	6	17.1	9	13.2
Medio (De 24 a 36 puntos)	8	24.2	11	31.4	19	27.9
Alto (De 37 a 50 puntos)	22	66.7	18	51.4	40	58.8
TOTAL	33	100	35	100	68	100

Fuente: Elaboración propia de la investigación.

En la tabla , podemos observar que del 100% de los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería el 66.7% (22) presentan un nivel de adaptación alto sobre la dimensión carrera, seguido de un 24.2% (8) presentan nivel medio y solo un 9.1% (3) presentan nivel bajo sobre de adaptación. Mientras que en los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia el 51.4% (18) presentan un nivel alto de adaptación según dimensión carrera, seguido de un 31.4% (11) presentan nivel medio de adaptación, finalmente un 17.1% (6) presentan nivel bajo de adaptación.

Tabla 5. Nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. En su dimensión **estudio**.

NIVEL DE ADAPTACIÓN En su dimensión Estudio.	ENFERMERÍA		OBSTETRICIA		TOTAL	
	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo (De 10 a 28 puntos)	6	18.2	7	20.0	13	19.1
Medio (De 29 a 44 puntos)	18	54.5	19	54.3	37	54.4
Alto (De 45 a 60 puntos)	9	27.3	9	25.7	18	26.5
TOTAL	33	100	35	100	68	100

Fuente: Elaboración propia de la investigación.

En la tabla 5, podemos observar que del 100% de los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería el 54.5% (18) presentan un nivel de adaptación medio sobre la dimensión Estudio, seguido de un 27.3% (9) presentan nivel medio y solo un 18.2% (6) presentan nivel bajo. Mientras que en los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia el 54.3% (19) presentan un nivel medio de adaptación según dimensión Estudio, seguido de un 25.7% (9) presentan nivel alto de adaptación, finalmente un 20.0% (7) presentan nivel bajo de adaptación.

Tabla 6: Nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021. En su dimensión **institución**.

NIVEL DE ADAPTACIÓN En su dimensión Institucional.	ENFERMERÍA		OBSTETRICIA		TOTAL	
	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo (De 6 a 14 puntos)	6	18.2	4	11.4	10	14.7
Medio (De 15 a 22 puntos)	12	36.4	9	25.7	21	30.9
Alto (De 23 a 30 puntos)	15	45.5	22	62.9	37	54.4
TOTAL	33	100	35	100	68	100

Fuente: Elaboración propia de la investigación.

En la tabla 6, podemos observar que del 100% de los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería el 45.5% (15) presentan un nivel de adaptación alto sobre la dimensión Institucional, seguido de un 36.4% (12) presentan nivel medio y solo un 18.2% (6) presentan nivel bajo. Mientras que en los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia el 62.9% (22) presentan un nivel alto de adaptación según dimensión Institucional, seguido de un 25.7% (9) presentan nivel medio de adaptación, finalmente un 11.4% (4) presentan nivel bajo de adaptación.

Tabla 7: Nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero - junio 2021.

NIVEL DE ADAPTACIÓN A LA VIDA UNIVERSITARIA	ENFERMERÍA		OBSTETRICIA		TOTAL	
	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo (De 50 a 117 puntos)	5	15.2	6	17.1	11	16.2
Medio (De 118 a 184 puntos)	18	54.5	21	60.0	39	57.4
Alto (De 185 a 250 puntos)	10	30.3	8	22.9	18	26.5
TOTAL	33	100	35	100	68	100

Fuente: Elaboración propia de la investigación.

En la tabla 7, podemos observar que del 100% de los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería el 54.5% (18) presentan un nivel medio sobre la adaptación a la vida universitaria, seguido de un 30.3% (10) presentan nivel alto y solo un 15.2% (5) presentan nivel bajo. Mientras que en los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia el 60.0% (21) presentan un nivel medio de adaptación a la vida universitaria, seguido de un 22.9% (8) presentan nivel alto de adaptación, finalmente un 17.1% (6) presentan nivel bajo de adaptación.

V. DISCUSIÓN

La adaptación, queda definida como la acomodación o ajuste a alguna circunstancia o acontecimiento en la vida de las personas, cuando se da en el ámbito académico es el comportamiento que exhibe el estudiante producto del equilibrio entre las exigencias del contexto y las motivaciones y aptitudes que tiene (33).

Existen muchas situaciones en el curso de la vida que demandan adaptación, una de ellas y de gran significado es el deseo de profesionalización que se inicia con el ingreso a la universidad, la misma que implica una transición de la educación secundaria a la universitaria. La preocupación por ella no es un problema nuevo, son numerosos los estudios que la abordan y en estos últimos años la relacionan con la persistencia o el abandono de la carrera, por el estudiante, de allí el interés por conocer con mayor profundidad algunos factores asociados a este fenómeno para poder contribuir a su abordaje y explicación.

Ingresar a la universidad implica un cambio, un reto, momentos críticos en el primer año de vida universitaria, Surgiendo la necesidad de un afrontamiento y para ello se atraviesa por un proceso de adaptación el cual necesita del acompañamiento del docente y apoyo de la institución en cuanto a orientación e información herramientas para prevenir el fracaso o la frustración de los estudiantes cuando ven que sus expectativas no se cumplen (34).

Al respecto, Figueroa P. y Álvarez M., en la investigación intervención orientadora y tutorial en la adaptación y persistencia del alumnado en la universidad, señala que la posibilidad de éxito depende de la conexión de los estudios con las capacidades e intereses de los estudiantes, así como de la adaptación a un contexto organizativo, educativo y social regulado por normas explícitas y/o implícitas sensiblemente diferentes (35).

Los resultados obtenidos en el presente estudio evidencian que más de la mitad de estudiantes del primer ciclo de las Escuelas Profesionales de Obstetricia y Enfermería, alcanzaron un nivel “medio” en su adaptación a la vida universitaria. Logrando en tres de sus cinco dimensiones este nivel, solo en dos el nivel alto, y solo muy pocos no la lograron. Esto estaría implicando que en este periodo crítico la adaptación de gran parte de la mayoría

aún está en proceso lo cual guardaría relación con el hecho de que es un fenómeno interior personalizado, dependiente de la madurez del estudiante, que se va dando, aun cuando no sea visible, en forma constante, sin relación con un tiempo determinado, y que responde a la repercusión de los cambios internos con influencia del entorno social. Casi el total de la mitad restante ha logrado adaptarse totalmente (nivel alto) y los pocos que no lograron su adaptación son quienes tendrían mayor riesgo a abandonar su valioso proyecto de vida recién iniciado.

Esto concuerda parcialmente con el estudio realizado por Ponte A, “Adaptación a la vida universitaria y resiliencia en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo” el cual encontró que los estudiantes evaluados alcanzaron un nivel medio con porcentajes comprendidos entre el 35.3% y 42.9% coincidiendo a nivel general y pero aquí ese nivel a diferencia del presente es que se da, en todas sus dimensiones (36).

Estos resultados también tienen similitud con los hallazgos de Chau y Saravia, en la investigación “Adaptación universitaria y su relación con la salud percibida en una muestra de jóvenes en el Perú”; en la cual los estudiantes presentaron un nivel de adaptación “medio” pero en las 5 dimensiones evaluadas (37).

De igual modo concuerdan con el estudio de investigación realizado por Morales M. “Adaptación a la vida universitaria y procrastinación académica en estudiantes de psicología” cuyo resultado fue una adaptación general de nivel medio y muestran dificultades en algunas de sus dimensiones (38).

Evaluando los resultados, de acuerdo a las dimensiones que aborda el instrumento empleado se encontró que en la dimensión personales; se tuvo que la mayoría de los estudiantes tiene un nivel de adaptación “medio” lo cual estaría dado por que más de la mitad no realizan en la semana ejercicio físico, con frecuencia presentan cansancio y somnolencia a causa del estudio. Pudiendo esto ser producto de la gran demanda o exigencia, de la presión que siente el estudiante que no en pocas veces hace que se descuide en su alimentación y descanso, así como de que solo un poco más de la mitad viven con ambos padres, y los restantes lo hacen sólo con uno de ellos, con otra persona o sus abuelos.

Esto concuerda con el resultado de la investigación de Morales M. ya nombrada, que señala que una de las dimensiones que encontró lograda a nivel medio estudio fue la personal (38). También refiriéndose a esta dimensión, Arellano I en su estudio titulado “Influencia de la adaptación universitaria sobre la calidad de sueño en estudiantes de primer año de una universidad privada de Lima” evidencio que la dimensión de adaptación personal influye sobre la calidad de sueño y los relaciona con alteraciones psicológicas parte importante de la dimensión personal (39).

En cuanto al nivel de adaptación a la vida universitaria, en la dimensión estudio, la mayoría de los estudiantes presento un nivel de adaptación “medio”, debido a que se consideran con capacidades para el estudio, pero lo que no es favorable para casi la mitad de estudiantes es que presentan dificultad para concentrarse en una tarea por mucho tiempo, planificar sus actividades por lo que no puede mantener al día las tareas asignadas, en el establecimiento de prioridades en las que invierten su tiempo, No utilizan la biblioteca de su facultad por la emergencia sanitaria en la que nos encontramos.

En cuanto al nivel de adaptación a la vida universitaria, en la dimensión institución, la mayoría de los estudiantes presento un nivel de adaptación “alto”, esto debido a que se identifican con su institución y quieren terminar la carrera en ella sin embargo más de la mitad, mostró indecisión respecto a conocer bien los servicios que brinda la universidad.

Al respecto Soares y colaboradores en el estudio "Ambiente académico y adaptación a la universidad" señalan que los alumnos evaluaron de forma positiva sus experiencias en el contexto universitario, y al igual que en el presente trabajo, el autor encontró bajas puntuaciones en cuanto al conocimiento de las actividades que ofrece la Universidad (40). Sin embargo, los resultados obtenidos difieren con los de Morales M. quien encontró que los estudiantes presentan dificultades en adaptarse en esta área (38).

Al respecto Pérez I. señala la importancia del entorno universitario, para transformar al estudiante en su estancia temporal, dotándolo en un tiempo determinado de las habilidades y el reconocimiento social necesarios para ingresar al campo profesional (41).

Por todo lo aquí expuesto, la mayoría de estudiantes aún no han completado totalmente el proceso de adaptación a las exigencias que la educación superior implica; por lo que se hace necesario un acompañamiento cercano de los docentes específicamente por los tutores de la Facultad Ciencias de la salud y un compromiso de toda la comunidad educativa para lograr la adaptación universitaria del total de estudiante, futuros profesionales de calidad.

VI. CONCLUSIONES

1. En la tabla N° 1, podemos observar que del 100% de la población estudiada el 48.5% de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, se encuentran entre las edades de 16 a 17 años de edad, el 85.3% son de sexo femenino, el 55.9% proceden de zonas rurales, el 60.3% viven con ambos padres.
2. En la tabla N° 2, podemos observar que del 100% de los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería el 54.5% (18) presentan un nivel de adaptación medio sobre la dimensión personal, seguido de un 27.3% (9) presentan alto nivel de adaptación y solo un 18.2% (6) presentan bajo nivel de adaptación. Mientras que en los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia presentan un nivel de adaptación según dimensión personal medio con un 60.0% (21), seguido de un 31.4% (11) nivel alto de adaptación, finalmente un 8.6% (3) presentan bajo nivel de adaptación.
3. En la tabla N° 3, podemos observar que del 100% de los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería el 45.5% (15) presentan un nivel de adaptación medio sobre la dimensión Interpersonal, seguido de un 33.3% (11) presentan alto nivel de adaptación y solo un 21.2% (7) presentan bajo nivel de adaptación. Mientras que en los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia según dimensión Interpersonal presentan nivel de adaptación medio con un 57.1% (20), seguido de un 28.6% (21) nivel alto de adaptación, finalmente un 14.3% (5) presentan bajo nivel de adaptación.
4. En la tabla N° 4, podemos observar que del 100% de los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería el 66.7% (22) presentan un nivel de adaptación alto sobre la dimensión carrera, seguido de un 24.2% (8) presentan nivel medio y solo un 9.1% (3) presentan nivel bajo sobre de adaptación. Mientras que en los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia el 51.4% (18) presentan un nivel alto de adaptación según dimensión carrera, seguido de un 31.4%

(11) presentan nivel medio de adaptación, finalmente un 17.1% (6) presentan nivel bajo de adaptación.

5. En la tabla N° 5, podemos observar que del 100% de los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería el 54.5% (18) presentan un nivel de adaptación medio sobre la dimensión Estudio, seguido de un 27.3% (9) presentan nivel medio y solo un 18.2% (6) presentan nivel bajo. Mientras que en los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia el 54.3% (19) presentan un nivel medio de adaptación según dimensión Estudio, seguido de un 25.7% (9) presentan nivel alto de adaptación, finalmente un 20.0% (7) presentan nivel bajo de adaptación.
6. En la tabla N° 6, podemos observar que del 100% de los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería el 45.5% (15) presentan un nivel de adaptación alto sobre la dimensión Institucional, seguido de un 36.4% (12) presentan nivel medio y solo un 18.2% (6) presentan nivel bajo. Mientras que en los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia el 62.9% (22) presentan un nivel alto de adaptación según dimensión Institucional, seguido de un 25.7% (9) presentan nivel medio de adaptación, finalmente un 11.4% (4) presentan nivel bajo de adaptación.
7. En la tabla N° 7, podemos observar que del 100% de los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería el 54.5% (18) presentan un nivel medio sobre la adaptación a la vida universitaria, seguido de un 30.3% (10) presentan nivel alto y solo un 15.2% (5) presentan nivel bajo. Mientras que en los estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia el 60.0% (21) presentan un nivel medio de adaptación a la vida universitaria, seguido de un 22.9% (8) presentan nivel alto de adaptación, finalmente un 17.1% (6) presentan nivel bajo de adaptación.

VII. RECOMENDACIONES

1. A las autoridades de la Facultad Ciencias de la Salud, se recomienda realizar charlas motivadoras a los estudiantes del primer ciclo, con la finalidad de adaptarse a la vida universitaria, toda vez que los estudiantes que participaron en el estudio se encuentran entre las edades 16 a 17 años de edad, la mayoría proceden de zonas rurales, aun mas viviendo una emergencia sanitaria en que las clases se imparten de manera asincrónica dificulta la adaptación a la vida universitaria.
2. Se recomienda al Docente del curso de actividad físico deportivo, fortalecer sus contenidos silabares para que los estudiantes se sientan motivados en participar, toda vez que a pesar que el desarrollo de los cursos es asincrónicos, no dejar de ver estrategias metodológicas para llegar al estudiante como son: videos, presentaciones, talleres, ejercicios en casa y que mejor integrando a la familia.
3. A los docentes que imparten enseñanza en el Primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud, se recomienda que el desarrollo de sus cursos sea más interactuando, donde permita al estudiante intercambiar ideas con sus demás compañeros con la finalidad de lograr buenas relaciones entre ellos.
4. A los docentes tutores de la Facultad Ciencias de la Salud, acompañar en sus logros de los estudiantes, no permitiendo que sus aptitudes y competencias se vean dañadas por falta de acompañamiento u orientación, toda vez que mas de la mitad de participantes en el estudio mencionaron que se sienten comprometidos, y sobre todo eligieron sus carreras por vocación.
5. Considerando que los estudiantes que participaron en el estudio presentan un nivel medio en la adaptación según dimensión estudio, se recomienda a los docentes que enseñen métodos de concentración, toda vez que, más de la mitad menciono presentar dificultad para concentrarse en una tarea y demoran mucho tiempo en realizar las tareas.

6. Se recomienda propiciar la creación de espacios y clima organizacional que permita la adaptación positiva del ingresante.
7. Realizar estudios cualitativos que permitan obtener información que permita generar estrategias de apoyo a la adaptación a la vida universitaria del estudiante.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Chucas E. Estrés académico y adaptación a la vida universitaria, en estudiantes del primer ciclo de la Universidad Señor de Sipán. (Tesis Posgrado) Programa Académico de Maestría en Psicología Educativa. Escuela de Posgrado. Universidad Cesar Vallejo. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37010/Chucas_GEA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
2. Redondo H, Vera B. El Espacio Universitario y las Practicas Autonomicas en los Estudiantes:Una Referencia para las Practicas Profesionales en la Licenciatura en Enfermeria.Ciencia Huateca Boletin Cientifico de la Escuela Superior de Huejutla. vol. 9, No. 18 (2021) 43-65.
3. Mori M. Deserción universitaria en estudiantes de una universidad privada de Iquitos. Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria. 2012. 1. Disponible en: <http://www3.upc.edu.pe/html/0/boletines/ridu/articulo-4-desercionestudiantil-mori.pdf>.
4. Chau, C. & Saravia, J. Adaptación universitaria y su relación con la salud percibida en una muestra de jóvenes de Perú. Revista Colombiana de Psicología, 23(2), 269- 284. 2014.
5. Borzone M. Autoeficacia y vivencias académicas en estudiantes universitarios. Acta Colombiana de Psicología, 20(1), 266-274. DOI: 10.14718/ACP.2017.20.1.13. 2017. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/798/79849735013.pdf>
6. Benevides A, De Almeida Z, De Andrade A, Siqueirade M. Relacionar las habilidades sociales (HS), expectativas académicas y la adaptación a la universidad. Cienc. Psicol. vol.11 no.1 Montevideo jun. 2017. Disponible en: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212017000100077

7. Álvarez A, Muñoz E. Establecer la relación entre calidad del sueño y rendimiento académico en los estudiantes de Medicina de la Universidad de Cuenca. (Tesis Pregrado). Escuela de Medicina. Facultad de Ciencias Médicas. Universidad de Cuenca-Ecuador. 2016. Disponible en: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/25328/1/TESIS.pdf>
8. Guillen D. Adaptación socioacadémica en alumnos becarios de una Universidad Privada de Lima. (Tesis pregrado). Carrera de Psicología. Facultad de Humanidades. Universidad San Ignacio de Loyola. Lima-Perú. 2019. Disponible en: http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/9311/1/2019_GUILL%C3%89N%20C3%91AUPA.pdf
9. Guerrero Y. Adaptación a la Vida Universitaria y Ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una Universidad Particular. Revista Paian, 2018, Vol.9, N°1, Abril – Julio, pp.48 -59. Chiclayo-Perú. 2018. Disponible en: gchapoñanyesen@crece.uss.edu.pe
10. Rodríguez K. Burnout académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de educación de una universidad de Trujillo. (Tesis pregrado). Carrera de Psicología. Facultad de Ciencias de la salud. Universidad Privada del Norte. Trujillo-Perú. 2018. Disponible en: https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/10046/Rodr%c3%adguez%20Blas%20Karen_parcial.pdf?sequence=4&isAllowed=y
11. Arellano I. Influencia de la adaptación universitaria sobre la calidad de sueño en estudiantes de primer año de una universidad privada de Lima-Este. Tesis pregrado). Escuela Profesional de Psicología. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Peruana Unión. Lima-2018. Disponible en: https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/986/Ingri_Tesis_Bachiller_2018.pdf?sequence=5&isAllowed=y
12. Beltrán F. & Torres I. Adaptación social, dificultad escolar y salud emocional. Psicología y Salud, 4, 111-118. 2000. Disponible en: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1450/36208>

13. Almeida L. Questionário de vivências acadêmicas para jovens universitários: estudos de Construção de validação. Portugal: Universidade do Minho. 1997. Disponible en: <https://www.Dialnet-CuestionarioDeVivenciasAcademicasEnSuVersionReduci051821.pdf>
14. Morales M, Chávez J. Adaptación a la vida universitaria y procrastinación académica en estudiantes de psicología. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Revista Electrónica Del Desarrollo Humano Para La Innovación Social, 4(8). Recuperado a partir de <https://www.cdhis.org.mx/index.php/CAGI/article/view/121>
15. Vidal Y. Nivel de adaptación a la vida universitaria de estudiantes Ciencias de la Salud ingresantes a la escuela de estudios generales de una Universidad Publica.(Tesis de pregrado)Escuela profesional de Enfermería.Facultad de Medicina.Universidad Nacional Mayor de San Marcos.Lima-Peru.2018.Disponible en: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/10456/Vidal_cy.pdf?sequence=3&isAllowed=y
16. Corominas E. La transición a los estudios universitarios. Abandono o cambio en el primer año de universidad. Revista de Investigación Educativa, 128. 2001.
17. Chau C, Saravia J. Adaptación Universitaria y su relación con la Salud percibida en una muestra de jóvenes de Perú. Revista Colombiana de Psicología. 2014. 23(2). Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v23n2/v23n2a03.pdf>. (Ultimo acceso 11 de enero del 2021).
18. De Garay A. Integración de los jóvenes en el sistema universitario. Prácticas sociales, académicas y de consumo cultural. México: Ediciones Pomares. 2004.
19. Guzmán C. Los estudiantes y la universidad: integración experiencias e identidades. Introducción. En C. Guzmán, Los estudiantes y la universidad: integración experiencias e identidades (págs. 7-24). México, D.F.: ANUIES. 2013.

20. Blanco M. El enfoque del curso de vida: orígenes y desarrollo. Revista Latinoamericana de Población, 5-31. 2011.
21. Muñiz P. Trayectorias educativas y deserción universitaria en los años ochenta. México: ANUIES. 1997.
22. Echarri C, Pérez J. En tránsito hacia la adultez: Eventos en el curso de vida de los jóvenes en México. Estudios Demográficos y Urbanos, 43-77. 2007.
23. Fernández E. Adaptación A La Vida Universitaria: Factores Intervinientes. 2014. Recuperado de: <http://www.wikiestudiantes.org/adaptacion-a-la-vida-universitaria-factores-intervinientes/>
24. Guía para universidades saludables. Consorcio de universidades. Lima. 2013
25. Secretaría Nacional de Juventud - SENAJU. (2012). Primera encuesta nacional de la juventud. Resultados finales. Lima: SENAJU.
26. Saldaña M., Barriga A. Adaptación del modelo de deserción universitaria de Tinto a la Universidad Católica de la Santísima Concepción, Chile. Rev. de Ciencias Sociales (RCS) Vol. XVI, No. 4. 2010. Disponible en: http://www.alfaguia.org/alfaguia/files/1341263078_5539.pdf
27. Terenzini P, Pascarella E, Blimling G. Students' Out of class Experiences and their Influence on Learning and Cognitive Development. En Journal of College Student Development, 40, 5, pp. 610 – 623. 1999
28. Figuera P, Álvarez M. La intervención orientadora y tutorial en la adaptación y persistencia del alumnado en la universidad. Revista de Orientación Educacional V28 N°54, pp 31-49, 2014
29. Pérez C. Deserción universitaria, una mirada desde la experiencia del Departamento de Atención Psicopedagógica. Editorial Universidad Don Bosco. N° 16, julio. 2015

- 30.** Diaz Ch. Modelo conceptual para la deserción estudiantil universitaria chilena. Universidad Católica de la Santísima Concepción. 2008. 2 (65- 86). Disponible en: <http://www.scielo.cl/pdf/estped/v34n2/art04.pdf>. (Ultimo acceso 17 de enero del 2021).
- 31.** Soares A., Almeida L., Guisande M. Ambiente académico y adaptación a la universidad: un estudio con estudiantes de 1° año de la universidad Do Minho. Revista Iberoamericana de Psicología y Salud. 2011. 2(1). Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/2451/245116403005.pdf>.
- 32.** Logros Perú [internet]. Lima: Logros Perú. Acceso el 13 de octubre 2014. Disponible en: <http://www.logrosperu.com/noticias/actualidad/707-masde200-millones-de-dolares-se-perdieron-en-dosanos-por-desercionuniversitaria.html>.
- 33.** Márquez D., Ortiz S., Rendón M. Cuestionario de Vivencias Académicas en su versión reducida (QVA-r): un análisis psicométrico. Revista Colombiana de Psicología. 2008. 18(1). Disponible en: <http://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/viewFile/1450/1083> 8. (Ultimo acceso 1 de julio del 2021).
- 34.** Figueroa P., Torrado M. La adaptación y la persistencia académica en la transición en el primer año de universidad: el caso de la Universidad de Barcelona. I Congreso Internacional e interuniversitario de Orientación Educativa y Profesional. 2012. 1. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/16207627.pdf>. (Ultimo acceso 2 de julio del 2021).
- 35.** Figuera, P. y Álvarez M. La intervención orientadora y tutorial en la adaptación y persistencia del alumnado en la universidad. Revista de Orientación Educativa V28 N°54, pp 31-49, 2014
- 36.** Ponte, A. Adaptación a la vida universitaria y resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo. [Tesis de licenciatura]. Universidad Privada Antenor Orrego. 2017. Disponible en: <https://1library.co/document/y4gn629y->

[adaptacion-universitaria-resiliencia-estudiantes-psicologia-universidad-privada-trujillo.html](http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v23n2/v23n2a03.pdf)

37. Chau C., Saravia J. Adaptación Universitaria y su relación con la Salud percibida en una muestra de jóvenes de Perú. *Revista Colombiana de Psicología*. 2014. 23(2). Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v23n2/v23n2a03.pdf>. (Ultimo acceso 02 de julio del 2021).
38. Morales, M. y Chaves, J. Adaptación a la vida universitaria y procrastinación académica en estudiantes de Psicología. *Revista electrónica del Desarrollo Humano para la Innovación Social*. México. Vol.4. Núm. 8. 2017. Disponible en: <https://www.cdhis.org.mx/index.php/CAGI/article/view/121>
39. Arellano, I. Influencia de la adaptación universitaria sobre la calidad de sueño en estudiantes de primer año de una universidad privada de Lima Este. (Tesis para licenciatura). Lima: Universidad Peruana Unión, 2018. Disponible en: https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/986/Ingri_Tesis_Bac_hiller_2018.pdf?sequence=5&isAllowed=y
40. Soares A., Almeida L., Guisande M. Ambiente académico y adaptación a la universidad: un estudio con estudiantes de 1° año de la universidad Do Minho. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*. 2011. 2(1). Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/2451/245116403005.pdf>. (Ultimo acceso 05 de julio del 2021)
41. Pérez, I. El proceso de adaptación de los estudiantes a la universidad en el Centro Universitario de Los Altos de la Universidad de Guadalajara. [Tesis de doctorado]. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente. 2016.

IX. ANEXOS

Anexo 1

Solicitud de Permiso



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-
TARAPOTO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**



Tarapoto, ... de mayo de 2021

Oficio S/N-2021-/DSMD-IRSP.

Sr. Directora de la Escuela Profesional de Enfermería y Obstetricia -FCS-UNSM-T.

SD.

Diana Stefany Medina del Castillo e Iris Raquel Souza Paredes, Bachilleres de la Escuela Profesional de Enfermería, nos encontramos realizando el proyecto de investigación titulado: **“Nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero- Junio 2021.”**, para poder optar el título profesional de Licenciadas en Enfermería. Para lo cual solicitamos el permiso y/o autorización para aplicar el instrumento de investigación a todos los estudiantes del primer ciclo de las Escuelas profesionales que dignamente direcciona.

Por lo expuesto.

Solicitamos acceda a nuestra petición por ser de justicia.

Atentamente;

.....
Diana Stefany Medina del Castillo
Bachiller en Enfermería

.....
Iris Raquel Souza Paredes
Bachiller en Enfermería

Anexo 2



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



Consentimiento Informado

Diana Stefany Medina del Castillo e Iris Raquel Souza Paredes, Bachilleres de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto; estamos realizando un estudio de investigación cuyo objetivo es determinar el nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero- Junio 2021.

Después de leer el consentimiento informado, nos dará la respuesta si desea o no participar en el estudio, de aceptar participar en el estudio solicitamos conteste con sinceridad las preguntas de la encuesta, marcando con una (x) la respuesta que considere adecuada.

Hago de su conocimiento que la información es absolutamente confidencial y anónima, solo será de uso exclusivo de las autoras; sin antes recordarle que nadie le obliga a ser parte de ella; y no hay ningún inconveniente si decide no participar o retirarse del estudio.

Firma del (la) participante

Firma de la Investigadora

Firma de la Investigadora

Anexo 3

Instrumento de Investigación.



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



I.- INSTRUCCIÓN: Buenos días; somos Diana Stefany Medina del Castillo e Iris Raquel Souza Paredes, Bachilleres de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, nos encontramos realizando nuestro trabajo de investigación con el objetivo de determinar el nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Enero- Junio 2021. Le solicitamos que lea cuidadosamente cada una de las afirmaciones y la conteste marcando una X frente a la fila según sea el caso.

I. DATOS GENERALES

1. Edad:años
2. Sexo: Femenino (...) Masculino (...)
3. Procedencia: Urbano (...) Rural (...)
4. ¿Con quién vive actualmente?
 - a. Con ambos padres (...)
 - b. Solo con uno de los dos (...)
 - c. Con abuelos (...)
 - d. Otros (...)
5. ¿A qué Escuela Profesional Pertenece?
 - a. Enfermería (...)
 - b. Obstetricia (...)

II. INSTRUCCIONES: A continuación, se presenta una serie de enunciados, en el cual usted se encuentra habitualmente en las dimensiones: personal, interpersonal, carrera, estudio e institucional; lea detenidamente y señale con una X la alternativa en la que se sienta usted identificado(a). (Solo debe marcar un casillero).

Totalmente en acuerdo	Bastante en acuerdo	Algunas veces de acuerdo y otras en desacuerdo	Muy en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
1	2	3	4	5

III. Ítems del instrumento

Dimensiones - ítems		Totalmente en acuerdo	Bastante en acuerdo	Algunas veces de acuerdo y otras en desacuerdo	Muy en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
Personal						
1	El estudio me produce cansancio y somnolencia durante el día					
2	Me siento físicamente débil					
3	Realizo ejercicio físico durante la semana					
4	Presento cambios en mi estado de ánimo (inestabilidad emocional).					
5	Últimamente me he sentido confundido(a) y desorientado(a)					
6	Hay situaciones en las que siento que pierdo el control.					
7	Últimamente me he sentido pesimista.					
8	Siento confianza en mí mismo (a)					
9	Me he sentido solo(a) durante el último tiempo (meses o semestre).					
10	Hay situaciones académicas que me originan tristeza.					
11	Tengo dificultad para tomar decisiones.					
Interpersonal						
12	Hago amistades con facilidad en la universidad.					
13	Me encuentro poco acompañado por otros compañeros de la universidad					
14	Mis compañeros son importantes para mi crecimiento personal					
15	Se me dificulta encontrar a un compañero(a) de estudio que me ayude a resolver un problema personal.					
16	Se me facilita iniciar una conversación con nuevos compañeros					

17	Se me conoce como una persona amigable y simpática					
18	He establecido buenas relaciones con mis compañeros de curso.					
19	Se me dificulta establecer relaciones cercanas con mis compañeros de curso					
20	Mis relaciones de amistad son cada vez más estables y duraderas					
21	Tomo la iniciativa para invitar a mis amigos a salir.					
22	Procuro compartir con mis compañeros de curso fuera de los horarios de clase.					
Carrera						
23	He obtenido buenas notas que me han permitido avanzar en la carrera.					
24	Me siento comprometido con la carrera que estoy estudiando.					
25	Tengo capacidades y vocación para el área profesional que elegí.					
26	Mis gustos personales fueron decisivos para elegir mi carrera.					
27	Elegí la carrera que estoy estudiando de acuerdo con mis aptitudes y capacidades.					
Estudio						
28	Me siento decepcionado(a) de la carrera que estoy estudiando.					
29	Creo que la carrera que elegí permite desarrollarme profesionalmente.					
30	Creo que puedo desarrollar nuevos aspectos personales (prestigio, estabilidad, solidaridad) por medio de la carrera que elegí.					
31	Estoy estudiando una carrera diferente a la que siempre quise.					
32	Aunque fuera posible yo no me cambiaría de carrera					
33	Tengo buenas capacidades para el estudio					

34	Mantengo al día mis deberes académicos					
35	Me siento a gusto con un alto ritmo de trabajo.					
36	Se me dificulta concentrarme en una tarea durante mucho tiempo.					
37	Siento que voy a lograr ser eficaz en la preparación de mis exámenes.					
38	Logro tomar buenos apuntes en las clases.					
39	Mi incapacidad para organizar bien el tiempo hace que tenga bajo desempeño académico					
40	Se establecer prioridades con respecto a las actividades en las que invierto mi tiempo.					
41	Planifico las actividades que debo realizar diariamente.					
42	Utilizo la biblioteca de la Facultad a la que pertenezco.					
43	Procuro organizar la información obtenida en las clases.					
44	Soy puntual para llegar al inicio de las clases.					
Institucional						
45	Aunque fuera posible no me cambiaria de universidad					
46	Mi universidad no me genera interés					
47	Me gustaría terminar mis estudios en la universidad en la que me encuentro actualmente.					
48	Conozco bien los servicios que presta mi universidad.					
49	La biblioteca de la universidad se encuentra bien dotada (cantidad y variedad de bibliografía)					
50	Me gusta el sector donde está ubicada mi universidad.					