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

El estrés y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Para optar el Grado Académico de Bachiller en Educación

AUTOR

Jhayro CHICCHIS BRAVO

ASESOR

Isabel MENACHO VARGAS

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

Chicchis, J. (2024). *El estrés y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023*. [Trabajo de investigación de bachiller, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Educación, Escuela Profesional de Educación]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Jhayro Chicchis Bravo
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	46926297
URL de ORCID	No aplica
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Isabel Menacho Vargas
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	09968395
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-6246-4618
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Esther Mariza Velarde Consoli
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	25499163
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Dante Manuel Macazana Fernández
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	40356100
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Jessica Paola Palacios Garay de Rodriguez
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	00370757
Datos de investigación	

Línea de investigación	No aplica.
Grupo de investigación	No aplica.
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento
Ubicación geográfica de la investigación	Institución educativa: Virgen del Rosario de Ventanilla País: Perú Departamento: Lima Provincia: Callao Distrito: Ventanilla Dirección: MZ H Lote 1-2-3 Centro Poblado Yoshiyama / Pachacútec Latitud: -11.830978145785688 Longitud: -77.156808079071521
Año o rango de años en que se realizó la investigación	2023
URL de disciplinas OCDE	Educación general https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.03.01

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN - EPE

ACTA DE EVALUACIÓN DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN JHAYRO CHICCHIS BRAVO

PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN

En la ciudad de Lima a los cinco días del mes de julio de 2024, se reunieron los miembros del jurado evaluador, presidido por la Dra. Esther Mariza Velarde Consoli, e integrada por los miembros del jurado: Dr. Dante Manuel Macazana Fernández y Dra. Jessica Paola Palacios Garay, para calificar la sustentación del Trabajo de Investigación titulado: **EL ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DEL COLEGIO PARTICULAR VIRGEN DEL ROSARIO DE VENTANILLA, 2023**, presentada por don JHAYRO CHICCHIS BRAVO, para optar el Grado Académico de Bachiller en Educación.

Después de escuchar la exposición del graduando, el jurado procedió a formular las preguntas del reglamento y luego de una calificación en privado decidió otorgarle el calificativo de:

17 (DIECISIETE)

APROBADO CON MENCIÓN HONROSA

Como testimonio del acto realizado, cada uno de los miembros del jurado procedieron a suscribir la presente ACTA para que sea remitida a las instancias correspondientes, a fin de que se expida previo trámite administrativo, el diploma que acredite al egresado como Bachiller en Educación.

Dra. ESTHER MARIZA VELARDE CONSOLI
Jurado evaluador

Dr. DANTE MANUEL MACAZANA FERNÁNDEZ
Jurado evaluador

Dra. JESSICA PAOLA PALACIOS GARAY
Jurado evaluador

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN - EPE

ACTA DE EVALUACIÓN DE SUSTENTACIÓN

DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN
PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN

NOMBRE DEL AUTOR: **JHAYRO CHICCHIS BRAVO**

TÍTULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN: **EL ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DEL COLEGIO PARTICULAR VIRGEN DEL ROSARIO DE VENTANILLA, 2023**

JURADO INTEGRADO POR LOS PROFESORES:

PRESIDENTE: Dra. ESTHER MARIZA VELARDE CONSOLI

MIEMBRO DE JURADO: DR. DANTE MANUEL MACAZANA FERNÁNDEZ

MIEMBRO DE JURADO: DRA. JESSICA PAOLA PALACIOS MELGAR

RESULTADO FINAL: **17 - DIECISIETE**

.....

APROBADO CON MENCIÓN HONROSA

.....

Lima, 5 de julio de 2024

Dra. ESTHER MARIZA VELARDE CONSOLI
Jurado evaluador

Dr. DANTE MANUEL MACAZANA FERNÁNDEZ
Jurado evaluador

Dra. JESSICA PAOLA PALACIOS GARAY
Jurado evaluador

CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo Isabel Menacho Vargas en mi condición de asesor acreditado con la Resolución Decanal N°00389-2021-D-FE/UNMSM, de la tesis, cuyo título es “El estrés y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023”, presentado por el egresado Jhayro Chicchis Bravo para optar el grado académico de Bachiller en Educación CERTIFICO que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y deSimilitud 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 12% de similitud, nivel **PERMITIDO** para continuarcon 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.



Firma del Asesor
DNI: 09968395
Nombres y apellidos del asesor: Isabel Menacho Vargas

Huella digital



DEDICATORIA

A mi madre, quien con su amor y apoyo incondicional ha sido mi fuente de inspiración y fortaleza a lo largo de este arduo viaje.

AGRADECIMIENTOS

A mis profesores, por su sabiduría compartida y en especial a la Dra. Isabel Menacho Vargas por su guía constante en el desarrollo de este trabajo académico.

A mis amigos, por su apoyo en los momentos difíciles.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA ..... **ii**

AGRADECIMIENTOS ..... **iii**

ÍNDICE DE TABLAS ..... **vii**

Resumen ..... **viii**

Abstract ..... **ix**

I. INTRODUCCIÓN **10**

1.1 Descripción de la situación problemática 10

1.2 Formulación del problema 13

1.2.1 Problema general 13

1.2.2 Problemas específicos 13

1.3 Objetivos 14

1.3.1 Objetivo general 14

1.3.2 Objetivos específicos 14

1.4 Importancia y alcances de la investigación 14

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA **16**

2.1 Antecedentes del estudio 16

2.1.1 Antecedentes internacionales 16

2.1.2 Antecedentes nacionales 18

2.2 Bases teóricas 20

2.2.1 Estrés académico 20

2.2.2. Rendimiento académico 25

2.3 Definición de términos 29

III. HIPÓTESIS Y VARIABLES **31**

3.1 Formulación de hipótesis 31

3.1.1 Hipótesis general 31

3.1.2 Hipótesis específicas 31

3.2 Identificación de las variables 31

3.2.1 Variable 1 31

3.2.2 Variable 2 31

IV. MATERIALES Y MÉTODOS 32

4.1 Enfoque, tipo y diseño de investigación 32

4.2 Población de estudio 32

4.3 Técnicas de recolección de datos 33

4.4 Análisis e interpretación de la información 35

4.5 Aspectos éticos 35

V. RESULTADOS 36

5.1 Presentación y análisis de resultados 36

5.1.1 Descripción de resultados 36

5.1.2 Prueba de hipótesis 41

VI. DISCUSIÓN 45

VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 49

7.1 Conclusiones 49

7.2 Recomendaciones 50

REFERENCIAS 51

Anexo 1: Matriz de consistencia 60

Anexo 2: Tabla de operacionalización de variables 62

Anexo 3: Inventario del estrés escolar para niños y adolescentes 64

Anexo 4: Competencias y capacidades 68

Anexo 5. Constancia 71

Anexo 6: Base de datos..... 72

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Cantidad de alumnos en el nivel de secundaria 32

Tabla 2 Niveles de estrés 36

Tabla 3 Nivel de presencia de los estresores académicos 36

Tabla 4 Nivel de los síntomas del estrés 37

Tabla 5 Nivel de estrategias de afrontamiento 38

Tabla 6 Frecuencia del rendimiento académico 38

Tabla 7 Frecuencia del área Matemática 39

Tabla 8 Frecuencia del área Comunicación 40

Tabla 9 Frecuencia del área Ciencias Tecnología y Ambiente 40

Tabla 10 Frecuencia del área Ciencias Sociales 41

Tabla 11 Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov 41

Tabla 12 Correlación entre el estrés y el rendimiento académico 42

Tabla 13 Correlación entre los estresores académicos y el rendimiento académico 43

Tabla 14 Correlación entre los síntomas del estrés académico y el rendimiento académico 43

Tabla 15 Correlación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico 44

Resumen

La presente investigación se realizó con la finalidad de determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023. Para ello se utilizó un diseño correlacional y un estudio basado en el censo, el cual incluyó a 104 estudiantes. Además, se empleó el inventario SISCO para medir el nivel de estrés y las calificaciones del registro auxiliar para analizar el rendimiento académico. Los principales resultados revelaron una correlación negativa muy débil (Rho de Spearman = -0.140), pero no estadísticamente significativa (valor p = 0.155). Asimismo, tampoco se halló una relación estadísticamente significativa entre las dimensiones del estrés, con la excepción de la relación entre la dimensión síntomas del estrés y el rendimiento académico (Rho de Spearman = -0.194 y valor p = 0.049). Finalmente, se concluyó que no existe evidencia estadística que respalde la relación entre dichas variables.

***Palabras clave*:** estrés, rendimiento académico, estudiantes, colegio

Abstract

The present investigation was carried out with the purpose of determining the relationship between stress and academic performance in high school students of the private school Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023. For this, a correlational design and a study based on the census were used. which included 104 students. In addition, the SISCO inventory was used to measure the level of stress and the auxiliary record scores were used to analyze academic performance. The main results revealed a very weak negative assessment (Spearman's Rho = -0.140), but not statistically significant (p value = 0.155). Likewise, a statistically significant relationship was not found between the dimensions of stress, with the exception of the relationship between the dimension of stress symptoms and academic performance (Spearman's rho = -0.194 and p-value = 0.049). Finally, it is concluded that there is no statistical evidence that supports the relationship between these variables.

***Keywords*:** stress, academic performance, students, school

I. INTRODUCCIÓN

1.1 Descripción de la situación problemática

El estrés es un problema que ha despertado la atención e inquietud entre varios investigadores del comportamiento humano, ya que sus consecuencias afectan tanto a nivel físico y mental como también el desempeño en el trabajo y los estudios; además, este fenómeno genera aflicción y angustia. Estos pueden dar lugar a trastornos individuales, conflictos familiares y consecuencias negativas a nivel social (Naranjo, 2009). Afecta a muchas personas y puede, por lo tanto, interferir en su vida diaria; sin embargo, afecta especialmente a niños y adolescentes.

Aunque cierto grado de estrés impulsa al organismo para que alcance su objetivo, volviéndose al estado inicial cuando el estímulo ha cesado (Torrades, 2007). Damásio et al. (2017) afirman que niveles altos de estrés están vinculados de forma directa con mayores niveles de depresión y ansiedad. También se relaciona con las autolesiones, como aseguran Kiekens et al. (2016). Además, Parillo y Gómez (2019) sostienen que se vincula con la poca autoestima, mientras que para Ye et al. (2018) está relacionado con la autoeficacia académica.

Además, el exceso de estrés repercute de forma negativa sobre el desempeño académico, manifestándose en un bajo rendimiento académico (Oketch-Oboth y Okunya, 2018), así como en la reducción de la motivación académica, según Çetinkaya (2019). Para Pascoe et al. (2020), desencadena en la deserción. El exceso provoca cansancio, nerviosismo e inclusive pérdida de control. Estos factores pueden ocasionar cambios en el sueño, la poca responsabilidad, al igual que la reducción en el rendimiento laboral futuro y en el logro de sus metas personales (Berrío y Mazo, 2011).

Cuando una persona experimenta estrés, le resulta complicado relajarse y concentrarse, lo cual puede hacerle sentir ansioso o irritable. Como parte de los síntomas, el estrés puede

provocar dolor de cabeza u otros malestares físicos, malestar estomacal, trastornos en el patrón del sueño y en el hábito alimenticio. Para la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), estos síntomas pueden agravar la salud mental, frecuentemente manifestada como depresión o ansiedad, los cuales afectan el desempeño educativo o laboral. Zárate et al. (2017) también afirman lo mismo, pero agregan que puede conducir al incremento del consumo de tabaco, el alcohol y la ingesta de otras sustancias alucinógenas.

A nivel mundial, se evidencia un crecimiento del estrés académico entre estudiantes, un fenómeno que ha cobrado relevancia con el aumento de nuevas tecnologías y la transformación digital en la educación. Al mismo tiempo, el constante desempeño y hábitos diarios, sumado a la presión de alcanzar elevados estándares de calidad y rendimiento académico, crean un ambiente propicio para el estrés. De acuerdo con los datos de Ipsos (2023) obtenidos a partir de una muestra de 31 países, el 60% de las personas refieren que han experimentado niveles de estrés y que han afectado su vida diaria al menos una vez en el último año. Además, aproximadamente el 31% de las personas afirman haberse sentido tan estresado en diversas ocasiones durante los últimos 12 meses que no pudo hacer frente a las situaciones. Asimismo, el 34% de las personas mencionan que el estrés ha impactado repetidamente en su vida en el último año, mientras que el 27% señalan haber experimentado episodios de depresión en varias ocasiones, y han sido incapaces de afrontarlos debido a la presencia del estrés.

Además, según el último informe de Gallup (2023) de State of the Global Workplace basado en una encuesta a 1000 empleados por país y año en más de 160 países, se dio a conocer que el 59% de los trabajadores están renunciando en silencio, lo que implica que no se encuentran comprometidos con sus funciones, mientras que el 44% sufre de niveles significativos de estrés en sus centros de trabajo. Los niveles más elevados de estrés diario

corresponden a Estados Unidos, Canadá y Asia Oriental, alcanzando un 52 %; en cambio, en Latinoamérica y el Caribe se registraron un porcentaje menor de 41%, seguido de cerca por Europa, donde el porcentaje fue de 39%.

A su vez, la Asociación Americana de Psicología (APA, 2021), en un estudio en el que participaron 3 mil individuos, halló que el 71% de los encuestados admitieron experimentar estrés al trabajar y estudiar desde casa, mientras que el 46% atribuyeron este estrés a la pandemia.

A nivel latinoamericano, de acuerdo con Evidencias (2023), se han revelado datos provenientes de investigaciones realizadas por el Ministerio de Educación de Chile llevadas en torno a la disminución del bienestar emocional en estudiantes de 4to básico a 4to medio durante el año 2020 y principios de 2021. En estas encuestas, se consultó a 998 y 661 alumnos, en ese orden, revelando que predominaban 44% y 47% las emociones vinculadas al estrés y 34% y 39% a la ansiedad, 40% y 35% al aburrimiento y 22% y 25% a la frustración. En ese mismo país, un estudio realizado por la institución CORPA sobre la salud mental de las personas reveló, que en torno a la respuesta a la pregunta sobre si experimentan actualmente o creen haber experimentado en los últimos tres meses algunos problemas o síntomas específicos, el 48% de los participantes respondieron que sufren de estrés, el 23% de depresión y el 16% de trastornos de ansiedad (Contacto Salud, 2023).

En el contexto peruano, la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2019) afirma que el Perú enfrenta estrés debido a problemas económicos, políticos y sociales, lo que hace que sea difícil disfrutar de momentos recreativos y ser felices. Asimismo, la Pontificia Universidad Católica del Perú (2018) señaló que el 80% de los habitantes sufre el mismo problema. Este fenómeno puede dar lugar a alteraciones en el ánimo y desencadenar problemas como la

depresión. Además, de acuerdo con el Ministerio de la Salud (MINSA, 2021), hasta el 52.2% de los limeños en la zona metropolitana se vieron afectados por niveles de estrés, ya sea moderado o severo, ocasionado por la crisis sanitaria y sus consecuencias en las áreas de salud, economía y familia.

A nivel local, en el Colegio Particular Virgen del Rosario de Ventanilla, se identificaron, por medio de la observación y el diálogo con los educadores, problemas y alertas sobre el incremento de síntomas de estrés entre los estudiantes. Esta situación podría estar afectando la concentración y, en última instancia, el rendimiento en la escuela, limitando la capacidad de los estudiantes para desarrollarse de manera óptima.

Por ello, se planteó la siguiente pregunta de investigación.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Qué relación existe entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023?

1.2.2 Problemas específicos

¿Qué relación existe entre los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023?

¿Qué relación existe entre los síntomas del estrés académico y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023?

¿Qué relación existe entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.

1.3.2 Objetivos específicos

Determinar la relación entre los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.

Determinar la relación entre los síntomas del estrés académico y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.

Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.

1.4 Importancia y alcances de la investigación

Este estudio encuentra su justificación en la teoría, ya que contribuirá al conocimiento existente sobre la relación entre el estrés y el rendimiento académico en el alumnado de dicha región y proporcionará una base teórica para futuras investigaciones tanto en el ámbito educativo como en la salud mental.

Este trabajo también está justificado en la práctica, ya que contribuirá en el diseño de posibles programas de manejo del estrés para los estudiantes de esta institución. Además, el diseño de estrategias personalizadas según las necesidades de los estudiantes reducirá la prevalencia de otros problemas como la deserción y la procrastinación, por ejemplo.

La presente investigación, además, beneficiará a los estudiantes al permitirles comprender mejor los eventos estresantes que enfrentan durante su educación post pandemia, así

como evidenciar que no todas las estrategias de afrontamiento son saludables y que su impacto puede repercutir negativamente para la salud mental.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1 Antecedentes del estudio

2.1.1 Antecedentes internacionales

Lasluisa (2020) analizó la relación entre el estrés y el rendimiento académico en los escolares de una unidad educativa. El estudio fue correlacional y de corte transversal. La muestra incluyó a 144 estudiantes de primer año de bachillerato durante el periodo académico 2019-2020. Empleó el Inventario SISCO para medir el estrés y la Escala AUD-DAT para evaluar la autoestima. Halló niveles moderados de estrés académico (94.2%) y una correlación muy baja y no significativa (Rho = -0.135), entendida como la ausencia de relación entre las variables. Concluyó que el estrés académico no predice ni tampoco ejerce influencia sobre el rendimiento académico.

Espinoza et al. (2020) realizaron una investigación con vista a describir el impacto del estrés en el desempeño académico en universitarios de la carrera de Psicología del centro educativo Simón Bolívar en Cúcuta, con edades de 18 a 24 años y que asistían a clases nocturnas. El estudio se realizó bajo un enfoque cuantitativo y el paradigma positivista. Los autores hallaron que el rendimiento académico es perjudicado por el estrés, con un 80% de los estudiantes trabajando y un 60% viviendo con sus padres. Asimismo, las mujeres presentaron mayores niveles de estrés. Finalmente, concluyeron que hay una correlación negativa entre el rendimiento académico y el estrés.

Jarrín (2022) desarrolló un estudio con el propósito de diseñar estrategias para abordar el estrés y mejorar el rendimiento académico en una muestra conformada por 49 escolares del séptimo año de una unidad educativa. El estudio fue de alcance descriptivo y correlacional. Administró el inventario SISCO para medir el estrés académico y usó los promedios de

evaluaciones finales del año lectivo 2020-2021 para evaluar el rendimiento académico. Los resultados revelaron que el 100% de los estudiantes experimentaron situaciones de nerviosismo o aflicción, con una puntuación media de 2.18, reflejando un grado intermedio de estrés académico. También, identificaron diversos factores estresantes y reacciones físicas, psicológicas y comportamentales relacionadas. Asimismo, en el análisis correlacional encontró que el coeficiente de Pearson fue igual a 0.139 y un valor p de 0.339. Y en cuanto a las relaciones entre las dimensiones del estrés y el rendimiento académico, halló que el coeficiente de Pearson entre los estresores y rendimiento académico fue de 0.148; entre las reacciones físicas y rendimiento académico fue de 0.086; entre las reacciones psicológicas y rendimiento académico fue de 0.044; entre las reacciones comportamentales y rendimiento académico 0.157; y entre las estrategias de afrontamiento y rendimiento académico 0.157. El autor llegó a la conclusión de que no hay una relación estadísticamente significativa entre dichas variables.

Trunce et al. (2020) realizaron un estudio para calcular los grados de estrés, depresión y ansiedad, así como la conexión con el rendimiento académico en una muestra conformada por 186 universitarios del primer año de una institución educativa pública del sur de Chile. Emplearon un enfoque cuantitativo y descriptivo y aplicaron el cuestionario DASS-21, validado para estudiantes chilenos, revelando que el 29% mostraba síntomas de depresión, el 53.2% presentaba ansiedad, y el 47.8% experimentaba estrés. No hallaron una conexión estadísticamente significativa entre el estrés y el rendimiento académico, dado que el valor de Ji Cuadrado fue de 0.002, el valor p fue de 0.963 y el v de Cramer arrojó 0.004.

Briseño (2023) en una investigación evaluó los estresores académicos en el rendimiento de 600 escolares, tanto de centros públicos como privados, que cursaban los tres primeros grados de Bachillerato en Guayaquil, Ecuador en el periodo de la pandemia durante el 2020 y 2021. El

estudio fue cuantitativo, no experimental y con un diseño transversal. Empleó la Escala de Estrés Percibido. Halló que el 100% de los estudiantes reporta sentirse afectado por sucesos inesperados y experimentar nerviosismo o estrés durante las actividades académicas virtuales. Además, el 90% informa dificultades en la resolución de problemas pequeños, mientras que un 98% señala que enfrentar cambios efectivamente durante la pandemia ha sido un desafío. El investigador concluyó que los estudiantes están experimentando elevados niveles de estrés afectados a causa del COVID-19, generándoles elevados niveles de estrés.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Bolivar y Vitorino (2023) centraron su estudio en la asociación entre el estrés académico y el rendimiento en el centro de enseñanza Fortunato Luciano Herrera, ubicado en Cusco, 2020. La investigación fue de tipo teórico, correlacional y de corte transversal. 180 estudiantes pertenecientes al VII ciclo fueron parte de la muestra seleccionada por conveniencia. Además, emplearon una encuesta para medir el estrés académico y se obtuvieron registros de notas como indicadores del rendimiento escolar. Los resultados revelaron una relación directa moderada entre dichas variables, dado que la correlación de Rho de Spearman arrojó un valor de 0.623, con un nivel de significancia bilateral de 0.039. Finalmente, concluyeron que hay una correlación entre las dos variables.

Jalixco (2022) llevó a cabo un estudio con miras a conocer y determinar si existe relación negativa entre el estrés y el rendimiento académico en una muestra conformada por 27 estudiantes de tercero de secundaria del colegio Anilmayo, localizado en Cusco. El enfoque fue cuantitativo y de carácter no experimental. Empleó el cuestionario CISCO SV que mide el estrés, y la Evaluación Diagnóstica correspondiente al tercer grado de secundaria, proporcionada por el Ministerio de Educación (MINEDU), para evaluar el rendimiento académico. El principal

resultado reveló que el Rho de Spearman fue de -0.055 y el p valor igual a 0.783, superando el límite establecido de 0.05, lo que llevó a aceptar la hipótesis nula. Aparte, identificó una ausencia de relación entre las dimensiones del estrés y el rendimiento académico: entre los estresores y el rendimiento escolar, el coeficiente de correlación de Spearman obtenido fue de -0.055 y su valor p de 0.783, entre los síntomas y el rendimiento académico, el coeficiente de correlación de Spearman fue igual a 0.055 y el p valor de 0.783, y entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico, el coeficiente de correlación de Spearman fue de -0.105 y su valor p fue de 0.603. El autor concluyó que no hay asociación entre el estrés académico y el rendimiento escolar.

En una investigación del año 2022, Ortiz analizó el vínculo entre el rendimiento académico y el estrés en los escolares del nivel secundario de un centro de educación en Pucusana. La muestra incluyó a 100 estudiantes de 2do a 4to grado, elegidos por conveniencia. La metodología utilizada fue de tipo no experimental, con un enfoque cuantitativo y la aplicación de cuestionarios. Los resultados revelaron una correlación positiva baja entre el rendimiento académico y el estrés, ya que la Rho de Spearman fue de 0.236. Mientras que, en las dimensiones, encontró que la motivación no mostraba correlación significativa con el estrés, puesto que la Rho fue de 0.151. Sin embargo, identificó una relación entre la inteligencia y las estrategias de aprendizaje, ambas con correlación positiva con el estrés, dado que la Rho fue de -0.210 y 0.236, en ese orden. Finalmente, Ortiz llegó a la conclusión de que la relación entre las dos variables es débil y no significativa en términos de estadística.

Barahona y Cossío (2021) condujeron un estudio para establecer la relación entre estrés y el rendimiento académico en estudiantes del centro de estudio Francisco De Paula Gonzáles Vigil, ubicado en Ica, en el año 2021. El estudio fue correlacional y de naturaleza no

experimental. La muestra estuvo constituida por 123 participantes. El instrumento aplicado para la exploración fue el inventario SISCO, el cual mide el nivel de estrés académico. Entre los principales resultados respecto al estrés, se apreció que el 49.6% presentaban un nivel moderado y el 43.1% un nivel leve, y en cuanto al rendimiento académico, el 50.4% alcanzaron un logro esperado y el 41.5% se encuentran en proceso. Los investigadores concluyeron que hay una asociación altamente significativa entre dichas variables ($r = 0.810$; $p = 0.000$).

Apaza y Villanueva (2020) realizaron un minucioso estudio con la intención de establecer la relación entre el estrés y el rendimiento académico en los escolares del quinto grado de nivel secundario del centro educativo Macusani, situado en Puno, durante el año 2020. La indagación fue de tipo básico y adoptó un diseño descriptivo correlacional no experimental. 71 estudiantes de edades comprendidas entre los 16 y 17 años formaron parte de la muestra. Los investigadores utilizaron el Inventario SISCO y el registro auxiliar de notas. Los resultados del estudio revelaron una correlación prácticamente nula ($r = -0.007$) y un valor de significancia bilateral de 0.953, que supera el 0.05, indicando una relación inversa. Finalmente, concluyeron que no existe una correlación significativa entre las variables.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Estrés académico

Definición. Para Arribas (2013), el estrés académico surge a partir de las exigencias del entorno educativo. Berrío y Mazo (2011) señalan que el estrés en ciertos niveles que no afecte al organismo es una reacción adaptativa. En relación con ello, Barraza (2007) también explica que el estrés académico es un proceso sistémico con carácter adaptativo. Se manifiesta de forma significativa y se experimenta de manera más pronunciada en la educación media y superior. Además, reconoce que el estrés académico se presenta en tres instancias: primero, el estudiante

se enfrenta a una serie de desafíos académicos con los estresores; luego estos elementos estresantes provocan un desequilibrio en su sistema, materializándose en diversos síntomas que indican dicho desequilibrio, por último, este desequilibrio sistémico motiva al estudiante a emprender acciones para hacer frente a la situación a fin de procurar el equilibrio.

Dimensiones del estrés académico. Barraza (2007) vincula el estrés con el flujo constante de desafíos (input) y respuestas (output) que un estudiante experimenta para mantener su equilibrio. De ahí surgen las siguientes dimensiones del estrés.

Estresores académicos. Los estresores se representan en el input, es decir, aquellos que entran al sistema, desencadenando un desequilibrio y afectando la interacción del individuo con su medio.

Síntomas de estrés académico. Barraza identifica tres tipos de indicadores: a) Físicos, estos incluyen las manifestaciones que surgen como reacciones corporales, tales como el hábito de masticar las uñas, experimentar temblores en los músculos, sufrir dolores de cabeza, problemas para conciliar el sueño, entre otros. b) Psicológicos, los indicadores psicológicos, en cambio, se relacionan con aspectos cognitivos y emocionales, tales como la sensación de inquietud, dificultades en la concentración, bloqueo mental, o incluso la presencia de la depresión. c) Comportamentales, estos signos conductuales incluyen aquellas manifestaciones relacionadas con el comportamiento como discutir, aislarse de los demás, ausentarse de las clases, o experimentar cambios en el apetito, entre otros.

Estrategias de afrontamiento. El afrontamiento se refiere a las acciones cognitivas o conductuales que una persona emplea cuando se enfrenta al estrés para gestionar o mitigar la circunstancia estresante, o disminuir de alguna manera los aspectos desagradables. Este proceso implica, por lo tanto, la implementación de tácticas mentales y conductuales que buscan no solo

enfrentar el estrés, sino también minimizar sus efectos adversos y fomentar un manejo eficaz de las tensiones emocionales y psicológicas.

Teorías relacionadas con el estrés académico. La teoría del estrés, según Selye (1976), plantea que es un estado manifestado por un síndrome específico, con alteraciones no detalladas provocadas en nivel biológico, lo cual sugiere que el estrés carece de un origen específico, y los estresores, ya sean físicos, psicológicos, cognitivos o emocionales, afectan directamente la homeostasis del organismo. Sin embargo, Selye enfatiza que evitar el estrés no es recomendable, ya que su ausencia conduce a la muerte. Por esta razón, clasifica el estrés en dos categorías: el distrés, que es perturbador o perjudicial; y el eustrés, que puede tener efectos positivos o constructivos.

Por otra parte, Lazarus y Folkman (1986) proponen una teoría basada en la interacción. Según estos autores, el estrés se origina en las interrelaciones de la persona con su medio. En consecuencia, la evaluación cognitiva surge como el principio clave en la teoría interaccional. En este proceso evaluativo se establecen las razones y el grado en que una relación o conjunto de dichas relaciones se vuelve estresante, funciona, por lo tanto, como un mediador cognitivo entre las respuestas al estrés y los estímulos estresantes.

Barraza (2007) propuso el modelo sistémico cognoscitivista. De acuerdo con este modelo, el medio obliga al individuo a tomar un conjunto de requerimientos, los cuales son primero evaluados. Se consideran estresores cuando se percibe que las demandas superan a los recursos disponibles. Cuando estos estresores ingresan al sistema, provocan un desequilibrio. Luego, este inicia un segundo proceso de evaluación sobre la habilidad de afrontamiento, identificando la mejor manera de hacer frente a ella. El sistema responde a las demandas del entorno mediante estrategias de afrontamiento. Si se alcanza el éxito, se restablece el equilibrio;

de lo contrario, se inicia una tercera etapa de evaluación que conlleva a ajustar las estrategias para lograrlo.

En cuanto a la evaluación del estrés académico, para este autor, consta de tres componentes principales. El primero es el de estresores que propician el estrés y ejercen presión y sobrecarga en el estudiante. El segundo componente son los síntomas, los cuales incluyen expresiones físicas, psicológicas y comportamentales que un estudiante manifiesta en el entorno educativo. Por último, el tercer componente son las estrategias de afrontamiento, que constituyen los métodos que emplea el alumno para enfrentar las exigencias externas o internas, que superan su capacidad.

Causas del estrés. El estrés puede surgir cuando una persona percibe una demanda o amenaza, o cuando se requiere un cambio rápido en su vida. Sin embargo, no todas las situaciones estresantes son necesariamente negativas. Algunas experiencias estresantes, como obtener buenos resultados en una evaluación académica o ser promovidos en el centro laboral, pueden ser percibidas positivamente. Según Naranjo (2009), el estrés puede originarse en dos fuentes principales. En primer lugar, proviene de factores externos, como el entorno, la familia, el trabajo o los estudios. Y segundo, puede ser generado por las características de personalidad de la propia persona y su forma particular de afrontar y resolver problemas.

Por otro lado, no siempre se reconoce la causa del estrés de inmediato, y en algunos casos, los factores estresantes pueden ser desconocidos, subestimados o incluso inconscientes, y solo se hacen evidentes después de un análisis más profundo (Bensabat, 1987, como se citó en Naranjo, 2009).

También se abordan las causas del estrés, que pueden incluir experiencias traumáticas, molestias cotidianas, factores ambientales, elecciones conflictivas y problemas en las

interrelaciones humanas. La elección de alguna decisión, especialmente en situaciones de conflicto, puede generar estrés, y se ofrecen recomendaciones para abordar este tipo de situaciones.

Fases del estrés. Naranjo (2009) menciona que el estrés consiste en la reacción del organismo ante situaciones desafiantes o estresantes. Generalmente, no aparece de forma súbita, sino que sigue un proceso dividido en tres fases: alarma, resistencia y agotamiento.

Fase de alarma. Representa el momento en el cual el cuerpo humano logra identificar un factor desencadenante de estrés y empieza a poner en marcha su sistema neuronal para activar un sistema de defensa que permita hacer frente a esta situación. Las primeras respuestas son reacciones naturalmente fisiológicas destinadas a alertar. Si una persona, por ejemplo, se enfrenta a una gran cantidad de trabajo o estudio, su cuerpo comienza a activar sistemas para lidiar con dicha situación. Ahora, si es capaz de manejar efectivamente la situación en esta fase, el estrés puede no manifestarse de forma completa (Barraza, 2007, como se citó en Barahona y Cossío, 2021).

Fase de resistencia. Si el estrés en la fase de alarma se prolonga más tiempo, la persona se encuentra en la fase de resistencia. En ella, intenta continuar enfrentando la situación estresante, pero comienza a tomar conciencia de que sus recursos y capacidades tienen un límite. Además, puede sentirse frustrada y experimentar un descenso en su rendimiento. A pesar de sus esfuerzos por seguir adelante, no encuentra una solución efectiva. Lamentablemente, esto puede convertirse en un ciclo vicioso, en especial si se acompaña de ansiedad por temor a no superar la situación.

Fase de agotamiento. Etapa final del estrés se reconoce porque se presentan síntomas como la fatiga e incluso consecuencias como la ansiedad y la depresión; estas pueden surgir de

manera independiente o al mismo tiempo. El primero de ellos implica un agotamiento que no se alivia con el sueño por las noches y puede ir seguido de una sensación de nervios, tensión e ira. Mientras que la segunda consecuencia se manifiesta frente al estresante original y ante situaciones que naturalmente no generarían ansiedad. Por otro lado, la depresión se caracteriza por la falta de motivación para disfrutar de las actividades, los problemas de sueño, los pensamientos pesimistas y una baja autoestima. A nivel hormonal, las hormonas liberadas en las fases previas tendrán una efectividad reducida y comenzarán a acumularse en el sistema circulatorio. Esto conlleva a que el cuerpo se vea inundado por hormonas perjudiciales, las cuales pueden afectar la salud, dado que dificultan la capacidad del organismo para hacer frente a situaciones estresantes debido al agotamiento energético que generan (Barraza, 2007, como se citó en Barahona y Cossío, 2021).

2.2.2. Rendimiento académico

Definición. Chadwick (1979) lo definió como la manifestación de las capacidades y características del estudiante, que se desarrollan y evolucionan de manera continua a lo largo del proceso educativo. Esta definición implica que el rendimiento académico refleja las habilidades innatas de los estudiantes, y que además está influenciado por dicho proceso que contribuye al desarrollo y actualización de dichas capacidades. De esta manera, Chadwick da a entender que el rendimiento académico no es estático, sino dinámico.

En esa misma línea, Pizarro (1985) lo definió como la capacidad de reaccionar a estímulos relacionados con la educación a fin de lograr los objetivos de la institución. Asimismo, por medio de él es posible evaluar y estimar las habilidades de los estudiantes, a fin de poder obtener la información brindada durante el proceso educativo. En otras palabras, el rendimiento

académico es un instrumento integral para comprender y evaluar tanto el progreso como las aptitudes de los estudiantes en el contexto educativo.

Siguiendo con las distintas perspectivas, Novaez (1986) refiere que el rendimiento académico se relaciona con las habilidades que poseen los estudiantes, siendo por eso el máximo esfuerzo en las actividades académicas. Esto quiere decir que un rendimiento académico destacado depende de las habilidades innatas de los estudiantes y del esfuerzo que estos dedican a sus tareas y responsabilidades académicas.

Por otra parte, Tejedor (1998), conceptualiza el rendimiento académico como la calificación promedio alcanzada por el estudiante en sus respectivas materias en el curso académico. Tejedor sugiere que esta definición resulta ser la manera más idónea de describir los logros académicos, destacando la importancia de evaluar el desempeño a lo largo del tiempo.

Jimenez (2000) enriquece la noción de rendimiento académico al afirmar que se trata del nivel de conocimientos que un individuo puede evidenciar en una determinada área, teniendo en cuenta la comparación entre su edad y su nivel académico. De esta manera, destaca la importancia de evaluar no solo el dominio de contenidos, sino también la capacidad de aplicación de conocimientos en relación con el contexto educativo y la etapa del desarrollo del estudiante.

Asimismo, Taba (1974) fusiona ambas definiciones al describirlo como la evaluación de la efectividad del sistema educativo a nivel individual, manifestada tanto cualitativamente a través del nivel de conocimiento y capacidades adquiridas por el estudiante, como cuantitativamente mediante el número de estudiantes que han avanzado de grado.

Por otra parte, Cascón (2000) afirma que las calificaciones obtenidas por los estudiantes no solo han sido, sino que actualmente son y probablemente seguirán siendo el indicador por

excelencia del nivel educativo alcanzado. En otras palabras, sostiene que las calificaciones siguen desempeñando un papel crucial como medida representativa del nivel de educación logrado por un individuo.

Hoy en día se toma en cuenta el concepto de Albán y Calero (2017), para quienes el rendimiento es el producto o resultado académico e intelectual logrado por el estudiante en su proceso educativo. Este enfoque supone tener en cuenta tanto la capacidad como el esfuerzo del sujeto para aprovechar los objetivos de formación en un contexto educativo, lo que, a su vez, le permitirá obtener algún grado de calificación.

Dimensiones del rendimiento académico. El MINEDU presentó en 2009 un Diseño Curricular Nacional de Educación Básica Regular estructurado en niveles. En secundaria se fundamentan las siguientes áreas, las mismas que desempeñan como dimensiones en esta investigación.

Comunicación. El objetivo de esta área es reforzar las habilidades comunicativas que los estudiantes han adquirido durante su paso por el nivel primario, permitiéndoles así interactuar de manera efectiva con los demás en diversos contextos, tales como el colegio, el núcleo familiar, las organizaciones institucionales y la comunidad. Además, se ahonda en el fomento de dichas habilidades, siempre reflexionando sobre los aspectos lingüísticos y textuales que contribuyen a una comunicación más eficaz, y que se aplica también en ámbitos académicos y científicos.

Matemática. Brinda al estudiante la oportunidad de enfrentarse a desafíos problemáticos, ya sean relacionados con situaciones reales o independientes de un contexto concreto, promoviendo una mentalidad crítica.

Ciencia, Tecnología y Ambiente. Área que aporta al crecimiento completo del estudiante, relacionándolo con la naturaleza de la que es parte, la tecnología y su entorno, todo dentro del

marco de una cultura fundamentada en el conocimiento científico. Su objetivo principal es ofrecer posibles soluciones a los desafíos relacionados con el medio ambiente y la salud para aportar en la calidad de vida.

Ciencias Sociales. El propósito de esta área educativa es fomentar la construcción de la identidad sociocultural y promover la formación cívica.

Teorías del rendimiento académico. El rendimiento académico puede ser explicado mediante dos teorías distintas, pero complementarias. Estas teorías constituyen los marcos conceptuales para comprender cómo los estudiantes alcanzan o no sus objetivos académicos.

Teoría Cognitiva de la Motivación-Logro. Esta teoría se basa en las investigaciones realizadas por Dweck (1986, como se citó en Küster y Vila, 2012) y se fundamenta en la premisa de que el comportamiento del estudiante está influenciado por su deseo de lograr metas específicas. En ese sentido, el rendimiento de un estudiante se relaciona con sus logros, puesto que los estudiantes que tienen una fuerte motivación para alcanzar sus metas académicas tienden a esforzarse más, a ser persistentes y a buscar oportunidades de aprendizaje.

Teoría de la Autoeficacia Percibida. La autoeficacia percibida se refiere a los juicios que posee una persona acerca de sus propias habilidades, las cuales influyen en la manera en que organiza y realiza sus acciones con el objetivo de lograr el rendimiento deseado (Bandura, 1987). Estos juicios no solo perjudican la forma en que un individuo se enfrenta a los desafíos, sino que también influyen en su motivación y perseverancia para alcanzar sus logros.

En el contexto de la educación, si los estudiantes creen en su capacidad para dominar un tema, entonces tienden a comprometerse más con el estudio y buscar soluciones ante los desafíos académicos. En cambio, aquellos que carecen de confianza en sus capacidades pueden experimentar dificultades en su rendimiento.

Importancia del rendimiento académico. El rendimiento académico juega un papel vital en el desarrollo de los estudiantes, tanto en ámbito educativo como psicológico, ya que con él se evalúa la efectividad y calidad de los procesos educativos. Por eso es un indicador y orientador. Además, tiene un alcance en la toma de decisiones basadas en la calificación obtenida (Rayamo, 2017). Por lo tanto, repercusión en el desarrollo académico y psicológico de los estudiantes.

Además, un buen rendimiento académico proporciona a los estudiantes mayores oportunidades futuras en cuanto a lo académico e incluso laboral. También, fomenta el cultivo de destrezas y principios, como la disciplina y la resolución de problemas, preparándolos para encarar las exigencias de la vida. Asimismo, contribuye a la formación de excelentes ciudadanos para la sociedad. Aparte, es esencial para el desarrollo individual y el futuro éxito de los estudiantes, pues proporciona una base sólida para alcanzar las metas y aspiraciones, así como mayores oportunidades para destacar en su vida profesional.

2.3 Definición de términos

Aprendizaje: Es la organización en integración de datos dentro de la estructura cognoscitiva de una persona. La adquisición de conocimiento se basa en la incorporación de nuevos contenidos en asociación con los saberes previos (Ausubel et al., 1997).

Calificación: Según el MINEDU (2017), la calificación con fines de promoción se rige por una escala presente en todas las modalidades y niveles de la Educación Básica. Comprende los siguientes logros: logro destacado, logro esperado, en proceso y en inicio.

Capacidad: Potencial de un individuo y que está vinculado a aspectos cognitivos y socioemocionales, que se desarrolla en toda la vida, mejorándose mediante la adquisición de capacidades y destrezas (Huamán, 2019, como se citó en Barahona y Cossío, 2021).

Escuela: Es el eje y núcleo esencial en la educación de la comunidad y de la familia. Como institución, su objetivo principal es facilitar el crecimiento de los estudiantes y prepararlos para enfrentar los desafíos de la sociedad en la que vivirán, brindándoles una educación integral (Tocora y García, 2018).

Educación: Es un fenómeno sociocultural que se da en todo el mundo y que consiste en la transmisión de saberes y principios de generación a otra (Loreto, 2020).

Educación secundaria: Representa el tercer nivel en la estructura de la Educación Básica Regular y típicamente abarca un período de cinco años (MINEDU, 2016).

Enseñanza: Según Caram (2008), la enseñanza de calidad es aquella que impulsa el crecimiento personal, profesional y social de los individuos; alienta al mismo tiempo la habilidad para pensar y tomar acciones de forma autónoma. Además, debe fomentar el compromiso y la responsabilidad ética en la tarea, así como la capacidad de seguir aprendiendo de manera continua.

Estrés académico: Bajo la perspectiva de Barraza (2007), consiste en el proceso adaptativo, principalmente psicológico, más notorio en la educación media y superior. Se manifiesta en tres etapas: estresores; desequilibrio sistémico y síntomas asociados, y estrategias para restablecer la armonía a través de mecanismos de afrontamiento.

Habilidad: En el ámbito pedagógico, es un concepto notablemente amplio y complejo. Representa la destreza adquirida de una persona para aplicar de manera creativa su conocimiento y sus hábitos, tanto en situaciones teóricas como prácticas (Danilov y Skatkin, 1980).

Rendimiento Académico: De acuerdo con Albán y Calero (2017), el rendimiento académico se refiere al resultado que un individuo ha logrado alcanzar a partir de su proceso de aprendizaje.

III. HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 Formulación de hipótesis

3.1.1 Hipótesis general

Existe una relación significativa entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.

3.1.2 Hipótesis específicas

Existe una relación significativa entre los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.

Existe una relación significativa entre los síntomas del estrés académico y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.

Existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.

3.2 Identificación de las variables

3.2.1 Variable 1

En esta investigación la variable 1 corresponde al estrés, el cual contiene las siguientes dimensiones: estresores académicos, síntomas del estrés académico y estrategias de afrontamiento.

3.2.2 Variable 2

La viable 2 corresponde al rendimiento académico. Y para el presente estudio se toman en cuenta las notas de los siguientes cursos: Matemática, Comunicación, Ciencias Sociales y Ciencia Tecnología y Ambiente.

IV. MATERIALES Y MÉTODOS

4.1 Enfoque, tipo y diseño de investigación

El estudio se basa en el enfoque cuantitativo, dado que pretende cuantificar las variables estrés y rendimiento académico. Además, se clasifica como un estudio de tipo correlacional, puesto que trata de responder o dar cuenta de las relaciones o asociaciones de los objetos de investigación. Asimismo, sigue un diseño no experimental transversal: no experimental, debido a la ausencia de intervención o manipulación deliberada de las variables, y transversal, por la recopilación de la información en un solo tiempo (Hernández y Mendoza, 2018).

4.2 Población de estudio

De acuerdo con Hernández y Mendoza (2018), la población consiste en un conjunto de elementos con características similares (ya sean personas, animales o cosas) dentro de un tiempo y espacio específico. En este estudio, la población comprende a todos los alumnos de secundaria del periodo 2023 de la institución educativa Virgen del Rosario, ubicada en el distrito de Ventanilla.

Para el presente trabajo, se empleó un censo, puesto que se consideró a todos los estudiantes de secundaria de dicho centro educativo. Un censo incluye en el estudio a todos los casos, sean estos, por ejemplo, personas, productos , procesos, organizaciones, animales, objetos, que conforman una población o universo determinado (Hernández y Mendoza, 2018). Además, las Naciones Unidas (2010) lo recomienda en poblaciones menos densas, ya que este método cubre el 100% de los elementos de análisis.

En ese sentido, la distribución es la siguiente.

Tabla 1

Cantidad de alumnos en el nivel de secundaria

Número de estudiantes	Frecuencia	Porcentaje
Primero de secundaria	31	29.8%
Segundo de secundaria	21	20.2%
Tercero de secundaria	18	17.3%
Cuarto de secundaria	13	12.5%
Quinto de secundaria	21	20.2%
Total	104	100,0%

Nota. Basado en la nómina de matrícula de la I.E.P. Virgen del Rosario de Ventanilla.

Criterios de inclusión

Estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario.

Estudiantes que están de acuerdo en participar.

Criterios de exclusión

Estudiantes con algún diagnóstico clínico como depresión o ansiedad.

Estudiantes de secundaria que estén estudiando en el EBA (Educación Básica Alternativa) en la misma institución.

4.3 Técnicas de recolección de datos

Las técnicas son los recursos utilizados para obtener información sobre una realidad o fenómeno en función de los objetivos de la investigación, y varían según su metodología. Además, pueden ser directas o indirectas. Las primeras incluyen la entrevista y la observación, en tanto que el segundo grupo engloba los cuestionarios, inventario, escalas, test, entre otros. (Sánchez y Reyes, 2015).

En este estudio, para obtener información acerca del estrés académico, se ha utilizado el Inventario SISCO, de Barraza (2017). Los inventarios son cuestionarios que se centran en

obtener información sobre aspectos específicos, a comparación de los cuestionarios que se caracterizan por ser más generales y abiertos (Sánchez y Reyes, 2015). Y para medir el rendimiento académico se ha empleado una lista de cotejo, específicamente el registro auxiliar del docente (en calificación vigesimal) para las áreas de Matemática, Comunicación, Ciencia y Tecnología y Ciencias Sociales. Una lista de cotejo es una herramienta que permite estimar si el estudiante ha alcanzado habilidades o cualidades en la realización de alguna actividad o en el producto de una tarea (Díaz y Hernández, 2002). Es uno de los instrumentos empleados en la técnica de la observación (Sánchez y Reyes, 2015).

Inventario SISCO estrés académico

Fue desarrollado por Barraza (2007) para evaluar el nivel de estrés en los estudiantes. El inventario consta de 31 ítems de opción múltiple, donde el primer ítem es de filtro y el segundo para tener una noción del nivel de estrés de los estudiantes. Los ítems 3 hasta el 31 están distribuidos en tres dimensiones: estresores académicos, síntomas de estrés académico y estrategias de afrontamiento. Cada ítem se puntúa considerando que la respuesta "nunca" equivale a 1, "rara vez" a 2, "algunas veces" a 3, "casi siempre" a 4 y "siempre" a 5. En cuanto a los baremos, el autor establece un baremo indicativo, donde un puntaje entre 0 y 33 se considera leve, entre 34 y 66 moderado, y entre 67 y 100 profundo. La confiabilidad del inventario cuenta con un alfa de Cronbach de 0.9 para el estrés general. Para la dimensión estresores 0.85, para la dimensión síntomas 0.91 y para la dimensión estrategias de afrontamiento 0.69. En cuanto a su validez, el análisis factorial reveló que las tres dimensiones explican el 46 % de la varianza total; además, en el análisis de consistencia interna se correlacionó el puntaje total y las dimensiones del inventario con los puntajes específicos de los ítems; por último, se empleó el análisis de

grupos contrastados para examinar el poder discriminativo de los ítems entre sujetos con mayor y menor presencia de estrés académico.

Registro auxiliar del docente

Respecto al rendimiento académico, se obtiene mediante la observación de las calificaciones de los registros auxiliares del último trimestre compartido por la institución. Para el análisis del rendimiento académico, se consideran las siguientes áreas: Matemática, Comunicación, Ciencia y Tecnología y Ciencias Sociales. Las calificaciones obedecen a la escala vigesimal. La puntuación entre 0 y 10 corresponde al logro "en inicio", entre 11 y 13 "en proceso", entre 14 y 17 es "logro esperado", y entre 18 y 20 se considera "logro destacado".

4.4 Análisis e interpretación de la información

Una vez completada la recolección de la información, se organizó el contenido, utilizando el software Excel 2016. Este paso garantizó una estructura coherente y accesible, asignando cada variable a su respectiva columna y aplicando fórmulas según sea necesario. La elección de Excel 2016 se basó en su versatilidad para manejar grandes conjuntos de datos. Posteriormente, la base de datos, ya organizada, fue analizada mediante el programa IBM SPSS Statistics 27, conocido por su capacidad analítica avanzada.

4.5 Aspectos éticos

La recopilación de la información se realizó garantizando la privacidad de los evaluados, salvaguardando así la confidencialidad de los datos, pero también el respeto por la autonomía y la protección de los derechos de los estudiantes. Además, se establecieron ciertas acciones para abordar diversas situaciones como dudas, curiosidades o incluso tensiones y nerviosismos que algunos escolares experimentaban durante la aplicación del instrumento.

V. RESULTADOS

5.1 Presentación y análisis de resultados

5.1.1 Descripción de resultados

Para la variable estrés

Tabla 2

Niveles de estrés

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Leve [0-33]	30	28.8%
Moderado [34-66]	69	66.3%
Profundo [67-100]	5	4.8%
Total	104	100%

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 2 muestra los niveles de estrés que presentan los alumnos. Considerando los parámetros propuestos por Barraza, esto es, leve, moderado y profundo, 28.8% de los escolares registran un nivel leve de estrés, con 30 casos; 66.3% presentan un nivel moderado, con 69 casos; y 4.8% experimentan un nivel profundo, con 5 casos.

Dimensiones del estrés

1. Estresores Académicos

Tabla 3

Nivel de presencia de los estresores académicos

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Leve [0-33]	27	26.0%

Moderado [34-66]	57	54.8%
Profundo [67-100]	20	19.2%
Total	104	100%

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 3 muestra la frecuencia y el porcentaje de los niveles de la incidencia de los estresores académicos. Teniendo en cuenta el baremo indicativo del autor Barraza, 26% de los estudiantes atraviesan por situaciones estresantes en un nivel leve, con 27 casos; mientras que 54.8% pasan por dicha situación en un nivel moderado, con 57 casos; y 19.2% en un nivel profundo, con 20 casos.

2. Síntomas del estrés

Tabla 4

Nivel de los síntomas del estrés

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Leve [0-33]	50	48.1%
Moderado [34-66]	49	47.1%
Profundo [67-100]	5	4.8%
Total	104	100%

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 4 representa la frecuencia y el porcentaje del nivel de los síntomas del estrés distribuido en tres rangos: leve, moderado y profundo. 48.1% de los estudiantes presentan un

nivel leve en la sensación de los síntomas del estrés, con 50 casos; 47.1% experimentan un nivel moderado, con 49 casos; y 4.8% reportan un nivel profundo, con 5 casos.

3. Estrategias de afrontamiento

Tabla 5

Nivel de estrategias de afrontamiento

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Leve [0-33]	28	26.9%
Moderado [34-66]	63	60.6%
Profundo [67-100]	13	12.5%
Total	104	100%

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 5 refleja los niveles de estrategias de afrontamiento en tres rangos: leve, moderado y profundo. La mayoría de los estudiantes, un 60.6% que corresponde a 63 casos, registra un nivel moderado en el empleo de estrategias de afrontamiento al estrés. Por otro lado, 26.9 % de los estudiantes, equivalente a 28 casos, presenta un nivel leve. En contraste, solo el 12.5%, que representa 13 casos, reportó un nivel profundo.

Para la variable rendimiento académico

Tabla 6

Frecuencia del rendimiento académico

Nivel de logro	Frecuencia	Porcentaje
En inicio [0-10]	0	0.0%
En proceso [11-13]	2	1.9%

Logro esperado [14-17]	89	85.6%
Logro destacado [18-20]	13	12.5%
Total	104	100.0%

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 6 describe la frecuencia y el porcentaje de la variable rendimiento académico en tres rangos. "En proceso" tiene una frecuencia de 1.9%, representada por 2 casos, mientras que "Logro esperado" contiene un mayor porcentaje con el 85.6%, abarcando 89 casos. Además, "Logro destacado" cuenta con el 12.5%, representado por 13 casos.

Tabla 7

Frecuencia del área Matemática

Nivel de logro	Frecuencia	Porcentaje
En inicio [0-10]	0	0.0%
En proceso [11-13]	5	4.8%
Logro esperado [14-17]	87	83.7%
Logro destacado [18-20]	12	11.5%
Total	104	100.0%

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 7 presenta la frecuencia y el porcentaje del área de Matemática en diferentes niveles de logro. "En proceso" tiene una frecuencia del 4.8%, representada por 5 casos, mientras que "Logro esperado" registra el 83.7% con 87 casos. Por último, "Logro destacado" cuenta con el 11.5%, representado por 12 casos.

Tabla 8

Frecuencia del área Comunicación

Nivel de logro	Frecuencia	Porcentaje
En inicio [0-10]	0	0.0%
En proceso [11-13]	5	4.8%
Logro esperado [14-17]	68	65.4%
Logro destacado [18-20]	31	29.8%
Total	104	100.0%

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 8 presenta la frecuencia y el porcentaje del área de Comunicación. "En proceso" tiene una frecuencia del 4.8%, representada por 5 casos. Por otro lado, "Logro esperado" cuenta con el 65.4%, abarcando 68 casos. Por último, el "Logro destacado" cuenta con el 29.8%, con 31 casos.

Tabla 9

Frecuencia del área Ciencias Tecnología y Ambiente

Nivel de logro	Frecuencia	Porcentaje
En inicio [0-10]	0	0.0%
En proceso [11-13]	12	11.5%
Logro esperado [14-17]	78	75.0%
Logro destacado [18-20]	14	13.5%
Total	104	100.0%

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 9 describe la frecuencia y el porcentaje del área de Ciencias, Tecnología y Ambiente en diferentes niveles de logro. "En proceso" tiene una frecuencia del 11.5%, representada por 12 casos. A su vez, "Logro esperado" registra el 75.0% con 78 casos. Además, "Logro destacado" cuenta con el 13.5%, equivalente a 14 casos.

Tabla 10

Frecuencia del área Ciencias Sociales

Nivel de logro	Frecuencia	Porcentaje
En inicio [0-10]	0	0.0%
En proceso [11-13]	5	4.8%
Logro esperado [14-17]	84	80.8%
Logro destacado [18-20]	15	14.4%
Total	104	100.0%

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 10 muestra la frecuencia y el porcentaje del área de Ciencias Sociales. "En proceso" representa el 4.8%, con un total de 5 casos, el "Logro esperado" presenta mayores valores con el 80.8%, abarcando 84 casos, y, por último, el "Logro destacado" cuenta con el 14.4%, representado por 15 casos.

5.1.2 Prueba de hipótesis

Tabla 11

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov

	Estadístico	gl	p

Estrés-rendimiento académico	0.053	104	0.200
	0.192	104	0.000

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La Tabla 11 presenta los resultados de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov del estrés y rendimiento académico, con un total de 104 estudiantes. Para la variable estrés, el estadístico de Kolmogorov-Smirnov fue de 0.053 y su valor p de 0.200 ($p>0.05$), lo cual indica que sigue una distribución normal; mientras que la variable rendimiento académico arrojó un estadístico de 0.192 y un valor p de 0.000 ($p<0.05$), lo que da a entender que esta variable no tiene una distribución normal. No obstante, debido a que una de las variables presenta una distribución no normal, se ha empleado el coeficiente de Spearman para correlacionar las variables, como parte de la prueba no paramétrica.

Tabla 12

Correlación entre el estrés y el rendimiento académico

	ρ	p	N
Estrés – Rendimiento académico	-0.140	0.155	104

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 12 presenta los resultados de la correlación entre el estrés y el rendimiento académico, cuyo coeficiente de Spearman fue de -0.140, lo cual implica una correlación negativa muy débil; sin embargo, el valor p asociado fue de 0.155, lo que no alcanza significancia estadística a un nivel de confianza del 95%. Esto quiere decir que no hay una relación

significativa entre las variables en mención en el estudio. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis general.

Tabla 13

Correlación entre los estresores académicos y el rendimiento académico

	ρ	p	N
Estresores académicos– Rendimiento académico	-0.045	0.647	104

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 13 muestra los resultados de la correlación de Spearman entre los estresores académicos y el rendimiento académico. El coeficiente registrado fue de -0.045, reflejando una correlación negativa muy débil entre estas dos variables. Sin embargo, el valor p asociado es 0.647, lo cual no alcanza significancia estadística. En consecuencia, no hay evidencia suficiente para afirmar que la asociación observada entre los estresores y el rendimiento académico sea estadísticamente significativa. Y se rechaza la primera hipótesis específica.

Tabla 14

Correlación entre los síntomas del estrés académico y el rendimiento académico

	ρ	p	N
Síntomas del estrés académico– Rendimiento académico	-0.194	0.049	104

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 14 revela los resultados de la correlación de Spearman entre los síntomas del estrés académico y el rendimiento académico. El estudio arrojó un coeficiente de -0.194, indicando una correlación negativa muy débil entre estas dos variables. Además, el valor p asociado fue 0.049, lo que indica significancia estadística a un nivel del 95%. Esto quiere decir que a medida que los síntomas del estrés aumentan, el rendimiento académico tiende a disminuir, aunque esta asociación no es muy fuerte. Por lo tanto, sí hay evidencia suficiente para aceptar la segunda hipótesis específica.

Tabla 15

Correlación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico

	ρ	p	N
Estrategias de afrontamiento – Rendimiento académico	-0.035	0.725	104

Nota. Estadístico del SPSS Versión 27.

Análisis

La tabla 15 presenta los resultados de la correlación entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico, cuyo coeficiente fue de -0.035, una correlación muy débil y negativa. Esto sugiere que, a medida que las estrategias de afrontamiento aumentan, el rendimiento académico tiende a disminuir; no obstante, dado que el valor p asociado es 0.725, dicha relación no alcanza significancia estadística. Por lo tanto, no hay evidencia suficiente para afirmar que esta correlación sea estadísticamente significativa, por lo que se rechaza la tercera hipótesis específica.

VI. DISCUSIÓN

En este estudio la hipótesis general fue que existe una relación significativa entre el estrés y el rendimiento académico. A partir de los resultados, sin embargo, se rechaza tal hipótesis, ya que en la correlación entre las variables estrés y rendimiento académico se observó un coeficiente de correlación de Spearman de -0.140, lo cual implica una correlación negativa muy débil entre ellas, con un valor p de 0.155, lo que no es estadísticamente significativo. Estos hallazgos están en línea con las investigaciones de Lasluisa (2020), Trunce et al. (2020), Apaza y Villanueva (2020), Jalixco (2022), Jarrín (2022) y Ortiz (2020), quienes también encontraron una falta de asociación significativa entre dichas variables. Por ejemplo, Lasluisa (2020) halló una correlación negativa muy baja (Rho = -0.135), mientras que Apaza y Villanueva reportaron una correlación prácticamente nula (r = -0.007); Jalixco (2022) mostró una correlación negativa (Rho = -0.055), y de igual manera, Trunce (2020) et al. encontraron una asociación casi nula (X^2 = 0.0029) y el (v de Cramer = 0.004). En cambio, Jarrín (2022) identificó una correlación positiva muy baja (r = 0.139) y Ortiz (2020) encontró una correlación positiva baja (Rho = 0.236).

Por otro lado, estudios como el de Bolivar y Vitorino (2023) y Barahona y Cossío (2021) revelaron una correlación más fuerte y estadísticamente significativa. Bolivar y Vitorino (2023) encontraron una relación directa moderada (Rho = 0.623), y Barahona y Cossío (2021) identificaron una asociación altamente significativa (r = 0.810). Estos hallazgos contrastan con los resultados del presente estudio.

Barraza (2007) describe las estrategias de afrontamiento como acciones cognitivas o conductuales que son útiles para gestionar o reducir las situaciones estresantes, las cuales podrían explicar, en cierta manera, por qué los estudiantes nos son afectados en su rendimiento académico, a pesar de los niveles que presentan. En consonancia con esto, Bandura (1987)

enfatiza la autoeficacia percibida, que se refiere a los juicios que tiene una persona sobre sus propias habilidades. La autoeficacia le permite al estudiante organizar y alcanzar los objetivos escolares. En ese sentido, la percepción del estudiante sobre sus habilidades juega un papel importante, permitiéndole afrontar el estrés y alcanzar el éxito escolar.

Además, la falta de asociación puede ser explicada por otros autores. Ariza et al. (2018) afirmaron que al ser el rendimiento académico una problemática compleja, intervienen diversos factores que lo modifican, tales como el nivel intelectual, la personalidad, las aptitudes, los intereses, la motivación, los hábitos de estudio, la autoestima, e inclusive la relación entre el estudiante y el profesor. De manera similar, Buchmann y Diprete (2006) señalaron que aspectos como la motivación, las emociones, los estilos de aprendizaje, los hábitos de estudio y la valoración que el mismo estudiante otorga a las tareas académicas son factores determinantes en el rendimiento escolar. La resiliencia también es otro elemento importante, ya que brinda oportunidades de obtener buenos rendimientos escolares (Uriarte, 2005). Por otro lado, un factor un poco desapercibido para justificar los logros de los estudiantes es el ambiente escolar, ya que no solo incentiva, sino que también promueve la capacidad de los escolares para aprender y alcanzar el rendimiento académico óptimo (Cohen et al., 2009).

En cuanto a los objetivos específicos, se analizó la relación entre las dimensiones del estrés y el rendimiento académico, en dos de ellas no se encontró una relación estadísticamente significativa, ya que, respecto a la asociación entre los estresores académicos y el rendimiento académico, el coeficiente de correlación de Spearman fue de -0.045 y el p valor de 0.647, y entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico su coeficiente fue de -0.035 y el valor p de 0.725. Estos resultados coinciden parcialmente con los hallazgos de Jarrín (2022),

quien también encontró una falta de asociación entre las dimensiones del estrés y el rendimiento académico.

Jarrín (2022) identificó una relación no muy fuerte entre estresores y rendimiento académico (r = 0.148), una relación negativa y muy débil entre las reacciones físicas y rendimiento académico (r = -0.086), de igual manera una relación negativa y muy débil entre las reacciones psicológicas y el rendimiento académico (-0.044), una relación positiva y muy débil entre las reacciones comportamentales y rendimiento académico (r = 0.157), y finalmente, una relación no muy fuerte entre las estrategias de afrontamiento y rendimiento académico (r = 0.157). Sin embargo, únicamente difiere con el presente estudio en la relación entre la dimensión síntomas o reacciones del estrés y el rendimiento académico, ya que en esta investigación el coeficiente de correlación fue -0.194 y su valor p 0.049. Esto quiere decir que Jarrín no encontró evidencia estadística entre los síntomas del estrés y el rendimiento académico en su investigación, pero el presente estudio sí.

De igual manera, Jalixto (2022) también informó la ausencia de relación entre las dimensiones del estrés y el rendimiento académico, ya que respecto a los estresores y el rendimiento escolar, el coeficiente de correlación de Spearman obtenido fue de -0.055, con un valor p de 0.783, entre los síntomas y el rendimiento académico el coeficiente de correlación de Spearman fue de 0.055, con un valor p de 0.783, y entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico el coeficiente de correlación de Spearman fue de -0.105, con un valor p de 0.603. En comparación con el presente estudio, también difiere en la relación entre los síntomas y el rendimiento académico, la cual sí se halló en la actual investigación.

Finalmente, los resultados de Apaza y Villanueva (2020) también arrojaron una ausencia de relación entre las dimensiones del estrés y el rendimiento académico. Revelaron un

coeficiente de correlación de Spearman de -0.33 para la relación entre los estresores y el rendimiento escolar. Además, observaron un coeficiente de -0.091 para la relación entre las reacciones físicas y el rendimiento escolar, 0.104 para la conexión entre las reacciones psicológicas y el rendimiento escolar y 0.131 para la asociación entre las reacciones comportamentales y el rendimiento escolar. Estos resultados también contrastan con el presente estudio respecto a la relación entre la dimensión síntomas del estrés y rendimiento académico, dado que aquí sí se encontró evidencia estadística.

VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7.1 Conclusiones

1) El objetivo general fue determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico; sin embargo, no se encontró asociación estadísticamente significativa (Rho de Spearman = -0.140 y p valor = 0.155) entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario. Ello implica que, en este contexto particular, el nivel de estrés experimentado por los escolares no está estadísticamente relacionado con su rendimiento académico, sino que posiblemente esté asociado a otras variables, como la motivación, los hábitos de estudio, la resiliencia, el ambiente escolar, entre otras. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis general.

2) El primer objetivo específico fue determinar la relación entre los estresores académicos y el rendimiento académico; no obstante, se observó una correlación negativa muy débil (Rho de Spearman = -0.045) entre los estresores y el rendimiento académico, pero no estadísticamente significativa (p valor = 0.647). Es posible que la introducción de otras variables como la personalidad del estudiante, las aptitudes y el ambiente escolar frente a los estresores sí explique tal asociación. Por lo tanto, en este estudio se rechaza la primera hipótesis específica.

3) El segundo objetivo específico fue determinar la relación entre los síntomas del estrés académico y el rendimiento académico; en ese sentido, se halló una correlación negativa muy débil (Rho de Spearman = -0.194) entre los síntomas del estrés y el rendimiento académico. Además, hay evidencia estadística (p valor = 0.049) para sostener que los estudiantes experimentan síntomas de orden físico, psicológico y comportamental, aunque la relación no es muy fuerte. Por lo tanto, se acepta la segunda hipótesis específica.

4) El tercer objetivo fue determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico; sin embargo, se identificó una correlación negativa y muy débil (Rho de Spearman = -0.035) entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico. Además, no hay evidencia estadística significativa para respaldarlo (p valor = 0.725). Es posible que otras variables, como la resiliencia y la motivación, como partes de las estrategias, sí encuentren asociación que garantice tal condición. Por lo tanto, se rechaza la tercera hipótesis específica.

7.2 Recomendaciones

1) Considerando la complejidad de los elementos que pueden influir en el estrés académico y el rendimiento académico, se recomienda la inclusión de variables adicionales, como la motivación, inteligencia emocional, hábitos de estudio, resiliencia, ambiente escolar, entre otras, a fin de obtener una mayor comprensión.

2) Se recomienda fomentar en la escuela un ambiente que promueva el bienestar emocional a fin de que los estudiantes puedan desarrollarse en óptimas condiciones.

3) Se sugiere implementar intervenciones psicosociales específicas orientadas a reducir el impacto negativo del estrés académico en los estudiantes que presentan niveles altos de estrés.

4) Se recomienda implementar un programa de enseñanza en habilidades de afrontamiento, a fin de que los estudiantes puedan practicar y desarrollar esta habilidad de manera efectiva.

REFERENCIAS

Albán, J. y Calero, J. (2017). El rendimiento académico: aproximación necesaria a un problema pedagógico actual. *Revista Conrado, 13*(58), 213-220.

American Psychological Association. (2021). *Stress in America TM 2020: Stress in the Time of COVID-19*. https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2020/report

Apaza, P. B. y Villanueva, E. (2020). *Estrés y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Telesup]. Repositorio Universidad Privada Telesup https://repositorio.utelesup.edu.pe/handle/UTELESUP/1224

Ariza, C., Rueda, L., y Sardoth, J. (2018). El rendimiento académico: una problemática compleja. *Revista Boletín Redipe, 7*(7), 137-141. https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/527

Arribas, M. (2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería. *Revista de Educación*, *360* (1), 533-556. https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:67862728-e05a-4359-950f-bd5835152d61/re36024-pdf.pdf

Ausubel, D., Novak, J., y Hanesian, H. (1997). *Psicología Educativa, un punto de vista cognoscitivo*. México: Editorial Trillas.

Bandura, A. (1987). *Pensamiento y acción: Fundamentos sociales*. Edit. Martínez Roca. Barcelona, España.

Barahona, F. K., y Cossío, S. D. (2021). *Estrés y rendimiento académico en alumnos de la Institución Educativa Particular Francisco de Paula Gonzáles Vigil– Ica, 2021* [Tesis de

Licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Universidad Autónoma de Ica http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1361

Barraza, A. (2007). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Científica.com*. https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/

Barraza, A. (2005). *Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior*. Universidad Pedagógica de Durango.

Berrío, N., y Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología*. *Universidad de Antioquia, 3*(2), 65-82. http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf

Bolivar, Y., y Vitorino, S. (2023). *Estrés académico y rendimiento escolar en estudiantes de la institución educativa de aplicación Fortunato Luciano Herrera Cusco 2020* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]. Repositorio Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco http://hdl.handle.net/20.500.12918/7635

Buchmann, C., y Diprete, T. A. (2006). The growing female advantage in college completion: The role of family background and academic achievement. *American Sociological Review, 71*(4), 515-541.

Caldera, J., Pulido, B., y Martínez, G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo,* pp. 77-82. https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf

Caram, S. (2008). *Reflexión Académica en Diseño y Comunicación IX*. Buenos Aires, Argentina: Facultad de diseño y Comunicación. http://fido.palermo.edu/servicios_dyc/publicacionesdc/archivos/123_libro.pdf

Cascón, I. (2000). *Análisis de las calificaciones escolares como criterio de rendimiento académico*. https://campus.usal.es/~inico/investigacion/jornadas/jornada2/comun/c17.html

Çetinkaya, T. (2019). The Analysis of Academic Motivation and Career Stress Relationships of the Students in Department of Physical Education and Sport. *International Education Studies, 12*(4), 24-35. https://doi.org/10.5539/ies.v12n4p24

Chadwick, C. (1979). *Tecnología Educacional para el Docente*. Buenos Aires: Paidós.

Cohen, J., McCabe, L., Michelli, N., y Pickeral, T. (2009). School climate: Research, policy, practice, and teacher education. *Teachers College Record, 111*(1), 180-213.

Contacto Salud. (2 de octubre de 2023). *Estudio de CORPA indica que 16% de las personas están insatisfechas con sus vidas*. https://contactosalud.cl/salud-mental-estudio-de-corpa-indica-que-16-de-las-personas-estan-insatisfechas-con-sus-vidas/

Damásio, I. L., Pecci, N., Kleinsorge, R., Granero, A. L., Cerrato, S. H., Da Silva, O., & Lucchetti, G. (2017). Depression, Stress and Anxiety in Medical Students: A Cross-Sectional Comparison Between Students from Different Semesters. *Revista da Associação Médica Brasileira, 63*(1), 21-28.

Danilov, M., y Skatkin, M. (1981). *Didáctica de la escuela media. La Habana*. Editorial Pueblo y Educación.

Díaz-Barriga, F. y Hernández, G. (2002). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo*. México: McGraw-Hill.

Espinosa-Castro, J.-F., Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J. E., Chacín, M., y Bermúdez-Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, 39*(1), 63-69.

Evidencias. (2023). Efectos de la pandemia en la salud mental y en la convivencia de las comunidades educativas: Estado del arte de la investigación nacional e internacional. https://bibliotecadigital.mineduc.cl/bitstream/handle/20.500.12365/19441/EVIDENCIAS%2057_2023_fd01.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gallup. (2023). State of the Global Workplace: 2023 Report. https://www.gallup.com/workplace/349484/state-of-the-global-workplace.aspx#ite-506924

Hernández, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill.

Ipsos. (2023). *Wordl Mental Health Day 2023*. https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2023-10/Ipsos-World_Mental_Health_Day_Survey_2023.pdf

Jalixto, S. (2022). *Estrés académico y rendimiento escolar en estudiantes de tercer grado de secundaria en la I.E. Anilmayo - Quiquijana-Quispicanchis-Cusco* [Tesis de segunda especialidad, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio

Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/15129

Jarrin, J. E. (2022). *Estrategias para el estrés y el rendimiento académico en estudiantes de séptimo año durante la pandemia* [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica de Ecuador]. Repositorio Pontificia Universidad Católica de Ecuador https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/3890

Jiménez, M. (2000). *Competencia social: intervención preventiva en la escuela. Infancia y Sociedad, 24*, 21-48.

Kiekens, G., Claes, L., Demyttenaere, K., Auerbach, R. P., Green, J. G., Kessler, R. C., Mortier, P., Nock, M., y Bruffaerts, R. (2016). Lifetime and 12 Month Nonsuicidal Self Injury and Academic Performance in College Freshmen. *Suicide and Life Threatening Behavior, 46*(5), 563-576. https://doi.org/10.1111/sltb.12237

Küster, I., y Vila, N. (2012). El modelo del rendimiento académico del estudiante universitario: aplicación a una facultad de economía. *Teoría de la Educación. Educación y Cultura en la Sociedad de la Información, 13*(3), 95-128.

Lasluisa, M. B. (2020). *El estrés académico y su relación con el rendimiento académico en una muestra de adolescentes* [Proyecto de Investigación, Pontificia Universidad Católica de Ecuador]. Repositorio Pontificia Universidad Católica de Ecuador https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/3076

Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. España: Ediciones Martínez Roca.

Loreto, M. (2020). *Educación como disciplina y como objeto de estudio: aportes para un debate. Desde el Sur, 12*(1), 201-211. https://dx.doi.org/10.21142/des-1201-2020-0013

Melgosa, J. (1995). *Nuevo estilo de vida. ¡Sin estrés!* Safeliz.

Ministerio de Educación. (2009). *Diseño Curricular Nacional*. Lima: MINEDU http://www.minedu.gob.pe/normatividad/reglamentos/DisenoCurricularNacional.pdf

Ministerio de Educación. (2016). *Programa curricular de Educación Secundaria*. Lima: MINEDU https://www.ugelsanchezcarrion.gob.pe/wordpress/wp-content/uploads/2019/06/programa-secundaria-17-abril.pdf

Ministerio de Educación. (2017). *Currículo Nacional de Educación Básica*. Lima: MINEDU https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/4551/Curr%c3%adculo%20nacional%20de%20la%20educaci%c3%b3n%20b%c3%a1sica.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ministerio de Salud. (2021). *El 52.2% de limeños sufre de estrés debido a la pandemia de la COVID-19. Perú* https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/499838-el-52-2-de-limenos-sufre-de-estres-debido-a-la-pandemia-de-la-covid-19

Naciones Unidas. (2010*). Principios y recomendaciones para los censos de población y habitación*. Nueva York: Publicación de las Naciones Unidas. https://unstats.un.org/unsd/publication/seriesm/seriesm_67rev2s.pdf

Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación, 33*(2), 171-190. https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf

Novaez, M. (1986). *Psicología de la actividad escolar*. México: Editorial iberoamericana.

Oketch-Oboth, J. W., y Okunya, L. O. (2018). The Relationship Between Levels of Stress and Academic Performance Among University of Nairobi Students. *International Journal of Learning and Development, 8*(4), 1-28. https://doi.org/10.5296/ijld.v8i4.13840

Organización de las Naciones Unidas. (2019). World Happiness Report. ONU. https://s3.amazonaws.com/happiness-report/2019/WHR19.pdf

Ortiz, Y. R. (2022). *Rendimiento académico y estrés en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Pucusana, 2022* [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/98597/Ortiz_GDMYR-SD.pdf?sequence=1

Parillo, J., y Gómez, R. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista de ciencias sociales*, 25(1), 384-399. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7113737

Pizarro, R. (1985). Tesis: Rasgos y actitudes del profesor efectivo. Chile: Universidad de Chile.

Quito, J., Tamayo, M., Buñay, D., y Neira, O. (2017). *Estrés Académico En Estudiantes De Tercero De Bachillerato De Unidades Educativas Particulares Del Ecuador* [Tesis de posgrado, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional Autónoma de México.

Ramayo, R. (2017). *La función docente y el rendimiento académico: una aportación al estado del conocimiento*. In Congreso Nacional de investigación educativa (Vol. 6). San Luis de Potosí.

Sánchez, H., y Reyes, C. (2015). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*. Lima: Editorial. Bussines Suport

Selye, H. (1976). *The stress of life*. Barcelona: McGraw-Hill. New York Vida. Ediciones. ONIRO, S.A.

Taba, H. (1974). *Elaboración del Currículo*. Editorial Troquel S.A. Buenos Aires. Argentina.

Tejedor, F.J. (1998). *Los alumnos de la Universidad de Salamanca. Características y rendimiento académico. Salamanca*: Ediciones Universidad de Salamanca.

Tocora, S., y García, I. (2018). *La importancia de la escuela, el profesor y el trabajo educativo en la atención a la deserción escolar. Varona.* Revista Científico Metodológica, (66, Supl. 1), e24. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1992-82382018000300024&lng=es&tlng=es.

Torrades, S. (2007). Estrés y Burn out. *Revista OFFARM*, *26*(10), 104-107. https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articuloestres-burn-out-definicion-prevencion-13112896

Trunce, S. T., Villarroel, G., Arntz, J. A., Muñoz, S. I., y Werner, K. M. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en Educación Médica, 9*(36), 8-16. https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229

Uriarte, J. (2005). *La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. Revista de Psicodidáctica, 10*(2), 61-79.

Ye, L., Posada, A., y Liu, Y. (2018). The Moderating Effects of Gender on the Relationship Between Academic Stress and Academic Self-Efficacy. *International Journal of Stress Management*, *25*(S1), 56-61. https://doi.org/10.1037/str0000089

Zárate, N. E., Soto, M. G., Castro, M. L., y Quintero, J. R. (2017). Estrés académico en estudiantes universitarios: Medidas preventivas. *Revista de Alta Tecnología y la Sociedad, 9*(4), 92-98.

Anexo 1: Matriz de consistencia

<table>
<tr><th colspan="5">EL ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DEL COLEGIO PARTICULAR VIRGEN DEL ROSARIO DE VENTANILLA, 2023</th></tr>
<tr><th rowspan="2">PROBLEMA GENERAL</th><th rowspan="2">OBJETIVO GENERAL</th><th rowspan="2">HIPÓTESIS GENERAL</th><th>VARIABLES</th><th rowspan="2">MÉTODO</th></tr>
<tr><th>Estrés académico</th></tr>
<tr><td rowspan="4">¿Qué relación existe entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023?</td><td rowspan="2">Determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.</td><td rowspan="2">Existe una relación significativa entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.</td><td>Dimensiones</td><td rowspan="4">TIPO DE INVESTIGACIÓN
Correlacional

DISEÑO DE INVESTIGACIÓN
Transversal

POBLACIÓN
La población está conformada por todos los estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.
Y se basa en el censo , el cual incluye a los 104 estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.

INSTRUMENTOS
Inventario “SISCO”, de Barraza (2007)

Registro Auxiliar del Docente (Lista de cotejo).</td></tr>
<tr><td>Estresores académicos

Síntomas de estrés académico

Estrategias de afrontamiento</td></tr>
<tr><td colspan="2" rowspan="2">ESPECÍFICOS</td><td>Rendimiento académico</td></tr>
<tr><td>Dimensiones</td></tr>
<tr><td>Determinar la relación entre los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.

Determinar la relación entre los síntomas del estrés académico y el</td><td>Existe una relación significativa entre los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.

Existe una relación</td><td>Área de Matemática.

Área de Comunicación.

Área de Ciencia y Tecnología.

Área de Ciencias Sociales.</td></tr>
</table>

	rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023. Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.	significativa entre los síntomas del estrés académico y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023. Existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023.		

Anexo 2: Tabla de operacionalización de variables

Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Ítems	Escala de Medición
ESTRÉS ACADÉMICO El estrés académico se define como: "Aquel que padecen los alumnos de educación media superior y superior y que tiene como fuente exclusiva a estresores relacionados con las actividades en el ámbito escolar" (Barraza, 2005, p.16).	El nivel de estrés académico se medirá a través del Inventario "SISCO", de Barraza (2007)	**Estresores académicos**: Los estresores se representan en el input, es decir aquellos que entran al sistema y que desencadenan un desequilibrio, afectando la relación de la persona con su medio (Barraza, 2007). **Síntomas de estrés académico**: Son manifestaciones a nivel corporal, psicológico y conductual que presenta un estudiante (Barraza 2007). **Estrategias de afrontamiento**: El afrontamiento se refiere a las acciones cognitivas o conductuales que una persona emplea cuando se enfrenta al estrés (Barraza 2007).	8 ítems 17 ítems 6 ítems	Escala Ordinal El inventario está compuesto por 31 reactivos de opción múltiple: Nunca = 1 Rara vez = 2 Algunas veces = 3 Casi siempre = 4 Siempre= 5 Baremo indicativo: [0-33] =leve [34-66] = Moderado [67- 100] = Profundo
RENDIMIENTO ACADÉMICO Es el producto o resultado académico e intelectual que un individuo ha logrado alcanzar a partir de su proceso de aprendizaje. Esto implica considerar la capacidad y el esfuerzo del sujeto para aprovechar los objetivos de formación en un sistema de interacción	Se empleará una lista de cotejo basada en el Registro Auxiliar del docente.	**Área de Matemática**: Área que permite enfrentar desafíos problemáticos, ya sean relacionados con situaciones reales o independientes de un contexto concreto, promoviendo una mentalidad crítica (MINEDU, 2009). **Área de Comunicación**: Área que permite mejorar las habilidades comunicativas que los estudiantes han adquirido durante su paso por el nivel primario, permitiéndoles así interactuar de manera efectiva con los demás en diversos contextos, tales como la escuela, la familia, las	15 ítems 13 ítems	Escala de medición: Ordinal Puntuación de 0 a 20. Puntuación vigesimal. Baremo: [0-10] = En inicio [11-13] = En proceso [14-17] = Logro esperado [18-20] = Logro destacado

constante, lo cual le permitirá obtener algún grado de calificación (Albán y Calero, 2017).		instituciones y la comunidad (MINEDU, 2009). **Área de Ciencia y Tecnología**: Es un área que relaciona a la persona con la naturaleza de la que es parte, la tecnología y su entorno (MINEDU, 2009). **Área de Ciencias Sociales**: Área que fomenta la construcción de la identidad sociocultural y la promoción de la formación ciudadana de los adolescentes y jóvenes (MINEDU, 2009).	11 ítems 8 ítems	

Anexo 3: Inventario del estrés escolar para niños y adolescentes

INVENTARIO DEL ESTRÉS ESCOLAR PARA NIÑOS Y ADOLESCENTES

Datos generales:

Edad: _____ años.

Género: Masculino ( ) Femenino ( )

Grado y sección: _____

Instrucciones:

Estimado estudiante:

A continuación, se te presenta un cuestionario en el que debes marcar con un equis "X" o encerrar en un círculo la valoración que consideres más adecuada o aquella que percibes con respecto al estrés académico, teniendo en cuenta los estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Para ello, debes considerar la puntuación del 1 al 5 (Escala tipo Likert). Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas:

SISCO. CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

1.- ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso de este semestre?

Sí ☐

No ☐

2.- Con la idea de obtener mayor precisión utilizando una escala de 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo. En la escala propuesta (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre, y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.

	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
3. La competencia con los compañeros del grupo					

4. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
5. La personalidad y el carácter del profesor					
6. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
7. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
8. No entender los temas que se abordan en la clase.					
9. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
10. Tiempo limitado para hacer el trabajo.					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Reacciones físicas					
	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
11.Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
12.Fatiga crónica (cansancio permanente)					
13.Dolores de cabeza o migrañas					
14.Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
15.Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
16.Somnolencia o mayor necesidad de dormir					

Reacciones psicológicas					
	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
17. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
18. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
19. Ansiedad, angustia o desesperación					
20. Problemas de concentración					
21. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
22. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
23. Aislamiento de los demás					
24. Desgano para realizar las labores escolares					
25. Aumento o reducción del consumo de alimentos					

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
26. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin					

dañar a otros)					
27. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
28. Elogios a sí mismo					
29. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
30. Búsqueda de información sobre la situación.					
31.Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					

Anexo 4: Competencias y capacidades

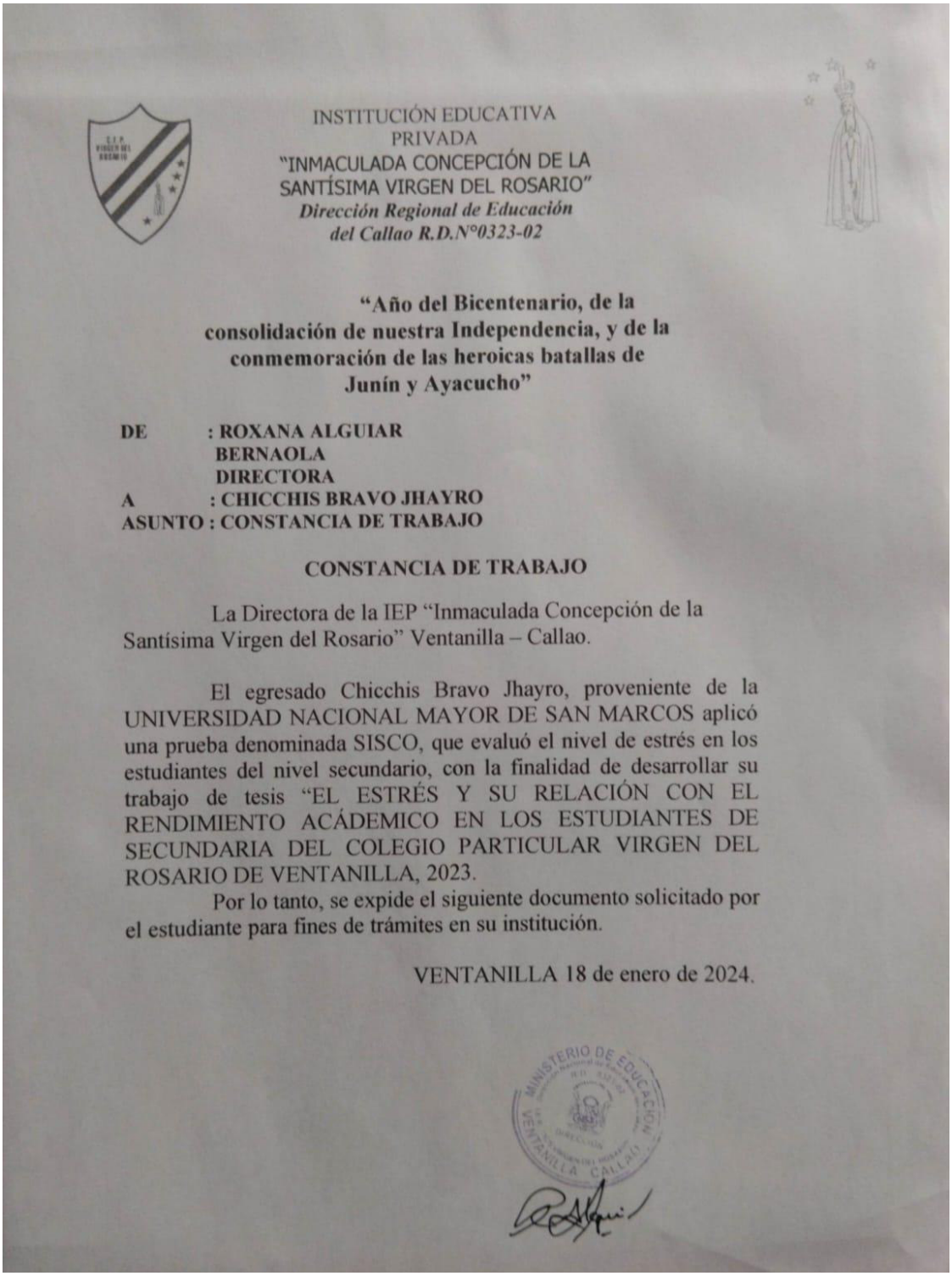
Área	Competencias	Ítems
Comunicación	Se comunica oralmente en su lengua materna.	1. Obtiene información del texto oral. 2. Infiere e interpreta información del texto oral. 3. Adecua, organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada. 4. Utiliza recursos no verbales y para verbales de forma estratégica. 5. Interactúa estratégicamente con distintos interlocutores. 6. Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto oral.
	Lee diversos tipos de textos escritos en su lengua materna.	7. Obtiene información del texto escrito. 8. Infiere e interpreta información del texto. 9. Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto.
	Escribe diversos tipos de texto en su lengua materna.	10. Adecua el texto a la situación comunicativa. 11.. Organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada. 12. Utiliza convenciones del lenguaje escrito de forma pertinente. 13.. Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto escrito.
Matemática	Resuelve problemas de cantidad	14. Traduce cantidades a expresiones numéricas. 15. Comunica su comprensión sobre los números y las operaciones. 16. Usa estrategias y procedimientos de estimación y cálculo. 17. Argumenta afirmaciones sobre las relaciones numéricas.
	Resuelve problemas de regularidad, equivalencia y cambio.	18. Traduce datos y condiciones a expresiones algebraicas y gráficas. 19. Usa estrategias y procedimientos para encontrar equivalencias y reglas generales.

		20. Argumenta afirmaciones sobre relaciones de cambio y equivalencia.
	Resuelve problemas de gestión de datos e incertidumbre.	21. Modela objetos con formas geométricas y sus transformaciones. 22. Comunica su comprensión sobre las formas y relaciones geométricas. 23. Usa estrategias y procedimientos para orientarte en el espacio. 24. Argumenta afirmaciones sobre relaciones geométricas.
	Resuelve problemas de forma, movimiento y localización.	25. Representa datos con gráficos y medidas estadísticas o probabilísticas. 26. Comunica su comprensión de los conceptos estadísticos y probabilísticos. 27. Usa estrategias y procedimientos para recopilar y procesar datos. 28. Sustenta conclusiones o decisiones con base en la información obtenida.
Ciencia y Tecnología	Indaga mediante métodos científicos para construir sus conocimientos.	29. Problematiza situaciones. 30. Diseña estrategias para hacer indagación. 31. Genera y registra datos e información. 32. Analiza datos e información. 33. Evalúa y comunica el proceso y resultados de su indagación.
	Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos, materia y energía, biodiversidad, tierra y universo.	34. Comprende y usa conocimientos sobre los seres vivos, materia y energía, biodiversidad, tierra y universo. 35. Evalúa las implicancias del saber y del quehacer científico y tecnológico.
	Diseña y construye soluciones tecnológicas para resolver	36. Determina una alternativa de solución tecnológica. 37. Diseña la alternativa de solución tecnológica. 38. Implementa y valida la alternativa de

	problemas de su entorno.	solución tecnológica. 39. Evalúa y comunica el funcionamiento y los impactos de su alternativa de solución tecnológica.
Ciencias Sociales	Construye interpretaciones históricas.	40. Interpreta críticamente fuentes diversas. 41. Comprende el tiempo histórico. 42. Elabora explicaciones sobre procesos históricos.
	Gestiona responsablemente el espacio y el ambiente.	43. Comprende las relaciones entre los elementos naturales y sociales. 44. Maneja fuentes de información para comprender el espacio geográfico y el ambiente. 45. Genera acciones para conservar el ambiente local y global.
	Gestiona responsablemente los recursos económicos.	46. Comprende las relaciones entre elementos del sistema económico y financiero. 47. Toma decisiones económicas y financieras.

Elaboración propia, basado en el Programa Curricular de Educación Secundaria del Minedu.

Anexo 5. Constancia



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
PRIVADA
"INMACULADA CONCEPCIÓN DE LA
SANTÍSIMA VIRGEN DEL ROSARIO"
Dirección Regional de Educación
del Callao R.D.N°0323-02

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

DE : ROXANA ALGUIAR BERNAOLA
DIRECTORA
A : CHICCHIS BRAVO JHAYRO
ASUNTO : CONSTANCIA DE TRABAJO

CONSTANCIA DE TRABAJO

La Directora de la IEP "Inmaculada Concepción de la Santísima Virgen del Rosario" Ventanilla – Callao.

El egresado Chicchis Bravo Jhayro, proveniente de la UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS aplicó una prueba denominada SISCO, que evaluó el nivel de estrés en los estudiantes del nivel secundario, con la finalidad de desarrollar su trabajo de tesis "EL ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACÁDEMICO EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DEL COLEGIO PARTICULAR VIRGEN DEL ROSARIO DE VENTANILLA, 2023.

Por lo tanto, se expide el siguiente documento solicitado por el estudiante para fines de trámites en su institución.

VENTANILLA 18 de enero de 2024.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
VENTANILLA CALLAO

Anexo 6: Base de datos

3. La competi	4. Sobrecarga	5. La persona	6. Las evaluac	7. El tipo de ti	8. No entend	9. Participaci	10. Tiempo lir	11.Trastornos	12.Fatiga crór	13.Dolores de	14.Problemas	15.Rascarse, r	16.Somnolen	17. Inquietud	18. Sentimien	19. Ansiedad,	20. Problema	21. Sentimien	22. Conflictos	23. Aislamien	24. Desgano (	25. Aumento	26. Habilidad	27. Elaboraci	28. Elogios a	29. La religios	30. Búsqueda	31.Ventilació
2	1	2	2	2	1	2	2	0	0	1	0	1	2	1	0	1	1	0	0	0	1	1	2	2	2	1	2	1
0	1	3	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	0	1	0	1	1	1	2	1	2	3	1	2	0	2	3	1
2	3	4	1	2	3	2	4	1	1	1	2	2	1	1	2	3	3	4	3	2	2	0	1	3	1	3	2	4
2	3	1	3	1	3	2	1	2	1	3	1	2	1	2	2	3	1	2	0	4	1	0	0	2	3	0	3	1
1	3	4	3	1	2	2	3	0	0	0	2	1	0	2	1	3	1	1	1	3	2	1	1	2	1	1	1	3
0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	2	1	1
1	3	3	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	0	1	0	0	2	1	1
2	2	2	3	3	3	0	0	3	3	3	4	4	2	4	2	1	0	2	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2
1	0	2	1	0	0	1	1	0	0	0	2	1	1	1	0	1	1	1	2	2	1	1	1	0	0	2	0	1
1	3	4	4	2	3	3	4	1	2	3	3	1	3	2	2	3	3	2	2	3	2	1	1	3	4	3	3	4
0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	2	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	2	2	1	2
2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	4	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2
2	2	0	1	2	2	1	1	2	0	1	2	2	0	2	2	1	2	2	0	1	0	3	2	2	0	2	3	0
1	3	1	2	3	1	0	3	0	1	2	0	0	2	3	1	1	3	2	1	2	2	0	2	0	1	1	0	2
1	3	0	2	1	0	2	3	0	3	1	4	2	3	1	4	1	3	2	2	4	1	4	4	2	1	3	4	3
3	2	3	4	3	0	4	3	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	2	0	0	3	3	3	2	1	3	4
1	1	2	1	1	0	0	2	1	1	2	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	2	1	2	3	3
0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	2	2	0	0	1	2	1	0	2	0	1	1	1	1	1	1
2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	0	0	3	1	0	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1
2	2	1	2	2	3	0	2	0	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	2	2	2	2	2	2	2
1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	3
3	1	4	2	3	2	2	3	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	3	3	2	2	2	1
2	3	4	3	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	1	2	3	4	2	2	3	3	1	3	3	1	3	4	3
1	1	0	2	1	1	2	2	0	1	0	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	0
2	3	4	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	3
3	2	1	2	1	2	2	3	3	3	1	0	1	3	0	2	1	3	0	0	1	2	1	1	2	1	0	3	1
1	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	4	2	3	4	3	4	2	2	2	2	2	2
1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	3	2	1
1	1	2	1	2	1	1	2	2	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	2	1	0	1	0
0	0	3	1	1	1	2	3	1	1	0	1	1	2	1	1	3	2	0	0	1	1	0	0	1	2	3	1	3
2	4	1	2	1	2	1	2	4	2	3	1	4	4	3	4	3	4	3	3	2	2	4	4	4	0	1	4	4
1	4	4	2	1	3	1	0	0	0	1	3	1	2	0	0	0	0	0	0	1	1	2	0	0	1	1	2	2
2	2	4	3	2	4	3	3	2	1	2	2	1	0	2	3	4	4	1	1	2	2	1	2	3	3	3	2	1
2	3	4	4	4	3	3	4	1	2	2	1	1	2	2	3	3	4	3	3	4	3	2	2	4	4	3	3	4
0	0	2	1	1	2	1	1	0	1	0	1	0	0	2	1	1	2	1	1	3	3	2	2	1	0	1	0	1
0	1	2	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1
3	3	4	3	3	4	2	4	3	1	2	2	1	3	3	4	4	4	1	1	3	3	2	2	3	3	2	4	3
0	0	2	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	2	2	2	2	2
3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	3	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	3	3	2
1	0	3	2	1	1	3	3	0	0	1	1	0	0	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	3
0	0	3	1	1	1	2	2	1	0	1	2	2	1	1	0	0	2	1	1	2	3	1	1	2	1	3	3	2
0	1	1	1	3	1	1	3	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1
2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	3	2	0	2	2	0	0	1	2	2	0
0	1	2	0	0	0	2	1	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3
0	2	0	0	0	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1
2	2	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1
1	2	2	2	2	2	1	1	3	2	3	3	2	2	2	0	0	0	0	0	0	2	2	2	2	2	2	2	0
3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	3	4	4	2	3	2	3	2	2
2	3	3	3	3	4	4	4	2	2	2	2	3	1	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3
1	2	0	3	0	2	0	0	0	0	0	2	1	2	1	1	1	2	1	1	0	1	2	3	3	3	4	3	0
3	4	4	4	3	4	3	4	2	2	3	3	1	1	1	2	2	3	1	1	0	2	1	1	2	1	3	4	4
0	1	3	3	2	1	3	3	0	0	1	3	1	1	1	1	2	3	1	2	3	1	0	1	2	3	3	2	1
4	3	2	2	1	3	2	3	1	2	1	0	0	3	2	0	2	3	0	0	1	3	2	2	1	0	3	1	2
1	2	3	3	2	3	1	4	1	2	3	2	1	0	1	1	2	2	3	0	0	2	0	3	4	0	0	4	1
1	1	3	1	2	3	1	4	0	2	4	3	2	1	3	0	1	1	2	2	1	0	0	1	2	1	2	3	3
0	1	1	0	1	2	1	3	0	0	1	3	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	4	0	0	1
0	3	3	2	1	3	1	2	0	1	2	3	1	0	0	0	0	2	1	0	0	1	0	2	1	2	1	0	3
1	0	2	1	2	2	1	4	0	1	3	2	1	0	0	0	1	1	1	2	3	0	0	2	2	0	0	4	2
2	3	4	2	2	3	2	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
1	2	2	2	2	1	0	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1
2	2	2	2	2	2	2	2	1	0	0	0	0	1	0	0	0	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	3
1	0	1	1	2	2	2	3	0	0	0	0	2	2	2	0	1	1	1	1	0	0	2	1	1	2	1	2	1
2	3	3	2	2	2	1	0	1	3	1	2	2	2	3	0	0	3	2	2	1	3	2	1	2	1	2	1	3
1	1	2	2	2	0	0	2	2	1	1	2	1	1	1	0	0	1	2	1	0	2	2	1	2	2	3	1	2
2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	0	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1
0	0	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	0	2	0	0	0	1	1	0	1	2	1	2	2	4	3	2
2	4	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	1	3	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	2	2
0	2	2	0	0	1	2	0	0	0	0	2	0	2	0	0	0	0	1	0	0	2	0	1	0	2	1	1	0
2	2	1	1	1	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	1	3	2	2	2
2	2	2	2	2	2	3	3	0	1	1	0	2	2	1	1	1	0	1	2	1	2	2	1	3	4	4	4	3
1	1	4	3	2	1	3	4	1	1	1	2	3	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	2	1	1	1	3	3
3	3	4	4	2	4	1	3	2	1	1	3	2	1	3	1	2	3	1	1	1	2	0	2	3	1	2	3	3
0	0	1	1	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0
0	0	2	1	0	1	0	1	0	0	1	2	0	0	1	2	2	2	1	1	0	2	2	1	2	2	3	3	3
3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	1
1	1	0	1	1	2	1	1	0	0	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	0	2	2	1	0	0	0	1	1
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	2	0	4	4	2	2
3	2	3	2	2	1	3	3	1	0	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	3	3	3	1	3	2
2	1	0	2	1	2	1	1	0	2	1	0	0	2	1	0	1	2	1	0	0	1	1	2	3	1	1	1	1
2	2	2	4	4	2	2	2	0	2	0	0	2	1	3	3	2	3	1	1	3	2	0	2	2	2	2	1	2
1	3	1	2	2	0	1	3	2	2	2	1	2	2	1	2	0	1	1	1	2	1	3	2	4	0	3	2	2
3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	1	3	2	1	3	1
1	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	0	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	3	2	2	1	2	2
3	2	2	3	3	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2
2	3	1	1	1	0	2	2	0	1	1	0	4	1	1	1	2	3	1	3	1	1	0	3	1	1	0	2	2
0	2	0	1	0	1	1	0	0	2	1	1	0	2	2	0	1	2	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1
1	1	0	2	2	1	0	2	1	2	2	0	2	2	2	1	2	3	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2
1	2	2	3	2	1	2	3	2	3	4	1	3	3	3	1	4	3	2	1	2	2	3	3	3	2	0	2	1
2	2	2	4	4	2	4	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	0	1	0	1	0	1	1
0	2	0	3	0	1	0	2	0	1	0	0	3	1	1	0	2	0	1	2	1	2	0	0	2	1	0	0	0
1	2	2	2	1	2	2	2	0	1	3	2	1	3	1	0	2	3	1	1	1	2	2	1	2	1	3	2	2
3	3	3	3	4	2	2	3	0	0	3	1	0	3	1	1	0	3	1	1	2	2	2	0	2	2	2	2	0
1	3	0	1	1	4	3	2	3	4	4	0	4	4	4	3	3	4	1	1	4	3	0	4	3	4	0	2	1
1	0	1	2	1	3	1	1	2	1	3	0	2	2	2	3	1	3	3	3	2	1	3	2	1	0	0	1	2
3	3	3	3	2	2	3	3	1	3	2	1	2	2	3	3	3	3	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	3
3	4	2	3	3	1	2	3	2	1	2	2	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	2	3	1	1	3	2
3	3	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	3	3	2	0	1	2	1	2	3	3	3	2	2	1
2	1	2	4	2	4	4	4	4	0	2	0	4	0	4	0	3	4	0	0	0	0	4	2	2	4	1	0	2