



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

**Estrés académico en estudiantes de 4to de  
secundaria de un colegio de Chiclayo 2024.**

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN  
PSICOLOGÍA**

**Autora**

**Segura Farfan, Camila Gabriela**

<https://orcid.org/0000-0002-7189-6014?lang=es>

**Línea de Investigación**

**Desarrollo Humano, Comunicación y Ciencias Jurídicas para  
Enfrentar los Desafíos Globales**

**Sublínea de Investigación**

**Bienestar y Desarrollo de Habilidades para la Vida**

**Pimentel – Perú 2024**



## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quien suscribe la DECLARACIÓN JURADA, soy egresada de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaro bajo juramento que soy autora del trabajo titulado:

### **Estrés académico en estudiantes de 4to de secundaria de un colegio de Chiclayo 2024.**

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán (CIEI USS) conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación a las citas y referencias bibliográficas, respetando al derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y auténtico.

En virtud de lo antes mencionado, firma:

Segura Farfan Camila Gabriela	DNI: 70358965	
-------------------------------	------------------	---

Pimentel, 2 de octubre de 2024.

NOMBRE DEL TRABAJO

**INTRODUCCIÃ\_N Bachiller Segura FarfÃ;  
n (1).docx**

RECUENTO DE PALABRAS

**4389 Words**

RECUENTO DE CARACTERES

**23895 Characters**

RECUENTO DE PÁGINAS

**21 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**691.3KB**

FECHA DE ENTREGA

**Oct 15, 2024 8:44 PM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Oct 15, 2024 8:44 PM GMT-5****● 22% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 18% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 13% Base de datos de trabajos entregados
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

**● Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material citado

## **Dedicatoria**

Este trabajo de investigación va dedicada a mis padres, quienes han sido mi ejemplo a seguir, además de ser mi sustento para llevar a cabo este logro en mi vida y poder formarme como una profesional, por lo cual les estaré agradecida eternamente.

## **Agradecimiento**

Agradezco en primer lugar a Dios quien me ha guiado en esta etapa de mi vida y me ha dado la sabiduría e inteligencia para alcanzar esta meta. A mi esposo y a mi hijo, así como también a todas aquellas personas que han sido parte fundamental de mi crecimiento profesional.

# INDICE

Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento .....	v
Índice de contenido .....	vi
Índice de tablas.....	vii
Resumen.....	viii
Abstract .....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
1.1. Realidad problemática .....	1
1.2. Formulación del problema.....	6
1.3. Hipótesis .....	6
1.4. Objetivos .....	7
1.5. Teorías relacionadas al tema.....	7
II. MÉTODO DE INVESTIGACIÓN .....	11
III. RESULTADOS.....	14
IV. DISCUSIÓN .....	
18	
V. CONCLUSIONES.....	22
VI. RECOMENDACIONES .....	24
VII. REFERENCIAS .....	25
VIII. ANEXOS .....	28

## Índice de figuras

<b>Figura 1 Nivel de estrés académico en estudiantes de 4to de secundaria de una Institución Educativa Chiclayo 2024.....</b>	<b>14</b>
<b>Figura 2 Nivel de estrés académico según los síntomas en estudiantes de 4to de secundaria de una Institución Educativa Chiclayo 2024.....</b>	<b>15</b>
<b>Figura 3 Nivel de estrés académico según los estresores en estudiantes de 4to de secundaria de una Institución Educativa Chiclayo 2024.....</b>	<b>16</b>
<b>Figura 4 Nivel de estrés académico según las estrategias de afrontamiento en estudiantes de 4to de secundaria de una Institución Educativa Chiclayo 2024.....</b>	<b>17</b>

## **Resumen**

El objetivo principal del presente estudio, Estrés Académico en estudiantes de 4to Grado de Secundaria de un Colegio de Chiclayo 2024, fue conocer el grado de estrés académico que experimentan dichos estudiantes. Es un estudio no experimental que utiliza un diseño descriptivo y una metodología cuantitativa simple. La muestra estuvo conformada por noventa y cinco estudiantes de 4to de secundaria. Se empleó el Inventario de Estrés Académico SISCO de Barraza (2007). Es genuino ya que Puestas en el 2010 en Lima, Perú, lo adaptó a la población peruana, y se confirmó la homogeneidad de los elementos que conforman el inventario a través del examen de consistencia interna y grupos contrastados y la confiabilidad en el alfa de Cronbach de 0,90.

**Palabras Clave:** Estrés académico, estudiantes, niveles, secundaria.

## **Abstract**

The main objective of the present study, Academic Stress in 4th Grade Secondary School Students of a School in Chiclayo 2024, was to know the degree of academic stress experienced by these students. It is a nonexperimental study using a descriptive design and a simple quantitative methodology. The sample consisted of ninety-five 4th year high school students. The SISCO Academic Stress Inventory by Barraza (2007) was used. It is genuine since Puentes in 2010 in Lima, Peru, adapted it to the Peruvian population, and the homogeneity of the items that make up the inventory was confirmed through the internal consistency test and contrasted groups and the reliability in Cronbach's alpha of 0.90.

**Keywords:** academic stress, students, levels, high school.

## **I. INTRODUCCIÓN**

### **1.1. Realidad problemática**

Según la Organización Mundial de la Salud (2023), el estrés es una condición de malestar o tensión mental provocada por una circunstancia desafiante. Todo el mundo experimenta cierto grado de estrés como reacción normal ante peligros y otros estímulos. Su bienestar y calidad de vida vienen determinados por cómo responden al estrés.

El estrés académico se ha hecho más común en los últimos años porque los niños tienen que adaptarse constantemente a las nuevas normas establecidas por su entorno, satisfacer sus intereses y gestionar las diferentes expectativas académicas que se derivan de la alineación escolar. (Aguirre Flores, M. X., & Santos Ramos, M.2023)

Dado que los estudiantes deben adaptarse constantemente a las nuevas normas generadas por su entorno para satisfacer sus intereses, el estrés académico se ha hecho cada vez más frecuente en los últimos años. Las trayectorias educativas de los estudiantes también están sujetas a frecuentes ajustes. (De los Santos Villalobos, N.J. 2019).

Los estudiantes están expuestos a diversas situaciones estresantes, como la sobrecarga de trabajo, el tiempo limitado para realizar actividades, la competencia diaria entre compañeros, la evaluación constante, los métodos de los profesores, el tipo de trabajo exigido e incluso la personalidad del profesor, el entorno o contexto en el

que participan es una de las principales características del estrés académico. (Carrera Miranda, Á. A. 2023)

En el 67% de los entornos escolares, los jóvenes adolescentes de América Latina sufren niveles moderados de estrés académico, lo cual es muy común. Además de las limitaciones de tiempo, la sobrecarga de trabajo y la ansiedad ante los exámenes, los estudiantes están expuestos a una variedad de elementos estresantes en su entorno, ya que pueden contribuir al proceso de estrés académico.

El estrés es el resultado de todas las circunstancias estresantes mencionadas. (Paredes De La Torre, V. N., & Torero Aranda, L. C. 2024).

La salud de los estudiantes se ve afectada por estos síntomas, que incluyen trastornos del sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza insoportables, depresión, ansiedad, problemas para dormir, dificultad para concentrarse, irritabilidad, aislamiento social y, con frecuencia, un aumento o disminución de la ingesta de alimentos que va en detrimento del progreso académico del estudiante. La salud de los estudiantes se ve afectada por estos síntomas, que incluyen trastornos del sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza insoportables, depresión, ansiedad, problemas para dormir, dificultad para concentrarse, irritabilidad, aislamiento social y, con frecuencia, un aumento o disminución de la ingesta de alimentos que va en detrimento del progreso académico del estudiante. La salud de los estudiantes se ve afectada por estos síntomas, que incluyen trastornos del sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza insoportables, depresión, ansiedad, problemas para dormir, dificultad para concentrarse, irritabilidad, aislamiento social y, con

frecuencia, un aumento o disminución de la ingesta de alimentos que va en detrimento del progreso académico del estudiante. La salud de los estudiantes se ve afectada por estos síntomas, que incluyen trastornos del sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza insoportables, depresión, ansiedad, problemas para dormir, dificultad para concentrarse, irritabilidad, aislamiento social y, con frecuencia, un aumento o disminución de la ingesta de alimentos que va en detrimento del progreso académico del estudiante. La salud de los estudiantes se ve afectada por estos síntomas, que incluyen trastornos del sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza insoportables, depresión, ansiedad, problemas para dormir, dificultad para concentrarse, irritabilidad, aislamiento social y, con frecuencia, un aumento o disminución de la ingesta de alimentos que va en detrimento del progreso académico del estudiante. La salud de los estudiantes se ve afectada por estos síntomas, que incluyen trastornos del sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza insoportables, depresión, ansiedad, problemas para dormir, dificultad para concentrarse, irritabilidad, aislamiento social y, con frecuencia, un aumento o disminución de la ingesta de alimentos que va en detrimento del progreso académico del estudiante. (Ramirez Olivera, K. D., & Nunura Tarrillo, W. A. 2024).

Estos factores llevaron a tomar la decisión de investigar el estrés académico para garantizar una asistencia experta a los estudiantes que actualmente están aprendiendo y perfeccionando sus habilidades, así como a aquellos que desean aprender más sobre este fenómeno.

Dado que la OMS informa de que cada vez más jóvenes son vulnerables al estrés académico, lo que pone en peligro su salud, reconozcamos a nuestros alumnos y la importancia que debemos dar a su desarrollo personal.

En los últimos años, el estrés ha provocado numerosos problemas de salud, hasta el punto de que la Organización Mundial de la Salud lo considera una influencia significativa en el funcionamiento cotidiano de las personas. De manera que permite tanto efectos naturales como artificiales, lo que sugiere que el sector educativo no sería inmune a este fenómeno.

Hemos limitado la investigación al estrés en la etapa escolar, concretamente en las emociones o tensiones que pueden sentir los jóvenes, porque no hemos podido abarcar el amplio abanico de cuestiones que rodean al estrés en el trabajo actual. Esto se debe a que el estrés académico ha sido un problema común para los estudiantes en los últimos años, y la OMS informa de que el estrés escolar alcanza sus niveles más altos en los jóvenes desde el inicio de la adolescencia.

Según el estudio de la OMS, entre otras cosas, los jóvenes presentan con frecuencia comportamientos que ponen en peligro su salud cuando están en la escuela, como dolor de espalda, dolor de estómago, mareos, depresión y ansiedad. (De los Santos Villalobos, N. J. 2019)

Sin embargo, debido a su entorno estresante, los estudiantes experimentan dificultades para concentrarse y prestar atención, así como dolores físicos. Esto hace que se frustren porque están centrados en sacar las mejores notas posibles, estudiando en exceso hasta el punto

de perder su capacidad de integración con sus familias y el mundo social, Lo contrario ocurre con los estudiantes que experimentan estrés debido a la acumulación de trabajo, la falta de tiempo y organización o la procrastinación. En estos casos, mostramos dos tipos diferentes de compromiso de los estudiantes con sus estudios, que en última instancia desembocan en el mismo resultado: el estrés académico. (Portillo Pianda, J. S., & Salazar Gómez, L. C. 2022).

En cuanto a los antecedentes, descubrimos un estudio realizado en Pacora que pretendía averiguar si existía una relación significativa entre el estrés académico de los estudiantes de secundaria y el clima social escolar. El estudio llegó a la conclusión de que no la había. (Reyes Portocarrero, 2023).

Adicionalmente, descubrimos una investigación en Chiclayo que buscaba conocer la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en escolares. Los resultados mostraron una correlación estadísticamente significativa entre las variables de estrés académico y estrategias de afrontamiento. (Vasquez Vallejos, 2024)

Según los resultados del siguiente estudio, realizado en Arequipa con el objetivo general de evaluar el grado de estrés académico entre los alumnos de cuarto grado de secundaria de una institución educativa, el 50% de los alumnos sufre estrés académico severo. (Alfaro & Castro, 2020).

En su investigación Huamán León, existe una correlación significativa entre las variables agresividad y estrés académico en su estudio realizado en Tarma con el objetivo de identificar la relación entre ambas en estudiantes de secundaria de una institución educativa. En

consecuencia, se determina que existe relación entre la violencia y los aspectos de estrés académico. (Huamán, 2021)

Encontrar la conexión entre el estrés académico y los hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria fue el objetivo de este estudio, realizado en Puerto Maldonado. Los resultados indicaron una débil correlación entre ambos factores. (Núñez Moreno, 2019)

Arteaga y Dorado realizaron una investigación en Quito para determinar y comparar las estrategias que utilizan los adolescentes bajo estrés académico. Según los analistas, el nivel medio de los estudiantes de las instituciones indica que rinden por encima de la media. (Arteaga y Dorado, 2020)

Dado que se trata del primer estudio de este tipo en esta institución educativa, la técnica está justificada; sólo se realizaron estudios relativos a otros factores como los estudiados.

A través de los síntomas que presentan, este estudio busca conocer el grado de estrés académico que experimentan los estudiantes de la institución educativa Chiclayo. También puede ser beneficioso comprender mejor cómo manejar el estrés provocado por una cantidad excesiva de tareas escolares.

## **1.2. Formulación del problema**

Teniendo en cuenta la realidad problemática se planteó como problema general: ¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes del 4to año de secundaria de un colegio de Chiclayo 2024?

### **1.3. Hipótesis**

Debido a que el estrés académico puede tomar muchas formas y perjudicar el bienestar físico y mental del estudiante, además de su rendimiento académico, el objetivo de este estudio es determinar el grado de estrés académico que experimentan los estudiantes de cuarto año de secundaria de un colegio de Chiclayo 2024. Este se ve afectado por una serie de factores estresantes que están presentes en el mismo contexto estudiantil, entre ellos, la sobrecarga de trabajo, la falta de tiempo para realizar las tareas, el estilo de enseñanza, el dominio de la materia y la competitividad cotidiana entre pares. Los estudiantes buscan mecanismos de afrontamiento como aprender a ser asertivos, organizarse para evitar la acumulación de responsabilidades, elogiarse a sí mismos y buscar soluciones a las situaciones que se plantean porque el estrés académico provoca una reacción contra su salud que se manifiesta en dolores de cabeza recurrentes, alteraciones del sueño y aumento o disminución del consumo de alimentos.

### **1.4. Objetivos**

#### **Objetivo general:**

Determinar el estrés académico en estudiantes de cuarto año de secundaria de un colegio de Chiclayo 2024 es el objetivo principal del estudio.

#### **Objetivos específicos:**

En cuanto a los objetivos específicos, son determinar el nivel de estrés académico que experimentan los estudiantes de cuarto año de secundaria de un colegio de Chiclayo 2024 a partir de la dimensión

estresores, la dimensión síntomas y la dimensión estrategias de afrontamiento.

## **1.5. Teorías relacionadas al tema**

### **Estrés**

Según Martínez (2007), este malestar o estrés debe ser tenido en cuenta y considerado como un factor relevante para la sociedad por los efectos perjudiciales que tiene sobre su población en diversos ámbitos, concretamente el conductual y el físico. En este caso, el estrés es el resultado de la reacción de un sujeto ante un incidente que le motiva a reaccionar en la forma o intensidad que es necesaria; cuando no es capaz de hacerlo, muestra comportamientos inadecuados para la que indicarían su estrés. Lazarus, R. (2018), señala que el estrés se produce cuando un individuo piensa que no será capaz de manejar el problema, pero en realidad tiene los medios para hacerlo; como resultado, destacó dos mecanismos de afrontamiento, la primera es que el individuo lo enfrente con los recursos que tiene a su disposición, y la segunda es que examine la situación y determine que no se puede arreglar.

Según Hans Selye (1946), en su libro *General Adaptation Syndrome* (Síndrome de adaptación general), describió tres etapas del estrés y dijo que nuestro cuerpo intenta ajustarse a un incidente reciente. Reacción de alarma: Naranjo M. (2009) afirma que cuando se presenta una crisis, el cuerpo comienza a sentirse ansioso, inquieto y su ritmo cardiaco se eleva, lo que lo hace más

propenso a enfrentar esta situación. Además, si la persona se ve superada por un escenario estresante, se afirma que las fuerzas de la persona no están en su mejor momento, lo que provoca esta reacción. Reacción de resistencia: Según Pérez, D. et al. (2014), se produce cuando nuestro cuerpo responde a una alarma que se hizo sonar. Esto exige mucha resistencia por parte del individuo, lo que lleva a la manifestación de reacciones tanto físicas como mentales. Durante la fase de reacción de agotamiento, Núria (2005) afirma que cuando el nivel de resistencia de un organismo está por debajo del ideal, éste se deteriora y acaba colapsando tanto física como mentalmente, lo que disminuye el rendimiento, problemas con el sueño, supresión y aumento del sistema inmunitario, presión arterial elevada, erupciones cutáneas, dolores de cabeza, cefaleas, dolores de cabeza, problemas de concentración, inseguridad, miedo y músculos tensos.

**Estrés académico:** Se considera una reacción corporal típica provocada por las presiones escolares, que nos impulsan a trabajar por nuestros objetivos profesionales.

Del mismo modo, Trigueros R. et al. (2020) señalan que el estrés académico no se iniciaba en la universidad, sino que existía a lo largo de toda la vida del estudiante, alcanzando su punto álgido durante los años universitarios.

**Dimensiones De Las Variables Estrés Académico** Los factores estresantes: son sucesos incontrolables que se denominan

amenazas o acontecimientos causantes, que hacen que el individuo experimente estrés, por lo que es fundamental reconocerlos para entender de dónde provienen las condiciones que se están dando. Según Gil, J. et al. (2021), es crucial determinar las causas subyacentes del estrés que dificultan la capacidad de seguimiento de los alumnos para que actúen en lugar de que se eliminen estos factores estresantes, animándoles a buscar ayuda psicológica.

Síntomas: Venancio, G. (2018) señala que estos atienden específicamente a los siguientes: síntomas psicológicos, como ansiedad, irritabilidad, inseguridad y tristeza; síntomas conductuales, como conflictos; síntomas conductuales, como agotamiento, desánimo, aumento o disminución del desaliento, aumento o disminución de la ingesta de alimentos y futuras adicciones; y síntomas físicos, como dolores de cabeza, dolor de espalda, frecuencia cardíaca elevada y frecuencia cardíaca elevada. En consecuencia, es sencillo identificarlos para determinar el nivel de estrés que se manifiesta en el individuo.

Estrategias de afrontamiento: a las actividades que realizan los estudiantes en circunstancias difíciles utilizando diversas técnicas que les ayudan a gestionar con éxito sus emociones y a reducir su nivel de estrés académico. Según Berrío, N., et al. (2011), tiene que ver con las valoraciones intelectuales.

## II. MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

Dado que no se modificó ningún factor y que los datos se recogieron de una sola vez, se utilizó un método descriptivo y transversal para el diseño de la investigación. (Hernández, 2014).

En el presente estudio participó una muestra de alumnos de secundaria de una institución educativa de Chiclayo. En el estudio se empleó una metodología de investigación cuantitativa. Este método se centra en la medición numérica, el conteo y, con frecuencia, el uso de estadísticas para definir con precisión patrones de comportamiento en una población. Es secuencial, probatorio y consiste en la recolección y evaluación de datos para abordar las inquietudes de la investigación. (Hernández et al., 2014)

El diseño de la presente investigación es No Experimental o transversal. Puesto que los datos se recogieron en un periodo de tiempo concreto con la intención de caracterizar variables y examinar su incidencia e interrelación en un momento determinado, las variables de la investigación no se alteran. (Hernández et al., 2014)

Entre las técnicas que se utilizaron en el presente estudio para la evaluación de la variable y uniformizar los datos, se aplicó cuestionarios como el Inventario de Estrés Académico SISCO.

Este instrumento de recolección de datos, denominado Inventario de Estrés Académico SISCO, fue creado por Arturo Barraza Macías en 2007. Puestas (2010) lo adaptó para su uso en el Perú y cuenta con 31 ítems. Su marco teórico es Sistémico-Cognitivo, y se administra a

estudiantes secundarios, universitarios y de postgrado a partir de los 12 años y tiene una duración de 10 a 15 minutos.

Para el estudio se consideró como escenario total de alumnado del nivel secundario, con un número total de 970 alumnos de la Institución Educativa, la muestra estuvo conformada por 95 alumnos de las aulas de 4to de secundaria del turno de la mañana, los cuales cumplen con los criterios de inclusión y exclusión.

Entre los criterios de inclusión tenemos, estudiantes de ambos sexos, estudiantes que viven en la provincia de Chiclayo y estudiantes que desarrollen todo el cuestionario.

En cuanto a los criterios de exclusión, menores de 12 años, estudiantes que no vivan en la provincia de Chiclayo y estudiantes que no terminen de desarrollar el cuestionario.

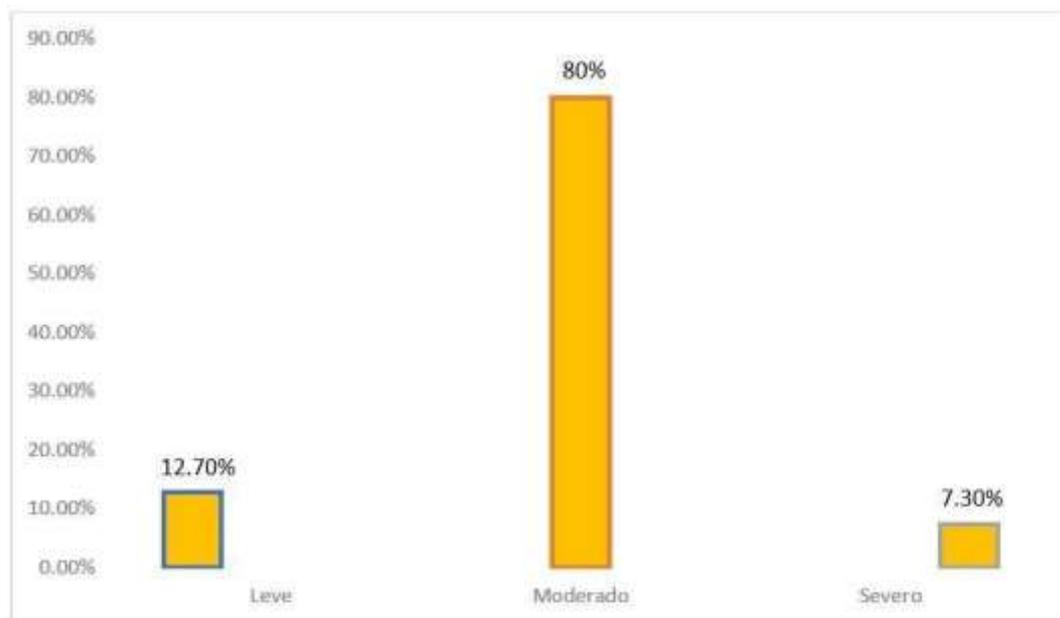
El proceso de análisis de datos para este estudio implicará la introducción de datos mediante el programa Excel, seguida de la codificación de datos y el análisis estadístico mediante el programa SPSS, una colección de aplicaciones que permite el análisis estadístico y la creación de gráficos. Para el análisis de los datos se emplearon métodos de análisis estadístico descriptivo, incluidas tablas de distribución de frecuencias porcentuales, de acuerdo con la naturaleza del estudio.

Esta investigación tiene en cuenta los principios éticos que se consideran en el código de ética en los Artículos 5 y 6 de la USS como: consentimiento informado, permitiendo que los adultos mayores

participen voluntariamente, honestidad intelectual, el contenido se produce con base en la autenticidad y sistematicidad de la información, la integración científica, se consideran valores y estándares éticos en todo el proceso de desarrollo; proteger la dignidad humana así como los principios de diversidad cultural y rigor científico. Por otro lado, el estudio adoptó los principios establecidos en la Declaración de Helsinki, que se centró en el respeto a los participantes como seres humanos, mientras que Belmont se basó en los siguientes principios: Caridad y justicia.

### III. RESULTADOS

**Figura 1 Nivel de estrés académico en estudiantes de 4to de secundaria de una Institución Educativa Chiclayo 2024.**

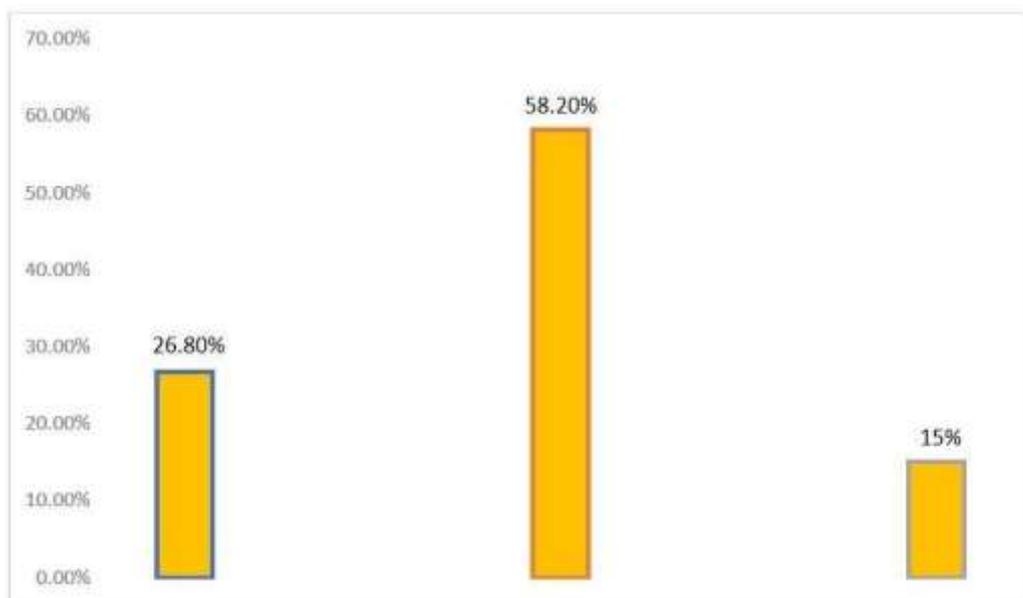


De los 95 estudiantes de la institución educativa, el 80% (76) declararon niveles moderados de estrés académico, seguidos de un 12,7% (12) con niveles leve y un 7,3% (7) con niveles severo.

Dicho de otro modo, la mayoría de los estudiantes de secundaria experimentan niveles moderados de estrés.

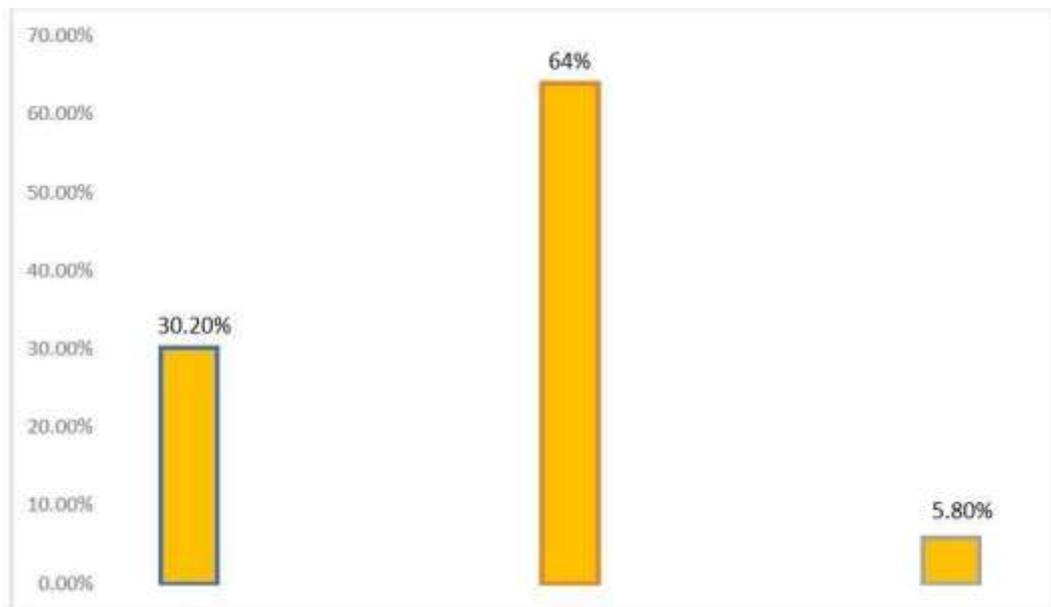
***Nivel de estrés académico según los síntomas en estudiantes de 4to de secundaria de una Institución Educativa Chiclayo 2024.***

**Figura 2 Nivel de estrés académico según los síntomas en estudiantes de 4to de secundaria de una Institución Educativa Chiclayo 2024.**



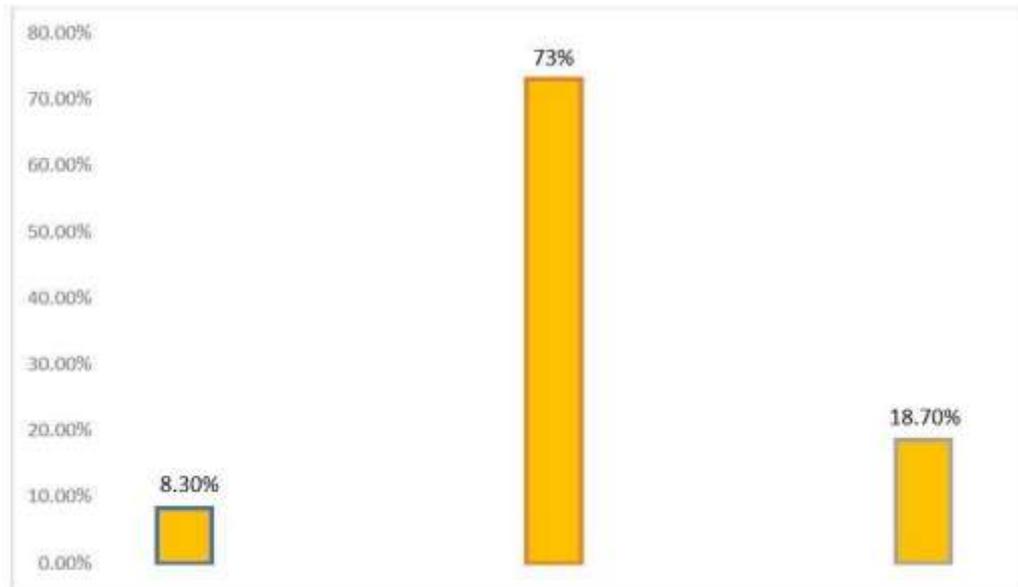
En la Tabla 2 se muestra el nivel de síntomas de estrés académico entre los estudiantes de 4to de secundaria de un colegio de Chiclayo. De los estudiantes, el 58,2% (55) presentó niveles moderados de síntomas de estrés, el 26,8% (26) presentó niveles leves, el 15% (14) presentó niveles severos. Estos resultados se basan en la dimensión sintomática de los síntomas de estrés académico. Por último, pero no por ello menos importante, una proporción menor de personas que experimentan un estrés extremo tienden a aislarse de los demás, mientras que el resto de individuos tienen dificultades para completar las tareas académicas.

**Figura 3 Nivel de estrés académico según los estresores en estudiantes de 4to de secundaria de una Institución Educativa Chiclayo 2024.**



En la Tabla 3 se muestra el nivel de estrés académico según los estresores entre los estudiantes de 4to de secundaria de un colegio de Chiclayo, donde el 64% (61) de los estudiantes reportó un nivel moderado, el 30.20% (29) de los estudiantes un nivel leve y el 5.80% (5) un nivel severo, ya que a los estudiantes les estresa las evaluaciones de los docentes.

**Figura 4 Nivel de estrés académico según las estrategias de afrontamiento en estudiantes de 4to de secundaria de una Institución Educativa Chiclayo 2024.**



En la figura 4 se muestran los niveles de estrategias de afrontamiento de los estudiantes de 4to de secundaria de un colegio de Chiclayo, donde el 73% (69) alcanzó un nivel moderado, el 18.70% (17) reportó un nivel severo y el 8.30% (9) obtuvo un nivel leve.

Sin embargo, los alumnos que nunca escuchaban música o estaban preocupados por la televisión sufrían mucho estrés; otro grupo no se centraba en encontrar una solución al problema que les preocupaba; y el grupo restante no quería utilizar Internet.

#### **IV. DISCUSIÓN**

En cuanto al objetivo general de este estudio, se alcanzaron los siguientes resultados: El 80% (76) declaró estrés moderado, seguido de un 12,7% (12) que declaró estrés leve y un 7,3% (7) que declaró estrés severo. Esto indica que la mayoría de los estudiantes de secundaria experimentan estrés moderado, lo cual es preocupante porque las exigencias de su entorno académico hacen que la situación les resulte desagradable y reducen la empleabilidad de los mecanismos de afrontamiento.

En cambio, Bértola (2010) afirma que Hans Selye divide el estrés en tres fases: Si el alumno no reacciona en las primeras fases, su organismo puede llegar al agotamiento, lo que puede dificultar que se levante debido a las complicaciones negativas que pueden surgir. A la reacción de alarma le sigue la fase de resistencia, y si el organismo no reacciona a tiempo, esta última fase llega a una fase de agotamiento.

Sin embargo, Horacio Vargas, psiquiatra del Instituto Nacional de Salud Mental (INSM), ha dicho que el aislamiento social por el que atraviesan estos estudiantes ha provocado síntomas como ansiedad, depresión y problemas para dormir; es decir, que éste es un factor adicional que contribuye al origen del estrés, y que el apoyo de los padres es crucial. Dado que muchos de nuestros adolescentes viven con sus hermanos y tienen teléfonos móviles, lo que mejora los resultados en general, y dado que el aislamiento provocado por las medidas impuestas por el gobierno y la falta de padres ha tenido un impacto significativo en ellos, consideramos que esta cita es pertinente.

Continuando con el segundo objetivo específico, se muestra que la dimensión sintomática indicó que el nivel de estrés era moderado, con un 58,2%, porque entre los síntomas que exhiben con frecuencia están la tendencia a frotarse, morderse las uñas y rascarse; sentimientos de ansiedad, angustia o desesperación; oposición, contención; aumento o disminución del consumo de alimentos; y síntomas de digestión, problemas estomacales o diarrea. Los que presentan estrés leve no muestran síntomas de inquietud ni sentimientos de agresividad o crecimiento, mientras que los que presentan estrés grave, en un porcentaje menor, se aíslan con frecuencia de los demás y se sienten reacios a completar las tareas académicas.

Pero no se alinea con la investigación realizada por Alfaro, N. y Castro, N. (2020) sobre «Estrés académico en cuarto grado de secundaria». El cansancio crónico, los indicadores de desesperanza y el desánimo para realizar las tareas escolares fueron los factores más pertinentes en la dimensión de síntomas. Esto indica que los síntomas de cada estudiante varían según sus circunstancias de vida.

Según la dimensión de los estresores, los resultados para el tercer objetivo específico indicaron un estrés moderado, con una proporción menor de estrés leve. Los que experimentan estrés moderado son los que se estresan regularmente por la exposición de un tema en clase, ser enseñados por profesores teóricos, realizar evaluaciones, prácticas y competencia entre compañeros. No les afectaron las presiones de asistir a clase, a Participar en clase, no entender el material tratado o no tener tiempo suficiente para completar el trabajo asignado por el profesor del

curso fueron los factores estresantes que no les afectaron. Sin embargo, un pequeño porcentaje de ellos se estresó más debido a la evaluación del profesor.

Los exámenes y la exigencia en las tareas son en realidad los que más estrés producen, según Pedroza et al. (2018), lo que valida estos hallazgos. Similar a esto, Luna, J. (2019) resaltó que los estresores de mayor importancia son la sobrecarga y tipo de trabajo y las evaluaciones en su estudio titulado «Correlación entre estrés académico y rendimiento de estudiantes de quinto año de secundaria del colegio Salesiano Don Bosco de Arequipa, 2018». Por ello, es fundamental trabajar con la institución para desarrollar cambios a largo plazo en ellos para que lo vean como una oportunidad de aprender cosas nuevas y no como una obligación, permitiéndoles aspirar a una carrera universitaria y avanzar en sus carreras.

Por último, el tercer objetivo específico basado en la dimensión estrategias de afrontamiento indica que el 73% de las personas experimentan un estrés moderado porque la mayoría de ellas idean soluciones precisas para afrontar el problema que les preocupa, evalúan los pros y los contras de las ideas que se les presentan en una situación angustiosa y luego piensan en cómo afrontarla. También elogian su comportamiento a la hora de afrontar la situación que les preocupa y utilizan habilidades asertivas, buscan información sobre la situación que les preocupa e intentan encontrar los aspectos positivos del momento que les tiene angustiados. Sin embargo, no se alinea con la investigación de Alfaro, N. y Castro, N. (2020), quienes encontraron que el 50% de las personas experimentaron

estrés severo. La dimensión más relevante en la dimensión de afrontamiento del estrés fue la primera, centrada en la resolución de situaciones, con un 86,4%, seguida de la habilidad asertiva, con un 77,3%.

## V. CONCLUSIONES

- La mayoría de los alumnos de 4to de secundaria de un colegio en Chiclayo declararon tener niveles moderados de estrés académico, seguidos de niveles leves de estrés severo. Esto se debe a que los aspectos de síntomas, tensiones y tácticas mostraron niveles moderados.
- Se encontró que la mayoría de los estudiantes de un colegio de Chiclayo tienen un nivel moderado de estrés académico en la dimensión de síntomas, como lo demuestran el hecho de que frecuentemente se frotan, muerden y rascan las uñas, entre otros comportamientos. Por último, las personas que sufren mucho estrés tienden a aislarse.
- Según la dimensión estresores, la mayoría de los alumnos de 4to de secundaria de un colegio en Chiclayo, experimentan niveles moderados de estrés académico porque se estresan frecuentemente por los temas tratados en clase, profesores que imparten clases muy teóricas, etc., mientras que un porcentaje menor experimenta niveles leves de estrés porque no se estresan en clase, y un porcentaje mínimo experimenta niveles severos de estrés debido a las evaluaciones.
- Por último, la mayoría de los alumnos de 4to de secundaria de un colegio de Chiclayo presentaban un nivel moderado de estrés académico según la dimensión de estrategias de afrontamiento. Esto

se debe a que gestionan sistemáticamente su estrés ideando soluciones tangibles a los problemas que les preocupan. Sin embargo, los alumnos que nunca escuchan música, están preocupados por la televisión, son incapaces de centrarse en la resolución de sus problemas y no disfrutan utilizando Internet sufren mucho estrés.

## **VI. RECOMENDACIONES**

- Se aconseja que el director de la institución educativa, en estrecha colaboración con los instructores, organice sesiones educativas que aborden el tema de los principios y valores. A estas sesiones deberían asistir alumnos, profesores y padres.
- Los profesores deben considerar las razones por las que los alumnos están en su apogeo, para modificar sus métodos de enseñanza y asegurarse de que los alumnos los encuentran atractivos en lugar de pesados.
- A los tutores de sección y de grado para reforzar los mecanismos de afrontamiento de los alumnos en situaciones de estrés, junto con asignaturas centradas en la responsabilidad social, la asertividad, el equilibrio emocional y los valores.

## VII. REFERENCIAS

- Alfaro Condori, N., & Castro Yampi, N. (2020). Estrés académico en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la IE Inmaculada Concepción, Arequipa-2020.
- Aguirre Flores, M. X., & Santos Ramos, M. (2023). Estrés académico en los estudiantes de secundaria del colegio América International School Lima, 2023.
- Berrio, N. Mazo, R. (2021). Estrés Académico. Rev. psicol. Univ. [Internet] 2021 junio [cited 2021 mayo 10]; v.3, n.2, p.65-82.  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2145](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145)
- Carrera Miranda, Á. A. (2023). *Estrategias de entrenamiento en auto instrucciones para disminuir el d estrés académico en adolescentes* (Master's thesis, Universidad Técnica de Ambato/Facultad de Ciencias de Salud/Centro de Posgrados).
- De los Santos Villalobos, N. J. (2019). Estrés académico en los estudiantes del 4to año de secundaria del Colegio Trilce Maranga, del distrito de San Miguel-periodo 2018.
- Gil, J, Fernández, C. (2021). El estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de Estomatología General Integral. EDUMECENTRO [Internet]. 2021 Mar [citado 2021 May 10]; 13: 16- 31.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742021000100016](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742021000100016)

Huamán León, G. F. (2021). Estrés académico y agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular de la provincia de Tarma. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/8705>

Naranjo, M. Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. Redalyc.org [Internet]. 2009 Ago [cited 2021 mayo 10]; 175 – 176. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>

Núñez Moreno, K. M. (2019). Estrés académico y hábitos de estudio en los estudiantes del 4° y 5° grado de educación secundaria de la IE Guillermo Billinghurst, Puerto Maldonado, Madre de Dios, 2018. <https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/9178928a-3b5a-42ec-a2f3-71e37628accc/content>

Nuria , M.Estrés.Elsevier [Internet]; 2005. Septiembre [cited 2021 mayo 10]; Vol. 24. Núm. 8.páginas 96-104 Available from: <https://www.elsevier.es/esrevista-offarm-4-articulo-estres13078580>

Organización mundial de la salud. (21 de febrero de 2023). Estrés. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>.

Paredes De La Torre, V. N., & Torero Aranda, L. C. (2024). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 5to año de secundaria de un colegio particular del distrito de San Miguel, 2022

Pérez D, García J, García T, Ortiz D, Centelles C. Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. Scielo

[Internet]. 2014 Ago [cited 2021 mayo 10]; 354-363. Available from:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-)

Ramirez Olivera, K. D., & Nunura Tarrillo, W. A. (2024). Ansiedad y estrés académico en estudiantes de secundaria que retornan a clases presenciales en una institución educativa de Chiclayo, año 2023.

Reyes Portocarrero, M. F. (2023). Clima social escolar y estrés académico en estudiantes de secundaria de la institución educativa “San Pablo” de Pacora, año 2022.

<https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/10612>

Rosales Ticse, G. N., & Villanueva Ruiz, A. A. (2021). Estrés académico en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Padre Aymon La Cruz López 1282, Lima-2021.

Vasquez Vallejos, G. H. D. J. (2024). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal en Chiclayo, año 2022.

[https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20\\_500.12802/12703](https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20_500.12802/12703)

## VIII. ANEXOS

### Anexo 01- Operacionalización de variable

VARIABLE DE CONCEPTU ESTUDIO AL	DEFINICIÓN	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSION	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
<b>Estrés Académico</b>	El estrés académico es la reacción normal que tenemos frente a las diversas exigencias y demandas a las que nos enfrentamos tales como	El estrés académico será medido a través del Inventario de Estrés Académico SISCO SV, adaptado por Alania, Llancari y Rafaele y Révolo 2020. Está compuesta por 3 dimensiones: Estresores con	<b>Estresores</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Competitividad entre compañeros</li> <li>2. Sobre carga de tareas y trabajos.</li> <li>3. Personalidad y carácter de profesores.</li> <li>4. Formas de evaluación de profesores.</li> <li>5. Nivel de exigencia de profesores</li> <li>6. Tipo de trabajos solicitados.</li> <li>7. Profesores muy teóricos.</li> <li>8. Participación en clase.</li> <li>9. Tiempo limitado para hacer trabajos.</li> <li>10. Exámenes, prácticas o trabajos.</li> </ol>	Variable  Leve: 47– 125  Moderado 126 – 204  Severo: 205 – 282

	<p>evaluaciones, trabajos presentación es, etc. Esta reacción nos activa y nos moviliza para responder con eficacia y conseguir nuestras metas y objetivos.</p>	<p>15 ítems, síntomas (reacciones) con 15 ítems y estrategias de afrontamiento con 17 ítems. En una escala de respuestas, e puntaje por ítem es de 0 a 5 puntos, 0: Nunca, 1: Casi nunca, 2: Rara vez, 3: Algunas veces, 4: Casi siempre y 5: Siempre.</p>	<p><b>Síntomas</b></p>	<p>11. Exposición de un tema.  12. Poca claridad de los trabajos.  13. Profesores mal preparados.  14. Asistir a clases aburridas o monótonas.  15. No entender los temas que se abordan</p> <p>1. Trastornos del sueño (insomnio, pesadilla)  2. Fatiga crónica (cansancio permanente)  3. Dolores de cabeza o migrañas.  4. Dolor de estómago o diarrea  5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.  6. Somnolencia, mayor necesidad de dormir</p>	<p>Dimensión síntomas estresores</p> <p>Leve:  15– 40</p> <p>Moderado  41 – 66</p> <p>Severo:  67 – 90</p> <p>Dimensión estrategias</p> <p>Leve:17– 45</p>
--	---	--	------------------------	--	--

				7.Incapacidad de relajarse y estar	
--	--	--	--	------------------------------------	--

				tranquilo	Moderado
				8.Sentimientos de depresión y tristeza	46 – 74
				9.Ansiedad, angustia o desesperación	Severo:
				10.Dificultades para concentrarse	75 – 102
			<b>Estrategias de afrontamiento</b>	11. Agresividad o aumento de irritabilidad	
				12. Tendencia a contradecir, discutir o pelear	
				13. Aislamiento de los demás	
				14. Desgano para realizar tareas	
				Aumento / reducción en consumo de alimentos	
				1.Habilidad asertiva (defender preferencias)	
				2.Escuchar música o ver televisión	
				3.Concentrarse en resolver la situación	
				4.Elogiar forma de actuar	

				<p>5. Encomendarse a Dios o asistir a misa</p> <p>6. Buscar información sobre la situación</p> <p>7. Solicitar apoyo de familia y amigos</p> <p>8. Contar lo que pasa a otros</p> <p>9. Establecer soluciones concretas</p> <p>10. Evaluar lo positivo/negativo de propuestas</p> <p>11. Mantener el control de emociones</p> <p>12. Recordar situaciones similares</p> <p>13. Hacer ejercicio físico</p> <p>14. Elaborar un plan para enfrentar la situación</p> <p>15. Tratar de obtener lo positivo de la situación</p> <p>16. Navegar en internet</p> <p>17. Jugar videojuegos</p>	
--	--	--	--	--	--

## Anexo 02- Cuestionario SISCO

### PRESENTACIÓN

Soy estudiante de la Universidad Señor de Sipán de la carrera de psicología del XI ciclo, en esta oportunidad estamos realizando un estudio de investigación lo cual hemos elegido un cuestionario con la finalidad de identificar el nivel de estrés académico.

#### DATOS GENERALES:

Edad: .....

Sexo: Masculino: .... Femenino: ....

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

Si ( )

No ( )

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de estrés, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3. **Dimensión estresores**

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

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

A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos estudiantes. Responde, tomando en consideración la siguiente escala de valores

**¿Con qué frecuencia te estresas?**

Estresores	N	C N	R V	A V	C S	S
1. La competitividad con o entre mis compañeros de clases.						
2. La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días.						
3. La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases.						
4. La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc.						
5. El nivel de exigencia de mis profesores/as.						
6. El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en Internet etc.)						

7. Que me enseñen profesores/as muy teóricos/as.						
8. Mi participación en clase (conectarme a la clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.).						
9. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as.						
10. La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación.						
11. Exposición de un tema ante la clase.						
12. La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as.						
13. Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología).						
14. Asistir o conectarse a clases aburridas o monótonas.						
15. No entender los temas que se abordan en la clase.						

#### 4. Dimensión síntomas (reacciones)

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

Síntomas	N	C N	R V	A V	C S	S
1. Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla).						
2. Fatiga crónica (cansancio permanente).						
3. Dolores de cabeza o migrañas.						

4. Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea.						
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.						
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.						
7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).						
8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).						
9. Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación.						
10. Dificultades para concentrarse.						
11. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.						
12. Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear.						
13. Aislamiento de los demás.						
14. Desgano para realizar las labores académicas.						
15. Aumento o reducción del consumo de alimentos.						

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?

**5. Dimensión estrategias de afrontamiento**

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

Con frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a:

Estrategias	N	CN	R V	AV	CS	S
-------------	---	----	--------	----	----	---

1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).						
---	--	--	--	--	--	--

2. Escuchar música o distraerme viendo televisión.						
3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.						
4. Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa.						
5. La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa).						
6. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa.						
7. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos.						

8. Contar lo que me pasa a otros. (verbalización de la situación que preocupa).						
9. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						
10. Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante.						
11. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.						
12. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné.						
13. Hacer ejercicio físico.						
14. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.						
15. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.						
16. Navegar en internet.						
17. Jugar videojuegos.						

## Anexo 03- validez del instrumento

### VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

La validez del instrumento comprende la validez de contenido y la validez de constructo. La primera se evalúa con la opinión de 20 expertos sobre 10 indicadores con cinco opciones de opinión: deficiente (1), mala (2), regular (3), buena (4) y muy buena (5); la segunda, con los resultados de la aplicación del instrumento a la muestra de estudio (151 estudiantes), para cada una de las dimensiones del estrés académico con el coeficiente de correlación  $r$  de Pearson corregida.

a) Validez de contenido Tabla

01

Indicador	Criterio	V	de	Valor p	Validez
		Aiken			
1. Claridad	Está formulado con lenguaje comprensible	1.00	apropiado y	< 0.01	Si
2. Objetividad	Permite medir hechos observables	1.00		< 0.01	Si
3. Actualidad	Está adecuado al avance de la ciencia y tecnología	0.99		< 0.01	Si
4. Organización	Su presentación es ordenada	1.00		< 0.01	Si
5. Suficiencia	Comprende los aspectos de las variables en cantidad y calidad suficientes	1.00		< 0.01	Si
6. Pertinencia	Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados	0.81		< 0.01	Si

7. Consistencia	Pretende conseguir datos basados en teorías o modelos teóricos	0.85	< 0.01	Si
8. Coherencia	Existe congruencia entre variables, indicadores e ítems	1.00	< 0.01	Si
9. Metodología	Su estrategia responde al propósito de la investigación	0.98	< 0.01	Si
10. Aplicación	Los datos a recoger permiten un tratamiento estadístico	0.96	< 0.01	Si

---

En mérito al coeficiente de concordancia V de Aiken (tabla 1), el instrumento presenta validez genérica de contenido, pues los coeficientes de todos los indicadores son superiores a 0.8 ( $p < 0.01$ ).

De igual forma, según el coeficiente V de Aiken (tabla 2), el instrumento presenta validez específica de contenido, ya que los coeficientes de todos los ítems superan a 0.75 ( $p < 0.01$ ).

Con estos resultados, se afirma que el instrumento es válido con la opinión expertos.

**Tabla 2**

***Validez específica de contenido con el coeficiente V de Aiken***

Ítem	V de Aiken	Valor p	Validez
ES1	1.00	< 0.01	Si
ES2	1.00	< 0.01	Si
ES3	0.99	< 0.01	Si
ES4	1.00	< 0.01	Si
ES5	1.00	< 0.01	Si
ES6	0.81	< 0.01	Si
ES7	0.85	< 0.01	Si
ES8	1.00	< 0.01	Si
ES9	0.98	< 0.01	Si
ES10	0.96	< 0.01	Si
ES11	1.00	< 0.01	Si
ES12	1.00	< 0.01	Si
ES13	0.99	< 0.01	Si
ES14	1.00	< 0.01	Si

ES15	1.00	< 0.01	Si
SI1	0.76	< 0.01	Si
SI2	0.85	< 0.01	Si

SI3	1.00	< 0.01	Si
SI4	0.98	< 0.01	Si
SI5	0.96	< 0.01	Si
SI6	1.00	< 0.01	Si
SI7	1.00	< 0.01	Si
SI8	0.99	< 0.01	Si
SI9	1.00	< 0.01	Si
SI10	1.00	< 0.01	Si
SI11	0.81	< 0.01	Si
SI12	0.85	< 0.01	Si
SI13	1.00	< 0.01	Si
SI14	0.98	< 0.01	Si
SI15	0.96	< 0.01	Si
EA1	1.00	< 0.01	Si
EA2	1.00	< 0.01	Si
EA3	0.99	< 0.01	Si
EA4	1.00	< 0.01	Si

EA5	1.00	< 0.01	Si
EA6	0.81	< 0.01	Si
EA7	0.85	< 0.01	Si
EA8	1.00	< 0.01	Si
EA9	0.98	< 0.01	Si
EA10	0.96	< 0.01	Si
EA11	1.00	< 0.01	Si

EA12	1.00	< 0.01	Si
EA13	0.99	< 0.01	Si
EA14	1.00	< 0.01	Si
EA15	1.00	< 0.01	Si
EA16	0.81	< 0.01	Si
EA17	0.85	< 0.01	Si

**b) Validez de constructo**

**b.1) Validez de constructo de la dimensión Estresores**

**Tabla 3 Validez de los ítems de la dimensión Estresores**

Ítems	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de la escala si el elemento se ha suprimido	Coefficiente alfa de Cronbach	Coefficiente alfa de Cronbach estandarizado	r (ítem, total) de Pearson corregida
ES1	43.37	196.182	0.9238	0.9247	0.5058
ES2	42.18	189.374	0.9185	0.9192	0.6948
ES3	43.26	190.020	0.9193	0.9201	0.6641
ES4	42.42	189.165	0.9182	0.9188	0.7062
ES5	42.60	188.109	0.9181	0.9188	0.7070
ES6	42.54	188.076	0.9178	0.9185	0.7170
ES7	42.95	193.138	0.9227	0.9235	0.5487
ES8	43.34	189.652	0.9219	0.9225	0.5854
ES9	42.42	187.565	0.9178	0.9186	0.7137
ES10	42.65	184.763	0.9168	0.9178	0.7422
ES11	43.23	188.993	0.9214	0.9221	0.6003
ES12	43.01	187.380	0.9184	0.9194	0.6947
ES13	43.58	193.486	0.9233	0.9242	0.5294

ES14	43.00	189.067	0.9194	0.9203	0.6623
ES15	43.09	186.778	0.9208	0.9213	0.6229

De acuerdo al coeficiente de correlación (ítem, total) de la Última columna de la tabla 3 ( $r$  (ítem, total) de Pearson corregida), todos los ítems de la dimensión Estresores son válidos, al reportar coeficientes mayores a 0.2, entre 0.5058 (ítem ES1) y 0.7422 (ítem ES10), revelando validez muy buena (0.45 a 0.54) y excelente (0.55 a 1) (Muñiz, 2005; Prieto y Muñiz, 2000, citados por Ferrer, Guarera y Peró, 2011), encontrándose tres ítems con validez muy buena y 12 ítems con validez excelente. Con estos resultados, la dimensión Estresores presenta validez de constructo.

## **b.2) Validez de constructo de la dimensión Síntomas**

Tabla 4

Validez de los ítems de la dimensión Síntomas

Ítems	Media de la escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de la escala si el elemento se ha suprimido	Coefficiente de Cronbach	Coefficiente alfa de Cronbach estandarizado	$r$ (ítem, total) de Pearson corregida
SI1	40.73	221.532	0.9495	0.9498	0.6921
SI2	40.65	221.203	0.9488	0.9491	0.7255
SI3	40.73	221.959	0.9495	0.9499	0.6923
SI4	41.32	223.874	0.9503	0.9508	0.6527
SI5	41.00	219.507	0.9506	0.9507	0.6573
SI6	40.59	222.630	0.9499	0.9503	0.6707

SI7	40.53	217.331	0.9473	0.9477	0.7895
SI8	40.79	218.391	0.9478	0.9482	0.7673
SI9	40.56	218.621	0.9482	0.9487	0.7488
SI10	40.54	219.850	0.9472	0.9474	0.8027
SI11	41.04	219.225	0.9482	0.9486	0.7513
SI12	41.09	217.445	0.9472	0.9476	0.7948
SI13	41.01	219.300	0.9486	0.9490	0.7345
SI14	40.64	218.938	0.9474	0.9477	0.7892
SI15	40.79	216.875	0.9478	0.9482	0.7671

Según el coeficiente de correlación (ítem, total) de la última columna de la tabla 4 ( $r$  (ítem, total) de Pearson corregida), todos los ítems de la dimensión Síntomas son válidos, al dar coeficientes mayores a 0.2, entre 0.6527 (ítem SI4) y 0.8027 (ítem SI10), mostrando validez excelente (0.55 a 1) (Muñiz, 2005; Prieto y Muñiz, 2000, citados por Ferrer, Guilera y Perú, 2011). Con estos resultados, la dimensión Síntomas presenta validez de constructo.

### **b.3) Validez de constructo de la dimensión Estrategias de afrontamiento**

En concordancia con el coeficiente de correlación (ítem, total) de la Última columna de la tabla 5 ( $r$  (ítem, total) de Pearson corregida), todos los ítems de la dimensión Síntomas son válidos, al dar coeficientes mayores a 0.2, entre 0.2969 (ítem EA5) y 0.6767 (ítem EA3), revelando validez suficiente (0.2 a 0.34), buena (0.35 a 0.44), muy buena (0.45 a 0.54) y excelente (0.55 a 1) (Muñiz, 2005; Prieto y Muñiz, 2000, citados por Ferrer, Guilera y Perú, 2011). Con estos resultados, la dimensión Estrategias de afrontamiento presenta validez de constructo.

Dado que el instrumento presenta validez de contenido y las dimensiones del estrés académico validez de constructo, se concluye que el instrumento es válido.

**Tabla 5 Validez de los ítems de la dimensión Estrategias de afrontamiento**

Ítems	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Coefficiente alfa de Cronbach	Coefficiente alfa de Cronbach estandarizado	Correlación (ítem, total) de Pearson corregida
EA1	47.41	123.777	0.8783	0.8845	0.4944
A2	46.93	123.329	0.8802	0.8864	0.4426
EA3	47.38	119.877	0.8722	0.8779	0.6767
EA4	47.68	119.952	0.8743	0.8809	0.6017
EA5	48.28	125.725	0.8866	0.8916	0.2969
EA6	47.66	119.294	0.8745	0.8813	0.5935
EA7	48.11	116.615	0.8718	0.8793	0.6559
EA8	48.07	118.116	0.8743	0.8815	0.5944
EA9	47.60	118.576	0.8713	0.8776	0.6890
EA10	47.49	118.852	0.8722	0.8782	0.6609
EA11	47.56	122.062	0.8765	0.8826	0.5453
EA12	47.56	120.528	0.8751	0.8815	0.5809
EA13	47.84	124.561	0.8850	0.8902	0.3378
EA14	47.81	121.365	0.8746	0.8806	0.6051
EA15	47.56	120.408	0.8745	0.8807	0.6014
EA16	47.31	125.109	0.8836	0.8901	0.3555

EA17	47.81	123.859	0.8872	0.8913	0.3153
------	-------	---------	--------	--------	--------

#### **Anexo 04- confiabilidad del instrumento**

La confiabilidad del instrumento se evalúa con el coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach para cada una de las dimensiones del estrés académico. De acuerdo con este coeficiente (tabla 6), las tres dimensiones del estrés académico son confiables, con confiabilidad excelente (0.85 a 1) (Muñiz, 2005; Prieto y Muñiz, 2000, citados por Ferrer, Guilera y Però, 2011), entre 0.9937 (Estrategias de afrontamiento) y 0.9518 (Síntomas). Con estos resultados, las dimensiones del estrés académico presentan confiabilidad y, por ende, el instrumento del estrés académico es confiable.

**Tabla 6 Confiabilidad de las dimensiones del estrés académico**

Dimensión	Número de ítems	Coeficiente alfa de Cronbach	Coeficiente alfa de Cronbach estandarizado
Estresores	15	0.9248	0.9256
Síntomas	15	0.9518	0.9522
Estrategias de afrontamiento	17	0.8837	0.8895