Universidad Nacional Mayor de San Marcos
Universidad del Perú. Decana de América
Facultad de Medicina
Escuela Profesional de Enfermería

Estresores académicos post pandemia en estudiantes de enfermería de una universidad pública. Lima, 2023

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería

AUTOR

Alexandra Elizabeth FERNANDEZ SALINAS

ASESOR

Dra. María Josefa ARCAYA MONCADA

Lima, Perú

2024



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Fernandez A. Estresores académicos post pandemia en estudiantes de enfermería de una universidad pública. Lima, 2023 [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Enfermería; 2024.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Alexandra Elizabeth Fernandez Salinas
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	72229425
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0007-0070-1754
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	María Josefa Arcaya Moncada
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	7021076
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-0961-1193
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Gladys Carmela Santos Falcón
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	7923374
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Cecilia Victoria Chavez Camacho
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	10628108
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Herminia Magali Mendoza Ortega
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	20719206

Datos de investigación	
Línea de investigación	No aplica
Grupo de investigación	No aplica
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento
Ubicación geográfica de la investigación	Edificio: Universidad Nacional Mayor de San Marcos (Facultad de Medicina Humana) País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: Lima Calle: Av. Miguel Grau 755, Lima 15001 Latitud: -12.09573° Longitud: -77.06396
Año o rango de años en que se realizó la investigación	2023-2024
URL de disciplinas OCDE	Enfermería: https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.03 Ética: http://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.13

UNMSM
Firmado digitalmente por FERNANDEZ GIUSTI VDA DE PELLA Alicia Jesus FAU 20148092282 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 27.11.2024 10:35:34 -05:00

UNMSM
Firmado digitalmente por CORNEJO VALDIVIA DE ESPEJO Angela Rocio FAU 20148092282 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 25.11.2024 19:55:31 -05:00

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS EN LA MODALIDAD PRESENCIAL PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

1. FECHA DE LA SUSTENTACIÓN: 12/11/2024

HORA INICIO : 14:00 Hrs.

HORA TÉRMINO : 14:45 Hrs.

2. MIEMBROS DEL JURADO

PRESIDENTE : Dra. Gladys Carmela Santos Falcón

MIEMBRO : Mg. Cecilia Victoria Chavez Camacho

MIEMBRO : Mg. Herminia Magali Mendoza Ortega

ASESOR : Dra. María Josefa Arcaya Moncada

3. DATOS DEL TESISTA

APELLIDOS Y NOMBRES : Alexandra Elizabeth Fernandez Salinas

CODIGO : 18010442

R.R. DE GRADO DE BACHILLER NÚMERO: RR-005989-2023/ UNMSM (10/05/2023)

TÍTULO DE LA TESIS:

"Estresores académicos post pandemia en estudiantes de enfermería de una universidad pública. Lima, 2023"

4. RECOMENDACIONES Y/O MENCIONES

Aprobacion de Proyecto: RD-000587-2024-D-FM/UNMSM

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

5. NOTA OBTENIDA: 18, Dieciocho

(Aprobado con mención honrosa)

6. FIRMAS DE LOS MIEMBROS DEL JURADO

 **Firma**	 **Firma**
Dra. Gladys Carmela Santos Falcón DNI: 7923374	Mg. Cecilia Victoria Chavez Camacho DNI: 10628108
PRESIDENTA	**MIEMBRO**

 **Firma**	 **Firma**
Mg. Herminia Magali Mendoza Ortega DNI: 20719206	Dra. María Josefa Arcaya Moncada DNI: 7021076
MIEMBRO	**ASESORA**

Universidad Nacional Mayor de San Marcos
Universidad del Perú. Decana de América

Vicerrectorado de Investigación y Posgrado

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO

CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo MARIA JOSEFA ARCAYA MONCADA. en mi condición de asesor acreditado con RD No 000587-D-FM-2024 de la tesis de investigación, cuyo título es : "**Estresores académicos post pandemia en estudiantes de enfermería de una universidad pública. Lima, 2023**

Presentado por bch. , Alexandra Elizabeth, FERNANDEZ SALINAS, para optar el grado de Licenciada en Enfermería.

CERTIFICO:

Que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según larevisión, análisis y evaluación mediante el software de similitud textual, el documento evaluado cuenta con el porcentaje de 8% de similitud, nivel PERMITIDO para continuar con los trámites correspondientes y para su publicación en el repositorio institucional.

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del grado correspondiente.

DNI:07021076

Nombres y apellidos del asesor:
Dra Maria Josefa Arcaya Moncada

Huella digital

RESUMEN

Objetivo: Determinar los estresores académicos post pandemia en los estudiantes de Enfermería en una universidad pública. Lima, 2023

Metodología: La investigación es de enfoque cuantitativo, método descriptivo, de corte transversal; la población estuvo conformada por un total de 434 estudiantes, la muestra fue de 204 estudiantes de Enfermería. La técnica utilizada fue la encuesta, y el instrumento fue validado por juicio de expertos.

Resultados: Se observa que del 100% (204) de los estudiantes de Enfermería, en el 61% (124) se encuentran presentes los estresores académicos. Por otro lado, en el 39% (80) se encuentran ausentes.

Conclusiones: Se concluye que los estresores académicos post pandemia están presentes en la mayoría de los estudiantes de Enfermería de una universidad pública, siendo los más frecuentes: la capacidad de comprensión de temas, organización del tiempo para la ejecución de tareas, evaluaciones teóricas, problemas con el horario y las clases virtuales.

Palabras claves: *estrés académico, estresores académicos, estresores académicos post pandemia, estudiantes de Enfermería, estresores personales y estresores institucionales.*

ABSTRACT

Objective: Determining post-pandemic academic stressors in nursing students at a public university. Lima, 2023

Methodology: This is a quantitative, descriptive method, and cross-sectional; the population consisted of a total of 434 students, the sample was 204 nursing students. The technique used was the survey, and the instrument was validated by expert judgment.

Results: It is observed that of the 100% (204) of the nursing students, 61% (124) have academic stressors present. On the other hand, in 39% (80) they are absent.

Conclusions: It is concluded that post-pandemic academic stressors are present in the majority of nursing students at a public university, the most frequent being: the ability to understand topics, organization of time for the execution of tasks, theoretical evaluations, problems with the schedule and virtual classes.

Key words: *academic stress, academic stressors, post-pandemic academic stressors, nursing students, personal stressors and institutional stressors.*

DEDICATORIA

A mi papá por su constante esfuerzo, apoyo y amor incondicional. Por creer en mí aun cuando yo no creía, y por guiarme por el sendero de la vida a través de toda su experiencia y sabiduría.

A mi mamá por su constante motivación e impulso para seguir logrando mis metas profesionales. Por su esfuerzo diario de ser la mejor mamá, y la que está presente en cada meta cumplida.

A mis hermanos por siempre brindarme una sonrisa y una anécdota para reír. Por ser mis confidentes de vida y motivarme, aun cuando yo estaba por darme por vencida.

A mi hermosa gata, que en paz descanse, gracias por acompañarme quince años de mi vida, extrañaré mucho tu pelaje gringo.

AGRADECIMIENTO

A mi asesora la Dra. María Arcaya Moncada por su paciencia y apoyo. Por haberme corregido en la investigación, brindarme sus conocimientos y por alentarme a culminar el presente estudio.

A Lucas, David, Pedro, por su compañía en momentos de soledad, y apoyándome en todo momento, lo recordaré siempre con mucho cariño.

A todas las amistades que hice a lo largo de mi camino y aportaron su granito de arena alentándome a seguir, muchas gracias, los estimo. En especial a ustedes: Cris, Nicole y Emerson.

A mi alma mater: la UNMSM, porque desde la secundaria estaba decidida a estudiar ahí. Gracias por brindarme grandes amigas y experiencias únicas.

ÍNDICE

RESUMEN ii
ABSTRACT iii
DEDICATORIA iv
AGRADECIMIENTO v
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN 11
1.1. Planteamiento del problema 13
1.1.1. Determinación de problema 13
1.1.2. Formulación del problema 17
1.2. Objetivos 18
1.2.1. Objetivo general 18
1.2.2. Objetivos específicos 18
1.3. Importancia y alcance de la investigación 18
CAPÍTULO II: REVISIÓN DE LITERATURA 20
2.1. Antecedentes del estudio 20
2.2. Bases teóricas 23
2.3. Definición operacional de términos 33
CAPÍTULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLE 34
3.1. Hipótesis 34
3.2. Variable 34
CAPÍTULO IV: MATERIAL Y MÉTODOS 35
4.1. Tipo y método de investigación 35
4.2. Diseño de investigación 35
4.3. Sede de estudio 35
4.4. Población, muestra y muestreo 36
4.4.1. Criterios de inclusión 36
4.4.1. Criterios de exclusión 36
4.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos. Validez. 36
4.6. Procedimientos de recolección y procesamiento de datos 37
4.7. Análisis estadístico 38
4.8. Consideraciones éticas 38

CAPÍTULO V. RESULTADOS 40
5.1. Presentación de gráficos y descripción de los resultados 40
5.1.1. Datos generales 40
5.1.2. Datos específicos 40
CAPÍTULO VI. DISCUSIÓN 48
CAPÍTULO VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 54
7.1. Conclusiones 54
7.2. Recomendaciones 55
CAPÍTULO VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 56
ANEXOS 67

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° **Pag**

1. Características demográficas de los estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023 93
2. Estresores académicos post pandemia global en estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023 93
3. Estresores académicos personales post pandemia en estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023 94
4. Estresores académicos personales post pandemia con sus indicadores en estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023 94
5. Estresores académicos institucionales post pandemia en estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023 95
6. Estresores académicos institucionales post pandemia con sus indicadores en estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023 95
7. Estresores académicos post pandemia global en estudiantes de Enfermería por año de estudios en una universidad pública. Lima, 2023 96
8. Estresores académicos post pandemia global en la dimensión personal en estudiantes de Enfermería por año de estudios en una universidad pública. Lima, 2023 97
9. Estresores académicos post pandemia global en la dimensión institucional en estudiantes de Enfermería por año de estudios en una universidad pública. Lima, 2023 98
10. Frecuencia de categorías, según ítems respecto a los estresores académicos en la dimensión personal. Lima, 2023 99

11. Frecuencia de categorías, según ítems respecto a los estresores académicos en la dimensión institucional. Lima, 2023 100

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° **Pag**

1. Estresores académicos post pandemia global en estudiantes de Enfermería en una universidad pública. Lima, 2023 40
2. Estresores académicos post pandemia en la dimensión personal en los estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023 41
3. Estresores académicos post pandemia en la dimensión personal con sus indicadores en los estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023 42
4. Estresores académicos post pandemia en la dimensión institucional en los estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023 43
5. Estresores académicos post pandemia en la dimensión institucional con sus indicadores en los estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023 44
6. Estresores académicos post pandemia global en estudiantes de Enfermería por año de estudios en una universidad pública. Lima, 2023 45
7. Estresores académicos post pandemia global en la dimensión personal en estudiantes de Enfermería por año de estudios en una universidad pública. Lima, 2023 46
8. Estresores académicos post pandemia global en la dimensión institucional en estudiantes de Enfermería por año de estudios en una universidad pública. Lima, 2023 47

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

El estrés académico está presente en todo momento en el estudiante, sobre todo en los universitarios, quienes deciden cursar una carrera profesional. Este tipo de estrés se define como aquella reacción que es desencadenada por una serie de estresores en el ámbito académico frente a diversas exigencias que enfrenta en la universidad. Así mismo, el estrés académico puede ser considerado como reacción positiva, ya que impulsa al estudiante universitario a cumplir con las distintas demandas, llegando así a alcanzar sus objetivos trazados. Sin embargo, también puede desencadenar una reacción negativa por esas mismas exigencias y dar resultados que perjudican la salud del estudiante que puedan disminuir su rendimiento académico. (1)

En el contexto de la pandemia COVID-19, se desarrollaban las clases de manera presencial; sin embargo, la ejecución de ellas se realizó por modalidad virtual, esto supuso un gran cambio en el ámbito académico, lo cual fue mucho más complicado para las personas que padecían de trastornos mentales. (2) Por otro lado, las carreras de salud, entre ellas Enfermería, se vieron afectadas, puesto que las prácticas se realizaban de forma presencial, teniendo que adaptarse a llevarlas virtualmente. (3,4) Al respecto, Carreón A. et al, nos dice que *"…el periodo de cuarentena favoreció el desarrollo de desórdenes de estado de ánimo y angustia, elevando así los niveles de estrés, ansiedad…"* Lo mencionado anteriormente puede estar relacionado a que los estudiantes no consideraban alcanzar las competencias necesarias de la carrera de Enfermería, debido a que no llevaban a cabo las prácticas tradicionales. (5)

En este marco, en octubre del 2022, el Perú decretó el fin del estado de emergencia nacional, volviendo así las clases a su normalidad; mientras que el siguiente año, la Organización Mundial de Salud declaró el fin de la pandemia por COVID-19. No obstante, a pesar de regresar las clases a su

normalidad, hay presencia de estresores en los estudiantes de Enfermería después de haber estudiado durante la pandemia. (6,7)

En base a lo mencionado previamente es que se ha considerado conveniente realizar el presente trabajo titulado ‘‘Estresores académicos post pandemia en estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023’’ teniendo como objetivo general: Determinar los estresores académicos post pandemia en los estudiantes de Enfermería en una universidad pública y como objetivos específicos: Identificar los estresores académicos personales post pandemia en los estudiantes de Enfermería, identificar los estresores académicos institucionales post pandemia en los estudiantes de Enfermería; y por último, identificar los estresores académicos personales e institucionales post pandemia por año de estudio en los estudiantes de Enfermería; teniendo como propósito proporcionar los resultados a la institución formadora para que de esta manera puedan abarcar este problema mediante el establecimiento de estrategias que reduzcan y/o busquen una solución a este problema frecuente en los estudiantes universitarios de Enfermería.

El presente trabajo de investigación tiene siete capítulos: En el Capítulo I se podrá encontrar el planteamiento del problema, objetivos tanto general como específicos, la importancia de realizar este trabajo de investigación. El segundo capítulo corresponde a la revisión de la literatura, que comprende antecedentes del estudio, bases teóricas y definición operacional de términos. En el tercer capítulo se definen la hipótesis y la variable de estudio. En el cuarto capítulo se explica el tipo y método de la investigación, como también el diseño, la sede de estudio donde se realizará, la población, la técnica e instrumento para la recolección de datos, el procedimiento de recolección y procesamiento de datos, el análisis estadístico y consideraciones éticas. En el quinto capítulo se presentan los resultados mediante gráficos con su respectivo análisis. En el sexto capítulo la discusión de los resultados. En el séptimo capítulo se establecen las conclusiones de acuerdo a los objetivos

planteados y además las recomendaciones. Finalmente se presentan las referencias bibliográficas y los anexos.

1.1. Planteamiento del problema

1.1.1. Determinación de problema

La Organización Panamericana de la Salud (OPS), refiere que los trastornos de salud mental, dentro de los cuales se encuentra el estrés, aumentan la probabilidad de adquirir otras enfermedades que pueden llegar a contribuir en lesiones ya sean autoinfligidas o no. Además, la OPS, nos brinda la siguiente información: "El gasto público mediano en salud mental en toda la Región es apenas un 2,0% del presupuesto de salud, y más del 60% de este dinero se destina a hospitales psiquiátricos.*"*(8) Lo mencionado anteriormente nos hace referencia a que se invierte una cifra muy baja del presupuesto en la promoción y prevención de la salud mental, mientras que invierten más en el tratamiento cuando ya existe una enfermedad y se encuentran en el hospital psiquiátrico.

De acuerdo con Román et al., en América Latina "países como Chile, México, Perú y Venezuela. A pesar de algunas contradicciones, los estudios concuerdan en mostrar una elevada incidencia de estrés en estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población estudiada en la categoría de estrés moderado." (9)

Por otro lado, en el Perú, según Cassaretto M et al. en el año 2021, identificó que un 38,3% de estudiantes de universidades públicas y privadas presentaron un nivel de estrés medio y 7,1% mostró un nivel de estrés alto (10).

A nivel local, según Vera R, en el año 2021 señaló que el 72.92% de internos de Enfermería de la UNMSM, presentó un nivel de estrés moderado, mientras que un 18,75% mostró un nivel de estrés severo. (11)

El estrés académico, llamado así porque se produce en el ámbito educativo, se ha convertido en un problema de salud global en la actualidad, ya que cualquier persona que sea estudiante, independientemente de su edad, sexo, situación económica o raza, puede verse afectada. Se estima que "uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés y que, en las ciudades, se estima que el 50% de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo." (12)

Águila A, et al. en su artículo realizado en el año 2020 en Cuba, afirman que valores altos de estrés pueden afectar al sistema de respuesta cognitivo, motor y psicológico de una persona. Sin embargo, el cambio de esos valores de respuesta puede ser perjudicial para el rendimiento académico, pero al mismo tiempo, ayuda a completar con éxito las tareas universitarias, lo que se denomina eustrés. (13) Los estudiantes que tienen estrés académico y no saben cómo controlarlo, pueden presentar efectos negativos físicos, mentales y sociales, sin embargo, otros estudiantes utilizan este estrés como un impulsor para el cumplimiento de trabajos académicos.

Según Estrada et al., en 2021, en Perú, quienes realizaron un estudio sobre el estrés académico, concluyeron que “existe una alta prevalencia de estrés académico en los estudiantes de la carrera profesional de educación de una universidad peruana en tiempos de la pandemia del COVID-19.” Además, algunas variables como el sexo, grupo etario y año de estudio se vieron relacionadas con el estrés académico. (14)

En el marco de la pandemia por COVID-19, la enseñanza se realizó de manera virtual con muchas limitaciones, algunas de ellas fueron la conectividad a internet, las estrategias y metodología de enseñanza de los docentes, además de la sobrecarga de trabajos académicos y la exposición continua a dispositivos electrónicos.

Por otra parte, la SUNEDU brindó pautas directivas donde planteó la necesidad de autorizar que el aprendizaje se desarrollara de forma virtual, lo que pudo resultar de forma complicada para los estudiantes de Enfermería y mucho más para los estudiantes de provincia que no contaron con los recursos necesarios para conectarse a una clase virtual logrando que se ausenten en varias de ellas; lo anterior mencionado contribuyó a la presencia de estresores lo que pudo afectar a los estudiantes en su rendimiento académico y en su aprendizaje diario de la carrera profesional. León K. et al., indican que los estresores académicos frecuentes tras la pandemia son: tareas, proyectos y sobrecarga académica en los estudiantes universitarios de Enfermería. (15)

Así mismo, Calixto P et al., realizaron un estudio en el 2022 en México, donde valoraban el estrés académico post pandemia, los hallazgos encontrados señalan que el nivel de estrés es medio, tanto en varones como mujeres, y los más frecuentes fueron sobrecarga del estudiante, participación en clase y exámenes. Además, refieren lo siguiente: *"el regreso a las clases y el proceso de adaptarse nuevamente, en el escenario post pandemia…, son actividades que afectan a los estudiantes".* (16)

Por lo mencionado anteriormente es necesario recalcar que antes, durante y después de la pandemia aún persiste el estrés académico en los estudiantes, así como también sus estresores, por lo que es fundamental que las universidades conozcan los principales estresores académicos, al respecto, León K. et al., sostiene que el estrés académico está relacionado con consecuencias físicas, psicológicas y comportamentales. (15)

Siendo así, este problema tiene implicancia para el futuro profesional de Enfermería, ya que se considera un miembro importante en la estrategia de salud mental, en el primer nivel de atención, que juega un papel importante en la prevención y manejo del estrés, se considera necesario

que el futuro enfermero desarrolle habilidades específicas, donde éste sea capaz de hacer la debida promoción; con el fin de prevenir el número de estudiantes que pueden verse afectados por el estrés académico.

En relación a lo mencionado, los estudiantes de Enfermería, durante la interacción, refieren sobre el estrés académico que este problema se evidencia en la universidad, al respecto refirieron: *"Regresar de clases virtuales a presenciales me estresa más, porque estar en presencial me hace sentir juzgada por los demás, además de que es muy pesado el horario al ir a clases presenciales, siento que tras estar un tiempo estresada me empieza a doler mucho la espalda." "Me estresa el hecho de que volver a clases presenciales se basa en participar en clase y hablar frente a los demás"*

Además, manifiestan lo siguiente sobre las medidas para controlar el estrés académico: *"No conozco las medidas, muchas veces en vez de realizar la tarea suelo posponerlas por el mismo estrés y me dedico a hacer otras cosas como estar en el celular". "No sé cuáles son las medidas, pero cuando me estreso demasiado me pongo a comer para tranquilizarme". "Yo cuando me estreso suelo aislarme y dejar que se me pase, o simplemente no hago nada, ni pienso en la universidad, ya después si continúo".*

Debido a que los estudiantes no conocen medidas para prevenir o controlar el estrés, es importante investigar las causas que produce el estrés académico que es producto de la pandemia, por ello es que se plantea este estudio de investigación cuyos resultados permitirán proponer estrategias de afrontamiento frente al estrés académico, en los estudiantes de Enfermería.

Con respecto a lo anteriormente mencionado, se llegan a generar las siguientes interrogantes: ¿Cuáles son los estresores que tienen los estudiantes de Enfermería del estrés académico? ¿Cuáles son los estresores de mayor incidencia que deben ser prevenidos? ¿Cuál es el

impacto de la post pandemia en el entorno familiar y en la salud del estudiante?

1.1.2. Formulación del problema

De las interrogantes formuladas previamente surge el siguiente problema de investigación:

¿Cuáles son los estresores académicos en estudiantes de Enfermería de una universidad pública en post pandemia, 2023?

1.2. Objetivos

1.2.1. Objetivo general

Determinar los estresores académicos post pandemia en los estudiantes de Enfermería en una universidad pública. Lima, 2023

1.2.2. Objetivos específicos

- Identificar los estresores académicos personales post pandemia en los estudiantes de Enfermería.
- Identificar los estresores académicos institucionales post pandemia en los estudiantes de Enfermería.
- Identificar los estresores académicos personales e institucionales post pandemia por año de estudio en los estudiantes de Enfermería.

1.3. Importancia y alcance de la investigación

El estrés académico es un problema que se ha venido incrementando a nivel mundial y de forma muy frecuente en los estudiantes universitarios, así mismo la pandemia COVID-19, ocasionó que las clases de modalidad no presencial (vía virtual) sean una alternativa de educación común, puesto que, por medidas de seguridad para evitar el contagio masivo se suspendieron las clases presenciales, ocasionando así que los estresores puedan estar más frecuentes en los estudiantes.(17) Es necesario investigar sobre este tema, porque puede producir complicaciones a nivel físico, psicológico, emocional, cognitivo y social como la depresión, ansiedad, alteración de la memoria, dificultades en la concentración, entre otras. Así mismo puede afectar de forma negativa el rendimiento académico de los estudiantes, lo cual afecta al sistema inmunológico resultando así en enfermedades crónicas o cardiacas. (18)

Por otro lado, con los resultados que produzca esta investigación se espera contribuir a identificar los estresores personales e institucionales que se

encuentran presentes en los estudiantes de Enfermería para así establecer y proponer estrategias de afrontación y/o control del estrés académico en los estudiantes universitarios de Enfermería y lograr que reconozcan cuales son los estresores, y de la misma forma el personal de Enfermería, el OGBU, la clínica universitaria y las prestadoras de salud mental pueden intervenir tanto en la promoción como también en la prevención de ellos, en diferentes ámbitos tales como académico y laboral, mediante la implementación de un programa dirigido para los estudiantes.

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. Antecedentes del estudio

Antecedentes Internacionales

Del Toro AY et al. en el año 2023 en Cuba, realizaron un estudio titulado "Estrés académico en estudiantes de Medicina durante la pandemia de covid-19". Objetivo: caracterizar a estudiantes de Medicina según nivel de estrés, reacciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento usadas durante la pandemia de covid-19. Metodología: tipo descriptivo y transversal, contó con una muestra de 30 estudiantes. El instrumento aplicado fue el inventario SISCO. Conclusión:

> *"…la muestra estudiada se caracterizó por presentar un nivel medio de estrés autopercibido, por responder a las situaciones generadoras de estrés académico, expresar reacciones físicas, psicológicas y comportamentales frente a estas situaciones..."* (19)

La investigación presenta como aporte que durante la pandemia se encontraron los mismos estresores, y que los más frecuentes fueron: evaluaciones por parte de profesores, sobrecarga de tareas y el tiempo limitado para ejecutarlas.

Hernández LM et al. en el año 2023 en Cuba, realizaron un estudio titulado "Estrés académico en estudiantes de Medicina diagnosticados en la Unidad de Orientación Estudiantil". Objetivo: describir las manifestaciones de estrés académico en estudiantes del tercer año de la carrera de Medicina. Metodología: tipo descriptivo y transversal, contó con una muestra de 10 estudiantes diagnosticados con síntomas de estrés. El instrumento aplicado fue el inventario SISCO. Conclusión:

> *"El estrés académico se presentó mayormente en las esferas afectiva y conductual de los estudiantes y se asoció a sucesos vivenciales como factores estresores."* (20)

El estudio presenta como aporte que en las situaciones estresantes se encontrará la presencia de los factores predisponentes, siendo así los más frecuentes: sobrecargas de tareas y evaluaciones.

León KA y Rojas LG en el año 2022, en Ecuador, realizaron un estudio titulado "Estrés por sobrecarga académica en estudiantes de bachillerato" Objetivo: identificar los factores relacionados al estrés por sobrecarga académica en los estudiantes. Metodología: tipo descriptivo y cuantitativo, con una muestra de 120 estudiantes. El instrumento aplicado fue la escala de estresores académicos que está incluido en el cuestionario de estresores académicos. Conclusión:

> *"Se demostró la existencia de factores desencadenantes del estrés académico…dependen de las condiciones del espacio académico y de las demandas y exigencias del profesorado"* (21)

El aporte del trabajo enfatiza en que el estrés académico es un tema importante en la vida de los estudiantes, además que tiene relación directa con el factor estresor sobrecarga académica y otros más.

De la O TJ, Guillermo Y, López JJ, y Ramón A, en el año 2021, en México, realizaron un estudio titulado "Factores de estrés en estudiantes de Enfermería durante las prácticas clínicas: prueba piloto" Objetivo: identificar los factores de estrés en estudiantes durante sus prácticas clínicas. Metodología: tipo descriptivo y transversal, contó con una muestra de 30 estudiantes. El instrumento aplicado fue el cuestionario Bilingüe de Estresores de los estudiantes de Enfermería en las prácticas clínicas KEZKAK. Conclusión:

> *"Se identificó que el factor que genera más estrés en los estudiantes de Enfermería es la falta de competencia, … Es*

> *importante que tanto las instituciones de salud como las formadoras de recursos humanos hagan énfasis en la formación..."* (22)

El aporte del trabajo de investigación menciona que el factor que más se encontró en los estudiantes de Enfermería durante sus prácticas clínicas fue la falta de competencia. Esto es importante ya que tras la pandemia las clases fueron de modalidad virtual, siendo Enfermería una carrera profesional de más acción presencial, por lo que los estudiantes deben acoplarse con las competencias que hayan logrado.

Moreta CJ en el año 2020 en Ecuador, realizó un estudio titulado "Estrés académico en estudiantes de la carrera de Enfermería de la universidad técnica de Ambato" Objetivo: determinar los principales factores de estrés académico en los estudiantes. Metodología: tipo cuantitativo, descriptivo y transversal, contó con una muestra de 162 estudiantes. El instrumento aplicado fue: Inventario de Estrés Académico (IEA) de Polo, Hernández y Pozo. Conclusión:

> *"Los estudiantes… presentan estrés académico y los principales factores estresantes fueron sobrecarga académica, seguido falta de tiempo para cumplir las actividades académicas… la falta de atención que el estudiante presta a clase y… la realización de un examen..."* (23)

El aporte del trabajo de investigación menciona que los estudiantes indican tener más frecuentes los factores estresores: sobrecarga, falta de tiempo, evaluaciones, etc. Ante esta situación, se considera necesario que se determine la presencia de estresores académicos post pandemia en los estudiantes de Enfermería.

Antecedentes nacionales

Churampi PM en el año 2022 en Lima, realizó un estudio titulado “Factores que predisponen al estrés académico en estudiantes de una universidad pública en el contexto de la pandemia por COVID-19 Lima, 2021”. Objetivo: determinar los factores que predisponen al estrés académico en estudiantes de psicología y filosofía. Metodología: cuantitativo, descriptivo y transversal, contó con una muestra de 58 estudiantes. En los resultados se encontró la presencia de los factores académicos: sobrecarga académica, entrega de trabajos, exámenes virtuales y carga horaria. Conclusión:

> *“La gran mayoría de estudiantes evidencian presencia de los factores que predisponen al estrés académico, siendo estos los factores académicos, emocionales y socioeconómicos cada uno con sus diversos indicadores.”* (24)

El estudio presenta como aporte que los estudiantes universitarios en pandemia presentaron algunos factores estresores, puesto que el COVID-19 trajo consigo muchos cambios para los estudiantes, entre ellos la virtualidad de las clases que desencadenaron reacciones y la presencia de estrés académico.

Gutiérrez LZ et al. en el año 2022 en Ica, realizaron un estudio titulado “Estrés académico percibido por los alumnos de la facultad de Enfermería de una universidad estatal Ica, 2022”. Objetivo: determinar el nivel de estrés académico en alumnos de Enfermería. Metodología: cuantitativo, descriptivo y transversal, contó con una muestra de 205 estudiantes. Entre los resultados se encontró que una gran cantidad de estudiantes presentó los siguientes estresores: la realización de exámenes, sobrecarga académica y número de tareas. El instrumento utilizado fue el inventario SISCO. Conclusión:

> *"El nivel de estrés académico percibido… fue predominantemente medio… siendo los principales factores estresantes la realización de un examen, seguido de exposición de trabajos durante clases y el tiempo limitado, y la sobrecarga académica."* (25)

El aporte del estudio indica que el nivel de estrés académico es medio en los estudiantes de enfermería, donde manifiestan que el más frecuente fue la realización de un examen, siendo así que durante la pandemia se tuvo que evaluar de forma virtual.

Romero HK en el año 2022 en Trujillo, realizó un estudio titulado "Estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo". Objetivo: establecer los niveles de estrés académico según género en estudiantes. Metodología: descriptivo, cuantitativo, contó con una muestra de 80 estudiantes. En cuanto a los resultados en la dimensión estresores se encontraron: sobrecarga académica de trabajos individuales o grupales y exposiciones, además de las evaluaciones- El instrumento utilizado fue Inventario SISCO. Conclusión:

> *"Se determina que sí existe diferencia significativa según el sexo en los estudiantes universitarios investigados, siendo las mujeres quienes muestran más estrés en comparación de los hombres debido a la recarga académica."* (26)

El estudio presenta como aporte, que la población de estudiantes mujeres suele tener un nivel de estrés académico más elevado, además que ese estrés se encuentra relacionado con las clases de modalidad virtual por el COVID-19. Los acontecimientos de la pandemia, han hecho surgir efectos relacionados al estrés académico que pueden o no afectar a todos los estudiantes.

Teque JM et al. en el año 2020 en Chiclayo, realizaron un estudio titulado "Estrés académico en estudiantes de Enfermería de universidad peruana".

Objetivo: establecer el nivel de estrés académico en estudiantes de Enfermería. Metodología: descriptivo, transversal, contó con una muestra de 285 estudiantes. En cuanto a los resultados en la dimensión estresores se encontró como principal: la sobrecarga de trabajos, evaluaciones de profesores y el tipo de trabajo. El instrumento utilizado fue el inventario SISCO. Conclusión:

> *"El estrés es una afección globalizada que acomete de manera moderada a todo el alumnado…, remarcando los principales factores causales: la sobrecarga académica universitaria y las evaluaciones de los profesores, expresándose con manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales."* (27)

El aporte del estudio indica que los estudiantes de enfermería evidenciaban estrés académico al adaptarse a la nueva situación que surgió por la pandemia, ya que las clases se dieron de forma virtual, por lo que muchas prácticas clínicas no se realizaron presencialmente.

Challco DS en el año 2019 en Cusco, realizó un estudio titulado "Estrés académico en estudiantes de la escuela profesional de Enfermería de la universidad andina del Cusco año 2018". Objetivo: determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de la escuela profesional de Enfermería. Metodología: tipo descriptivo y cuantitativo, transversal, contó con una muestra de 54 estudiantes. Entre los resultados se encontró la presencia de los siguientes estresores: competitividad grupal, sobrecarga de tareas, evaluaciones, tipos de trabajos. El instrumento utilizado fue el inventario SISCO. Conclusión:

> *"Más de la mitad de estudiantes presenta un nivel de estrés en el rango medio… Así mismo, se determinó que la mayor cantidad de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería presentaron Estresores algunas veces…"* (28)

El estudio presenta como aporte, que muchos estudiantes universitarios de enfermería presentaron estresores académicos. Siendo así, importante confrontar este estudio con la actualidad post pandemia, ya que muchos pasaron por distintas circunstancias, haciendo que se adaptaran a la nueva modalidad de clases no presenciales.

2.2. Bases teóricas

Definición de estrés

La Organización Mundial de Salud (OMS) define el estrés como *"estado de preocupación o tensión mental generado por una situación difícil"*. (29)

En esta perspectiva, Hans Selye considera que una serie de dolencias, como las cardiopatías, la hipertensión arterial y los trastornos emocionales o mentales, estaban causadas por cambios fisiológicos provocados por el estrés continuo de los órganos, creyendo que, las presiones sociales y los riesgos ambientales que exigen capacidad de adaptación también pueden causar trastornos por estrés. (30)

Ante diversas teorías del estrés, el presente trabajo de investigación se identifica con la siguiente:

Teoría del estrés de Lazarus

Lazarus, representó el estrés como un problema que afecta a la persona en gran escala en las dimensiones psicológicas y fisiológicas. Además, estas situaciones serían identificadas como estresores por su constante presencia, así mismo, algunas personas lo interpretarían como amenazas, mientras que otros la proyectan como oportunidades. (31) Al respecto, Cuevas et al., indican que las condiciones en las que se presentan son percibidas como estímulos o causas que dan efectos estresantes sobre cada persona. (32)

Así mismo, Lazarus en su teoría indica que en una situación estresante se producen dos tipos de evaluaciones: la primaria y secundaria, donde la primera se realiza para identificar si la situación es o no estresante, y la segunda evaluación para verificar los recursos

con los que se cuenta para así poder superar esta dificultad. Lo mencionado dará resultado al establecimiento de estrategias que ayudarán a afrontar estas situaciones estresantes, regulando así las reacciones emocionales negativas. (33)

Por otro lado, en la teoría se menciona que la valoración de la segunda evaluación puede ser interpretada de dos formas: reto o desafío (se cuentan con los recursos necesarios para afrontar y genera satisfacción), y amenaza (no se disponen de los medios requeridos, por lo que disminuye la capacidad de afrontamiento generando una respuesta ansiosa). Es decir, el individuo que no se considera capaz de superar estas situaciones estresantes se ve afectado en la aptitud de afrontamiento produciendo así una ineficacia en el procedimiento. (34)

Tipos de estrés

- **Estrés agudo:** Es la forma más común de estrés, tiene una duración corta y aparece por sometimiento a una alta exigencia en la vida cotidiana o el trabajo. (35)
- **Estrés crónico:** Tiene una duración más prolongada que el estrés agudo, puede durar desde semanas a meses y este tipo de estrés es el más agotador para la persona, impidiendo así llevar su vida de forma normal. (35)
- **Estrés académico:** Estado emocional producido por situaciones que generan estrés en el ámbito académico. (35)

Estrés académico

Es percibido como un acontecimiento negativo y perjudicial, ocasionando así la necesidad de emplear más concentración de la que se suele utilizar, por lo que los estudiantes utilizan mecanismos

de afrontamiento para restablecer el equilibrio interno que ha sido afectado por el estrés. (36)

Así mismo, Yataco menciona que el estrés académico es la respuesta que se da en ambientes académicos y que en la intención de adaptarse puede afectar a los estudiantes originando que padezcan un sufrimiento emocional y consecuencias orgánicas. (36)

Por lo tanto, el estrés académico se presenta cuando el estudiante está sujeto a diversas exigencias que ellos mismos consideran como estresores. Además, estos estresores provocan que el estrés académico se manifieste en una cadena de síntomas. (37)

Mientras que Lasluisa B, nos dice que una buena revisión teórica del estrés académico y rendimiento académico, permite comprender los estresores académicos que el estudiante considera como obstáculos para obtener un buen rendimiento académico, lo que daría lugar a reacciones a nivel físico, psicológico y comportamental. (38)

Además, Cerna R, menciona que el estrés académico se evidencia más en los estudiantes de ciclos superiores a comparación de los ciclos más bajos, esto debido a que tienen más responsabilidades académicas complejas, así mismo cada docente demanda una serie de tareas universitarias desde exposiciones hasta exámenes, además de las prácticas clínicas que deben realizar. (39)

Tipos de estresores académicos

- **Personales**

  Son los retos a los que se enfrentan los estudiantes cuando se adaptan al ambiente académico de la universidad. Se presentan a continuación: “La competencia entre compañeros, los problemas con el horario, la comprensión de los temas a desarrollar, la limitación del tiempo, entre otros”. (38)

Así mismo, los estresores personales son factores que se relacionan con el rendimiento académico y la realización de las tareas complejas con eficacia dependiendo de la competencia de cada uno para afrontar las situaciones estresantes que se le presenten. (38)

- **Institucionales**

  Son las dificultades que un estudiante universitario no puede modificar, ya que son de naturaleza administrativa. Estos estresores académicos son los siguientes: “La personalidad del docente, sobrecarga de tareas, las evaluaciones, los tipos de tareas, la participación en clase, el exceso de responsabilidad por parte del estudiante y la virtualidad”. (40)

  En cuanto al estresor personalidad del docente, se refiere a la complejidad con la que brinda la clase, además de asignar en cantidad varias tareas difíciles de realizar en un corto periodo de tiempo. (41)

  Estos estresores institucionales no pueden ser modificados por los estudiantes como los personales, pero si pueden de igual forma ser afrontados por estrategias de afrontamiento para su eficaz superación. Así mismo, son estresores que pueden ser controlados por la misma organización de estudio, por lo que pueden mejorar las formas de calificar a los estudiantes. (40)

Consecuencias

Suelen ser síntomas que se presentan de forma física, psicológica y comportamental.

- **Físicas:** El incremento de la frecuencia cardíaca, transpiración, tensión muscular de brazos y piernas, trastornos del sueño, fatiga crónica, cefalea, entre otros. (40)

- **Psicológicas:** La ansiedad, angustias, inquietudes, frustraciones, depresión, miedo, los mecanismos inconscientes de defensa del yo, entre otros. (41)

- **Comportamentales:** Estos comportamientos pueden ser realizados de forma consciente o inconsciente por los estudiantes: “discusiones, aislamiento de los demás, aumento o reducción del consumo de alimentos, olvidos frecuentes, y desgano para realizar las labores del ámbito académico”. (42)

Rol de Enfermería en la atención de salud mental: prevención y control del estrés académico

El cuidado de Enfermería se basa en acciones asignadas para los ámbitos de promoción, recuperación y habilitación. Así mismo, estas intervenciones están dirigidas a prevenir enfermedades desde el autocuidado mediante la orientación y la educación, puesto que el ser humano es visto de una forma integral donde también se promueve la salud mental. (43,44)

Esguerra I. menciona que *“el profesional de Enfermería como miembro del equipo de salud debe estar en capacidad de evaluar los factores de riesgo psicosociales predominantes en la comunidad o en grupos específicos de esta”.* (45) Lo mencionado anteriormente facilitará la enseñanza de la identificación de las situaciones estresantes de manera temprana para los estudiantes y en el ámbito profesional poder actuar en conjunto la planificación de promoción en la salud mental.

Por otro lado, Gutiérrez RJ et al. nos dicen que hay una relación entre la salud mental y rendimiento académico del estudiante, donde se le dificulta el cumplimiento de sus tareas académicas. (46) Es por ello que se considera necesario que haya una intervención por parte de Enfermería en los estudiantes, para poder controlar el estrés

académico que puedan presentar muchos de ellos al estudiar una carrera universitaria y de esta forma prevenir consecuencias a nivel psicológico, físico y comportamentales.

2.3. Definición operacional de términos

Estresores académicos

Estímulos post pandemia que provocan la aparición del estrés en un periodo determinado en el ámbito académico, surgiendo así la creencia del estudiante si es o no una situación estresante. Se dividen en estresores personales e institucionales; los personales son aquellos que el estudiante puede modificar para afrontar la situación de manera eficaz, mientras que los institucionales no se pueden modificar ya que son de categoría administrativa.

Estudiante de Enfermería

Persona de sexo femenino o masculino que se encuentra matriculado cursando un año de estudio post pandemia en la carrera de Enfermería en la universidad, donde se está reincorporando a las clases presenciales para desarrollar sus capacidades de atención en el cuidado del paciente de forma integral.

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLE

3.1. Hipótesis

Por el método que es descriptivo el estudio no amerita una hipótesis, dado que solo es una variable que se capta y describe la realidad observada.

3.2. Variable

Según Hernández et al., la variable del estudio es cuantitativa porque es un proceso secuencial que mide la variable en un determinado contexto y es descriptivo porque se encuentra dirigido a determinar “cómo es” o “cómo está” la situación de la variable que es: estresores académicos. (47)

CAPÍTULO IV

MATERIALES Y MÉTODOS

4.1. Tipo y método de investigación

Según Hernández et al., el tipo de estudio de esta investigación es cuantitativo, puesto que se buscó recolectar datos mediante una escala siguiendo un orden establecido que fue analizado posteriormente. El método de la investigación es descriptivo, ya que se describió el cómo se presenta o si hubo ausencia de la variable en la población seleccionada para la investigación. (50)

4.2. Diseño de investigación

El diseño de la investigación fue no experimental, ya que no se manipuló la variable en la población seleccionada, solo se describió de forma concreta las respuestas obtenidas de los estudiantes de Enfermería en el instrumento que fue aplicado. Además, es transversal porque se realizó en un tiempo determinado. (50)

4.3. Sede de estudio

La investigación se llevó a cabo en la Escuela Profesional de Enfermería de la Facultad de Medicina en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, ubicada en la Av. Miguel Grau N.º 755 del distrito Cercado de Lima.

La escuela profesional es como la unidad académica encargada de la formación de investigadores, líderes y profesionales, que generen y difundan conocimiento; así como también la escuela conduce a la obtención del grado académico de bachiller, título profesional o licenciatura correspondiente, y de otorgar la certificación progresiva por los módulos de competencia que

implemente. Cuenta con un organigrama estructural, conformado por un director y un Comité de Gestión. (51)

4.4. Población, muestra y muestreo

La población estuvo constituida por un total de 434 estudiantes que se encontraban cursando su 2do, 3er, 4to y 5to año de carrera, además estaban matriculados en la Escuela Profesional de Enfermería en el año correspondiente 2023. Se aplicó la fórmula para poblaciones finitas y se obtuvo como resultado un muestreo de 204 estudiantes de Enfermería. (Anexo D)

4.4.1. Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados en el año académico 2023.
- Estudiantes que acepten voluntariamente participar y firmen el consentimiento informado.
- Estudiantes que tengan asistencia regular tanto en teoría como en práctica.

4.4.1. Criterios de exclusión

- Estudiantes que presenten cuestionarios incompletos.
- Serán considerados auto excluyentes aquellos estudiantes que estén con descansos médicos durante la recolección de datos.

4.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos. Validez.

Para la recolección de datos, se empleó la técnica de encuesta y como instrumento se utilizó el cuestionario SISCO (Inventario Sistémico Cognoscitivista) que se aplica en estudios de investigación del estrés académico. Este cuestionario se convirtió a una escala, teniendo un total de

25 ítems que miden estresores en estudiantes de Enfermería, está dividido en las dimensiones personales (como valor final se encuentra presente si está dentro del puntaje de 30-48 y como ausente menos de 30) e institucionales (valor final si se encuentra presente: 32-52, y ausente: menos de 32).

Se realizó una adaptación del contenido de los ítems del instrumento considerando el contexto de pandemia, también una modificación y validación, por lo que algunos estresores varían del original Inventario SISCO del estrés académico realizado por Barraza en el 2007, sin embargo, las dimensiones siguen siendo las mismas. (52,53)

Para la validez del instrumento se aplicó el juicio de 4 expertos, a los cuales se les envió con previa aprobación, donde dieron un puntaje del 1 al 5 por cada ítem con su respectiva sugerencia para así poder ser aplicado en el contexto del país. Se obtuvo un resultado total de 0.9522, lo cual indica según los rangos de Hernández Nieto que es excelente. (Anexo F)

El instrumento tuvo como objetivo obtener datos que permitieron determinar cuáles son los estresores académicos en los estudiantes de Enfermería. Estuvo dividido en secciones: presentación, recolección de datos generales y recolección de los datos específicos divididos en dos dimensiones. (Anexo E)

4.6. Procedimientos de recolección y procesamiento de datos

Se solicitó autorización a la Dirección de la Escuela Profesional de Enfermería sobre la presente investigación, mediante un oficio; y se envió el instrumento a los estudiantes en un enlace electrónico de Google forms, mediante correos institucionales.

La encuesta ha sido elaborada para aplicarse virtual o presencialmente, así mismo, la recolección de datos se hizo únicamente por la investigadora para evitar sesgos y tuvo una duración de 10 minutos por cada estudiante en el mes de febrero de 2024, cabe recalcar que se realizó un previo consentimiento informado a los estudiantes de Enfermería.

Posteriormente a la recolección de datos, se procedió a elaborar el libro de códigos (Anexo G), y la matriz de datos para su codificación y procesamiento (Anexo I). Los resultados son presentados a través de tablas y gráficos estadísticos donde se analizaron e interpretaron teniendo en cuenta los antecedentes teóricos.

4.7. Análisis estadístico

Para el análisis de datos se utilizó el programa Excel versión 2019 con la finalidad de ordenar la respuesta de los estudiantes, y aplicar la estadística descriptiva utilizando como estadígrafo una tabla de frecuencias. Todo se realizó manualmente, incluyendo la matriz de datos, donde se asignó el valor correspondiente para la interpretación de datos siguiendo el libro de códigos establecido. La elaboración de los gráficos y tablas también se hizo de forma manual. El valor final de la variable se realizó mediante la fórmula de máximos y mínimos, donde se obtuvo el valor de presente y ausente de los estresores. (Anexo H)

4.8. Consideraciones éticas

Se consideró el consentimiento informado, y la aceptación voluntaria de los estudiantes para participar en la presente investigación, donde se tuvo en cuenta los siguientes principios éticos:

- Autonomía: los estudiantes decidieron si participan o no en la investigación sin ninguna obligación.
- Beneficencia: se buscó el beneficio y respeto de los estudiantes que decidieron participar en la presente investigación, además pueden acceder a los resultados. (54)
- No maleficencia: la presente investigación no puso en riesgo la salud de ningún estudiante.

- Justicia: se trató a todos los estudiantes por igual, sin ninguna distinción, y se mantuvo el anonimato de los participantes.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1. Presentación de gráficos y descripción de los resultados

5.1.1. Datos generales

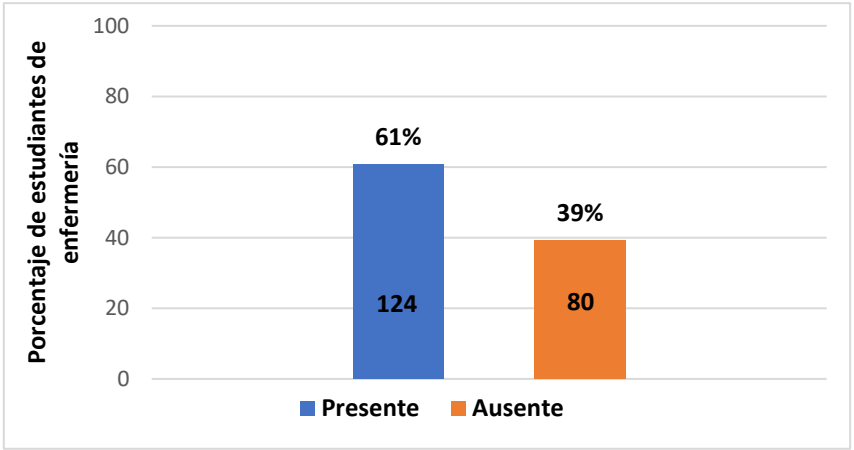
En la investigación participaron 204 estudiantes de Enfermería (100%), de este total el 72% (146) se encontraban en el rango de 18 a 23 años de edad, mientras que el 28% (58) tienen 24 años o más. Referente al sexo, el 76% son mujeres y el 24% varones. En relación con el año de estudio, el 34% pertenece a 2do año, el 27% a 3er año, el 21% a 4to año y el 18% a 5to año. (Anexo K) (Anexo L)

5.1.2. Datos específicos

Gráfico N.º 1.

Estresores académicos post pandemia en estudiantes de Enfermería en una universidad pública.

Lima, 2023

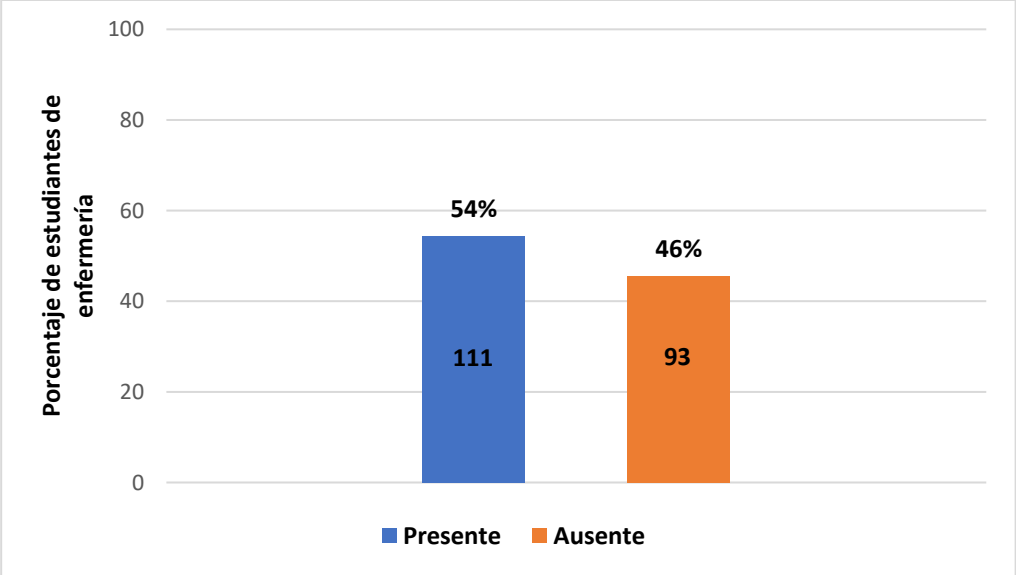


Fuente propia

En el gráfico N° 1 se observa de manera general que, de un total de 204 alumnos, los resultados evidencian que los estresores académicos post pandemia se encuentran presentes en 124 estudiantes (61%) y ausentes en 80 estudiantes (39%).

Gráfico N.º 2.

Estresores académicos post pandemia en la dimensión personal en los estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023



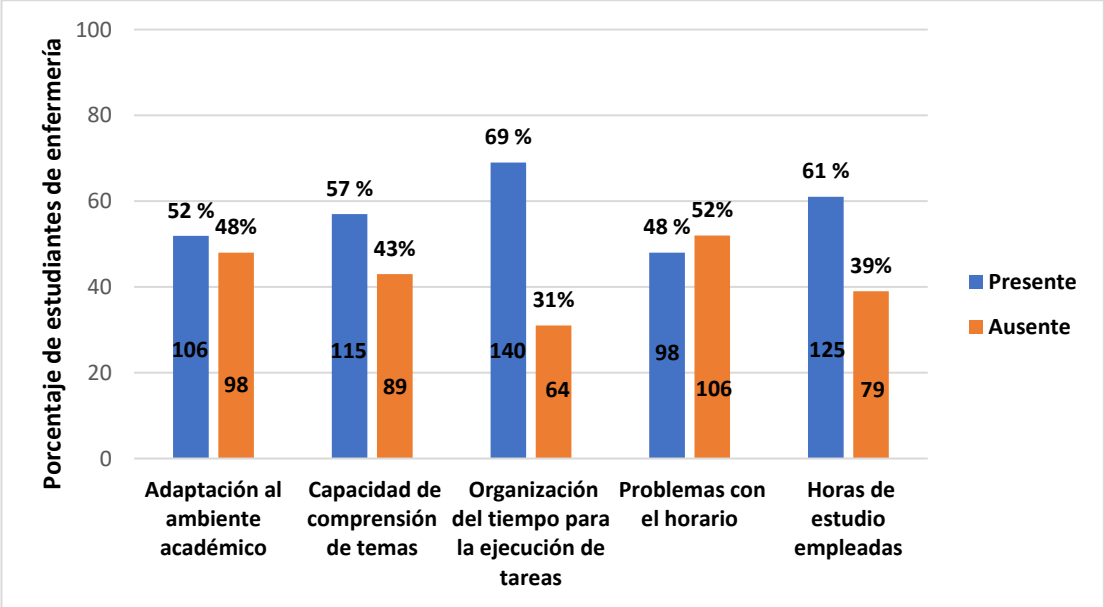
Fuente propia

En el gráfico N° 2, respecto a la dimensión personal, de un total de 204 alumnos (100%), los resultados evidencian que los estresores académicos post pandemia se encuentran presentes en 111 estudiantes (54%) y ausentes en 93 estudiantes (46%).

Gráfico N.º 3.

Estresores académicos post pandemia en la dimensión personal por indicadores en los estudiantes de Enfermería de una universidad pública.

Lima, 2023

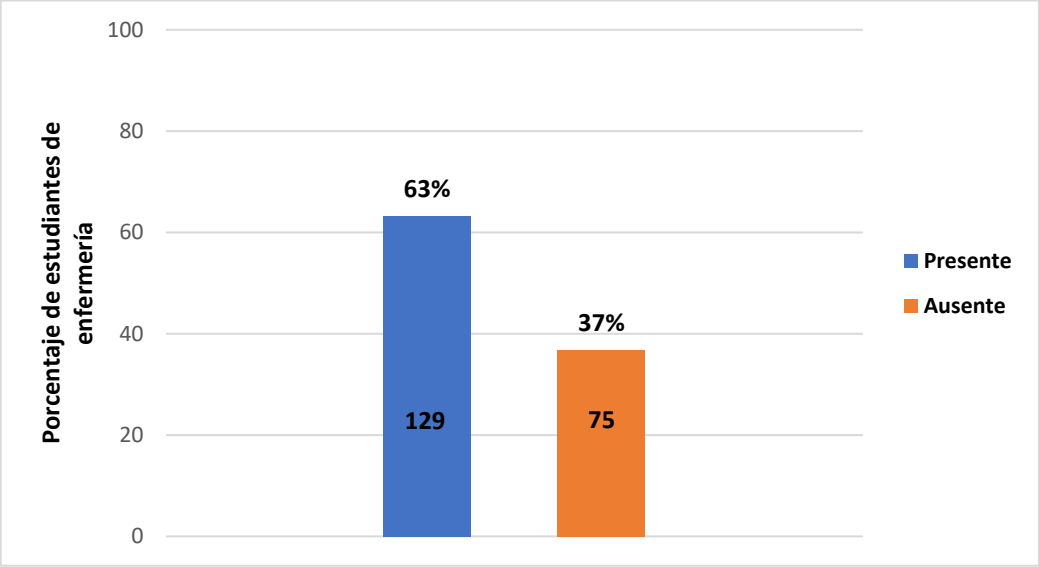


Fuente propia

En el gráfico N° 3, respecto a la dimensión personal, de un total de 204 alumnos (100%), se evidencia que los indicadores más significativos donde se obtuvo los más altos porcentajes son: Organización del tiempo para la ejecución de tareas, horas de estudio empleadas, y capacidad de comprensión de temas que indican la presencia de los estresores académicos en la mayoría de estudiantes.

Gráfico N.º 4.

Estresores académicos post pandemia en la dimensión institucional en los estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023



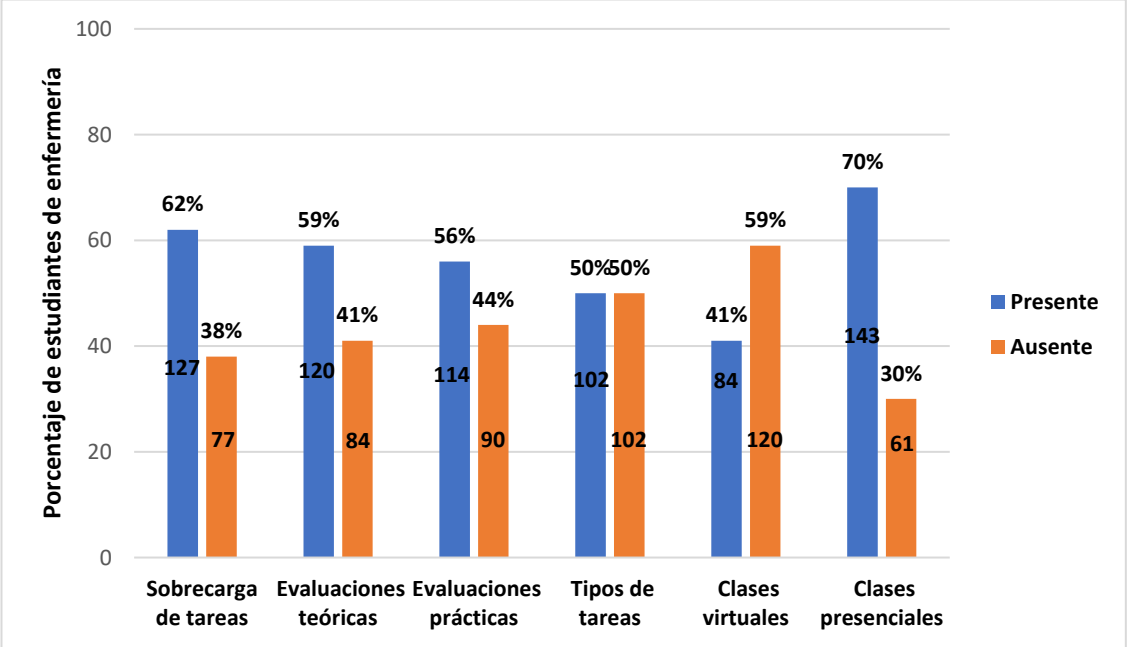
Fuente propia

En el gráfico N° 4 se observa que, de un total de 204 alumnos, los resultados evidencian que los estresores académicos se encuentran presentes en 129 estudiantes (63%) y ausentes en 75 estudiantes (37%).

Gráfico N.º 5.

Estresores académicos post pandemia en la dimensión institucional por indicadores en los estudiantes de Enfermería de una universidad pública.

Lima, 2023

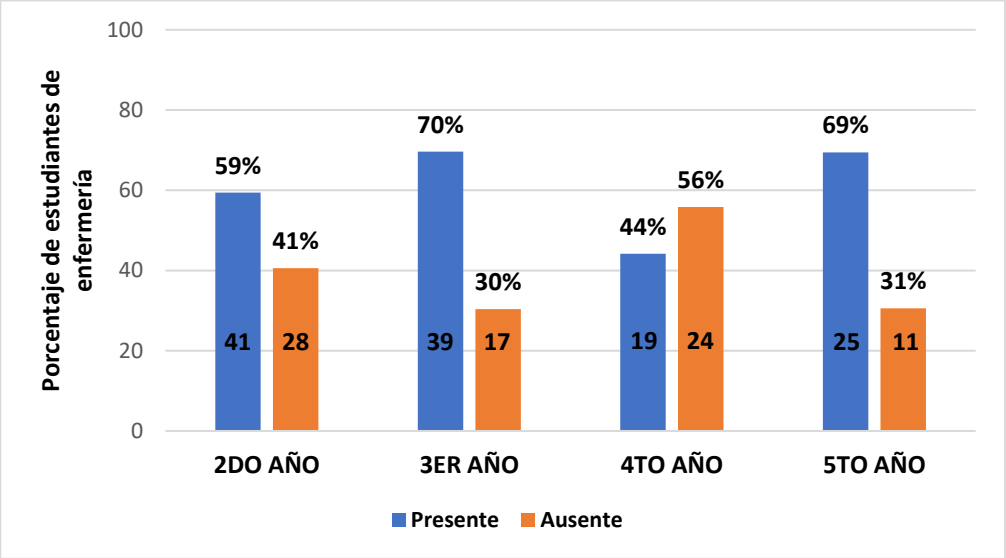


Fuente propia

En el gráfico N° 5, respecto a la dimensión personal, de un total de 204 alumnos (100%), se evidencia que los indicadores más significativos donde se obtuvo los más altos porcentajes son: Clases presenciales, sobrecarga de tareas, evaluaciones teóricas, y evaluaciones prácticas, que indican la presencia de los estresores académicos en la mayoría de estudiantes, a excepción del indicador: Clases virtuales, donde se puede observar que solo está presente en 84 estudiantes (41%).

Gráfico N.º 6.

Estresores académicos post pandemia en estudiantes de Enfermería por año de estudios en una universidad pública. Lima, 2023



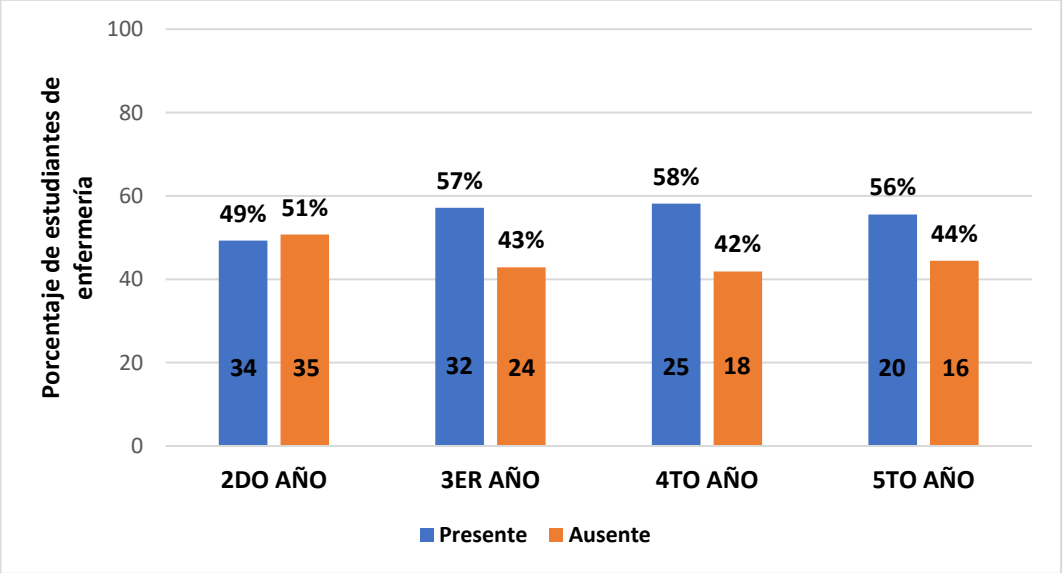
Fuente propia

En el gráfico N° 6 se observa de manera general que, de un total de 204 alumnos, los resultados evidencian que los estresores académicos post pandemia se encuentran presentes en 2do, 3er y 5to año de estudios, siendo el porcentaje de estudiantes respectivamente 59%, 70% y 69%, mientras que en el 4to año de estudios se encuentran presentes en un 44% de estudiantes.

Gráfico N.º 7.

Estresores académicos post pandemia en la dimensión personal en estudiantes de Enfermería por año de estudios en una universidad pública.

Lima, 2023



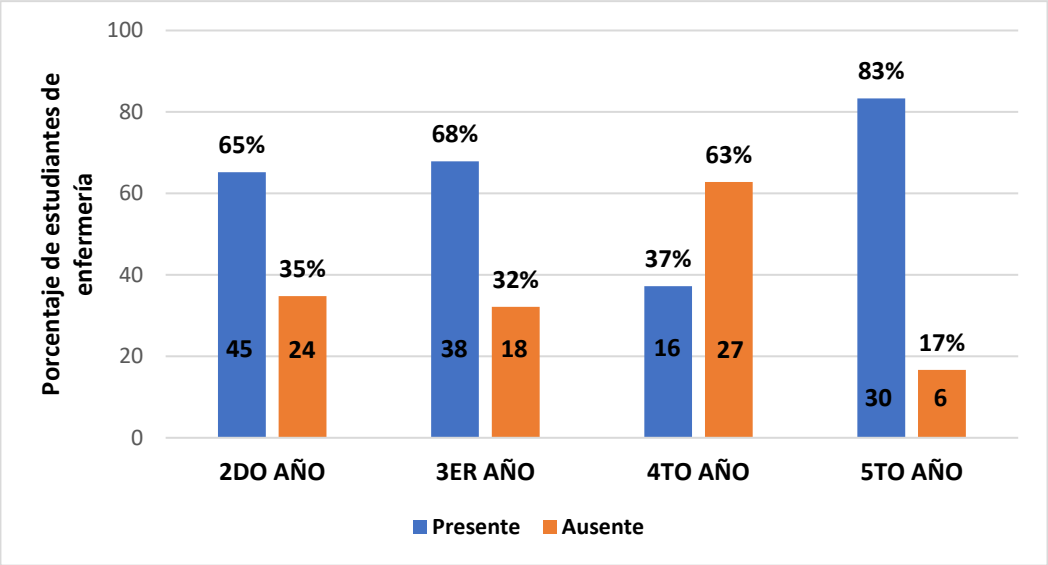
Fuente propia

En el gráfico N° 7 se observa que, de un total de 204 alumnos, los resultados evidencian que los estresores académicos post pandemia en la dimensión personal se encuentran presentes en 3er, 4to y 5to año de estudios, siento el porcentaje de estudiantes respectivamente 57%, 58% y 56%, mientras que en el 2do año de estudios se encuentran presentes en un 49% de estudiantes.

Gráfico N.º 8.

Estresores académicos post pandemia en la dimensión institucional en estudiantes de Enfermería por año de estudios en una universidad pública.

Lima, 2023



Fuente propia

En el gráfico N° 8 se observa de manera general que, de un total de 204 alumnos, los resultados evidencian que los estresores académicos post pandemia en la dimensión institucional se encuentran presentes en 2do, 3er, y 5to año de estudios, siento el porcentaje de estudiantes de Enfermería respectivamente 65%, 68% y 83%, mientras que en el 4to año de estudios se encuentran presentes en un 37% de estudiantes.

CAPÍTULO VI

DISCUSIÓN

Estudiar una carrera profesional universitaria implica hacer un cambio en la vida de los estudiantes, donde las nuevas responsabilidades pueden llegar a generar estrés académico como una respuesta ante ello, sin embargo, si llega a prolongarse durante mucho tiempo puede ser manifestado de forma fisiológica, psicológica y conductual. (40,41,42) Asimismo, el estrés origina la producción de cortisol y adrenalina, ocasionando así una disminución del sistema inmunitario. (55)

Por otra parte, a fines del 2019 la OMS informó sobre la enfermedad COVID-19, poco después en el 2020 se inició la pandemia en todo el mundo incluyendo al Perú, como consecuencia de ello se dio el confinamiento y la suspensión de las clases presenciales, y empezó la adaptación a la modalidad virtual, aumentando así la presencia de los estresores como también los niveles de estrés. (56,57)

En cuanto a los resultados obtenidos de la presente investigación que tiene como objetivo principal: determinar los estresores académicos post pandemia en los estudiantes de Enfermería de una universidad pública; muestran que en la mayoría de estudiantes de Enfermería se encuentran presentes, siendo los más relevantes: la capacidad de comprensión de temas, organización del tiempo para la ejecución de tareas, evaluaciones teóricas, problemas con el horario y las clases virtuales.

Estos resultados coinciden con Hernández M et al (19), quienes realizaron un estudio en Cuba de estrés académico, donde encontraron los siguientes estresores presentes en los estudiantes: no entender los temas que se abordan en clase y evaluaciones. Estas similitudes de los resultados indican que los estudiantes presentan estrés académico durante las clases, lo cual puede deberse a una deficiencia de atención o la abundancia de información que tienen que procesar en el momento, incrementando así la presencia del estrés en las evaluaciones sean teóricas o prácticas.

De manera similar los resultados del estudio de Churampi M. realizado en Lima, Perú (24), evidencian la presencia de los estresores académicos: carga horaria y exámenes virtuales. Estos hallazgos se presentan como problemas con el horario y evaluaciones respectivamente. El primer estresor mencionado puede estar relacionado al horario que brinda la escuela profesional de Enfermería, el cual ya está establecido, obligando así al estudiante a adecuarse a ello, llegando a generar estrés. Por otro lado, el estudio de Churampi muestra el estresor: la entrega de trabajos, lo cual discrepa de la investigación presente, debido a que no se consideró como un indicador de estrés académico. (Anexo A)

Según Lazarus, estos estresores se identifican así por su constante presencia, que pueden ser considerados como amenazas u oportunidades, dependiendo de la perspectiva de la persona. Así mismo, en su teoría indica que hay dos evaluaciones: la primaria para identificar si la situación es estresante o no, y la segunda para verificar los recursos con los que se cuenta para enfrentar esta dificultad. Cuevas et al, indican que los estresores son estímulos que causan los efectos estresantes en cada estudiante. Por otro lado, Lasluisa C, nos dice que la exposición frecuente del estrés académico puede afectar el rendimiento académico, como también reacciones a nivel físico, psicológico y comportamental. (29,30,31,38)

A partir de lo mencionado, resalta la importancia de que los estudiantes universitarios de Enfermería no presenten estos estresores debido a las posibles manifestaciones y consecuencias que puede haber en su salud mental y física, y que además de estar cursando una carrera profesional de salud, se debe dar el ejemplo empezando por ellos mismos, para esto se deben formular propuestas de afrontamiento que ejecutarán cuando se les presente algunas situaciones que les produzca estrés académico.

En cuanto a los resultados de la dimensión personal, los estresores se encuentran presentes en más de la mitad de la población, siendo los más

relevantes: capacidad de comprensión de temas, organización del tiempo para la ejecución de tareas y adaptación al ambiente académico. (Anexo K)

Lo mencionado anteriormente difiere con la investigación de Guillermo Y et al, realizado en México (21), donde indican que uno de los estresores más frecuentes en esta dimensión es la falta de competencia. Esta diferencia se debe a que los estudiantes de Enfermería perciben como situación estresante el adaptarse lo más pronto a los nuevos ambientes y no reprobar, por lo que la falta de competencia no es estresante para muchos de ellos.

Agregar que los estresores académicos personales post pandemia son aquellos que el estudiante puede manejar y modificar para así poder cumplir con las responsabilidades académicas. En cuanto a la presente investigación, los indicadores: organización del tiempo para la ejecución de tareas y horas de estudio empleadas; son nombrados en otras investigaciones como el indicador: tiempo limitado.

Por otra parte, los resultados del presente estudio coinciden con las investigaciones de Moreta J, realizado en Ecuador (22) y Teque et al, realizado en Chiclayo, Perú (27), quienes encontraron como estresor más frecuente el tiempo limitado, lo cual es interpretado en que la organización del tiempo para la ejecución de tareas es el que más perciben la mayoría de los estudiantes de Enfermería, puesto que Lazarus en su teoría nos indica que este estresor académico puede ser tomado como un reto o como una oportunidad, obteniendo así una respuesta de tranquilidad o un resultado de estrés. (34)

De la misma forma, los resultados concuerdan con los estudios de Teque et al (27), y Challco S. (28) realizaron una investigación en el Perú, quienes tuvieron de resultado el estresor la comprensión del contenido, este indicador se encuentra presente en la mayoría de los estudiantes de enfermería, puesto que es tomado como un desafío o amenaza, el cual si el estudiante no se siente capaz de afrontar esta situación entonces se estresará. (33)

Así mismo, se hace énfasis que las situaciones que le producen estrés al estudiante se pueden iniciar por diferentes causas o también por la presencia de los estresores como son: problemas con el horario, capacidad de comprensión de temas, organización del tiempo para la ejecución de tareas, horas de estudio empleadas y, por último, adaptación al ambiente académico, resultando así una condición más favorable a la aparición del estrés académico en el que se verá sometido a diversas exigencias.

Con respecto a los resultados en la dimensión institucional, los estresores académicos se encuentran presentes en más de la mitad de la población estudiada, siendo los más relevantes: evaluaciones teóricas, evaluaciones prácticas y sobrecarga de tareas.

Dentro de este marco, es importante mencionar en cuanto al estresor sobrecarga de tareas, que casi todos los autores que se confrontarán más adelante, coinciden con este hallazgo. Asimismo, uno de los resultados es similar con la investigación de Rojas L et al, realizado en Ecuador (20), quienes tuvieron de hallazgo la sobrecarga de tareas como el estresor más frecuente, por lo que se puede deducir que muchos de los estudiantes de Enfermería lo perciben como estresante debido a que no llegan a planificar sus actividades, ni priorizar las más importantes. (32)

Por otro lado, los resultados coinciden con Gutiérrez L et al (25), Romero H (26), y Castillo I et al (23), realizado en Ica y Trujillo en Perú respectivamente; y el último en Cartagena, Colombia. Los autores mencionados tienen de hallazgo los estresores: sobrecarga de tareas, evaluaciones y exposición de trabajos en clase. En el estudio, el estresor evaluaciones comprende: evaluaciones teóricas y evaluaciones prácticas, por lo que muchos de los estudiantes de Enfermería no pueden evitar sentirse estresados ante cualquier tipo de evaluación que vayan a realizar, si no llegaron a organizar bien su tiempo y comprender bien el tema dado en clase. Además, los autores concluyen que la presencia de estos factores estresores se ven reflejados en

los estudiantes por síntomas como dolores de cabeza, ansiedad, desánimo y cambios en el patrón del sueño.

Por ello, es importante mencionar esos resultados para que se puedan conocer y de la misma forma se tomen medidas para identificar los estudiantes que puedan presentar síntomas físicos (dolor de cabeza, fatiga, insomnio, dolor de espalda, etc.), psicológicos (ansiedad, depresión, dificultad de concentración, obsesivo temor al fracaso), como también comportamentales (aislamiento, conflictos frecuentes, aumento o reducción del consumo de alimentos, llantos o reacciones impulsivas, etc.). El reconocer a tiempo los síntomas mencionados en los estudiantes permitirá una atención y tratamiento rápido para poder controlar o reducir el estrés académico que les pueda causar las diversas responsabilidades universitarias.

Como menciona Hans S, una exposición prolongada de estrés genera cambios fisiológicos en el sistema que dan origen a muchas enfermedades. Así mismo, nos dice que el estrés puede afectar el rendimiento académico del estudiante, es por ello que es importante teniendo como rol la promoción y prevención que la enfermera enseñe estrategias de afrontamiento que permitirán la superación de estas situaciones estresantes. (30,40)

Agregar que, entre los resultados de la investigación realizada está el indicador de virtualidad, teniendo en cuenta las clases virtuales en caso de algunos cursos electivos, en los cuales muchos estudiantes de Enfermería indican siempre que es una situación estresante. El autor mencionado anteriormente, nos dice que los estudiantes al estar mucho tiempo expuestos al estrés académico podrían tener repercusiones en la salud, además de afectar su rendimiento en sus labores estudiantiles. (Anexo K)

Por otro lado, en el estudio de investigación se evidencia que el tipo de tareas asignadas por los docentes, les produce estrés a algunos estudiantes casi nunca y a otros casi siempre, esto es debido a la dificultad de la tarea asignada como pueden ser infografías, ensayos, mapas conceptuales, etc.

Por último, entre los resultados se encontró que los estresores más frecuentes de manera general se encuentran presentes en los años 2do, 3ero y 5to. Además, en la dimensión personal se encuentran presentes en 3ero, 4to y 5to año, mientras que en la dimensión institucional se encuentran presentes en todos los años a excepción del 4to año.

Adicionar que, los estudiantes de los primeros años están empezando en la vida universitaria, por lo que recién están aplicando su capacidad de afrontamiento ante estas situaciones estresantes, caso contrario a los de años mayores que ya tuvieron experiencias y tienen más seguridad al haber aprobado cursos anteriores, sin embargo, las personas no se definen por su grado de instrucción o edad, sino por la forma y recursos que utilizan para superar estos obstáculos. (32,33)

De todo lo anteriormente mencionado se demuestra que el profesional de Enfermería debe intervenir para lograr el objetivo de prevención del estrés académico en los estudiantes, y de la misma forma poder actuar en el caso de que se presenten los estresores, mediante la enseñanza de estrategias de afrontamiento, lo que ayudará a evitar las complicaciones ya sea a nivel fisiológico, mental e incluso comportamental.

CAPÍTULO VII

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7.1. Conclusiones

Luego de haber obtenido los resultados del estudio, se han formulado lo siguiente:

- Se concluye que los estresores académicos post pandemia están presentes en la mayoría de estudiantes de Enfermería de una universidad pública, siendo los más frecuentes: la capacidad de comprensión de temas, organización del tiempo para la ejecución de tareas, evaluaciones teóricas, y las clases virtuales.
- Respecto a los estresores académicos post pandemia en la dimensión personal, en más de la mitad de estudiantes, se encuentran presentes los estresores capacidad de comprensión de temas, organización del tiempo para la ejecución de tareas y adaptación al ambiente académico.
- En la dimensión institucional de los estresores académicos post pandemia, en la mayoría de estudiantes de Enfermería se encuentran presentes los estresores evaluaciones teóricas, evaluaciones prácticas y sobrecarga de tareas.
- Los estresores académicos personales se encuentran más presentes en los años tercero, cuarto y quinto año. Por otro lado, los estresores institucionales se encuentran más presentes en el segundo año, tercer año, y quinto año.

7.2. Recomendaciones

A los investigadores

Realizar estudios de revisión sobre los estresores académicos en estudiantes de Enfermería.

A las autoridades de la escuela profesional de Enfermería

Realizar la implementación de programas preventivos para el control de los riesgos del estrés académico en coordinación con el centro de psicología de la universidad, teniendo en consideración los hallazgos del presente estudio, donde se tomen medidas para controlar sobre todo los riesgos institucionales, además enseñen a los estudiantes a identificar las situaciones estresantes y cómo afrontar cada una de ellas.

Implementar programas de relajación donde puedan tener momentos libres, actividades recreativas, culturales y sociales.

A los estudiantes de Enfermería

Reconocer las situaciones que le llegan a producir estrés académico y practicar las estrategias de afrontamiento.

Organizar sus actividades académicas, priorizando y planificando el tiempo.

Practicar hábitos y estilos de vida saludable que ayuden a fomentar la buena salud mental.

CAPÍTULO VIII

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Universidad de Chile [Internet] Chile; 2019. [Consultado 26 de junio de 2023]. Disponible en: https://uchile.cl/portal/presentacion/centro-de-aprendizaje-campus-sur/114600/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico

2. Organización Mundial de la Salud [Internet] Suiza; 2021. [Consultado 26 de junio de 2023]. Disponible en: https://www.who.int/es/campaigns/connecting-the-world-to-combat-coronavirus/healthyathome/healthyathome---mental-health?gclid=CjwKCAjwybyJBhBwEiwAvz4G7_H_38H5lvbLafo3c9JN0aNu9S9hMsBIjpR2urjyeNx9cNSpjH4SQxoCoesQAvD_BwE

3. Ministerio de la Educación. [Internet]. Perú; 2023. [Consultado el 6 de abril de 2024]. Disponible en: https://www.gob.pe/8743-coronavirus-medidas-para-los-centros-de-educacion-superior

4. Ministerio de la Educación. Resolución Viceministerial N° 084 – 2020 – MINEDU. Plan de suspensión de clases presenciales por COVID-19. 31 de marzo del 2020.

5. Carreón C, De los Reyes L, Loredo L, Vázquez M. Estrés académico y problemas de salud mental en estudiantes de Enfermería durante la pandemia de COVID-19. SANUS [Internet]. 2024. [Consultado el 6 de abril de 2024]; 9: e399. Disponible en: https://sanus.unison.mx/index.php/Sanus/article/view/399/483

6. Ministerio de la Salud. [Internet]. Perú: MINSA; 2022. [Consultado el 6 de abril de 2024]. Noticias. Disponible en: https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/664735-gobierno-oficializa-fin-del-estado-de-emergencia-por-la-covid-19

7. Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud [Internet]. 2023. [Consultado 6 de abril de 2024]. Disponible en: https://www.paho.org/es/noticias/6-5-2023-se-acaba-emergencia-por-pandemia-pero-covid-19-continua

8. Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud [Internet] Suiza; 2021. [Consultado 26 de junio de 2023]. Disponible en: https://www.paho.org/es/temas/salud-mental

9. Román C, Ortiz R, Hernández R. El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. Rev. Iberoamericana de Educación. [Internet]. 2008 [Consultado 26 de junio de 2023]; 46(7): 1-8. Disponible en: https://doi.org/10.35362/rie4671911

10. Cassaretto M, Vilela P, Gamarra L. Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. Liber. [Internet]. 2021. [Consultado 26 de junio de 2023]; 27(2): 1-18. Disponible en: https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07

11. Vera B. *"Relación entre estrés académico y calidad de vida de los estudiantes del internado de Enfermería en una universidad pública de Lima Metropolitana, 2021."* [Tesis de Licenciatura de Enfermería]. Lima. Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2021. [Consultado el 26 de junio de 2023]. Disponible en: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/16717/Vera_br.pdf?sequence=1&isAllowed=y

12. Ávila, J. El estrés es un problema de salud del mundo actual. Rev.Cs.Farm. y Bioq [Internet]. 2014 [Consultado 26 de junio de 2023]; 2(1): 117-125. Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2310-02652014000100013&lng=es.

13. Arias Y, Herrero Y, Cabrera Y, Chibás D, García Y Manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica causada por la COVID-19. Revista Habanera de Ciencias Médicas [Internet]. 2020. [Consultado 26 de junio de 2023]; 19(1): 1-13 Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000400012

14. Estrada E, Mamani M, Gallegos N, Mamani H, Zuloaga M. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. [Internet]. 2021 [Consultado 26 de junio 2023]; 40(1): 88-93. Disponible en: http://doi.org/10.5281/zenodo.4675923

15. Mar S, Barraza A, Rodríguez M, Pesqueira L. Estrés pospandemia ante el regreso a clases en estudiantes universitarios. [Internet]. 2023 [Consultado 6 de abril de 2024]; 14(27): e560. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/375324114_Estres_pospandemia_ante_el_regreso_a_clases_en_estudiantes_universitarios

16. Calixto P, Hernández J, Gaxiola M. Valoración del estrés académico postpandemia covid-19 en estudiantes de nivel medio superior. [Internet]. 2023. [Consultado 6 de abril de 2024]; 7(1): 1553-1573. Disponible en: https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4498/6889

17. Ministerio de Educación del Perú. Resolución Viceministerial N.° 095 - 2020 - MINEDU. [Internet] Expediente N° 66555-2020; 2020. [Consultado 30 de agosto de 2023]. Disponible en: https://www.minedu.gob.pe/superiortecnologica/pdf/rv-095-2020-minedu.pdf

18. Maceo O, Maceo A, Ortega Y, Maceo M, Peralta Y. Estrés académico: causas y consecuencias. Revista Médica Multimed.

[Internet]. 2018. [Consultado 30 de agosto de 2023]; 17(2). Disponible en: https://revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/302/410#:~:text=Las%20principales%20consecuencias%20del%20estr%C3%A9s,arterial%2C%20metabolismo%20y%20actividad%20f%C3%ADsica

19. Del Toro A, Perez Y, Gorguet M, Diaz C. Estrés académico en estudiantes de medicina durante la pandemia de covid-19. MEDISAN. [Internet]. 2023. [Consultado 30 de agosto de 2023]; 27(4). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192023000400007&lng=en&nrm=iso&tlng=en

20. Hernández L, Cruz M, Téllez V, Rodríguez F. Estrés académico en estudiantes de Medicina diagnosticados en la Unidad de Orientación Estudiantil. MEDISAN. [Internet]. 2023. [Consultado 30 de agosto de 2023]; 27(2): e4410. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192023000200007&lng=en&nrm=iso&tlng=en

21. León Panoluisa KA, Rojas Conde, L. Estrés por sobrecarga académica en estudiantes de bachillerato. Salud Cienc. Tecnol. [Internet]. 2022. [Consultado 30 de agosto de 2023]; 2(1): 129. Disponible en: https://doi.org/10.56294/saludcyt2022129

22. Martinez T, Guillermo Y, López J, Ramos A. Factores de estrés en estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas: Prueba piloto. Revista Jóvenes en la Ciencia. [Internet]. 2021. [Consultado 30 de agosto de 2023]; 11(1): 1-6. Disponible en: http://www.repositorio.ugto.mx/handle/20.500.12059/5551

23. Moreta C. “Estrés académico en estudiantes de la carrera de enfermería de la universidad técnica de Ambato”. [Tesis de licenciatura de Enfermería]. Ambato. Universidad Técnica de Ambato; 2020. [Consultado 30 de agosto de 2023]. Disponible en: https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31093/1/ESTRES

%20ACADEMICO%20JENNYFER%20MORETA%202DA%20REVISI%C3%93N.pdf

24. Churampi P. “Factores que predisponen al estrés académico en estudiantes de una universidad pública en el contexto de la pandemia por COVID-19. Lima, 2021.” [Tesis de licenciatura de Enfermería]. Lima. Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2022. [Consultado 30 de agosto de 2023]. Disponible en: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/item/6bc14247-dab9-439c-9f6c-41d475bbaacc

25. Gutiérrez L, Rodríguez V, Flores G, Vílchez C. Estrés académico percibido por los alumnos de la facultad de enfermería de una universidad estatal Ica, 2022. Rev. enferm. vanguard. [Internet]. 2023. [Consultado 30 de agosto de 2023]; 11(1): 23-33. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/371629924_ESTRES_ACADEMICO_PERCIBIDO_POR_LOS_ALUMNOS_DE_LA_FACULTAD_DE_ENFERMERIA_DE_UNA_UNIVERSIDAD_ESTATAL_ICA_2022

26. Romero H. “Estrés académico según género en estudiantes de una universidad privada de Trujillo”. [Tesis de licenciatura de Psicología]. Trujillo. Universidad Privada del Norte; 2022. [Consultado 30 de agosto de 2023]. Disponible en: https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/33947/Romero%20Horna%20Karen%20Lizet.pdf?sequence=1&isAllowed=y

27. Teque J, Galvez D, Salazar M. Estrés académico en estudiantes de enfermería de universidad peruana. Med. Naturista. [Internet]. 2020. [Consultado 10 de septiembre de 2023]; 14(2): 43-48. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7512760

28. Challco D. “Estrés académico en estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la universidad andina del Cusco año 2018”. [Tesis de licenciatura de Enfermería]. Cusco. Universidad Andina del Cusco;

2019 [Consultado 10 de septiembre de 2023]. Disponible en: https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/3005/Susan_Tesis_bachiller_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

29. Organización Mundial de la Salud [Internet] Suiza; 2023. [Consultado 10 de setiembre de 2023]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress

30. Berrio N, Mazo R. Estrés académico. Rev. Psicol. Univ. Antioquia. [Internet]. 2011. [Consultado 10 de setiembre de 2023]; 3(2): 65-82. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006

31. Gómez V. Richard Stanley Lazarus. Revista Latinoamericana de Psicología. [Internet] 2020. [Consultado el 10 de setiembre de 2023]; 37(1): 207-209. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/805/80537112.pdf

32. Cuevas M, García T.Análisis crítico de tres perspectivas psicológicas de estrés en el trabajo. Núcleo Básico de Revistas Científicas Argentinas. [Internet]. 2020. [Consultado 10 de setiembre de 2023]; 19 (1): 87-102. Disponible en: https://www.unse.edu.ar/trabajoysociedad/19%20CUEVAS%20TORRES%20Estres%20en%20el%20trabajo.pdf

33. Psicología Ambiental: elementos básicos. [Internet]. España; 2023. [Consultado 10 de setiembre de 2023]. Disponible en: http://www.ub.edu/psicologia_ambiental/unidad-4-tema-8-2-2

34. La mente es maravillosa. [Internet]. 2022. [Consultado 10 de septiembre de 2023]. Disponible en: https://lamenteesmaravillosa.com/la-teoria-del-estres-de-lazarus/

35. Alcazar M. ¿Qué tipos de estrés existen? 2019. [Consultado 10 de setiembre de 2023]. En: Libby's [Internet]. Lugar de publicación: Archipielago, SA. Disponible en: https://libbys.es/blog/habitos-saludables/que-tipos-de-estres-existen/10738

36. Yataco, J. *"Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de Ingeniería de Sistemas de una universidad privada de Lima Sur"*. [Tesis de licenciatura en Psicología] Lima. Universidad Autónoma del Perú. 2019. [Consultado 10 de setiembre de 2023]. Disponible en: https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/707/Yataco%20Apaza%2c%20Jessica%20Paola.pdf?sequence=1&isAllowed=y

37. Flores L. *Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios.* [Tesis de licenciatura en Psicología]. Arequipa; Universidad Católica de Santa María; 2019. [Consultado 10 de setiembre de 2023]. Disponible en: https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12920/9691/76.0404.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y

38. Lasluisa C. *"El estrés académico y su relación con el rendimiento académico en una muestra de adolescentes"*. [Tesis de licenciatura en Psicología]. Ambato; Pontifica Universidad Católica del Ecuador; 2020. [Consultado 10 de setiembre de 2023]. Disponible en: https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3076/1/77248.pdf

39. Cerna A. "Estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada de Lima". [Tesis de licenciatura en Psicología]. Lima, Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2018. [Consultado 27 de enero de 2024]. Disponible en:

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/4383/Estrategias_CernaAnaya_Rocio.pdf?sequence=1&isAllowed=y

40. Silva M, López J, Meza M. Estrés académico en estudiantes universitarios. Investigación y Ciencia. [Internet]. 2020. [Consultado 10 de setiembre de 2023]; 28(79): 75-83. Disponible en: https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/html/index.html

41. Ordoñez G, Solari A. *Hábitos alimentarios, estrés académico y estrés laboral en jóvenes que estudian y trabajan, 2022*. [Tesis de licenciatura en Nutrición y Técnicas Alimentarias]. Lima: Universidad Le Cordon BLeu; 2023. [Consultado 10 de setiembre de 2023]. Disponible en: https://repositorio.ulcb.edu.pe/bitstream/handle/ULCB/1211/Final%20Tesis%20con%20Acta_Ord%c3%b3%c3%b1ez_Solari.pdf?sequence=1&isAllowed=y

42. Barraza A. El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. Avances en Psicología Latinoamericana. [Internet] 2008. [Consultado 10 de setiembre de 2023]; 26(2): 270-289. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf

43. Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado Noguchi.[Internet] Lima. INSM. 2020. [Consultado 10 de setiembre de 2023]. Disponible en: https://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2020/030.html

44. Regalado M, Medina A. El rol de enfermeros en la atención de la salud mental. Elsevier. [Internet]. 2023. [Consultado 10 de setiembre de 2023]; 55(2): 102530. Disponible en: https://doi.org/10.1016/j.aprim.2022.102530

45. Esguerra I. Rol del profesional de Enfermería en salud mental y psiquiatra. Portal de Revistas UN. [Internet]. 1991. [Consultado 10 de

setiembre de 2023]; 9(1): 1-8. Disponible en: https://revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article/view/16731

46. Gutiérrez R, Montoya V, Toro I, Briñón Z, Rosas E, Salazar Q. Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. CES Medicina [Internet]. 2010. [Consultado 10 de setiembre de 2023]; 24(1):7-17. Disponible en: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=261119491001

47. Hernández R. Metodología de la Investigación: las rutas cuantitativa y cualitativa y mixta. [Internet]. Primera edición. México: Mc Graw Hill-educación, 2018. [Consultado 10 de setiembre de 2023]. Disponible en: http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1292

48. Larico M, Rivera, J. Estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución pública en la ciudad de Oxapampa - Pasco 2022. [Tesis de licenciatura en Psicología]. Huancayo: Universidad Continental; 2022. [Consultado el 27 de enero de 2024]. Disponible en: https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/12720/2/IV_FHU_501_TE_Larico_Rivera_2023.pdf

49. Silva M, López J, Columba M. Estrés académico en estudiantes universitarios.Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal. [Internet]. 2020. [Consultado 10 de setiembre de 2023]; 28(79): 75-83. Disponible en: https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/67462875008.pdf

50. D. Sousa V, Driessnack M, Costa M. Revisión de diseños de investigación resaltantes para Enfermería. Parte 1: diseños de investigación cuantitativa. Rev. Latino-Am. Enfermagem. [Internet]. 2007. [Consultado 10 de setiembre de 2023]; 15(3): 1-6. Disponible en: https://www.scielo.br/j/rlae/a/7zMf8XypC67vGPrXVrVFGdx/?lang=es

51. Facultad de Medicina San Fernando. [Internet] Lima. UNMSM. 2023. [Consultado 10 de setiembre de 2023]. Disponible en: https://medicina.unmsm.edu.pe/categoria/escuela-profesional-de-enfermeria/

52. Barraza A. Inventario Sisco SV-21. Inventari sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés académico. [Internet]. Segunda edición. Federación Mexicana de Psicología A.C.: Ecorfan; 2018. [Consultado 10 de setiembre de 2023]. Disponible en: https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf MOVER ANTES DE 54

53. Barraza A, Cárdenas T. Estresores académicos: una aproximación cualitativa a través de narrativas de alumnos de maestría. Psicogente. [Internet]. 2009. [Consultado el 21 de marzo de 2024]; 12(21): 55-64. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/4975/497552353005.pdf

54. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua. [Internet] Nicaragua. UNAN. 2018. [Consultado 10 de setiembre de 2023] Disponible en: https://chontales.unan.edu.ni/index.php/etica-y-principios-bioeticos-que-rigen-a-la-enfermeria/

55. Amatriain A. Enfermería en el manejo del estrés. [Internet]. Portales médicos. 2019 [Consultado 20 de marzo de 2024]. Disponible en: https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/enfermeria-en-el-manejo-del-estres/

56. Luque O, Bolívar N, Achahui V, Gallegos J. Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la educación virtual asociada al COVID-19. Puriq. [Internet]. 2022. [Consultado el 21 de marzo de 2024]; 4(e200). Disponible en: https://www.revistas.unah.edu.pe/index.php/puriq/article/view/200/337

57. Husky M, Kovess V, Swendsen J. Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. Compr Psychiatry. [Internet]. 2020. [Consultado el 21 de marzo de 2024]; 102:152191. Disponible en: https://doi.org/10.1016/j.comppsych.2020.152191

ANEXOS

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO A: Operacionalización de la variable…… LXIX

ANEXO B: Matriz de consistencia de la investigación…… LXX

ANEXO C: Matriz de consistencia del instrumento…… LXXII

ANEXO D: Cálculo de tamaño de muestra..... LXXVI

ANEXO E: Instrumento..... LXXVII

ANEXO F: Informe de juicio de expertos..... LXXXI

ANEXO G: Libro de códigos..... LXXXII

ANEXO H: Escala del valor final de la variable…… LXXXIII

ANEXO I: Matriz de datos..... LXXXIV

ANEXO J: Consentimiento informado..... XCII

ANEXO K: Tablas como anexos..... XCIII

ANEXO L: Gráficos como anexos..... CI

ANEXO A

Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Dimensión	Indicador	Valor final	Definición operacional
Estresores académicos	**Estresores:** son estímulos que generan una situación de tensión y/o estrés (46). Se pueden clasificar en estresores personales (el estudiante puede modificarlos para reducir el estrés académico) y estresores institucionales (el estudiante no puede modificarlos). **Académico:** es el escenario en el que se llevan a cabo tareas, exámenes, entre otros, que los alumnos realizan con frecuencia mientras estudian. (47)	**Personal**	• Problemas con el horario • Organización del tiempo para la ejecución de tareas • Horas de estudio empleadas • Adaptación al ambiente académico • Capacidad de comprensión de temas	Presente Ausente	Estímulos que va a identificar el estudiante mediante las situaciones que le generan o no estrés académico en las dimensiones personales e institucionales. Así mismo, estos datos serán obtenidos usando la encuesta de 25 preguntas, siendo el valor final que va a adoptar la variable si está presente o ausente.
		Institucional	• Sobrecarga de tareas • Evaluaciones teóricas • Evaluaciones prácticas • Clases virtuales • Clases presenciales • Tipos de tareas		

ANEXO B

Matriz de consistencia de la investigación

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	BASES TEÓRICAS	TIPO, MÉTODO, DISEÑO	POBLACIÓN, MUESTRA, CRITERIOS DE SELECCIÓN	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS
¿Cuáles son los estresores académicos personales e institucionales post pandemia, en estudiantes de Enfermería de una universidad pública, 2023?	**Objetivo general:** Determinar los estresores académicos post pandemia en estudiantes de Enfermería en una universidad pública. **Específicos:** Identificar los estresores	Por el método que es descriptivo el estudio no amerita una hipótesis, dado que solo es una variable que se capta y	**Teoría del estrés de Lazarus** **Definiciones conceptuales** Estrés Tipos de estrés **Estrés académico** Tipos	**Tipo:** Cuantitativo **Método:** Descriptivo **Diseño:** No experimental y transversal	**Población:** La población total es de 434 estudiantes de Enfermería, al realizarse el muestreo se obtienen 204 estudiantes. **Criterios de selección** **Inclusión:** Estudiantes matriculados en el año académico 2023. Estudiantes que acepten voluntariamente participar y	**Técnica:** Encuesta **Instrumento:** Escala estructurada en las dimensiones personales e institucionales, además cuenta con 25 ítems,

	académicos personales post pandemia en los estudiantes de Enfermería. Identificar los estresores académicos institucionales post pandemia en los estudiantes de Enfermería. Identificar los estresores académicos post pandemia por cada año de estudio en los estudiantes de Enfermería.	describe la realidad observada.	Consecuencias		firmen el consentimiento informado. Estudiantes que tengan asistencia regular tanto en teoría como en práctica. **Exclusión:** Estudiantes que presenten cuestionarios incompletos. Serán considerados autoexcluyentes aquellos estudiantes que estén con descansos médicos durante la recolección de datos.	donde el estudiante identificó las situaciones que le generan estrés académico.

ANEXO C

Matriz de consistencia del instrumento

Variable	Definición operacional	Dimensión	N°	Ítems negativos	Ítems positivos
Estresores académicos	Estímulos que va a identificar el estudiante mediante las situaciones que le generan o no estrés académico en las dimensiones personales e institucionales.	Personal	1	La competencia estudiantil de mi clase para la obtención de los primeros puestos me genera estrés.	La competencia con los compañeros de mi clase para la obtención de los primeros puestos me motiva a seguir esforzando.
			2	Expresar mi opinión en clase me genera una inquietud y/o estrés.	Cuando los docentes y mis compañeros aceptan mi opinión durante una discusión o debate en clase, me motiva a seguir participando.
			3	La dificultad que tengo para comprender las indicaciones que dan los docentes, me genera estrés.	La facilidad de comprensión que tengo sobre las indicaciones que dan los docentes me motivan.
			4	Cuando me quedo con mis dudas me generan una tensión.	Cuando los docentes absuelven mis dudas me generan relajación y/o tranquilidad.
			5	Cuando desarrollo un procedimiento con un paciente, bajo supervisión de mi docente, me genera estrés.	La adecuada preparación que tengo me ayuda a hacer bien las tareas que me asignan mis docentes.

			6	La comprensión de los contenidos teóricos que sirven de base para la práctica, me genera estrés.	El tener buena comprensión de los temas que me imparten en las diferentes clases me produce tranquilidad.
			7	Los horarios de clase a los que tengo que asistir me generan estrés.	Los horarios de clase a los que tengo que asistir me motivan.
			8	Participar en un grupo nuevo de trabajo en equipo durante las clases, me genera estrés.	Tomar clases en un grupo nuevo me enseña diversos puntos de vista.
			9	Tener el tiempo limitado para realizar mi trabajo de forma adecuada me genera estrés.	Tener el tiempo limitado para realizar mi trabajo de forma adecuada me motiva a hacerlo con tiempo.
			10	Participar en equipos donde no están mis amigos me genera estrés.	Participar en equipos donde no están mis amigos me motiva a profundizar los temas.
			11	Los pocos conocimientos que poseo sobre los temas que se abordan en la clase me generan estrés.	El amplio conocimiento que poseo sobre los temas que se abordan en la clase me incitan a seguir aprendiendo más.
			12	Una baja nota en un examen al que me preparé con anticipación me genera inquietud y/o estrés.	Una alta calificación en un examen al que estudié con mucho tiempo de preparación me motiva a seguir esforzándome.

		Institucional	13	El cumplimiento de los procedimientos establecidos en la práctica clínica, me genera estrés.	Las tareas y trabajos universitarios que tengo que realizar todos los días me motiva.
			14	El desarrollo de un examen me genera estrés.	Considero que los exámenes me motivan a seguir estudiando y lograr mis objetivos.
			15	Las tareas asignadas por mis docentes (infografías, ensayos, mapas conceptuales, resúmenes, etc.) me genera estrés.	Las tareas asignadas por mis docentes (infografías, ensayos, mapas conceptuales, resúmenes, etc.) fortalecen mis conocimientos.
			16	Las clases virtuales me generan estrés.	Las clases virtuales me provocan tranquilidad.
			17	El poco dominio del docente que desarrolla la clase, me genera estrés.	El buen dominio del tema que brindarán en la clase me provoca tranquilidad.
			18	La forma de evaluaciones prácticas como el ECOE me genera estrés.	Las evaluaciones prácticas como el ECOE me provocan tranquilidad.
			19	Asistir a clases poco dinámicas o monótonas me genera una inquietud y/o estrés.	Las clases impartidas por docentes muy dinámicos y que brinden ejemplos, me brinda tranquilidad.
			20	Participar en clases presenciales (responder a preguntas, hacer comentarios, etc.) me genera estrés.	Participar en clases presenciales me motiva a prestar más atención a las clases y me produce tranquilidad.

			21	Cuando los docentes y/o mis compañeros rechazan mi opinión durante una discusión o debate en clase, me genera estrés.	Participar de forma voluntaria en clase (responder a preguntas, hacer comentarios, etc.) me motiva a seguir participando.
			22	Cuando enciendo la cámara de forma obligatoria durante las clases virtuales me genera estrés.	Al encender la cámara en clases me hace sentir más atento a la clase y eso me produce tranquilidad.
			23	Cuando realizo procedimientos en simulación donde mis compañeros me observan, me genera estrés.	Cuando realizo procedimientos en simulación me motiva a hacerlo bien ya que soy una guía para ellos y me genera tranquilidad.
			24	El material complementario en cantidad y/o extensos que dejan para leer, hace que me genere estrés.	Leer el material complementario me motiva a seguir aprendiendo y a entender mejor la clase.
			25	Una mala conectividad para las clases virtuales me genera estrés.	Una mala conectividad para las clases virtuales me provoca tranquilidad.

ANEXO D

Cálculo de tamaño de muestra

$$n = \frac{N * Z_{1-\alpha/2}{}^2 * p * q}{d^2 * (N-1) + Z_{1-\alpha/2}{}^2 * p * q}$$

Donde:

Población	N	**434**
Alfa (máximo error tipo I)	α	0.050
Nivel de confianza	1-(α) /2	0.975
Z de (1-α/2)	Z (1-α/2)	1.960
Probabilidad de éxito	p	0.500
Probabilidad de fracaso	q	0.500
Precisión	d	0.050
Tamaño de la muestra	n	**204.03**

Se realizó un muestreo para poblaciones finitas, con un error máximo de 0.05 y un nivel de confianza del 95%. Por lo tanto, se trabajará con una muestra de 204 estudiantes de Enfermería.

ANEXO E
INSTRUMENTO

Escala

Presentación:

Estimado estudiante, mi nombre es Alexandra Elizabeth Fernandez Salinas, soy egresada de la carrera de Enfermería de la UNMSM, y estoy realizando mi proyecto de investigación. Este cuestionario tiene como objetivo obtener datos que permitan determinar los estresores académicos en los estudiantes de Enfermería en post pandemia. Por lo que pido su gentil colaboración que ayudará a alcanzar el objetivo ya mencionado. Cabe recalcar que la información obtenida será de forma confidencial. La encuesta está elaborada para responder en un lapso aproximado de 5 minutos.

Instrucciones generales:

Lea atentamente cada punto y responda con el dato requerido o con una X en los espacios en blanco, según corresponda.

Datos generales:

Edad: ____

Sexo:

Femenino ( ) Masculino ( )

Año de estudio (año en que está cursando)

2do año ( )
3er año ( )
4to año ( )
5to año ( )

Instrucciones específicas:

Lea atentamente cada uno de los enunciados y marque la respuesta con una X la situación que más se asemeja a la de usted, teniendo como alternativas lo siguiente: nunca (N), casi nunca (CN), casi siempre (CS) y siempre (S).

ÍTEMS		N	CN	CS	S
DIMENSIÓN PERSONAL					
1	La competencia con los compañeros de mi clase para la obtención de los primeros puestos me motiva a seguir esforzando.				
2	Cuando los docentes y mis compañeros aceptan mi opinión durante una discusión o debate en clase, me motiva a seguir participando.				
3	La dificultad que tengo para comprender las indicaciones que dan los docentes, me genera estrés.				
4	Cuando los docentes absuelven mis dudas me generan relajación y/o tranquilidad.				
5	Cuando desarrollo un procedimiento con un paciente, bajo supervisión de mi docente, me genera estrés.				
6	La comprensión de los contenidos teóricos que sirven de base para la práctica, me genera estrés.				
7	Los horarios de clase a los que tengo que asistir me generan estrés.				
8	Participar en un grupo nuevo de trabajo en equipo durante las clases, me genera estrés.				
9	Tener el tiempo limitado para realizar mi trabajo de forma adecuada me genera estrés.				
10	Participar en equipos donde no están mis amigos me genera estrés.				

11	Los pocos conocimientos que poseo sobre los temas que se abordan en la clase me generan estrés.				
12	Una alta calificación en un examen al que estudié con mucho tiempo de preparación me motiva a seguir esforzándome.				
DIMENSIÓN INSTITUCIONAL					
13	El cumplimiento de los procedimientos establecidos en la práctica clínica, me genera estrés.				
14	El desarrollo de un examen me genera estrés.				
15	Las tareas asignadas por mis docentes (infografías, ensayos, mapas conceptuales, resúmenes, etc.) me generan estrés.				
16	Las clases virtuales me provocan tranquilidad.				
17	El poco dominio del docente que desarrolla la clase, me genera estrés.				
18	La forma de evaluaciones prácticas como el ECOE me genera estrés.				
19	Asistir a clases poco dinámicas o monótonas me genera una inquietud y/o estrés.				
20	Participar en clases presenciales (responder a preguntas, hacer comentarios, etc.) me genera estrés.				
21	El nivel de exigencia de mis docentes me motiva a aprender más.				
22	Cuando enciendo la cámara de forma obligatoria durante las clases virtuales me genera estrés.				
23	Cuando realizo procedimientos en simulación donde mis compañeros me observan, me genera estrés.				
24	El material complementario en cantidad y/o extensos que dejan para leer, hace que me genere estrés.				

25	Una mala conectividad para las clases virtuales me genera estrés.				

¡Muchas gracias por su colaboración!

ANEXO F

Informe de juicio de expertos

Ítem	J1	J2	J3	J4	Σ xij	(Mx)	CVCi	Pei	CVCic
1	5	5	5	5	20	5.0000	1.0000	0.0039	0.9961
2	4	5	5	5	19	4.7500	0.9500	0.0039	0.9461
3	3	4	5	4	16	4.0000	0.8000	0.0039	0.7961
4	5	4	5	5	19	4.7500	0.9500	0.0039	0.9461
5	3	5	5	4	17	4.2500	0.8500	0.0039	0.8461
6	4	5	5	5	19	4.7500	0.9500	0.0039	0.9461
7	4	5	5	5	19	4.7500	0.9500	0.0039	0.9461
8	5	5	5	5	20	5.0000	1.0000	0.0039	0.9961
9	3	5	5	5	18	4.5000	0.9000	0.0039	0.8961
10	5	5	5	5	20	5.0000	1.0000	0.0039	0.9961
11	5	5	5	5	20	5.0000	1.0000	0.0039	0.9961
12	5	5	4	5	19	4.7500	0.9500	0.0039	0.9461
13	4	5	5	5	19	4.7500	0.9500	0.0039	0.9461
14	5	5	5	5	20	5.0000	1.0000	0.0039	0.9961
15	4	5	5	5	19	4.7500	0.9500	0.0039	0.9461
16	5	5	5	5	20	5.0000	1.0000	0.0039	0.9961
17	4	5	5	5	19	4.7500	0.9500	0.0039	0.9461
18	5	5	5	5	20	5.0000	1.0000	0.0039	0.9961
19	5	5	5	5	20	5.0000	1.0000	0.0039	0.9961
20	5	5	5	5	20	5.0000	1.0000	0.0039	0.9961
21	5	5	4	5	19	4.7500	0.9500	0.0039	0.9461
22	5	5	5	5	20	5.0000	1.0000	0.0039	0.9961
23	3	5	5	5	18	4.5000	0.9000	0.0039	0.8961
24	5	5	5	5	20	5.0000	1.0000	0.0039	0.9961
25	5	5	5	5	20	5.0000	1.0000	0.0039	0.9961
								Σ	23.903
								CVCt	0.9561
								CVCtc	0.9522 Excelente

ANEXO G

Libro de códigos

Datos generales	Código
Sexo	
Femenino	1
Masculino	2
Edad	
18 - 23	1
24 a más	2
Año	
2do año	1
3er año	2
4to año	3
5to año	4

Datos de la escala de estresores académicos post pandemia	
POSITIVOS	
Nunca	4
Casi nunca	3
Casi siempre	2
Siempre	1
NEGATIVOS	
Nunca	1
Casi nunca	2
Casi siempre	3
Siempre	4

ANEXO H

Escala de puntajes

FÓRMULA DE MÁXIMOS Y MÍNIMOS

Nº de preguntas	**25**
Puntaje máximo	100
Puntaje mínimo	25
Intervalo	38

- Intervalo de puntaje = Puntaje máximo – Puntaje mínimo / 2 (valor final)
  = 100-25/2
- Intervalo de puntaje = 38
- 100-38=62
- Como se mide solo dos valores finales, lo restante de la resta se considera como intervalo.

VALOR FINAL	
Presente	62 - 100
Ausente	Menos de 62

Dimensión personal	
Nº de preguntas	**12**
Puntaje máximo	48
Puntaje mínimo	12
(48-12) / 2	18

VALOR FINAL	
Presente	30 - 48
Ausente	Menos de 30

Dimensión institucional	
Nº de preguntas	**13**
Puntaje máximo	52
Puntaje mínimo	13
(52-13) / 2	20

VALOR FINAL	
Presente	32 - 52
Ausente	Menos de 32

Anexo I

Matriz de datos

Nº	DATOS GENERALES			DATOS ESPECÍFICOS																											TOTAL
				DIMENSIÓN PERSONAL													DIMENSIÓN INSTITUCIONAL															
	EDAD	SEXO	AÑO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	SUBTOTAL	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	SUBTOTAL	
1	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	24	2	2	3	2	2	2	2	1	3	1	2	3	3	28	52
2	1	1	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	4	31	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	4	36	67
3	1	1	2	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	30	3	4	2	3	3	3	3	4	2	2	4	4	4	41	71
4	1	1	2	2	2	3	1	3	2	2	3	4	2	4	4	32	3	2	2	2	3	4	2	4	1	2	3	3	3	34	66
5	1	1	2	4	3	2	3	2	2	2	1	4	2	1	4	30	2	3	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	20	50
6	2	1	4	1	1	4	4	3	2	2	3	3	4	3	4	34	2	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	4	37	71
7	2	2	4	3	1	3	4	3	2	3	4	3	1	2	1	30	3	3	2	3	3	3	3	2	2	1	2	3	4	34	64
8	1	1	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	3	2	30	3	3	3	1	4	2	4	2	2	2	2	2	4	34	64
9	1	1	4	2	1	3	1	2	2	3	3	3	3	3	1	27	3	4	3	3	4	4	4	4	1	3	4	3	4	44	71
10	2	1	1	2	1	3	1	4	2	1	1	4	3	3	1	26	1	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	3	3	40	66
11	1	1	2	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	1	26	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	4	36	62
12	1	1	2	2	2	3	1	3	2	2	3	4	2	4	1	29	3	2	2	2	3	4	2	4	1	2	3	3	3	34	63
13	2	2	4	3	1	3	1	3	2	3	1	3	1	2	1	24	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	3	4	33	57
14	1	1	2	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	30	3	4	2	3	3	3	3	4	2	2	3	4	4	40	70
15	1	1	3	4	3	2	1	2	3	2	1	4	2	1	4	29	2	3	2	1	2	1	3	2	3	1	4	1	2	27	56
16	1	1	2	4	3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	22	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	19	41
17	2	1	1	2	1	3	4	4	2	1	1	4	3	3	1	29	1	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	3	3	40	69
18	2	2	3	4	3	3	4	4	4	4	1	3	4	3	4	41	3	1	3	1	3	2	3	1	3	1	2	1	3	27	68
19	1	1	3	4	3	2	4	2	2	2	1	1	2	1	1	25	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	20	45

20	2	1	4	2	1	3	4	2	2	3	3	3	3	4	33	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	46	79
21	2	1	1	2	1	3	1	4	2	4	3	4	3	3	1	31	1	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	3	3	40	71
22	1	1	3	2	1	2	4	3	2	2	4	1	3	3	4	31	2	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	4	36	67
23	1	1	2	2	2	3	2	2	2	4	3	4	3	2	1	30	2	4	4	2	3	3	4	3	1	4	3	4	3	40	70
24	1	1	2	2	2	4	2	3	2	2	3	3	2	3	2	30	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	36	66
25	2	2	1	4	4	2	1	4	4	1	2	2	4	2	3	33	4	1	4	4	2	2	1	4	4	1	2	2	1	32	65
26	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	24	2	2	3	2	2	2	2	1	3	1	2	3	3	28	52
27	1	1	2	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	1	26	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	4	36	62
28	1	1	2	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	30	3	4	2	3	3	3	3	4	2	2	4	4	4	41	71
29	2	1	4	1	1	4	4	3	2	4	3	3	2	3	2	32	2	3	1	3	2	4	2	3	2	3	3	3	1	32	64
30	1	1	2	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	30	3	4	2	3	3	3	3	4	2	2	3	4	4	40	70
31	1	1	3	4	3	2	3	2	3	2	3	4	4	3	4	37	2	3	2	1	2	1	3	2	3	1	4	1	2	27	64
32	2	1	1	2	1	3	4	4	2	1	1	4	3	3	1	29	1	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	3	3	40	69
33	2	2	3	4	3	3	4	4	4	4	1	3	4	3	3	40	3	1	3	1	3	2	3	1	3	2	2	1	3	28	68
34	1	1	3	4	3	2	1	2	3	2	1	4	2	1	4	29	2	3	2	1	2	1	3	2	3	1	4	1	2	27	56
35	1	1	2	4	3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	4	25	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	19	44
36	1	1	2	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	1	26	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	4	36	62
37	1	1	2	2	2	3	1	3	2	2	3	4	2	4	1	29	3	2	2	2	3	4	2	4	1	2	3	3	3	34	63
38	2	2	4	3	1	3	1	3	2	3	1	3	4	2	1	27	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	3	4	33	60
39	1	2	4	1	1	4	2	3	2	2	3	3	2	3	1	27	2	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	4	37	64
40	1	2	4	3	1	3	1	3	2	4	1	3	1	2	1	25	3	3	1	3	2	3	3	2	2	1	2	3	4	32	57
41	1	2	1	4	4	2	4	1	1	3	4	1	4	2	3	33	4	1	1	2	1	1	1	3	4	4	4	2	3	31	64
42	2	1	4	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	4	35	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	46	81
43	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	24	2	2	3	2	2	2	2	1	3	1	2	3	3	28	52
44	1	1	2	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	1	26	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	4	36	62
45	1	1	2	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	30	3	4	2	3	3	3	3	4	2	2	4	4	4	41	71
46	1	1	2	2	2	3	1	3	2	2	3	4	2	4	1	29	3	2	2	2	3	4	2	4	1	2	3	3	3	34	63
47	1	1	2	4	3	4	3	2	2	2	3	4	2	3	4	36	2	3	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	20	56
48	2	1	4	1	1	4	2	3	2	2	3	3	2	3	1	27	2	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	4	37	64

49	2	2	4	3	1	3	1	3	2	3	1	3	1	2	1	24	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	35	59
50	1	1	3	4	3	2	1	2	3	1	3	4	2	1	4	30	4	3	2	1	2	1	3	2	3	1	4	1	2	29	59
51	1	1	2	4	3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	4	25	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	3	1	2	23	48
52	1	1	2	4	3	2	4	2	4	2	4	3	2	4	3	37	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	19	56
53	1	1	4	3	2	2	2	3	4	2	4	3	2	3	3	33	4	3	2	1	2	2	2	1	4	2	1	4	4	32	65
54	1	1	1	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	4	35	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	46	81
55	2	1	1	2	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	37	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	46	83
56	1	1	1	1	1	4	2	3	2	2	3	3	2	3	4	30	2	2	3	2	2	2	2	1	3	1	2	3	3	28	58
57	1	1	1	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	4	31	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	4	36	67
58	1	1	1	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	30	3	4	1	3	3	3	3	4	2	2	4	4	4	40	70
59	1	1	2	2	2	3	1	3	2	2	3	4	2	4	3	31	3	2	2	2	3	4	2	4	1	2	3	3	3	34	65
60	2	1	1	4	3	2	3	2	2	2	4	4	2	1	4	33	2	3	2	4	2	1	3	2	4	1	2	2	1	29	62
61	2	1	2	3	1	2	1	2	2	2	3	3	3	2	2	26	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	29	55
62	1	2	3	2	1	2	3	2	4	2	2	3	2	3	4	30	2	2	2	2	4	2	4	2	1	4	2	3	4	34	64
63	1	1	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	1	32	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	36	68
64	1	1	4	2	2	3	1	4	3	3	3	3	2	3	1	30	3	4	3	1	4	4	4	4	1	3	4	4	4	43	73
65	1	1	2	4	2	4	2	3	3	3	2	3	2	3	3	34	3	4	4	2	4	4	3	4	2	4	4	3	4	45	79
66	2	1	2	4	2	2	1	2	2	4	3	2	4	3	2	31	3	2	3	1	4	3	3	1	3	1	2	2	4	32	63
67	1	1	2	2	2	3	1	3	2	2	3	3	3	3	1	28	2	3	3	2	3	4	3	4	2	4	2	2	4	38	66
68	1	1	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	4	30	2	3	3	3	3	3	2	4	1	3	2	3	4	36	66
69	1	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	27	2	3	3	2	2	2	3	3	2	1	3	2	3	31	58
70	1	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	1	27	2	3	3	3	2	3	4	3	2	4	4	4	4	41	68
71	1	1	1	2	1	3	1	4	2	1	1	4	3	3	1	26	1	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	3	3	40	66
72	1	1	1	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	1	26	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	4	36	62
73	2	1	4	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	30	3	4	2	3	3	3	3	4	2	2	4	4	4	41	71
74	1	1	1	4	2	4	2	3	2	4	3	3	2	3	4	36	2	4	4	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3	40	76
75	1	1	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	2	3	2	35	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	4	4	39	74
76	2	1	4	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	27	2	4	3	2	2	2	2	3	3	1	2	3	3	32	59
77	1	1	3	4	1	1	4	4	1	1	3	4	3	4	3	33	4	1	1	4	3	2	1	1	4	3	3	1	2	30	63

78	2	1	4	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	4	35	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	46	81
79	2	2	1	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	32	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	32	64
80	1	2	3	4	3	2	3	2	2	2	1	4	2	1	4	30	2	3	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	20	50
81	2	2	3	3	1	3	1	3	2	3	1	3	1	2	1	24	3	3	2	3	3	3	3	2	2	1	2	3	4	34	58
82	2	1	3	4	3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	22	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	19	41
83	2	1	3	4	3	3	4	4	4	4	1	3	4	3	3	40	3	1	3	1	3	2	3	1	3	2	2	1	3	28	68
84	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	23	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	27	50
85	1	1	1	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	34	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	31	65
86	1	1	1	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	4	31	2	3	3	3	2	3	4	3	2	4	4	4	4	41	72
87	1	2	1	2	2	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	27	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	30	57
88	2	1	4	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	4	36	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	45	81
89	1	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	2	22	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2	3	28	50
90	1	1	1	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	1	3	30	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	38	68
91	1	1	2	3	2	3	1	2	2	2	1	4	1	2	1	24	1	2	3	3	3	1	3	2	2	3	2	4	4	33	57
92	1	2	1	3	2	2	1	2	2	3	2	3	2	2	1	25	3	3	2	3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	33	58
93	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	3	1	2	1	20	1	2	4	1	2	3	2	3	2	2	1	4	3	30	50
94	2	1	1	4	2	2	2	1	2	3	2	4	2	1	3	28	1	3	4	2	3	2	3	1	2	2	1	4	4	32	60
95	1	2	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	3	27	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	33	60
96	1	1	1	3	1	2	2	3	2	3	1	4	1	3	1	26	3	3	3	3	2	3	4	3	1	2	3	3	4	37	63
97	1	1	1	2	2	4	2	2	2	3	2	3	2	3	1	28	2	3	3	1	4	2	3	3	2	2	2	3	3	33	61
98	1	1	1	1	4	2	4	2	3	4	3	3	2	3	1	32	1	4	3	2	4	4	4	2	3	4	1	3	4	39	71
99	1	1	1	2	1	3	1	2	2	3	2	4	2	3	1	26	2	3	3	2	3	3	2	2	1	2	3	3	4	33	59
100	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	3	2	3	1	22	1	2	2	2	3	2	3	2	1	1	2	2	3	26	48
101	1	1	1	2	1	2	1	2	2	3	3	2	2	2	1	23	2	2	3	1	3	2	3	2	2	3	2	3	4	32	55
102	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	26	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	29	55
103	1	1	2	3	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	21	1	2	3	2	3	3	3	1	2	2	2	2	2	28	49
104	1	2	1	2	2	3	1	3	3	2	2	3	3	4	1	29	3	3	3	2	4	4	1	3	3	1	3	4	4	38	67
105	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	4	30	1	3	3	3	4	3	4	3	2	4	3	4	4	41	71
106	1	1	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	1	23	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	29	52

107	1	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	30	2	3	3	3	3	2	3	1	2	2	2	2	3	31	61
108	1	1	2	3	2	4	1	3	3	2	2	4	2	4	2	32	3	4	3	1	3	4	2	3	1	3	3	3	4	37	69
109	2	1	3	1	1	3	1	4	3	3	2	4	2	4	1	29	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	4	4	4	38	67
110	2	2	1	3	2	1	3	4	2	3	3	4	3	3	2	33	2	2	4	1	3	3	3	2	2	2	4	3	2	33	66
111	1	1	2	2	2	3	1	3	2	2	3	3	2	2	2	27	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	31	58
112	1	1	1	2	2	3	1	4	4	4	4	4	4	2	2	36	4	4	4	2	3	4	2	4	3	3	4	4	4	45	81
113	1	1	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	31	3	4	4	2	3	2	2	3	2	4	3	3	4	39	70
114	1	1	2	1	2	3	1	3	2	4	1	4	3	4	1	29	2	3	2	2	4	1	2	2	2	1	2	1	1	25	54
115	2	1	2	2	2	2	1	3	2	3	2	3	2	2	1	25	2	3	2	3	2	4	2	4	2	3	3	4	4	38	63
116	1	1	1	2	1	3	1	2	2	3	1	2	2	3	1	23	3	2	4	2	4	3	2	3	3	2	2	3	3	36	59
117	1	1	1	3	1	2	1	2	2	2	3	3	3	4	1	27	4	3	4	1	3	2	4	2	2	1	2	4	4	36	63
118	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	3	3	3	3	1	25	1	3	2	3	4	3	4	3	1	2	2	3	4	35	60
119	1	1	2	2	1	3	1	3	3	2	4	4	4	4	1	32	2	4	4	3	4	3	4	3	1	4	3	2	4	41	73
120	1	1	3	1	1	2	1	3	2	2	2	3	2	4	1	24	2	2	2	2	2	2	1	3	2	1	3	2	3	27	51
121	2	1	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	32	2	4	4	4	4	2	3	2	1	4	2	3	4	39	71
122	2	2	4	2	2	2	2	2	1	4	3	3	3	2	1	27	3	3	4	3	3	3	4	2	2	3	2	4	4	40	67
123	2	1	4	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	1	26	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	35	61
124	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	27	52
125	1	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	1	27	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	4	33	60
126	1	1	1	2	2	3	1	2	3	4	2	3	2	4	1	29	2	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	3	4	37	66
127	1	1	3	1	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	1	25	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	35	60
128	1	1	2	2	4	1	3	1	3	4	3	3	1	3	1	29	4	4	1	4	3	1	3	2	2	4	2	3	2	35	64
129	1	1	1	4	2	4	1	2	2	2	4	2	4	4	1	32	2	1	1	4	3	3	1	1	1	4	4	4	1	30	62
130	1	1	1	3	4	4	2	4	3	2	2	3	3	4	3	37	4	3	4	4	3	4	2	1	1	1	3	4	3	37	74
131	1	1	1	1	4	2	3	1	1	1	4	2	4	3	4	30	4	4	3	3	1	1	4	3	3	2	2	2	2	34	64
132	1	1	1	2	4	1	3	1	3	4	3	3	2	2	3	31	4	1	4	3	1	4	2	4	2	2	3	4	3	37	68
133	1	1	4	3	1	1	2	2	3	3	1	3	1	4	3	27	1	3	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	2	38	65
134	2	1	2	2	2	1	1	3	4	3	2	4	4	3	3	32	4	3	4	3	2	1	4	2	4	1	4	2	3	37	69
135	2	1	1	4	3	3	3	3	2	3	2	1	4	2	1	31	2	1	1	1	1	3	3	2	4	3	4	3	1	29	60

136	1	1	4	3	4	2	4	2	4	2	4	2	3	4	1	35	1	1	2	2	3	1	4	4	4	2	3	1	4	32	67
137	1	1	1	3	1	1	3	1	4	4	1	3	4	2	2	29	1	3	4	1	4	4	2	3	2	4	1	3	2	34	63
138	1	1	1	2	3	3	2	3	2	4	4	2	4	4	2	35	1	3	1	4	2	1	2	2	3	2	3	3	3	30	65
139	2	1	3	3	3	2	4	2	3	1	4	2	4	2	2	32	4	3	2	1	1	3	2	2	3	4	4	1	3	33	65
140	1	1	2	3	4	4	3	1	3	2	3	2	4	3	4	36	1	2	1	2	2	2	2	3	2	3	2	4	4	30	66
141	1	1	3	4	2	3	4	3	1	4	2	3	2	2	3	33	3	4	4	2	2	2	3	3	2	3	2	3	4	37	70
142	1	1	4	1	1	4	1	2	3	2	2	2	2	4	3	27	3	2	4	1	3	1	4	3	2	1	2	4	4	34	61
143	2	1	2	2	3	2	1	4	1	3	3	4	2	3	4	32	3	4	4	1	2	1	2	3	1	1	4	1	4	31	63
144	2	2	3	2	1	3	3	2	1	1	3	2	4	1	3	26	2	2	3	4	1	1	1	2	3	2	1	4	2	28	54
145	1	2	1	2	1	1	1	3	4	3	1	2	4	4	1	27	3	2	2	4	3	3	4	2	3	1	1	2	4	34	61
146	1	2	1	4	2	3	2	1	3	1	4	1	3	2	4	30	4	4	2	2	3	1	4	3	2	2	1	1	2	31	61
147	1	2	3	1	2	4	1	2	3	4	4	1	2	3	4	31	4	2	2	3	3	3	1	3	2	2	2	4	1	32	63
148	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	4	3	3	3	24	1	3	4	4	3	4	3	1	1	2	3	4	1	34	58
149	1	2	2	1	3	3	1	2	3	1	1	2	1	2	4	24	2	1	3	2	4	3	2	2	4	4	3	3	1	34	58
150	1	2	2	4	4	3	3	4	2	4	2	3	4	4	4	41	1	3	3	3	4	4	1	4	2	3	3	4	1	36	77
151	1	1	1	3	2	4	2	2	3	3	1	1	1	2	3	27	3	2	1	2	2	2	1	2	4	4	3	1	3	30	57
152	1	1	1	1	4	1	3	3	4	1	1	1	4	3	3	29	2	3	1	1	1	1	2	1	1	2	4	4	4	27	56
153	2	1	3	2	1	3	3	2	4	3	4	2	2	4	4	34	4	3	1	4	2	2	1	3	3	1	4	3	1	32	66
154	2	1	4	2	4	1	4	4	3	1	2	3	4	4	1	33	1	3	1	4	2	1	2	4	4	3	1	4	3	33	66
155	2	2	3	4	1	3	4	2	3	2	2	4	1	1	1	28	2	3	4	4	2	1	2	2	4	2	1	4	3	34	62
156	2	1	3	3	3	4	1	2	2	4	3	4	2	4	3	35	2	1	4	1	3	2	1	1	3	2	2	1	3	26	61
157	2	1	3	1	2	1	4	3	2	1	3	2	3	3	1	26	2	3	2	4	4	3	4	1	2	3	3	4	4	39	65
158	2	2	4	4	2	4	2	2	3	2	4	1	2	2	4	32	2	3	4	1	4	4	1	3	4	2	1	3	1	33	65
159	1	1	1	4	2	1	4	4	4	4	4	3	3	1	1	35	4	2	2	3	2	3	2	4	3	2	1	3	1	32	67
160	1	1	2	2	2	3	4	1	2	4	3	1	4	4	1	31	4	1	4	4	4	4	2	3	1	1	4	4	3	39	70
161	1	1	2	1	2	2	2	4	2	3	1	4	3	4	2	30	3	4	2	2	4	4	4	4	2	3	3	1	3	39	69
162	1	1	2	2	2	1	4	3	4	4	3	4	4	2	3	36	3	2	4	2	1	2	4	1	2	1	4	4	1	31	67
163	1	1	4	4	1	3	4	1	1	4	1	2	1	2	4	28	2	1	3	1	2	1	4	1	4	2	2	4	2	29	57
164	2	2	1	4	2	2	4	2	2	2	4	3	4	2	2	33	3	3	1	3	1	1	4	2	4	3	4	1	4	34	67

165	1	1	1	3	1	1	4	1	1	1	3	4	1	2	1	23	4	2	3	2	4	2	2	1	4	1	4	2	4	35	58
166	1	1	3	1	1	4	2	2	4	3	3	2	1	4	1	28	1	1	3	3	3	3	2	1	3	4	1	3	1	29	57
167	1	1	3	4	4	1	1	3	1	2	4	3	2	4	2	31	1	4	1	2	2	3	4	3	3	4	1	3	3	34	65
168	1	1	1	2	2	1	4	2	1	3	1	1	4	4	2	27	2	1	1	3	1	1	3	1	4	4	1	2	4	28	55
169	2	2	2	4	3	3	2	2	4	4	4	3	4	3	1	37	2	2	4	1	4	4	4	2	3	2	4	1	1	34	71
170	2	1	4	2	1	3	3	4	2	1	3	4	3	2	3	31	3	3	4	3	2	1	3	4	3	2	2	4	3	37	68
171	2	1	4	4	2	1	1	4	2	2	3	2	1	4	1	27	3	2	3	1	2	3	3	2	2	1	3	1	3	29	56
172	1	1	4	3	4	1	2	3	4	2	4	2	1	2	4	32	2	2	3	2	3	1	3	3	2	3	1	4	2	31	63
173	1	1	3	2	3	1	4	1	2	4	3	2	3	3	3	31	1	1	3	1	3	3	1	1	4	2	4	2	3	29	60
174	1	1	1	3	3	2	4	3	2	4	1	2	4	1	4	33	2	4	3	1	4	1	2	2	3	3	4	3	4	36	69
175	1	1	3	4	2	2	3	1	3	1	3	3	2	3	4	31	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	3	1	2	30	61
176	1	2	1	1	3	2	3	3	3	4	3	2	3	2	4	33	1	1	2	4	3	4	3	2	2	4	1	3	1	31	64
177	2	2	1	4	3	4	1	4	3	4	4	1	4	4	3	39	3	1	3	4	2	2	2	2	3	1	2	4	1	30	69
178	1	2	1	3	1	3	4	2	4	4	4	4	4	4	2	39	2	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	4	2	34	73
179	1	2	1	2	1	1	4	3	1	2	2	1	4	1	4	26	3	3	3	1	3	3	3	4	3	4	1	1	1	33	59
180	1	2	4	4	2	4	1	2	1	1	4	1	2	1	2	25	1	1	3	4	2	4	2	3	4	1	1	2	2	30	55
181	1	1	3	1	2	4	1	4	3	2	3	3	3	2	4	32	2	1	2	1	4	1	2	1	4	2	2	2	2	26	58
182	1	1	3	4	3	2	1	2	4	3	1	3	3	1	2	29	1	1	1	4	3	1	1	2	4	2	4	1	4	29	58
183	1	2	4	1	1	3	2	4	4	3	3	1	1	4	2	29	1	2	3	4	4	1	4	4	2	3	2	4	3	37	66
184	2	1	3	4	4	2	4	2	2	2	2	2	1	4	3	32	2	4	1	2	3	2	3	2	4	3	4	2	3	35	67
185	1	1	3	4	4	1	3	3	1	4	2	1	2	2	3	30	3	4	3	4	3	2	4	1	4	1	2	2	3	36	66
186	1	1	2	1	4	2	4	4	1	1	3	4	4	4	1	33	1	1	1	2	4	4	1	1	3	2	4	4	1	29	62
187	1	1	2	1	3	1	1	1	3	3	1	1	3	1	2	21	3	2	1	3	1	1	2	3	2	1	4	2	1	26	47
188	1	1	1	1	1	2	4	1	3	1	2	4	2	4	4	29	1	2	4	3	4	3	1	1	1	2	1	3	1	27	56
189	1	1	3	3	3	2	4	2	4	1	2	4	1	2	3	31	1	4	2	2	4	2	2	1	1	1	3	3	4	30	61
190	1	1	2	1	4	1	2	3	1	3	4	4	3	4	1	31	2	2	2	2	2	3	4	4	3	1	1	4	4	34	65
191	1	1	2	1	3	1	2	2	1	3	3	2	3	2	1	24	2	1	4	1	1	1	3	1	3	2	3	2	1	25	49
192	1	2	4	1	3	4	3	2	3	4	2	3	4	1	1	31	1	3	2	3	4	3	1	1	3	1	3	3	4	32	63
193	1	1	3	1	2	3	2	2	4	2	2	1	3	4	4	30	1	3	2	1	4	1	3	3	2	1	3	1	4	29	59

xc

194	2	1	1	1	1	1	3	4	3	4	4	1	2	3	3	30	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	4	39	69
195	1	1	4	3	2	3	4	3	4	4	1	3	4	3	3	37	1	3	3	3	1	1	3	2	4	2	2	2	2	29	66
196	1	1	4	2	1	2	2	4	3	4	3	4	1	4	1	31	1	1	1	3	4	2	2	2	3	3	2	1	4	29	60
197	1	2	3	3	1	4	1	1	4	1	3	3	3	3	2	29	3	4	1	3	2	2	1	3	1	2	3	1	2	28	57
198	2	1	1	1	2	3	3	4	2	4	1	3	1	1	2	27	3	4	2	2	3	1	4	2	2	4	2	1	1	31	58
199	1	1	3	2	2	4	2	3	4	2	2	2	4	2	3	32	4	3	1	4	4	3	2	4	1	4	4	1	1	36	68
200	1	1	1	4	3	3	2	3	3	4	4	1	3	2	3	35	1	2	1	1	2	3	4	2	1	1	1	2	3	24	59
201	2	2	3	1	2	3	1	4	3	3	4	2	3	3	3	32	4	2	2	4	3	2	2	2	3	1	4	1	4	34	66
202	2	1	2	3	4	3	4	1	4	2	2	3	3	3	4	36	2	1	3	4	3	3	1	3	1	4	2	1	2	30	66
203	1	1	1	4	2	4	4	2	3	1	1	1	3	2	4	31	4	1	3	4	1	2	2	1	2	3	1	1	1	26	57
204	1	1	1	1	2	4	3	1	4	4	3	1	2	1	1	27	2	4	4	2	3	3	3	4	3	4	4	1	2	39	66

ANEXO J

Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

La presente investigación es conducida por Fernandez Salinas, Alexandra Elizabeth, egresada de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. El propósito de este estudio es proporcionar los resultados a la institución formadora para que de esta manera puedan abarcar este problema mediante el establecimiento de estrategias que reduzcan y/o busquen una solución a este problema frecuente en los estudiantes universitarios de Enfermería. Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una encuesta/cuestionario. Esto tomará aproximadamente 5 minutos de su tiempo.

La participación es totalmente voluntaria, si usted no desea participar, se respetará su decisión sin ninguna consecuencia hacia su persona o familiar. La información que se recoja será confidencial y sólo se usará para fines de esta investigación. Sus respuestas serán anónimas. Puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas le parecen incómodas o no las entiende tiene usted el derecho de no responderlas.

De tener preguntas sobre su participación en este estudio, puede contactar a Fernandez Salinas Alexandra Elizabeth, al teléfono 942311421.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar a Fernandez Salinas Alexandra Elizabeth al teléfono anteriormente mencionado.

Nombre del Participante (en letras de imprenta)	**Firma del Participante**	**Fecha**

ANEXO K

Tablas como anexos

Tabla N°1

Características demográficas de los estudiantes de Enfermería de una universidad pública.

Lima, 2023

Características demográficas	N	%
Edad		
18 - 23 años	146	72
24 años a más	58	28
Total	204	100
Sexo		
Femenino	156	76
Masculino	48	24
Total	204	100
Año de estudio		
2do	69	34
3ero	56	27
4to	43	21
5to	36	18
Total	204	100

Tabla Nº2

Estresores académicos post pandemia global en estudiantes de Enfermería de una universidad pública.

Lima, 2023

Estresores académicos post pandemia	Estudiantes de Enfermería	
	N	**%**
Presente	124	61
Ausente	80	39
TOTAL	204	100

Tabla N°3

Estresores académicos personales post pandemia en estudiantes de Enfermería de una universidad pública.

Lima, 2023

Dimensión personal	Estudiantes de Enfermería	
	N	%
Presente	111	54
Ausente	93	46
TOTAL	204	100

Tabla N°4

Estresores académicos personales post pandemia con sus indicadores en estudiantes de Enfermería de una universidad pública.

Lima, 2023

Indicadores de estresores académicos personales	Presente		Ausente	
	N	%	N	%
Adaptación al ambiente académico	106	51.9	98	48.1
Capacidad de comprensión de temas	115	56.4	89	43.6
Organización del tiempo para la ejecución de tareas	140	68.6	64	31.4
Problemas con el horario	98	48	106	52
Horas de estudio empleadas	125	61.3	79	38.7

Tabla N°5

Estresores académicos institucionales post pandemia en estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023

Dimensión institucional	Estudiantes de Enfermería	
	N	%
Presente	129	63
Ausente	75	37
TOTAL	204	100

Tabla N°6

Estresores académicos institucionales post pandemia con sus indicadores en estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023

Indicadores de estresores académicos institucionales	Presente		Ausente	
	N	%	N	%
Sobrecarga de tareas	127	62.3	77	37.7
Evaluaciones teóricas	120	58.8	84	41.2
Evaluaciones prácticas	114	55.8	90	44.2
Tipos de tareas	102	50	102	50
Clases virtuales	84	41.2	120	58.8
Clases presenciales	143	70.1	61	29.9

Tabla N°7

Estresores académicos post pandemia global en estudiantes de Enfermería por año de estudios en una universidad pública. Lima, 2023

Estudiantes de Enfermería	N	%
2do año de estudios		
Presente	41	59
Ausente	28	41
Total	69	100
3er año de estudios		
Presente	39	70
Ausente	17	30
Total	56	100
4to año de estudios		
Presente	19	44
Ausente	24	56
Total	43	100
5to año de estudios		
Presente	25	69
Ausente	11	31
Total	36	100

Tabla N°8

Estresores académicos post pandemia global en la dimensión personal en estudiantes de Enfermería por año de estudios en una universidad pública.

Lima, 2023

Estudiantes de Enfermería	N	%
2do año de estudios		
Presente	34	49
Ausente	35	51
Total	69	100
3er año de estudios		
Presente	32	57
Ausente	24	43
Total	56	100
4to año de estudios		
Presente	25	58
Ausente	18	42
Total	43	100
5to año de estudios		
Presente	20	56
Ausente	16	44
Total	36	100

Tabla N°9

Estresores académicos post pandemia global en la dimensión institucional en estudiantes de Enfermería por año de estudios en una universidad pública.

Lima, 2023

Estudiantes de Enfermería	N	%
2do año de estudios		
Presente	45	65
Ausente	24	35
Total	69	100
3er año de estudios		
Presente	38	68
Ausente	18	32
Total	56	100
4to año de estudios		
Presente	16	37
Ausente	27	63
Total	43	100
5to año de estudios		
Presente	30	83
Ausente	6	17
Total	36	100

Tabla N°10

Frecuencia de categorías, según ítems respecto a los estresores académicos en la dimensión personal

Lima, 2023

Nº	ÍTEM	N		CN		CS		S	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	La competencia con los compañeros de mi clase para la obtención de los primeros puestos me motiva a seguir esforzando.	45	22.1	42	20.6	84	41.2	33	16.2
2	Cuando los docentes y mis compañeros aceptan mi opinión durante una discusión o debate en clase, me motiva a seguir participando.	20	9.8	44	21.6	86	42.2	54	26.5
3	La dificultad que tengo para comprender las indicaciones que dan los docentes, me genera estrés.	26	12.7	63	30.9	85	41.7	30	14.7
4	Cuando los docentes absuelven mis dudas me generan relajación y/o tranquilidad.	45	22.1	29	14.2	53	26.0	77	37.7
5	Cuando desarrollo un procedimiento con un paciente, bajo supervisión de mi docente, me genera estrés.	19	9.3	85	41.7	70	34.3	30	14.7
6	La comprensión de los contenidos teóricos que sirven de base para la práctica, me genera estrés.	18	8.8	96	47.1	60	29.4	30	14.7
7	Los horarios de clase a los que tengo que asistir me generan estrés.	26	12.7	80	39.2	57	27.9	41	20.1
8	Participar en un grupo nuevo de trabajo en equipo durante las clases, me genera estrés.	42	20.6	56	27.5	77	37.7	29	14.2
9	Tener el tiempo limitado para realizar mi trabajo de forma adecuada me genera estrés.	27	13.2	37	18.1	94	46.1	46	22.5
10	Participar en equipos donde no están mis amigos me genera estrés.	24	11.8	92	45.1	51	25.0	37	18.1
11	Los pocos conocimientos que poseo sobre los temas que se abordan en la clase me generan estrés.	28	13.7	51	25.0	83	40.7	42	20.6
12	Una alta calificación en un examen al que estudié con mucho tiempo de preparación me motiva a seguir esforzándome.	48	23.5	36	17.6	41	20.1	79	38.7

Tabla N°11

Frecuencia de categorías, según ítems respecto a los estresores académicos en la dimensión institucional

Lima, 2023

Nº	ÍTEM	N		CN		CS		S	
		n	%	n	%	n	%	n	%
13	El cumplimiento de los procedimientos establecidos en la práctica clínica, me genera estrés.	36	17.6	74	36.3	71	34.8	23	11.3
14	El desarrollo de un examen me genera estrés.	27	13.2	57	27.9	81	39.7	39	19.1
15	Las tareas asignadas por mis docentes (infografías, ensayos, mapas conceptuales, resúmenes, etc.) me genera estrés.	25	12.3	77	37.7	70	34.3	32	15.7
16	Las clases virtuales me provocan tranquilidad.	33	16.2	71	34.8	56	27.5	44	21.6
17	El poco dominio del docente que desarrolla la clase, me genera estrés.	15	7.4	65	31.9	79	38.7	45	22.1
18	La forma de evaluaciones prácticas como el ECOE me genera estrés.	43	21.1	47	23.0	78	38.2	36	17.6
19	Asistir a clases poco dinámicas o monótonas me genera una inquietud y/o estrés.	21	10.3	76	37.3	63	30.9	44	21.6
20	Participar en clases presenciales (responder a preguntas, hacer comentarios, etc.) me genera estrés.	33	16.2	65	31.9	67	32.8	39	19.1
21	El nivel de exigencia de mis docentes me motiva a aprender más.	26	12.7	49	24.0	87	42.6	42	20.6
22	Cuando enciendo la cámara de forma obligatoria durante las clases virtuales me genera estrés.	54	26.5	76	37.3	42	20.6	32	15.7
23	Cuando realizo procedimientos en simulación donde mis compañeros me observan, me genera estrés.	31	15.2	61	29.9	66	32.4	46	22.5
24	El material complementario en cantidad y/o extensos que dejan para leer, hace que me genere estrés.	40	19.6	37	18.1	73	35.8	54	26.5
25	Una mala conectividad para las clases virtuales me genera estrés.	33	16.2	28	13.7	59	28.9	84	41.2

ANEKO L

Gráficos como anexos

Gráfico 1. Características demográficas en los estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023

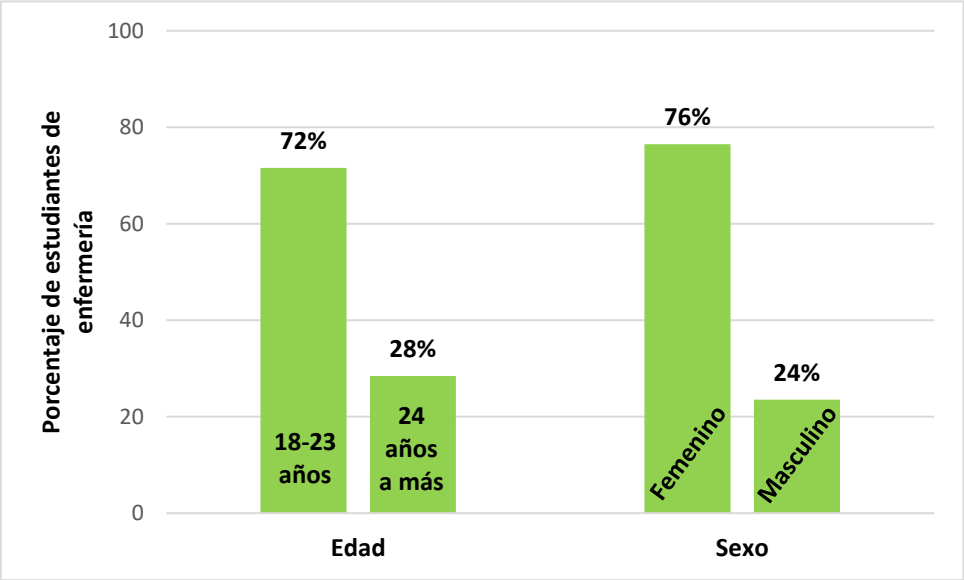


Gráfico 2. Característica demográfica: Año de estudio, en los estudiantes de Enfermería de una universidad pública. Lima, 2023

