

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**Estrés percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la  
Escuela Profesional de Enfermería, Universidad Nacional de San Martín  
Tarapoto. Periodo mayo - octubre 2021**

**Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería**

**AUTORES:**

**Reyna Isabel Rengifo Cabanillas**

**Juan David Lozano García**

**ASESORA:**

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

**Tarapoto - Perú**

**2021**



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

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



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**Estrés percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la  
Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín  
Tarapoto. Periodo mayo - octubre 2021**

**Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería**

**AUTORES:**

**Reyna Isabel Rengifo Cabanillas**

**Juan David Lozano García**

**ASESORA:**

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

**Tarapoto - Perú**

**2021**

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**Estrés percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la  
Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín  
Tarapoto. Periodo mayo - octubre 2021**

**Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería**

**AUTORES:**

**Reyna Isabel Rengifo Cabanillas**

**Juan David Lozano García**

**ASESORA:**

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

**Tarapoto – Perú**

**2021**

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN

## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

### ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**Estrés percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la  
Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín  
Tarapoto. Periodo mayo - octubre 2021**

#### AUTORES:

**Reyna Isabel Rengifo Cabanillas**

**Juan David Lozano García**

**Sustentada y aprobada el día 29 de diciembre de 2021,  
ante el honorable jurado:**

.....  
**Obsta. Dra. Evangelina Ampuero Fernández**

**Presidente**

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

**Secretaria**

.....  
**Lic. Dra. Luisa Condori**

**Vocal**

## Constancia de asesoramiento

La que suscribe el presente documento, hace constar:

Que he revisado y bajo mi asesoramiento los bachilleres en enfermería **Reyna Isabel Rengifo Cabanillas** y **Juan David Lozano García**, han ejecutado el proyecto de investigación titulado:

**Estrés percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo - octubre 2021.**

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

Tarapoto, 29 de diciembre de 2021.

Atentamente,



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

**Asesora**

## Declaratoria de autenticidad

**Reyna Isabel Rengifo Cabanillas**, con DNI N° 71992580 y **Juan David Lozano García**, con DNI N° 73204184, bachilleres de la Escuela profesional de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Martín, autores de la tesis titulada: **Estrés percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo - octubre 2021.**

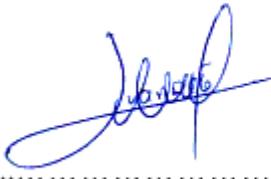
Declaramos bajo juramento que:

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

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

Tarapoto, 29 de diciembre de 2021.

  
  
.....  
**Bach. Reyna Isabel Rengifo Cabanillas**  
DNI N° 71992580

  
  
.....  
**Bach. Juan David Lozano García**  
DNI N° 73204184

**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:	Rengifo Cabanillas Reyna Isabel			
Código de alumno :	71992580	Teléfono:	966687712	
Correo electrónico :	isacab96@gmail.com		DNI:	71992580

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

**2. Datos Académicos**

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

**3. Tipo de trabajo de investigación**

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

**4. Datos del Trabajo de investigación**

Título :	Estrés percibida durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo - octubre 2021.
Año de publicación:	2021

**5. Tipo de Acceso al documento**

Acceso público *	(x)	Embargo	( )
Acceso restringido **	( )		

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

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


**6. Originalidad del archivo digital.**

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

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

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

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

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

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

  
.....  
Firma del Autor



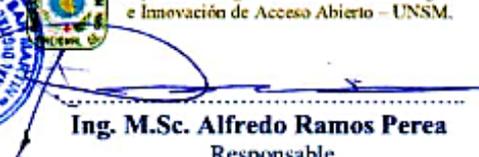
## 8. Para ser llenado en el Repositorio Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto de la UNSM - T.

Fecha de recepción del documento.

14 / 01 / 2022



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

  
.....  
Ing. M.Sc. Alfredo Ramos Perea  
Responsable

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

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

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

**1. Datos del autor:**

Apellidos y nombres:	Lozano García Juan David		
Código de alumno :	73204184	Teléfono:	995875462
Correo electrónico :	lozano.dlg@gmail.com	DNI:	73204184

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

**2. Datos Académicos**

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

**3. Tipo de trabajo de investigación**

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

**4. Datos del Trabajo de Investigación**

Título :	Estrés percibido durante la pandemia de la COVID-19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo - octubre 2021
Año de publicación:	2021

**5. Tipo de Acceso al documento**

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

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

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


**6. Originalidad del archivo digital.**

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

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

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

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

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

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

  
.....  
Firma del Autor



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

Fecha de recepción del documento.

14 / 01 / 2022



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 mis padres, Edwin Rengifo Tejedo y Maina Ysabel Cabanillas Rosales por haberme apoyado en este largo camino de estudio y sacrificio, y así sentirse orgullosos de mi persona a pesar de la crisis que estamos atravesando por la pandemia COVID – 19.

Dedico de manera especial a mi hermana Sarah pues ella fue el principal cimiento para la construcción de mi vida profesional, sentó en mi la base de responsabilidad y deseos de superación.

### **Reyna Isabel.**

A mis Padres, Juan Lozano Perea y Lúgía García Pezo, por formarme con buenos sentimientos, hábitos y valores. Por ser mi mayor fuente de inspiración y superación en el largo proceso de formación de mi vida Profesional, a pesar de la crisis que estamos pasando por la pandemia COVID-19.

A mi hermana, Magaly Lozano por su cariño y apoyo incondicional que me brinda en los momentos difíciles que he tenido que afrontar.

**Juan David.**

## **Agradecimiento**

A Dios por enseñarnos el camino correcto de la vida, guiándonos y fortaleciéndonos cada día.

A nuestra querida Universidad Nacional de San Martín y a la Escuela Profesional de Enfermería porque de sus aulas, llevo los más gratos recuerdos que nunca olvidaremos.

El presente estudio va dirigido con expresión de gratitud a todos quienes nos ayudaron en la realización del mismo; a nuestra Asesora: **Lic. MSc. Luz Karen Quintanilla Morales** por sus consejos y por compartir sus amplios conocimientos y experiencia con nosotros.

Llenos de gran satisfacción y conscientes de que el camino recorrido durante nuestra vida universitaria no ha sido nada fácil, y que gracias a mucho esfuerzo y sacrificio estamos culminando una más de nuestras metas, es por eso que David e Isabel extienden un profundo agradecimiento a todas las personas que de una u otra manera aportaron con su granito de arena en la culminación de nuestras metas.

**Los Autores.**

## Índice de contenido

	Pág.
Dedicatoria.....	vi
Agradecimiento.....	vii
Índice de contenido.....	viii
Índice de tablas .....	x
Resumen.....	xi
Abstract.....	xii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
1.1. Marco Conceptual.....	1
1.2. Antecedentes.....	3
1.3. Bases teóricas.....	6
1.4. Justificación .....	13
1.5. Problema.....	14
II. OBJETIVOS .....	14
2.1. Objetivo General.....	14
2.2. Objetivos Específicos .....	14
2.3. Hipótesis de la investigación .....	14
2.4. Sistema de variables .....	15
III. MATERIAL Y MÉTODOS .....	16
3.1. Tipo de estudio .....	16
3.2. Diseño de la investigación.....	16
3.3. Universo, población y muestra .....	16
3.4. Procedimiento.....	17
3.5. Métodos e instrumento de recolección de datos .....	18
3.6. Validez y confiabilidad del instrumento.....	19
3.6. Plan de análisis e interpretación de datos .....	20
3.7. Aspectos éticos .....	20
IV. RESULTADOS .....	21

V. DISCUSIÓN .....	24
VI. CONCLUSIONES.....	28
VII. RECOMENDACIONES .....	29
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	30
IX. ANEXOS.....	37

## Índice de tabla

<b>Tabla</b>	<b>Título</b>	<b>Pág.</b>
1	Características sociodemográficas de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto, periodo mayo-octubre 2021.	21
2	Distrés general percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo-octubre 2021.	22
3	Capacidad de afrontamiento durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo-octubre 2021.	22
4	Nivel de estrés durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo-octubre 2021.	23

## Resumen

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo: Determinar el nivel de estrés durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo-octubre 2021. Estudio de tipo no experimental de enfoque cuantitativo, descriptivo, de corte transversal, la muestra estuvo constituido por 224 estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNSM-T. Se aplicó un cuestionario como instrumento, se puede evidenciar que en los resultados obtenidos dentro de las características sociodemográficas la mayoría de los estudiantes se encuentran entre las edades de 17 a 19 años de edad 72.8% (163), son de sexo femenino 83.5% (187). El 79.0% (177) de los participantes tienen un nivel medio, el 12.1% (27) tienen nivel alto y el 8.9% (12) de los participantes tienen nivel bajo de distrés. El 74.6% (167) de los participantes tienen un nivel medio de capacidad de afrontamiento sobre el estrés, el 21.4% (48) presentan un nivel bajo y el 4.0% (9) de los participantes tienen nivel alto de capacidad de afrontamiento sobre el estrés. Concluyendo que el 79.0% (177) de los participantes presentan un nivel medio de estrés, el 18.3% (41) presentan un nivel bajo y solo un 2.7% (6) de los participantes presentan un nivel alto de estrés.

**Palabras clave:** Estrés, pandemia, estudiantes.

## Abstract

The present research work had the following objective: To determine the level of stress during the COVID 19 pandemic in students of the Professional School of Nursing, National University of San Martin, Tarapoto. Period May-October 2021. Non-experimental study of quantitative, descriptive, cross-sectional approach, the sample was made up of 224 students of the Professional School of Nursing of the UNSM-T, a questionnaire was applied as an instrument. The obtained results shown that within the sociodemographic characteristics the majority of the students are between the ages of 17 to 19 years old 72.8% (163), 83.5% (187). are female, 79.0% (177) of the participants have a medium level, 12.1% (27) have a high level and 8.9% (12) of the participants have a low level of distress. The 74.6% (167) of the participants have a medium level of coping capacity on stress, 21.4% (48) present a low level and 4.0% (9) of the participants have a high level of coping capacity on stress. Concluding that 79.0% (177) of the participants present a medium level of stress, 18.3% (41) present a low level and only 2.7% (6) of the participants present a high level of stress.

**Key words:** Stress, pandemic, students.



## **TÍTULO:**

Estrés percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo - octubre 2021.

## **I. INTRODUCCIÓN**

### **1.1. Marco Conceptual**

A nivel mundial apareció una pandemia por la nueva enfermedad del coronavirus cuyo origen se localizó en la ciudad de Wuhan en China; la Organización Mundial de la Salud (OMS) vió la necesidad de declarar en estado de emergencia sanitaria para la humanidad y tomando medidas preventivas para evitar el esparcimiento de dicho contagio (1).

A raíz de este virus, muchas instituciones educativas de todo el mundo fueron obligadas a ser cerradas, como la suspensión de clases presenciales, la mutación a un plan de estudios, las lecciones de enseñanza y aprendizaje basados en línea y el aplazamiento de las prácticas; por consiguiente, todo esto sobrellevó a un cambio catastrófico y abrumador. En consecuencia, los universitarios se enfrentaron a una amplia gama de eventos transicionales y estresores continuos en la adaptación a los nuevos entornos y demandas académicas (2).

No obstante, los estudios han revelado que aproximadamente entre el 18% y 35% de los jóvenes de distintos países, están preocupados por el coronavirus, la cual ha ocasionado problemas de salud mental en ellos mismos (3).

El tener acceso a clases virtuales y los avances tecnológicos de hoy en día, han permitido que una gran cantidad de estudiantes puedan recibir una educación superior en estos momentos, pero esto significa que también pueden estar expuestos a otros factores como problemas familiares, la falta de internet o no poder contar con un buen equipo donde desarrollar sus actividades, poniendo a los jóvenes universitarios en un contexto donde están propensos a desarrollar síntomas de estrés.

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) informo que, la mayoría de las universidades han sido cerradas temporalmente,

siendo afectados alrededor de 23,4 millones de alumnos y 1,4 millones de maestros en Latinoamérica y el Caribe, quienes representan más del 98% de los habitantes en estudios superiores de la región (4).

Según Castillo y Bartlett; la población universitaria muestra el número más alto de sufrir estrés, que prácticamente ocasiona efectos negativos en su estado emocional y cambios en el comportamiento, que pueden generar obstáculos o dificultades en el desarrollo de académico (5-6).

Es por esta razón, que la mayoría de los jóvenes desertan de sus estudios y esto ha hecho que se convierta en una de las principales inquietudes y preocupaciones para varios países, lo cual se ha visto perjudicado el rendimiento y aprendizaje del estudiante (7-8).

Durante la formación superior en calidad de ingresantes a la vida universitaria, es doblemente los cambios en el que vienen atravesando, uno por su adaptación a la vida universitaria y otro por tener que adaptarse a recibir sus clases virtualmente, y más aún cuando existen cátedráticos que designan buen número de trabajos o tener que estudiar temas extensos en poco tiempo para presentar un examen, en este contexto hemos sido testigos de cómo los estudiantes podemos responder emocionalmente de maneras distintas frente a las diversas limitantes que se presentan.

Por todo lo mencionado, los estudiantes se sienten estresados por la pandemia, por el cual se niegan a unirse o no están dispuestos a participar en clases online. Alrededor del 43% de los universitarios están estresados, ansiosos e incapaces de asistir a clases virtuales. Así mismo, en Bangladesh se menciona que el 57,5% del alumnado se encuentran estresados mentalmente. Sin embargo, las razones por las cuales los universitarios han sido afectados en un 55%, son por la débil conexión a internet y la falta de acceso a ello. Además, el aislamiento social ha ocasionado aún más, un efecto negativo en el bienestar psicológico del estudiante por la COVID19 (9).

En otro aspecto, podemos decir que, la profesión de enfermería es una de las carreras más estresantes y eso empieza desde los inicios de la formación académica ya que el estudiante se enfrenta a situaciones que requieren una importante toma de decisiones. Siendo

vulnerables a desarrollar estrés en estos jóvenes ya que no solo afecta su salud, sino también la de sus padres y tendrá gran importancia en su correcta formación, es por eso que este estudio busca determinar, incrementar y afianzar el conocimiento del tema en nuestra actual realidad.

## **1.2. Antecedentes**

**Peña K, Sierra D. (2021)**, investigaron: “Estrés en estudiantes universitarios. Universidad Cooperativa de Colombia sede Villavicencio”. Objetivo describir el estrés académico en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Villavicencio. Los estudiantes universitarios tienen una serie de hábitos que en la medida del tiempo van cambiando ya que se estarán generando situaciones adversas para su salud, enfrentándose a exigencias académicas para su futuro como profesional por lo que ocasiona el abandono de sus hábitos naturales, esta investigación es de un enfoque cuantitativo tipo descriptivo, se utilizará como instrumento medición el inventario SISCO de estrés académico que cuenta con el objetivo de reconocer las características del estrés que suele seguir a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante los años de su proceso académico, que consta de 45 ítems. Se trabajará con la población de estudiantes que se encuentren matriculados en la Universidad Cooperativa de Colombia sede Villavicencio se seleccionó una muestra no probabilística o dirigida la cual va encaminada a un subgrupo de la población que es de aproximadamente 15 estudiantes de facultades diferentes que tienen características con la investigación (10).

**Gutiérrez J. (2020)**, investigo: “Evaluación de estrés percibido y su relación con factores sociodemográficos en docentes y estudiantes de la facultad de odontología frente la pandemia COVID-19” Ambato-Ecuador. Objetivo: Determinar la relación entre estrés percibido y factores sociodemográficos, durante la pandemia COVID-19 en estudiantes y docentes de la carrera de Odontología de “UNIANDES”. Materiales y Métodos: Se realizó un estudio transversal en una muestra de 24 docentes y 721 estudiantes, en total 758 evaluados, se recopiló información sociodemográfica y se aplicó la escala de estrés percibido (PSS) con 14 ítems que evalúa el nivel de estrés percibido durante el último mes. Resultados: De las 758 personas encuestadas 24 son docentes y 721 estudiantes con promedio general de edad de 21 años, los estudiantes presentaron diferencias significativas

en los diversos niveles de respuesta ( $p < 0.05$ ); experimentaron mayores valores de estrés con 27,42% en “7mo nivel”, respecto al sexo femenino con una media de 25.14%, sobre el pago de educación con “préstamo estudiantil” 27,69%, la presencia de “molestias fisiológicas” 27,95% y la “relación familiar regular” se asoció a un valor de estrés percibido mayor 30,39%. No se encontraron diferencias significativas entre docentes respecto a las variables de estudio. Conclusiones: Los estudiantes experimentaron mayor estrés en función de las variables sociodemográficas, los mismos se relacionan con la presencia o no de estrés percibido y con respecto a docentes los factores de riesgo evaluados no influyeron sobre la percepción del estrés (11).

**Ozamiz N, Santamaria M, Gorrochategui M, Mondragon M. (2020)**, investigaron: “Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España”. Se han analizado los niveles de estrés, ansiedad y depresión a la llegada del virus y se han estudiado los niveles de sintomatología psicológica según edad, cronicidad y confinamiento. Se ha recogido una muestra de 976 personas y la medición de las variables ansiedad, estrés y depresión se ha hecho mediante la escala DASS (Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés). Los resultados demuestran que, aunque los niveles de sintomatología han sido bajos en general al principio de la alarma, la población más joven y con enfermedades crónicas ha referido sintomatología más alta que el resto de población. También se ha detectado un mayor nivel de sintomatología a partir del confinamiento, donde las personas tienen prohibido salir de sus casas. Se prevé que la sintomatología aumentará según vaya transcurriendo el confinamiento. Se defienden intervenciones psicológicas de prevención y tratamiento para bajar el impacto psicológico que pueda crear esta pandemia (12).

**Estrada E, Mamani M, Gallegos N, Mamani H, Zuloaga M. (2021)**. Investigaron: “Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia COVID 19”. Perú. Objetivo: determinar la prevalencia del estrés académico en los estudiantes de la carrera profesional de educación de una universidad peruana en tiempos de la pandemia del COVID-19. El enfoque de investigación fue cuantitativo, el diseño no experimental y el tipo correlacional. La muestra estuvo conformada por 172 estudiantes a quienes se les aplicó el Inventario SISCO del Estrés Académico y una ficha de datos sociodemográficos. Según los hallazgos, los estudiantes se caracterizaron por presentar

altos niveles de estrés académico y se determinó que dicha variable se asocia significativamente al sexo, el grupo etario y el año de estudios. Se concluyó que es necesario la aplicación de estrategias psicoeducativas que permitan disminuir la prevalencia del estrés académico en los estudiantes para que se desenvuelvan adecuadamente y mejoren su calidad de vida (13).

**Ascue R, Loa E. (2021)**, investigaron: “Estrés académico en los estudiantes de las universidades públicas de la Región. Apurímac en tiempos de pandemia Covid-19-Perú”. Donde se realizó un estudio descriptivo mediante el uso de datos recopilados en línea a través de un cuestionario resuelto en forma anónima, programado en el mes de mayo del 2020. El cuestionario es dividido en 3 dimensiones para un buen manejo de datos obtenidos, considerando datos generales, sobrecarga de tareas, evaluaciones periódicas, tiempos determinados, con escalas de Likert de medio regular y alto durante el confinamiento del Covid 19. Durante el confinamiento se encontró un crecimiento de estrés académico en los estudiantes, teniendo como resultados en sobrecarga de tareas 52% es regular y 44% es alto, en las evaluaciones periódicas 54% es regular y un 44% es alto y en el tiempo determinado se encontró que el 54% es regular y 44% es alto. La edad de los estudiantes encuestados lo cual se encuentra alrededor de 21 – 26 años, donde es un grupo elevado. En conclusión, se encontró que la buena práctica de estudio en los estudiantes universitarios que son orientados por expertos y donde los docentes toman en cuenta una buena planificación en las actividades de sesión de clases se ha notado por estudios que disminuirá el Estrés académico frente al confinamiento del COVID 19 de tal forma permitirá la disminución constante (14).

**Fernández R. (2020)**, investigó: “Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Medicina Humana-Tarapoto-Perú”. Objetivo: establecer la relación entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Medicina Humana de la UNSM-Tarapoto. Estudio de tipo cuantitativo, descriptivo correlacional, contando con una muestra de 30 estudiantes del IV de la Facultad de Medicina Humana. Los resultados muestran que el 73.33% de los estudiantes presentó una calificación de bueno en función a las notas que obtuvieron como promedio final, además el nivel de estrés de dichos estudiantes fue moderado en un 50%, mientras el 23.33% evidenció tener un nivel profundo de estrés. En cuanto al resultado de la prueba estadística de chi-cuadrado se ha logrado evidenciar que el nivel de significancia bilateral resultó igual a 0,05. Conclusión: Se acepta

la hipótesis de investigación planteada el nivel de estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la facultad de medicina de la UNSM-Tarapoto, 2019, no son independientes. Es decir, están asociados (15).

**Trigoso E, García J. (2017)**, investigaron: “Estrés y calidad de vida en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería-Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto Perú”. Objetivo: Establecer la relación que existe entre el estrés y la calidad de vida de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Estudio de tipo cuantitativo, descriptivo-explicativo, transversal y correlacional, la muestra estuvo constituido por 194 estudiantes, la técnica empleada fue la encuesta y como instrumento el cuestionario. En los resultados obtenidos dentro de las características sociodemográficas, se puede evidenciar que las edades fluctúan entre los 17 a 19 años con un 63.4%, el 87.6% son de sexo femenino, 55.2% proceden de zonas rurales, el 91.8% son solteras (os), el 90.7% no tienen hijos y el 88.1% profesan la religión católica. El 48.5% presentan estrés moderado, el 30.4% estrés leve y el 21.1% estrés grave, el 28.9% presentan síntomas del estrés con un nivel de estrés moderado, el 16.0% presentan estrategias de afrontamiento del estrés con estrés moderado y el 14.9% presentan estresores con estrés moderado. En el aspecto físico el 19.9% presentan calidad de vida malo, en el aspecto psicológico el 19.1% presentan calidad de vida regular, en el aspecto social el 17.0% presentan calidad de vida regular, el 50.7% presentan estrés leve con calidad de vida buena, el 36.1% estrés moderado con calidad de vida regular, el 59.2% estrés grave con calidad de vida malo. Concluyendo que: existe relación entre el estrés y la calidad de vida, se aplicó la prueba no paramétrica chi cuadrado leída con un nivel de significancia  $p = 0,016$  (16).

### **1.3. Bases Teóricas**

La siguiente investigación aborda la problemática del estrés frente a la pandemia de la COVID 19 en los estudiantes universitarios y la forma en que este incide en la calidad de vida de estos, considerando que el estrés es un problema cada vez más frecuente y el estudiante de la Escuela de Enfermería de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, no se encuentra ajeno a esta afección, toda vez que desarrolla durante toda su carrera actividades prácticas en campos clínicos y por lo tanto está constantemente bajo la

supervisión de docentes y profesionales de la salud, sumado a todo esto debe preparar pruebas y exámenes y como si fuera poco luchar por superar sus problemas personales.

### **Estrés en estudiantes Universitarios.**

El estrés es conocido como la enfermedad del presente. Casi todos los seres humanos han experimentado, en el trabajo o en su vida privada, situaciones en las que se han sentido sobrecargados, irritados, nerviosos o inquietos. Uno se enoja, siente rabia o impotencia y desánimo. El equilibrio entre tensión y relajación, actividad y descanso, estrés y tranquilidad está muy alterado en estos días (17).

El estrés es parte de la vida, e incluso ciertos niveles de estrés pueden aumentar el rendimiento. Sin embargo, un exceso de éste puede causar enfermedades. El estrés crónico, no solamente aumenta el riesgo de múltiples enfermedades, sino que también puede tener un impacto negativo sobre nuestra conducta; de tal modo, algunas personas en situaciones estresantes o bajo presión se comportan de una manera que daña su salud: fuman más, beben más alcohol, se alimentan mal. También aumenta el riesgo de accidentes, baja la capacidad de rendimiento, se cometen más errores y se siente un malestar generalizado (18).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define estrés como un conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción, en otras palabras, es una respuesta de demandas que vienen desde afuera o desde adentro de la persona. Todos estamos predispuestos a distintos factores internos o externos que pueden provocar estrés y que se manifiesta con diversos síntomas (19).

El concepto de estrés viene del ámbito de la resistencia de materiales. Aquí se entiende como estrés la tensión y distorsión de metales o vidrios. En la medicina y la psicología, el médico Hans Selye introdujo el concepto de estrés en el año 1950, describiendo algo similar: "Las cargas, esfuerzos, y molestias, a las que un ser vivo está expuesto día a día, en los diferentes ambientes en que se desenvuelve. Se trata de las obligaciones de adaptarse y las tensiones, éstas pueden sacar a las personas de su equilibrio personal y hacerlas sentir bajo presión tanto psíquica como corporalmente" (20).

Selye también describió el “Síndrome General de Adaptación”, que busca movilizar los recursos necesarios para enfrentar la amenaza o estrés, considerando que distintos individuos reaccionan de diferentes maneras a las mismas condiciones (Appley y Trumbull, 1977). Selye divide a la respuesta general de adaptación en tres etapas:

**a). Etapa 1:** Reacción de alarma: son todas las manifestaciones generales inespecíficas que, debido a la brusca acción de estímulos, afectan a la mayor parte del organismo y no le permiten adaptarse cuantitativamente ni cualitativamente.

**b). Etapa 2:** Resistencia: cuando la tensión es prolongada, el cuerpo se mantiene muy activado, en especial el sistema inmunológico, y comienza a operar inadecuadamente. El organismo se debilita y es susceptible a otros estresores.

**c). Etapa 3:** Extenuación: si el estrés continuo o surgen nuevos factores, la persona comienza a mostrar señales de agotamiento y desgaste muscular, durante este periodo, el sujeto puede presentar problemas psicológicos y enfermedades (somatizaciones), que lo pueden llevar a la muerte.

La primera reacción (previa cognición) involucra al sistema simpático adrenal. Después de haber sido evaluada como amenazante la situación, la información llega al hipotálamo, que provoca la secreción de catecolaminas (adrenalina, noradrenalina y dopamina) que actúan sobre el organismo “preparándolo para la huida”. El sistema neuroendocrino también se activa a través del hipotálamo, provocando una serie de reacciones que dan por resultado la liberación de cortisona, hidrocortisona y corticoesterona, entre otros. Las hormonas nombradas preparan al sujeto para realizar la acción que este estime conveniente (21).

El estrés es un programa genético muy antiguo. Aún nos comportamos de manera muy similar a nuestros antepasados y a muchos otros animales mamíferos. Originalmente, el sentido de la reacción de estrés fue la preservación de la vida a través de un mecanismo reflejo de ataque y/o huida. En caso de peligro se desarrolla una enorme fuerza física. Las glándulas suprarrenales secretan adrenalina a la sangre. La actividad del simpático aumenta, así se libera energía en los músculos y el cerebro, o se realiza una movilización fulminante de todas las reservas corporales. El pulso, la presión sanguínea y la frecuencia

respiratoria aumentan, el tracto digestivo se paraliza, los glóbulos rojos se diseminan para facilitar la recepción de oxígeno y la entrega de dióxido de carbono, el factor de coagulación aumenta. Dentro de muy poco tiempo el hombre está preparado para el ataque o la huida, esto se denomina "reacción de alerta" del cuerpo, la que sucede automáticamente frente a cualquier peligro potencial del bienestar (22).

Se denomina estrés al estado en que nos encontramos y no a la causa. A ésta última se le denomina "estresor". El estrés es la reacción a estresores. Es una reacción tanto innata como adquirida que nos permite una adaptación rápida a las cambiantes circunstancias de la vida. Se entiende como estresores todas las exigencias, internas como externas. El organismo separa todos los estímulos en positivos o negativos. Todo lo que es agradable o útil es valorado como positivo. Todo lo que es desagradable, amenazante o sobrecargante, es valorado como negativo, es decir como un estresor.

Los estresores pueden ser también estímulos positivos que aparecen de una forma muy repentina, masiva o intensa y, frente a los cuales, uno no puede reaccionar de manera adecuada, o por lo menos cree no poder hacerlo. Como se ha demostrado en los últimos años, son precisamente los (pequeños) enojos diarios, los responsables por el desarrollo de efectos dañinos a consecuencia del estrés. Todas las situaciones que nos podamos imaginar que son vividas por el individuo como desagradables y/o amenazantes, pueden desencadenar estrés. Desilusiones, miedo al fracaso, subexigencia (estudiantil), inseguridades en la evaluación de las situaciones, son estresores especialmente fuertes.

Según las investigaciones, parece ser que hay una diferencia entre los sexos: los hombres tienden a estar irritables y agresivos y a caer en conductas adictivas, mientras que las mujeres son más propensas al retraimiento o a sentirse deprimidas. Los síntomas del estrés están interrelacionados y, a menudo, por un "efecto dominó", un síntoma dispara otro. Como el estrés se va desarrollando paulatinamente, los síntomas se van haciendo crecientemente más agudos y notorios (23).

### **Distrés General**

Este tipo de estrés produce una sobrecarga de trabajo no asimilable, la cual eventualmente desencadena un desequilibrio fisiológico y psicológico que termina en una reducción en la

productividad del individuo, la aparición de enfermedades psicosomáticas y en un envejecimiento acelerado. Es todo lo que produce una sensación desagradable (24).

En el campo de la medicina, el distrés o estrés negativo es un estado de angustia o sufrimiento en el cual una persona o animal es incapaz de adaptarse completamente a factores amenazantes o de demanda incrementada, en otras palabras, es la «inadecuada activación psicofisiológica que conduce al fracaso» (24).

Es un tipo de estrés crónico o nocivo que puede llegar a durar meses e incluso años, Puede ser evidente en las personas por la interacción social o las relaciones interpersonales. El distrés es lo contrario del eustrés, un estrés positivo que produce alegría y satisfacción (25).

El término distrés a veces es asociado con el síndrome de Burnout, un trastorno relacionado con el estrés crónico (25).

### **Factores de riesgo**

Puede ser provocado por el trabajo, la escuela, los compañeros, familiares y la muerte de un pariente o amigo (26).

La educación superior se relaciona con la reducción de la angustia psicosocial tanto en hombres y mujeres, y estos efectos persisten durante todo el proceso de envejecimiento, y no solo después de haber recibido una educación (26).

### **Consecuencias**

La persona que sufre de distrés puede sufrir de enfermedad cerebrovascular y otras como la cardiopatía isquémica. También se ve comprometida la capacidad física, como por ejemplo, fatiga, dolores de cabeza, disminución del deseo sexual, mareos, calambres, diarrea, náuseas, sequedad en la boca, palpitaciones, apneas, temblores, estreñimiento, entre muchas otras. Entre los psíquicos está la falta de creatividad, comportamiento irracional, agresividad, inseguridad, falta de concentración, inflexibilidad, depresión, preocupación, impaciencia, entre otros (27).

### **Prevención**

La gente a menudo encuentra maneras de lidiar con el distrés. Por ejemplo, el hacer ejercicio es una buena actividad que relaja el cuerpo y la mente; por medio de los

aeróbicos, la persona se siente más tranquila y serena ya que se liberan endorfinas del cuerpo. Además, la identificación de aquellos factores negativos también puede ayudar a contrarrestar la angustia. El descansar de forma adecuada también disminuye los efectos del distrés, así como también, el escuchar música, meditar y ducharse (28).

Así mismo, existe un Inventario de Distrés Emocional (IDEP) que tiene la propiedad de evaluar las diferentes dimensiones de la ansiedad, depresión, expresión de la ira, y desesperanza en pacientes con problemas de salud en general, y cáncer en particular. Este instrumento psicométrico es sensible a la naturaleza multidimensional del concepto de distrés emocional percibido y considera la medición de un índice global de distrés emocional percibido en base a la multidimensionalidad de este concepto.

Esta forma de conceptualización parece ser la más apropiada en virtud a la evidencia científica factorial de que el concepto de distrés emocional percibido mantiene una jerarquía multidimensional, con la mayor parte de información proveniente de un factor principal (29).

De tal manera que el distrés mide:

- ✓ Afección inesperada
- ✓ Incapacidad de controlar cosas
- ✓ Nerviosismo o estrés
- ✓ Acumulación de dificultades

### **Capacidad de afrontamiento**

El afrontamiento “es el proceso a través del cual el individuo maneja las demandas de la relación individuo-ambiente que evalúa como estresantes y las emociones que ello genera”. Además, el afrontamiento se relaciona estrechamente con la evaluación cognitiva de las situaciones estresantes (31).

Se puede comprender como un estilo personal para afrontar el estrés, o como un proceso. Asimismo, se comprende el afrontamiento como los esfuerzos cognitivos y conductuales, que de manera permanente pueden cambiar, con el fin de manejar las demandas específicas externas y/o internas que son examinadas como excedentes de los recursos de las personas. Por tanto, es necesario indicar que los padres de familia deben estar preparados para apoyar a sus hijos cuando se sienten estresados, ya sea por mucha tarea,

porque su mal carácter del profesor, etc. que hace que los estudiantes puedan tener varios síntomas o reacciones físicas, psicológicas o reacciones comportamentales; por lo que es perentorio que tanto los docentes y padres de familia desarrollen actividades de capacitación que favorezca la preparación de los alumnos para que desarrolle estrategias de afrontar tal situación (31).

Es decir, la capacidad de afrontamiento no siempre serán las mismas y tiene gran dependencia de las características de cada situación. Es vital indicar que el afrontamiento es todo lo que uno hace con independencia de si resulta eficaz o ineficaz.

En conclusión, la capacidad de afrontamiento del estrés es un proceso de cambio en donde el individuo, en determinado momento debe valerse de sus estrategias defensivas para tratar de resolver un determinado problema o problemas. Todo ello a medida que se relaciona con el entorno va cambiando durante su vida académica.

La capacidad de afrontamiento se da cuando los estudiantes pueden hacer frente al estrés, cuando tienen habilidad asertiva, pueden elaborar un plan y realiza sus tareas, cuando los estudiantes se concentra para resolver la situación que lo preocupa, cuando se elogia a sí mismo, cuando le afecta la religiosidad, cuando tiende a buscar información según su situación, cuando el alumno ve lo positivo de las malas situaciones que lo preocupan, cuando conversa sobre la situación que le afecta. Con respecto a la habilidad asertiva, algunos estudiantes son francos, directos positivos, es decir poseen adecuadas habilidades sociales; en cuanto a la elaboración del plan y realizan sus tareas, lo desarrollan en forma ordenada, previenen la cantidad de trabajos, y pueden ser sistemáticos en su vida diaria, así como tienen la habilidad para concentrarse y solucionan problemas de dar exámenes, se elogian asimismo para elevar su autoestima, para sentirse más seguros, así como pueden buscar información al respecto. Y los alumnos cuando tienen sobrecarga de trabajos, a veces ven lo positivo para para no sentirse fastidiados, abrumados.

Entre ellos, se considera:

- ✓ Manejo de problemas
- ✓ Manejo de las cosas

- ✓ Control de las dificultades
- ✓ Control de las cosas

#### **1.4. Justificación**

No existen estudios que muestren como es que los estudiantes de la carrera profesional de Enfermería piensan y se sienten, además hay muy poca información sobre cómo la pandemia de la COVID 19 desencadena en estrés. Del mismo modo no se cuenta con medidas de apoyo que se podrían brindar a los estudiantes de la carrera profesional de Enfermería afectados por el estrés, considerando que en la actualidad no se cuenta con una data referente a los estudiantes que sufren de estrés por la COVID 19 en la que venimos viviendo.

El estrés no solo afecta a la salud mental de las personas, sino también a la salud corporal; convirtiéndose en un factor importante para el desarrollo de otras patologías posteriores. La carga emocional que significa para los estudiantes universitarios, específicamente en los nuevos ingresantes a la carrera de enfermería, toda vez que al empezar sus actividades lo tengan que realizar de manera virtual y no poder conocer personalmente a sus docentes, compañeros, sobre todo no tener contacto directo con ellos. Pudiendo significar una situación angustiosa que pone a prueba la estabilidad emocional y salud mental de los mismos.

El nivel de afectación emocional de los estudiantes al encontrarse en clases virtuales muchas veces termina en estrés, y esto se podría ver reflejado en sus relaciones familiares e incluso en su desempeño académico. Afectando de tal forma su calidad de vida y su lugar como miembros de una sociedad.

En la actualidad con todas las responsabilidades que un estudiante universitario tiene durante su formación académica, conlleva a la aparición de problemas mentales. A pesar de que se evidencia el incremento de estos problemas, siendo muy necesario un mayor aporte de conocimientos respecto al tema acorde al tiempo en que vivimos.

En el presente trabajo de investigación se recolectará la información mediante encuestas virtuales donde permitirá un estudio adecuado, al contar con un instrumento validado.

### **1.5. Problema**

¿Cuál es el nivel de estrés durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - Universidad Nacional de San Martín Tarapoto; Periodo mayo-octubre 2021?

## **II. OBJETIVOS**

### **2.1. Objetivo General**

Determinar el nivel de estrés durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo-octubre 2021

### **2.2. Objetivos Específicos:**

1. Determinar las características sociodemográficas de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto, periodo mayo-octubre 2021.
2. Determinar el estrés general percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo-octubre 2021. Según dimensión distrés general.
3. Determinar el estrés general percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo-octubre 2021. Según dimensión capacidad de afrontamiento.

### **2.3. Hipótesis de Investigación**

El estrés durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - Universidad Nacional de San Martín Tarapoto; Periodo mayo-octubre 2021, es alto.

## 2.4. Sistema de Variable

- ✓ **Univariable:** Estrés

### 4.2.2. Operacionalización de Variables

<u>UNIVARIABLE</u>	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Estrés	<p>Respuesta fisiológica, psicológica y conductual de un individuo a cualquier cambio en el ambiente (estresor) para poder adaptarse a él, mediante esta respuesta nuestro organismo se prepara para hacer frente a la nueva situación; Por tanto, el estrés es el resultado de la adaptación de nuestro cuerpo y nuestra mente al cambio. (Robles y Peralta 2010).</p>	<p>Reacción fisiológica que se evidencia a través de los estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.</p>	Distrés general	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Afectado inesperadamente</li> <li>✓ Incapaz de controlar cosas</li> <li>✓ Nervioso o estresado</li> <li>✓ No podía afrontar</li> <li>✓ Enfadado</li> <li>✓ Dificultades se acumulan</li> </ul>	<b>Nominal</b>
			Capacidad de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Manejar problemas</li> <li>✓ Las cosas van bien</li> <li>✓ Control de dificultades</li> <li>✓ Todo bajo control</li> </ul>	

### III. MATERIAL Y MÉTODOS

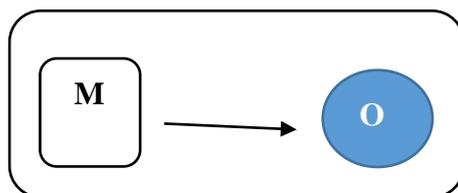
#### 3.1. Tipo de estudio

Considerando los objetivos de la investigación, se adoptó una metodología de estudio El estudio fue no experimental de enfoque cuantitativo, descriptivo, de corte transversal.

#### 3.2. Diseño de la investigación

Para contrastar la hipótesis se trabajó con el diseño descriptivo simple.

**Esquema:**



**Donde:**

**M:** Representa a los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto.

**O:** Estrés

#### 3.3. Universo, población y muestra

**Universo**

El universo estuvo constituido por todos los estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín Tarapoto, periodo mayo-octubre 2021, Que asciende a 4728 estudiantes.

## **Población**

Estuvo constituida por todos los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto, periodo mayo a octubre 2021, el mismo que ascendieron a 224 estudiantes. (Fuente: Oficina de Asuntos académicos-UNSM-T.)

## **Muestra**

La muestra estuvo considerada a todos los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, matriculados en el semestre académico 2021-I. Que ascienden a 224 estudiantes. ((Fuente: Oficina de Asuntos académicos-UNSM-T.)

### **3.3.1. Criterios de inclusión**

Se tuvo en cuenta los siguientes criterios de inclusión:

- ✓ Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería que se encontraron matriculados en el semestre 2021-I.
- ✓ Estudiantes que aceptaron participar voluntariamente firmando el Consentimiento informado por los investigadores.

### **3.3.2. Criterios de exclusión**

Los criterios de exclusión fueron los siguientes:

- ✓ Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería que desearon retirarse a media encuesta.
- ✓ Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería que no desearon participar del estudio

## **3.4. Procedimiento**

Para realizar el proyecto de investigación se siguió el siguiente procedimiento:

- ✓ Se elaboró el proyecto y se presentó ante la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNSMT para la designación de los Jurados de tesis, revisión y aprobación correspondiente.

- ✓ Se solicitó la autorización a la Dirección de Escuela Profesional de Enfermería para poder aplicar el instrumento de investigación de manera virtual.
- ✓ Para la recolección de los datos estuvo bajo la responsabilidad de los investigadores, se trabajaron con los delegados de cada ciclo, y se realizaron una reunión virtual para poder explicarles el procedimiento del llenado del instrumento, para que ellos en calidad de delegados nos ayudaron a explicar a sus compañeros el llenado de los instrumentos.
- ✓ Los datos fueron recolectados a través de un cuestionario virtual anónimo, en un horario que estimen conveniente; el tiempo que se empleó para aplicar el instrumento fue de 10 a 15 minutos.
- ✓ Una vez recogidos los datos se procedió al análisis e interpretación de los mismos.
- ✓ Posteriormente, con los datos obtenidos se procedió a la elaboración del informe final de la tesis para su posterior sustentación.
- ✓ Finalmente, se procederá a la sustentación del informe de tesis.

### **3.5. Métodos e instrumento de recolección de datos**

Para la realización del presente estudio se utilizó como técnica para la recolección de datos la encuesta de forma virtual y como instrumento, se empleó la versión abreviada Escala de Estrés Percibido (EEP-10), tomado del trabajo de investigación de Cuestas Ríos Julissa. Con el título: Estrés percibido durante la pandemia Covid-19 en un grupo de estudiantes de enfermería de una universidad en Lima Norte, 2020. Y su puntuación que se asignó fue:

Desde:

- ✓ 0 = Nunca
- ✓ 1 = Casi nunca
- ✓ 2 = De vez en cuando
- ✓ 3 = A menudo
- ✓ 4 = Muy a menudo.

**Puntaje general:** Obtenido de la Escala de puntuación de “Baremo”.

Clasificación	Puntaje
Alto	De 28 a 40 puntos
Medio	De 14 a 27 puntos
Bajo	De 0 a 13 puntos

En cuanto a la ficha técnica, se aplicó de manera virtual a los estudiantes de Enfermería por un periodo de 10 a 15 minutos aproximadamente; en cuanto a su medición, a mayor puntuación, mayor nivel de estrés percibido.

Para la Dimensión “Distrés General”: se consideró la siguiente puntuación:

Clasificación	Puntaje
Alto	De 17 a 24 puntos
Medio	De 9 a 16 puntos
Bajo	De 0 a 8 puntos

Para la Dimensión “Capacidad de afrontamiento”: se consideró la siguiente puntuación:

Clasificación	Puntaje
Alto	De 12 a 16 puntos
Medio	De 6 a 11 puntos
Bajo	De 0 a 5 puntos

### 3.6. Validez y confiabilidad del instrumento

El presente instrumento que hemos utilizado fue tomado del trabajo de investigación de Cuestas Ríos Julissa, donde fue validado de dos formas, primero mediante la validez de

contenido en la que participaron cinco jueces de experto cuya valoración de resultado fue buena, y segundo, a través de una prueba piloto, en donde se aplicó la medida de adecuación muestral de Kaiser Meyer y Olkin que reportó un valor de 0,875 ( $KMO > 0,5$ ) y el test de esfericidad de Bartlett con un  $p < 0,001$ , ambas pruebas indicaron que el instrumento es válido (ver anexo E). El coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach fue de 0,747 ( $\alpha > 0,6$ ), que confirma la fiabilidad del instrumento de medición (31).

### **3.7. Plan de análisis e interpretación de datos**

La información recolectada fue codificada y procesada de forma manual con el programa EXCEL, elaborando una tabla Matriz, cuyos valores fueron procesado a través del paquete estadístico SPS V24. Se presentaron los resultados a través de tablas estadísticas.

### **3.8. 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.** Características sociodemográficas de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto, periodo mayo-octubre 2021.

<b>Características sociodemográficas</b>	<b>Frecuencia (fi) (n=224)</b>	<b>Porcentaje (%)</b>
<b>Edad</b>		
De 17 a 19 años	163	72.8
De 20 a 22 años	56	25.0
De 22 años a más	5	2.2
<b>Sexo</b>		
Masculino	23	10.3
Femenino	201	89.7
<b>Lugar de procedencia</b>		
Urbano	187	83.5
Rural	37	16.5
<b>Estado civil</b>		
Casado (a)	5	2.2
Conviviente	13	5.8
Viudo (a)	0	0.0
Divorciado (a)	1	0.4
Soltero (a)	205	91.5
<b>Tiene hijos</b>		
Si	21	9.4
No	203	90.6
<b>Religión</b>		
Católico	139	62.1
Evangélico	21	9.4
Adventista	56	25.0
Testigo de Jehová	4	1.8
Otro	4	1.8
<b>Ocupación</b>		
Solo estudio	123	54.9
Estudio y trabajo eventual	59	26.3
Estudio y trabajo estable	42	18.8
<b>Tipo de familia</b>		
Nuclear	152	67.9
Monoparental	23	10.3
Extendida	16	7.1
Ampliada	8	3.6
Reconstituida	19	8.5
Equivalente familiar	2	0.9
Persona sola	4	1.8

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 1, podemos visualizar que del 100% (224) estudiantes de la Escuela profesional de Enfermería de la UNSM, el 72.8% (163) se encuentran entre las edades de 17 a 19 años de edad, el 89.7% (201) son de sexo femenino, el 83.5% (187) proceden de zonas urbanas, el 91.5% son de estado civil soltero, el 90.6% (203) no tienen hijos, el 62.1% (139) profesan la religión católica, 54.9% (123) solo se ocupan a estudiar, el 67.9% (152) provienen de una familia nuclear.

**Tabla 2.** Estrés general percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo-octubre 2021. Según dimensión distrés general.

<b>DISTRÉS GENERAL</b>	<b>fi (n=224)</b>	<b>%</b>
Alto (De 17 a 24 puntos)	35	15.6
Medio (De 9 a 16 puntos)	162	72.3
Bajo (De 0 a 8 puntos)	27	12.1

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 2, se visualiza que el 72.3% (162) de los participantes tienen distrés medio, el 15.6% (35) tienen distrés alto y el 12.9% (27) de los participantes tienen distrés bajo.

**Tabla 3.** Estrés general percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo-octubre 2021. Según dimensión capacidad de afrontamiento.

<b>CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO</b>	<b>fi (n=224)</b>	<b>%</b>
Alto (De 12 a 16 puntos)	10	4.5
Medio (De 6 a 11 puntos)	158	70.5
Bajo (De 0 a 5 puntos)	56	25.0

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 3, se visualiza que el 70.5% (158) de los participantes tienen un nivel medio de capacidad de afrontamiento sobre el estrés académico, el 25.0% (56) presentan un nivel bajo y el 4.5% (10) de los participantes tienen nivel alto de capacidad de afrontamiento.

**Tabla 4.** Nivel de estrés durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo-octubre 2021

<b>NIVEL DE ESTRÉS</b>	<b>fi (n=224)</b>	<b>%</b>
Alto (De 28 a 40 puntos)	24	10.7
Medio (De 14 a 27 puntos)	165	73.7
Bajo (De 0 a 13 puntos)	35	15.6

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 4, se visualiza que el 73.7% (165) de los participantes presentan nivel medio de estrés, el 15.6% (35) presentan nivel bajo y un 10.7% (24) de los participantes presentan un nivel alto de estrés.

## V. DISCUSIÓN

A raíz de los resultados obtenidos se procedió a realizar un análisis detallado sobre el estrés percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo Mayo - octubre 2021, con la finalidad de dar respuesta a los objetivos de la presente investigación, donde se evidenció que el 72.8% (163) se encuentran entre las edades de 17 a 19 años de edad, el 89.7% (201) son de sexo femenino, el 83.5% (187) proceden de zonas urbanas, el 91.5% son de estado civil soltero, el 90.6% (203) no tienen hijos, el 62.1% (139) profesan la religión católica, 54.9% (123) solo se ocupan de estudiar, el 67.9% (152) provienen de una familia nuclear (Tabla 1).

Coincidiendo con los resultados de Gutiérrez J. (2020), donde los resultados muestran diferencias significativas entre las y los estudiantes, en el cual las mujeres presentaron 25,14% ( $p=0,025<0.05$ ) (32), del mismo modo señala Meyer et al (2013) acerca del estrés percibido, este estudio mostró diferencias significativas en relación a la percepción de estrés en mujeres (27,15% D.E=7,53) que en hombres (33); De igual manera, en un hallazgo González et al. (34) sobre el impacto psicológico en estudiantes a causa del confinamiento por COVID 19, reveló valores entre moderados a severos de estrés percibido predominantemente en mujeres 31,92%, a más de la presencia de síntomas asociados.

Del mismo modo; coinciden con los resultados de Cuestas J. (2020), donde se observa en cuanto a la edad de los participantes, el 40 (58%) son de 20 a 25 años, 18 (26,1%) de 26 a 30 años, 5 (7,2%) de 31 a 35 años, 4 (5,8%) de 41 a 45 años y 2 (2,9%) de 36 a 40 años. En relación con el sexo, 66 (95,5%) son femenino y 3 (4,3%) masculino. En cuanto al estado civil, 47 (68,1%) son solteros, 11 (15,9%) 22 convivientes, 7 (10,1%) casados, 3 (4,3%) divorciados y 1 (1,4%) viudo. En relación con la ocupación, 27 (39,1%) estudian y tienen trabajo eventual, 25 (36,2%) solo estudian y 17 (24,6%) estudian y tienen trabajo estable. En cuanto al tipo de familia, 40 (58%) son familias nucleares, 10 (14,5%) monoparentales, 8 (11,6%) personas solas, 6 (8,7%) extendidas y 5 (7,2%) ampliadas (31).

En la tabla 2, según la dimensión distrés general el 72.3% (162) de los participantes tienen distrés medio, el 15.6% (35) tienen distrés alto y el 12.9% (27) de los participantes tienen distrés bajo.

Estos resultados son similares a lo encontrado por Cuestas J. (2020), donde se observa que predominó el nivel medio con 56,5% (n=39), seguido del nivel alto en un 26,1% (n=18) y bajo con 17,4% (n=12) (31).

Según Średniawa y colaboradores, mencionan que la pandemia ha producido preocupación en el estudiante, que se traduce en una sobrecarga de actividades que puede afectar su desempeño (35), del mismo modo; Espinoza A, Pernas I, González R. (2018), mencionan que este factor es referido a una sobrecarga que lleva al desgaste de reserva de energía, que produce un desequilibrio psicológico y fisiológico en la actividad académica del estudiante (33).

Del mismo modo Lai y colaboradores (2020), señala que debido a la expansión del COVID-19, muchos jóvenes de diversos países presentaron tensiones psicológicas debido a la transición brusca de situaciones rutinarias a catastróficas, afectando ello a los logros personales, la adaptación de enseñanza a distancia y el cierre o bloqueo fronterizo de no poder retornar a la región de origen y quedarse en un país extranjero. El impacto de la pandemia fue devastador para muchos estudiantes sobre todo no contar con los medios económicos suficientes para subsistir y estar con sus parientes más cercanos ante esta pandemia. Todo ello puede aún más perjudicar el bienestar psicológico y rendimiento estudiantil del universitario (37).

En la tabla 3, según la dimensión capacidad de afrontamiento sobre el estrés el 70.5% (158) de los participantes tienen un nivel medio de capacidad de afrontamiento sobre el estrés académico, el 25.0% (56) presentan un nivel bajo y el 4.5% (10) de los participantes tienen nivel alto de capacidad de afrontamiento sobre el estrés académico.

Perea et al (2016), el cual mostraron una relación directa de estrés percibido con el afrontamiento del mismo mediante la presencia del apoyo familiar, esta relación podría influir sobre el manejo de estrés percibido, de los cuales el 88,35% de los evaluados manifestaron tener apoyo y el 16.67% no percibió esta relación, considerando que una relación adecuada con el entorno familiar sería fundamental y jugaría un rol importante para la preparación académica y profesional (38). Así lo indica Othman et al. (39) en su investigación en 2019 que evidenció resultados elevados de estrés percibido en el 88,35%

de los evaluados con niveles mayores es estrés 58.5% que influye sobre factores sociales (OR 3.87), a más de estar asociado a condiciones de salud como depresión y ansiedad; encontramos que más de la mitad de los estudiantes realizaban actividad física, presentado diferencias significativas en relación a quienes no lo practicaban ( $P= 0.000$ ) 26,54% siendo este un factor de riesgo condicionante del estrés percibido, similar a lo encontrado en una investigación de Sugiura et al. (40) realizada en estudiantes de odontología, que evidenció en quienes realizaban actividad física la presencia de valores menores de estrés en relación a quienes no lo hacían 62,42%

Cuestas J. (2020), menciona que, en un grupo de estudiantes de enfermería de una universidad en Lima Norte, predominó el nivel medio con 71% ( $n=49$ ), seguido del nivel bajo con 24,6% ( $n=17$ ) y alto con 4,3% ( $n=3$ ), mencionando que casi un 95% de estudiantes tuvo algún nivel de dificultad para afrontar la situación psicosocial generada por la emergencia sanitaria. Está definido como el proceso por el cual se adapta al cambio y reduce los obstáculos o adversidades entre el individuo y entorno de forma positiva (31).

Según Oura M, Moreira A, Santos P. (2020), en el trabajo de investigación que realizaron, mencionan que son más susceptibles a sufrir niveles estresantes por las exigencias académicas que repercute al alumno como un factor desafiante y desgastador, esto puede exacerbar la vulnerabilidad emocional y conducir a un menor éxito profesional. Esto implica la necesidad de proporcionar a los estudiantes desde las instituciones un mejor apoyo en su estado emocional y evitar factores estresantes que comprometen la estabilidad de su profesión en los próximos años (41).

Del mismo modo; Chau C, Vilela P. (2017), refieren que los estudiantes son más vulnerables y suelen relacionarse con el estrés, lo cual pone en riesgo su bienestar emocional y empeño académico. Encontraron que los universitarios de Lima tienen más probabilidades de manifestar tensión psicológica que los de provincia (42).

En la tabla 4, podemos evidenciar que 73.7% (165) de los participantes presentan nivel medio de estrés, el 15.6% (35) presentan nivel bajo y un 10.7% (24) de los participantes presentan un nivel alto de estrés.

Estos resultados son similares a lo encontrado por Meyer A, Villalobos C. (2013), acerca del estrés percibido, este estudio mostró diferencias significativas en relación a la percepción de estrés en mujeres (27,15% D.E=7,53) que en hombres; De igual manera, en un hallazgo González et al. (19) sobre el impacto psicológico en estudiantes a causa del confinamiento por COVID 19, reveló valores entre moderados a severos de estrés percibido predominantemente en mujeres 31,92%, a más de la presencia de síntomas asociados. Contrario a ciertos estudios (20,21) que no han encontrado diferencias estadísticamente significativas de estrés percibido con relación al sexo (43).

La COVID-19 sorprendió a muchas personas de distintas edades de forma invariable, muchos no estuvimos lo adecuadamente preparados para afrontar esta emergencia sanitaria. Así mismo, podemos señalar que la mayoría de los estudiantes universitarios han pasado por distintas circunstancias, que ha repercutido en el proceso de su estudio y que sin lugar a duda han sido afectados enormemente por esta trágica y dura realidad que se está viviendo por este virus. Es por esta razón, que las universidades de distintas entidades tanto públicas como privadas deben velar por la salud y bienestar de sus estudiantes para evitar futuros acontecimientos que conlleven a perjudicar o alterar su bienestar mental, por ende, deben estar en continuo seguimiento de las necesidades estudiantiles.

Definitivamente, en este estudio se sugiere prevenir los problemas psicosociales que afectan al estudiante universitario; por ello, también se resalta la importancia del uso de instrumentos como el EEP-10, el cual es válido y confiable, el cual presenta propiedades psicométricas adecuadas resaltadas a nivel internacional, que permiten evidenciar los problemas de salud mental de forma oportuna.

## VI. CONCLUSIONES

Las conclusiones que se muestran en este trabajo de investigación se pueden sintetizar de la siguiente forma:

1. En las características sociodemográficas, se puede evidenciar que el 72.8% se encuentran entre las edades de 17 a 19 años de edad, el 89.7% son de sexo femenino, el 83.5% proceden de zonas urbanas, el 91.5% son de estado civil soltero, el 90.6% no tienen hijos, el 62.1% profesan la religión católica, 54.9% solo se ocupan en estudiar, el 67.9% provienen de una familia nuclear.
2. Con respecto a la dimensión distrés general, el 72.3% de los participantes tienen nivel medio, el 15.6% tienen nivel alto y el 12.9% de los participantes tienen nivel bajo de distrés.
3. Según la dimensión: capacidad de afrontamiento sobre el estrés académico, el 70.5% de los participantes tienen nivel medio, el 25.0% presentan un nivel bajo y el 4.5% de los participantes tienen nivel alto de capacidad de afrontamiento.
4. El nivel de estrés que presentan los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto, es medio con un 73.7%.
5. Al contrastar la hipótesis estudiada se puede evidenciar que no guarda coherencia con los resultados obtenidos, por lo tanto, no se acepta la hipótesis planteada.

## VII. RECOMENDACIONES

En calidad de investigadores, recomendamos:

1. Socializar los resultados de la presente investigación a la plana de docentes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Facultad Ciencias de la Salud, con la finalidad de que los grupos de investigación emprendan estudios similares con poblaciones mayores que integren estudiantes de todos los ciclos académicos.
2. A los Docentes tutores de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, considerar temas dentro del desarrollo de la tutoría como: manejo del estrés, solución de problemas, además de horario para levantarse, estudiar, hacer ejercicio, así como para actividades de autocuidado, con la finalidad de lograr que los estudiantes tengan una buena capacidad de afrontamiento en las diferentes actividades presentadas durante la vida universitaria.
3. Con respecto a la capacidad de afrontamiento, se recomienda a la Dirección de Escuela de Enfermería, gestionar ante la dirección del área de Psicopedagogía de la Oficina de Bienestar Universitaria de la UNSM, brindar consejerías, orientación, capacitación o conferencias virtuales con temas de afrontamiento en la tensión psicológica ante la emergencia sanitaria u otros similares.
4. Según el nivel de estrés que percibieron los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto, tuvo mayor predominio el nivel medio, por lo que se recomienda a la responsable del área de Psicopedagogía de la oficina de Bienestar Universitario, trabajar coordinadamente con los docentes tutores de la Escuela Profesional de Enfermería, con la finalidad de implementar programas e intervenciones continuas que permitan garantizar un estado emocional estable ante los desafíos académicos y así evitar alteraciones en el estado emocional del estudiante.

## VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud. La OMS declara que el nuevo brote de coronavirus es una emergencia de salud pública de importancia internacional [Internet]. Washington-Estados Unidos: OPS; 2020 [citado 15 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/30-1-2020-oms-declara-que-nuevo-brote-coronavirus-es-emergencia-saludpublica-importancia>
2. Sahu P. Closure of Universities Due to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Impact on Education and Mental Health of Students and Academic Staff Challenges. Cureus [Internet]. 2020 [citado 15 de febrero 2021];12(4):1-6. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7198094/pdf/cureus-0012-0000007541.pdf>
3. Ersin F, Kartal M. The determination of the perceived stress levels and health-protective behaviors of nursing students during the COVID-19 pandemic. Perspect Psychiatr Care [Internet] 2020 [citado 15 de febrero 2021];2020:1-7. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7675334/pdf/PPC-9999-na.pdf>
4. Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y el Caribe, Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe. COVID-19 y educación superior: De los efectos inmediatos al día después. Análisis de impactos, respuestas políticas y recomendaciones. [Internet]. 2020. p. 9. Disponible en: <http://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/04/COVID-19-060420-ES-2.pdf>
5. Castillo I, Barrios A, Alvis L. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo [Internet]. 2018 [citado 08 de marzo de 2021];20(2):1-11. Disponible en: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2\(2018-31II\)/145256681002/145256681002\\_visor\\_jats.pdf](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2(2018-31II)/145256681002/145256681002_visor_jats.pdf)
6. Bartlett M, Taylor H, Nelson D. Comparison of Mental Health Characteristics and Stress Between Baccalaureate Nursing Students and Non-Nursing Students. Journal of Nursing Education [Internet] 2016 [citado 08 de marzo de 2021];55(2):87-90. Disponible en: <https://www.healio.com/nursing/journals/jne/2016-2-55->

[2/%7Ba7e35b00-57bc-41c6-8a38-ac3e10f06dd9%7D/comparisonof-mental-health-characteristics-and-stress-between-baccalaureatenursing-students-and-non-nursing-students#divReadThis](https://doi.org/10.1016/j.nursing.2020.07.001)

7. Ferreira J, Costa A, Rodriguez M, Marques R, Alvarez S. Association of stress factors and depressive symptoms with the academic performance of nursing students. *Rev Esc Enferm USP* [Internet] 2019 [citado 08 de marzo de 2021];53:1-9. Disponible en: [https://www.scielo.br/pdf/reeusp/v53/en\\_1980-220X-reeusp-53-e03530.pdf](https://www.scielo.br/pdf/reeusp/v53/en_1980-220X-reeusp-53-e03530.pdf)
8. Roso-Bas F, Pades A, García-Baudes E. Emotional variables, dropout and academic performance in Spanish nursing students. *Nurse Education Today* [Internet]. 2016 [citado 08 de marzo de 2021]; 37:53-58. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0260691715004852?via%3Dihub>
9. Sifat R. COVID-19 pandemic: Mental stress, depression, anxiety among the university students in Bangladesh. *International Journal of Social Psychiatry* [Internet]. 2020 [citado 08 de marzo de 2021]; 2020:1-2. Disponible en: [https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0020764020965995?url\\_ver=Z39.88-2003&rfr\\_id=ori:rid:crossref.org&rfr\\_dat=cr\\_pub0pubmed](https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0020764020965995?url_ver=Z39.88-2003&rfr_id=ori:rid:crossref.org&rfr_dat=cr_pub0pubmed)
10. Peña K, Sierra D. Estrés en estudiantes universitarios. (Tesis pregrado). Universidad Cooperativa de Colombia sede Villavicencio. 2021. Disponible en: [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/33086/1/2021\\_estres\\_academic\\_o.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/33086/1/2021_estres_academic_o.pdf)
11. Gutiérrez J. Evaluación de estrés percibido y su relación con factores sociodemográficos en docentes y estudiantes de la facultad de odontología frente a la pandemia COVID-19. (Tesis pregrado) Carrera de Odontología. Facultad de Ciencias Médicas. Universidad Regional Autónoma de los Andes. UNIANDES, Ambato-Ecuador. 2020. Disponible en: <https://dspace.uniandes.edu.ec/handle/123456789/10662>
12. Ozamix N, Santamaria M, Gorrochategui M, Mondragon M. (2020), investigaron: “Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en

una muestra recogida en el norte de España. Cad. Saúde Pública 2020; 36(4): e00054020. Universidad del País Vasco, Leioa, España 2020. Disponible en: <https://blog.scielo.org/wp-content/uploads/2020/04/1678-4464-csp-36-04-e00054020.pdf>

13. Estrada E, Mamani M, Gallegos N, Mamani H, Zuluaga M. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia COVID 19. AVFT. Rev. Archivos Venezolanos de Farmacología t Terapéutica Vol. 40. N° 01- Perú. 2021. Disponible en: [http://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft\\_1\\_2021/16\\_estres\\_academico\\_estudiantes.pdf](http://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_1_2021/16_estres_academico_estudiantes.pdf)
14. Ascue R, Loa E. Estrés académico en los estudiantes de las universidades públicas de la Región. Apurímac en tiempos de pandemia Covid-19. Rev. Multidisciplinar Ciencia Latina. Vol. N° 05. Perú 2021. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/238>
15. Fernández R. Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Medicina Humana. [Tesis pregrado] Facultad de Medicina Humana. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto Perú. 2020. Disponible en: <http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/3709/MED.%20HUM.%20-%20Royer%20Fern%20a%20Indez%20D%20adaz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
16. Trigo E, García J. Estrés y calidad de vida en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería-Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Tesis pregrado] Escuela Profesional de Enfermería. Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto Perú. 2020. Disponible en: <http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/2977/ENFERMERIA%20-%20Erika%20Noemi%20Trigo%20Pizango%20%26%20Jeny%20Lisbeth%20Garcia%20Vela.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
17. Sandín, B. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *Internacional Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1), 141-157. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/337/33730109.pdf>

18. Cabanach, R. González, P. Freire, C. El afrontamiento del estrés en estudiantes de ciencias de la salud. Diferencias entre hombres y mujeres. *Aula Abierta*, 37(2), 3-10. 2009. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/1293/129327497002.pdf>
19. Jiménez L. Estrés en estudiantes de Farmacia de la Universidad de Costa Rica. *Actualidades Investigativas en Educación*. (Revista electrónica). 2010. Instituto de Investigación en Educación. Universidad de Costa Rica; 10(2): 1-29. Disponible en: <http://revista.inie.ucr.ac.cr>
20. Monzón I. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de psicología*, 25 (1), 87-99.2007. Disponible en: [https://idus.us.es/xmlui/bitstream/handle/11441/12812/file\\_1.pdf](https://idus.us.es/xmlui/bitstream/handle/11441/12812/file_1.pdf)
21. Casuso M<sup>a</sup>. Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud. Universidad de Málaga Facultad de Enfermería, Fisioterapia, Podología y Terapia Ocupacional. Málaga, 2011. Disponible en: <https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4926/TD%20Maria%20Jesus%200%20Casuso%20Holgado.pdf?sequence=1>
22. Muñoz F. El estrés académico. Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial. Huelva: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Huelva. 2014. Disponible en: <https://www.casadellibro.com/libro-el-estres-academico-problemas-y-soluciones-desde-una-perspectiva-psicosoc/57622>
23. Polo A, Hernández J, y Poza C. Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad y estrés*. 1996; 2 (2-3): 159-172. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=186664>
24. Fernández R. Manual de prevención de riesgos laborales para no iniciados. Editorial Club Universitario. 2008. ISBN 9788484546979. Disponible en: [https://es.wikipedia.org/wiki/Distr%C3%A9s#CITAREFFern%C3%A1ndez\\_Garc%C3%ADa2008](https://es.wikipedia.org/wiki/Distr%C3%A9s#CITAREFFern%C3%A1ndez_Garc%C3%ADa2008)
25. Gutiérrez J. Eustres y Distres: modelo de superación del estres. *Art. Cient. Psicopediahoy*. Consultado el 2 de mayo 2021. Disponible en: <https://psicopediahoy.com/eustres/>

26. Brännlund A, Hammarström A. Higher education and psychological distress: A 27-year prospective cohort study in Sweden". Scand J Public Health 42: 155–62. 2013. doi:10.1177/1403494813511559. PMID 24265167. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24265167/>
27. Acosta J. [El estrés afecta a la salud cerebrovascular](#). Fundación Española del Corazón. Consultado el 2 de diciembre de 2015. Disponible en: <https://fundaciondelcorazon.com/corazon-facil/blog-impulso-vital/2434-distres-afecta-salud-cerebrovascular.html>
28. Sequera A. ¿Qué hacer con el estrés? Inspirulina. Consultado el 15 de mayo 2021. Disponible en: <https://www.inspirulina.com/que-hacer-con-el-distres.html>
29. Dohrenwend, B.P., Shrout, P.E., Egri, G. & Mendelsohn, F.S. (1980). Nonspecific psychological distress and other dimensions of psychopathology: Measures for use in the general population. Archives of General Psychiatry, 37, 1229-1236.
30. Lazarus, R. y Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. New York, USA: Springer. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=i-ySQQUpr8C&oi=fnd&pg=PR5&dq=Lazarus+y+Folkman,+1984+estres&ots=DeKQnofePf&sig=OQKswplQ-ngUspZqY4jrjqPd0Ao#v=onepage&q&f=false>
31. Cuesta J. Estrés percibido durante la pandemia Covid-19 en un grupo de estudiantes de enfermería de una universidad en Lima Norte. (Tesis pregrado). Escuela Profesional de Enfermería. Facultad Ciencias de la Salud. Universidad de Ciencias y Humanidades. Lima Perú 2020. Disponible en: [https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/561/Cuestas\\_J\\_tesis\\_enfermeria\\_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/561/Cuestas_J_tesis_enfermeria_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
32. Gutiérrez J. Evaluación de estrés percibido y su relación con factores sociodemográficos en docentes y estudiantes de la facultad de odontología frente la pandemia COVID-19. Repositorio institucional UNIANDES. Ambato-Ecuador 2020. Disponible en: <https://dspace.uniandes.edu.ec/bitstream/123456789/11880/1/ACUAODONT021-2020.pdf>

33. Meyer A, F LR, Villalobos CP. Percepción de estrés en estudiantes chilenos de Medicina y Enfermería. *Revista de Educación en Ciencias de la Salud*. 2013;10(2):1.
34. González et al. Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19.: Psychological impact on Mexican university students due to confinement during the Covid-19 pandemic. 23 de agosto de 2020 [citado 23 de agosto de 2021]; Disponible en: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/756>
35. Średniawa A, Drwiła D, Krotos A, Wojtaś D, Kostecka N, Tomasik T. Insomnia and the level of stress among students in Krakow, Poland. *Tendencias Psiquiatría Psicotra* [Internet]. 2019 [citado 23 de agosto de 2021];41(1):60-68. Disponible en: <https://www.scielo.br/pdf/trends/v41n1/2238-0019-trends-2237-6089-2017-0154.pdf>
36. Espinoza A, Pernas I, González R. Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. *Humanidades Médicas* [Internet] 2018 [citado 23 de agosto de 2021];18(3):697-717. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v18n3/1727-8120-hmc-18-03-697.pdf>
37. Lai A, Lee L, Wang M, Feng Y, Lai T, Ho L. Mental Health Impacts of the COVID-19 Pandemic on International University Students, Related Stressors, and Coping Strategies. *Frontiers en psiquiatria* [Internet]. 2020 [citado 23 de agosto de 2021];11:1-13. Disponible en: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2020.584240/full>
38. Pereira A, Forero D. Perceived Stress as a Mediator of the Relationship between Neuroticism and Depression and Anxiety Symptoms. *Curr Psychol*. 1 de febrero de 2019;38(1):66-74.
39. Othman N, Ahmad F, El Morr C, Ritvo P. Perceived impact of contextual determinants on depression, anxiety and stress: a survey with university students. *Int J Ment Health Syst* [Internet]. 26 de marzo de 2019 [citado 24 de agosto de 2020];13. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6434867/>
40. Sugiura G, Shinada K, Kawaguchi Y. Psychological well-being and perceptions of stress amongst Japanese dental students. *Eur J Dent Educ*. febrero de 2005;9(1):17-25.

41. Oura M, Moreira A, Santos P. Stress among Portuguese Medical Students: A National Cross-Sectional Study. *Journal of Environmental and Public Health* [Internet]. 2020 [citado 23 de agosto de 2021];2020:1-6. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7486630/pdf/JEPH20-20-6183757.pdf>
42. Chau C, Vilela P. Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología* [Internet]. 2017 [citado 23 de agosto de 2021];35(2):387-422. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v35n2/a01v35n2.pdf>
43. Meyer A, Villalobos C. Percepción de estrés en estudiantes chilenos de Medicina y Enfermería. *Revista de Educación en Ciencias de la Salud*. 2013;10(2):1. Disponible en: [https://scholar.google.cl/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=es&user=bCe4Dt8AAAJ&citation\\_for\\_view=bCe4Dt8AAAJ:eMMeJKvmdy0C](https://scholar.google.cl/citations?view_op=view_citation&hl=es&user=bCe4Dt8AAAJ&citation_for_view=bCe4Dt8AAAJ:eMMeJKvmdy0C)

## IX. ANEXOS

### Anexo 1.

#### Solicitud de Permiso



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



Tarapoto, 12 de julio 2021

#### Oficio S/N-2021/RIRC-JDLG.

**Lic.**

**Directora de la Escuela Profesional de Enfermería de la FCS-UNSM-T.**

**SOLICITO: permiso para aplicar virtualmente el instrumento de investigación.**

Tenemos el agrado de dirigirnos hacia su persona con el debido respeto que se merece y exponemos lo siguiente:

El motivo de la presente es que, en calidad de Bach. de Enf. Reyna Isabel Rengifo Cabanillas y Bach. Enf. Juan David Lozano García, de la Carrera Profesional de Enfermería, de la UNSM-T; nos encontramos desarrollando nuestra Tesis Para obtener el Título Profesional de: LICENCIADOS EN ENFERMERIA titulado **“Estrés percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo - octubre 2021**, por tal motivo; solicitamos el permiso y/o autorización para aplicar el instrumento de investigación (Encuesta) de manera virtual a todas los estudiantes de la Carrera Profesional de Enfermería de la UNSM-T.

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

Atentamente;

.....  
**Reyna Isabel Rengifo Cabanillas**  
**DNI N° 71992580**

.....  
**Juan David Lozano García**  
**DNI N° 73204184**

## Anexo 2

## Consentimiento Informado



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



Lugar y Fecha: \_\_\_\_\_

Los bachilleres Reyna Isabel Rengifo Cabanillas y Juan David Lozano García, de la Escuela Profesional de Enfermería, me han preguntado si deseo formar parte de un estudio, donde se me evaluará el estrés y confinamiento social.

Sé que el estudio que están realizando es para cumplir uno de los requisitos, como es el de obtener el título profesional de Licenciados en Enfermería. Estoy consciente que no recibiré ninguna compensación por participar en el estudio, de igual manera sé que formar parte del estudio es decisión propia y que estoy en libertad de dejar de participar en la investigación en el momento que lo desee sin que me perjudique de ninguna forma.

Sé que todas las encuestas que se apliquen serán resguardadas en un archivo, que mi nombre no aparecerá en la encuesta y que toda la información que obtengan de las preguntas será guardada en secreto confidencial.

Se me ha leído toda la información obtenida en este documento y estoy plenamente de acuerdo en participar en la investigación.

.....  
**Reyna Isabel Rengifo Cabanillas**  
**DNI N° 71992580**

.....  
**Juan David Lozano García**  
**DNI N° 73204184**

## Anexo 3

## Instrumento de Investigación



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



**CUESTIONARIO: ESCALA DE ESTRÉS PERCIBIDO (EEP-10)**

**I. PRESENTACION** Estimado (a) estudiante, le saludamos cordialmente, somos Reyna Isabel Rengifo Cabanillas y Juan David Lozano García, Bachilleres de Enfermería de la Universidad Nacional San Martín, estamos realizando un trabajo de investigación con el fin de obtener información sobre Estrés percibido durante la pandemia de la COVID 19 en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo - octubre 2021. Agradecemos anticipadamente su gentil colaboración.

**II. DATOS GENERALES**

- ❖ ¿Cuántos años tiene Usted? \_\_\_\_\_
- ❖ Sexo: Masculino ( ) Femenino ( )
- ❖ ¿Cuál es su procedencia? \_\_\_\_\_
- ❖ ¿Cuál es su estado Civil? \_\_\_\_\_
- ❖ ¿Tiene Hijos? SI ( ) No ( )
- ❖ ¿A qué religión pertenece? \_\_\_\_\_
- ❖ ¿Cuál es su ocupación? ( ) Solo estudio ( ) Estudio y trabajo eventual  
( ) Estudio y trabajo estable
- ❖ Marque según al tipo de familia que corresponda

<b>TIPO DE FAMILIA</b>	
<b>1</b>	<b>Nuclear:</b> Familia compuesta por ambos padres con o sin hijos, propios o adoptados
<b>2</b>	<b>Monoparental:</b> Familia compuesta por uno de los padres (madre o padre) y uno o más hijos.

3	<b>Extendida:</b> Familia compuesta por abuelos, Padres con su(s) Hijo(s), también abuelos y nietos.
4	<b>Ampliada:</b> Familia compuesta por padres, hijos y otros parientes: tíos, sobrinos, ahijados, amigos, empleada, hermanos.
5	<b>Reconstituida:</b> Familia que resulta de la unión de familias después de una separación o divorcio, esta nueva unión puede ser con la misma pareja o con una nueva, con hijos propios o hijastros.
6	<b>Equivalente familiar:</b> Grupo de amigos, hermanos sin hijos, Parejas homosexuales sin hijos, etc
7	<b>Persona sola:</b> Convive sola

### III. INSTRUCCIONES:

Este cuestionario trata sobre sus sentimientos y pensamientos durante el último mes. En cada pregunta se le pedirá que marque con una X en el casillero, aquella opción que exprese con qué frecuencia se sintió o pensó de cierta manera. Además, para cada pregunta solo se coloca una opción. Así mismo, he de mencionarle que sus datos serán de forma anónima y confidencial. Se le pide por favor que sus respuestas sean de total sinceridad.

NUNCA	CASI NUNCA	DE VEZ EN CUANDO	A MENUDO	MUY AMENUDO
0	1	2	3	4

DISTRES GENERAL					
Pregunta	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
1. ¿Con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?					

2. ¿Con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?					
3. ¿Con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?					
4. ¿Con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?					
5. ¿Con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?					
6. ¿Con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?					
<b>CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO</b>	<b>Nunca</b>	<b>Casi nunca</b>	<b>De vez en cuando</b>	<b>A menudo</b>	<b>Muy a menudo</b>
7. ¿Con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?					
8. ¿Con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?					
9. ¿Con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?					
10. ¿Con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?					

**Gracias por su participación.**