

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE OBSTETRICIA



TESIS

**FACTORES PREDISPONENTES AL ESTRÉS EN
ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DULCE
NOMBRE DE JESÚS - CAJAMARCA, 2024**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
OBSTETRA**

PRESENTADO POR LA BACHILLER

Kimberly Sareli Abanto Huaripata

Asesora

Dra. Obsta. Rebeca Beatriz Aguilar Quiroz

Cajamarca - Perú

2024



CONSTANCIA DE INFORME DE ORIGINALIDAD

1. Investigador: **Kimberly Sareli Abanto Huaripata**
DNI: **75890416**
Escuela Profesional/Unidad UNC: **ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA**
2. Asesor:
Dra. Obstetra REBECA BEATRIZ AGUILAR QUIROZ
Facultad/Unidad UNC:
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
3. Grado académico o título profesional al que accede:
 Bachiller Título profesional Segunda especialidad
 Maestro Doctor
4. Tipo de Investigación:
 Tesis Trabajo de investigación Trabajo de suficiencia profesional
 Trabajo académico
5. Título de Trabajo de Investigación:
**FACTORES PREDISPONENTES AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
DULCE NOMBRE DE JESÚS - CAJAMARCA, 2024**
6. Fecha de evaluación Software antiplagio: **16/1/2025**
7. Software antiplagio: **TURNITIN** **URKUND (OURIGINAL) (*)**
8. Porcentaje de Informe de Similitud: **13%**
9. Código Documento: **oid:3117: 421251201**
10. Resultado de la Evaluación de Similitud:
 X APROBADO **PARA LEVANTAMIENTO DE OBSERVACIONES O DESAPROBADO**

Cajamarca, 16 de enero del 2025



* En caso se realizó la evaluación hasta setiembre de 2023

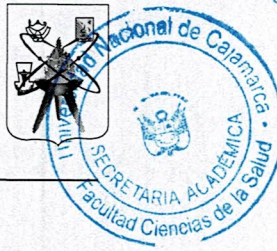
Corpyright © 2024 by
Kimberly Sareli Abanto Huaripata
Derechos Reservados

FICHA CATALOGRÁFICA

Abanto H. 2025. **FACTORES PREDISPONENTES AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DULCE NOMBRE DE JESÚS - CAJAMARCA, 2024.** /Kimberly Sareli Abanto Huaripata/65

ASESORA: Dra. Rebeca Beatriz Aguilar Quiroz

Disertación Académica para optar el título profesional de Obstetra UNC 2025



MODALIDAD "A"

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO PROFESIONAL DE OBSTETRA

En Cajamarca, siendo las ...12:30pm del ...15... de ...Enero..... del 2025, los integrantes del Jurado Evaluador para la revisión y sustentación de la tesis, designados en Consejo de Facultad a propuesta del Departamento Académico, reunidos en el ambiente ...6.E.-205 de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Cajamarca, dan inicio a la sustentación de tesis denominada:

Factores Predisponentes al Estrés en Estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús - Cajamarca, 2024

del (a) Bachiller en Obstetricia:

Kimberly Sareli Abanto Huaripata

Siendo las ...01:30pm..... del mismo día, se da por finalizado el proceso de evaluación, el Jurado Evaluador da su veredicto en los siguientes términos:Muy Bueno....., con el calificativo de: ...17....., con lo cual el (la) Bachiller en Obstetricia se encuentraApta..... para la obtención del Título Profesional de: OBSTETRA.

Table with 2 columns: Miembros Jurado Evaluador (Nombres y Apellidos) and Firma. Rows include Presidente (Dra. María Ynés Huamani Medina), Secretario(a) (M.cs. Rossana Patricia León Izquierdo), Vocal (M. Cs. Sonia Elizabeth Díaz Estacio), Accesitaria, Asesor (a) (Dra. Rebeca Beatriz Aguilar Quiroz), and Asesor (a).

Términos de Calificación:

EXCELENTE (19-20)

REGULAR (12-13)

MUY BUENO (17-18)

REGULAR BAJO (11)

BUENO (14-16)

DESAPROBADO (10 a menos)

No es el estrés lo que nos mata, sino como reaccionamos ante él.

Hans Selye.

Se dedica a:

El presente trabajo se dedica a mis padres y hermanos por su apoyo incondicional y sus enseñanzas día a día, lo cual me hizo perseverante

Kimberly

Se agradece a:

Agradezco a Dios y a mi familia por el apoyo, paciencia y amor que me brindan.

A la Universidad Nacional De Cajamarca por mi formación profesional, en especial a los docentes de la Escuela Académico Profesional de Obstetricia, por contribuir en mi formación académica.

A mi asesora, Dra. Obsta. Rebeca Beatriz Aguilar Quiroz, por el apoyo constante y la motivación brindada para realizar esta investigación.

Kimberly

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE GENERAL	v
ÍNDICE DE TABLAS	vi
GLOSARIO DE ABREVIATURAS	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	3
EL PROBLEMA	3
1.1 Definición y delimitación del problema	3
1.2 Formulación del problema	4
1.3 Objetivos	4
1.4 Justificación de la investigación	5
CAPÍTULO II	6
MARCO TEÓRICO	6
2.1 Antecedentes	6
2.2 Bases teóricas	9
2.2 Hipótesis	16
2.3 Variables	16
2.4 Definición, conceptualización y operacionalización de variables.	17
CAPÍTULO III	19
DISEÑO METODOLÓGICO	19
3.1 Diseño y tipo de estudio	19
3.2 Área de estudio y población	19
3.3 Muestra	20
3.4 Unidad de análisis	20
3.5 Criterios de inclusión y exclusión	20
3.6 Consideraciones éticas de la investigación	20
3.7 Procedimientos para la recolección de datos	21
3.8 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	22
3.9 Procesamiento y análisis de datos	22
3.10 Control de calidad de datos	23
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	38
ANEXOS	44

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Factores sociodemográficos en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.	24
Tabla 2. Factores psicológicos en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.	25
Tabla 3. Nivel de estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.	26
Tabla 4. Factores sociodemográficos y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.	27
Tabla 5. Relación entre factores psicológicos y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.	29

GLOSARIO DE ABREVIATURAS

MINSA: Ministerio de Salud

SISCO SV: Instrumento de autoinforme que mide el estrés académico

INEI: Instituto Nacional de Estadística Informática

UGEL: Unidades de Gestión Educativa Locales

RESUMEN

Esta investigación fue realizada con la finalidad de determinar la relación entre los factores predisponentes y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús - Cajamarca, 2024. **Material y métodos.** El diseño de la investigación pertenece a un estudio no experimental, corte transversal, enfoque cuantitativo y tipo correlacional, con una población de 180 estudiantes. **Resultados.** Se encontró que la mayoría fueron de sexo femenino ocupando el 51,7%, el 50,6% tenían de 14 a 16 años, el 51,1% eran de zona rural, el 80,6% de ellos pertenecían a una familia nuclear y el 46,1 % presentaron un nivel socioeconómico medio. Referente a los factores psicológicos se encontró que el problema de concentración es el más predominante ocupando un 70,6%. En cuanto al nivel de estrés se encontró que el 98,3 % presentaron un nivel medio. Respecto a la asociación entre la variable se evidencia que no existe relación significativa. **Conclusión:** se llegó a concluir que no existe relación entre factores sociodemográficos y psicológicos con el estrés en estudiantes de la institución educativa Dulce Nombre de Jesús. Cajamarca, 2024 ya que el valor (p) es mayor al nivel de significancia ($\alpha = 0.05$).

Palabra clave: Factores, adolescentes y estrés.

ABSTRACT

This research was carried out in order to determine the relationship between predisposing factors and stress in students of the Dulce Nombre de Jesús Educational Institution - Cajamarca, 2024. Material and methods. The research design belongs to a non-experimental, cross-sectional, quantitative approach and correlational type study, with a population of 180 students. Results. It was found that the majority were female, occupying 51.7%, 50.6% were 14 to 16 years old, 51.1% were from rural areas, 80.6% of them belonged to a nuclear family and 46.1% had a medium socioeconomic level. Regarding psychological factors, it was found that the concentration problem is the most predominant, occupying 70.6%. Regarding the level of stress, it was found that 98.3% had a medium level. Regarding the association between the variable, it is evident that there is no significant relationship. Conclusion: It was concluded that there is no relationship between sociodemographic and psychological factors and stress in students of the Dulce Nombre de Jesús educational institution. Cajamarca, 2024 since the value (p) is greater than the significance level ($\alpha = 0.05$).

Keyword: Factors, adolescents and stress.

INTRODUCCIÓN

El estrés en adolescentes es un tema de creciente preocupación en el ámbito de la salud pública, ya que la adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo humano, caracterizada por cambios físicos, emocionales y sociales que pueden generar un alto nivel de estrés. Este estrés, lejos de ser un simple malestar pasajero, puede tener repercusiones significativas en la salud mental y física de los adolescentes, afectando su rendimiento académico, sus relaciones interpersonales y su bienestar general (1).

Existen múltiples factores predisponentes al estrés en los adolescentes; entre ellos los factores sociodemográficos, como la edad, sexo, lugar de procedencia, tipo de familia, nivel socioeconómico y factores psicológicos como la inquietud o incapacidad de relajarse y mantener la tranquilidad, depresión y tristeza, ansiedad, angustia o desesperación, concentración y agresividad o irritabilidad; que contribuye al desarrollo del estrés.

En Estados Unidos (EE.UU) en el 2023 se reportó que el 70% de los adolescentes indicaron sentirse estresados o ansiosos diariamente, problema que se presenta en el Perú, según estadísticas se registraron porcentajes altos de adolescentes que padecen de estrés. Por otro lado en Cajamarca los adolescentes presentaron un nivel de estrés medio, indicando que esta problemática en los estudiantes pone de relieve la creciente necesidad de apoyo a la salud mental (2).

Por tal motivo se llevo a cabo la siguiente investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre los factores predisponentes y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.

En este contexto, se identifico que no hay relación significativa entre los factores psicologicos, sociodemográficos y el estrés en los adolescentes. Por esta razón la presente tesis está estructurada de la siguiente manera:

En el capítulo I, se describe la situación y formulación del problema, agregado a esto, se realizó los objetivos y la justificación.

En el capítulo II, se consideró las investigaciones previas sobre el problema planteado a nivel internacional, nacional y regional; asimismo se dio a conocer el marco teórico, marco conceptual, hipótesis, variables y su operacionalización.

En el capítulo III, se abordó el diseño metodológico de la investigación. Asimismo, se proporcionó una detallada descripción del lugar de estudio, la muestra utilizada, la unidad de análisis, los criterios de inclusión y exclusión, las consideraciones éticas, la técnica de recolección de datos, descripción del instrumento de recolección de datos, así como el proceso de procesamiento de datos y el control de calidad.

En el capítulo IV, se detallaron los resultados obtenidos.

En el capítulo V, se realizó el análisis y discusión de los resultados, contrastándolos con los antecedentes y estudios citados en el estudio; asimismo se generó conclusiones y por último se dieron recomendaciones tanto autoridades y futuros investigadores.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Definición y delimitación del problema

Los factores predisponentes al estrés son las diversas características, condición o situación que aumenta la probabilidad de que una persona experimente estrés en situaciones específicas. Estos pueden ser de tipo sociodemográficos y psicológico, actuando como factores de riesgo que incrementan la probabilidad de desarrollar una respuesta de estrés (3).

El estrés es la reacción que tienen los estudiantes frente a las diversas exigencias y demandas que enfrentan en su centro de estudios, tales como exámenes trabajos, etc (4). También es un estado de preocupación o tensión a nivel mental, que conlleva a situaciones difíciles para el ser humano puesto que, es una respuesta natural frente a amenazas u estímulos, llegando a afectar el bienestar de la persona (5).

A nivel mundial se estima que el estrés constituye un problema de salud pública, indicando que 1 de cada 4 personas, padecen de esta alteración y más del 50% presentan alguna complicación relacionada al estrés, siendo los de menor edad los más afectados (6).

En Latinoamérica y el Caribe, 23 millones de estudiantes se ven afectados por el estrés, 98% son de la población latina. Esta afección conlleva al desarrollo de problemas que afectan el bienestar de la persona, siendo los más frecuentes el insomnio, afecciones estomacales tipo gastritis, cefalea e irritabilidad de los síntomas (7).

En el Perú, según el Ministerio de Salud (MINSA) más del 30% de la población padece de estrés, por otro lado, el 80% de estudiantes presentan trastornos mentales, 82% ansiedad y 79% poseen algún grado de estrés durante la formación académica, esta

problemática sigue siendo frecuente a pesar de existir medidas preventivas y realización de actividades para una mejora en la salud mental de la población (8).

A nivel regional, se observa una creciente preocupación por los altos niveles de estrés entre los estudiantes la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús, la situación podría complicarse aún más debido a diversos factores sociodemográficos y psicológicos que afectan el desempeño académico. Es posible que esto se deba a que una gran parte de su tiempo está dedicada exclusivamente a los estudios, junto con el hecho de que los estudiantes provienen de diversas comunidades, tanto cercanas como distantes al distrito, lo que frecuentemente los deja alejados de sus familiares, amigos y de aquellas personas con quienes solían compartir diariamente antes de integrarse a esta institución educativa.

Por lo expuesto anteriormente y debido a los altos porcentajes de estrés se ha creído conveniente realizar la presente investigación con el propósito de determinar la relación entre los factores predisponentes y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.

1.2 Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre factores predisponentes y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús – Cajamarca, 2024?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre los factores predisponentes y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.

1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar los factores sociodemográficos en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.
- Identificar los factores psicológicos en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.

- Determinar el nivel de estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.
- Determinar la relación entre factores sociodemográficos y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.
- Determinar la relación entre factores psicológicos y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.

1.4 Justificación de la investigación

El estrés viene siendo un tema muy discutido y estudiado por que sus niveles van incrementando no solamente a nivel nacional si no a nivel mundial en donde afecta y perjudica a todas las personas, evidenciándose que en mayor frecuencia afecta a los estudiantes variando el comportamiento conllevando a tomar decisiones repentinas como el consumo de alcohol, drogas, problemas familiares, bajo rendimiento académico, deserción escolar, violencia y suicidios reflejándose dentro de la sociedad.

Por esta razón es que teniendo en cuenta los diferentes comportamientos de los estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús del Distrito de Jesús, se considera que se hace imperativa dicha investigación por cuanto se ha percibido que un cierto número de estudiantes presentan inestabilidad emocional, tensión, depresión, angustia y ansiedad; lo que significa que tiene algún cuadro de estrés.

Por otro lado, con el desarrollo de esta investigación se busca proponer alternativas de mejora, que permitan superar en los estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús aquellos factores estresores típicos de la vida académica y sobre todo en las épocas de evaluaciones.

Dicho estudio es considerado importante, porque con los resultados se dará a conocer y concientizar a estudiantes, docentes e incluso a padres de familia y sociedad en general, acerca de la incidencia y posibles factores que influyen en la aparición del estrés especialmente en aquellos que se encuentran solos en la institución; además que servirán para la implementación de estrategias de intervención ante el estrés.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes internacionales

Acevedo L, et al. (Bogotá, 2019), realizaron una investigación con el objetivo de describir los factores que desencadenan el estrés en estudiantes, con la metodología fue descriptiva, transversal. La muestra estuvo conformada por 30 estudiantes. Los resultados encontrados fueron: 22% fueron entre 18 a 23 años, 21% cuentan con sus padres, 44% indicaron que existen asignaturas que les generan estrés, 100% indicaron que es importante la comunicación entre estudiantes y docentes, 44% mencionaron que la sobrecarga académica es un factor para estrés, 97% creen que el llevarse bien con los compañeros previene el estrés. Concluyendo que la mayoría de estudiantes presentaron estrés y este se relacionó con factores como el factor académico (9).

Orduño F, et al. (México, 2019), realizaron un estudio con el objetivo de determinar los factores desencadenantes del estrés académico en estudiantes, la metodología empleada fue determinar el punto crítico de estrés académico e identificar los factores que conllevan a esta situación, la metodología empleada fue descriptivo y exploratorio, la muestra estuvo conformada por 153 estudiantes. Los resultados obtenidos fueron: respecto a los factores académicos que más se involucraron en el estrés fueron los exámenes y sustentaciones orales, en cuanto a los estresores ajenos al académico, se encontró a las limitaciones económicas, condiciones de salud y problemas en familia. Respecto a las consecuencias del estrés se encontraron trastornos físicos, cefalea, insomnio, dolor de estómago, aislamiento, angustia y depresión. Concluyendo que existen factores que se relacionan con el desarrollo del estrés en estudiantes y este puede generar algunos otros problemas (10).

Moyolema P. (Ecuador, 2019), realizó un estudio cuyo objetivo fue identificar los factores que desencadenan el estrés en estudiantes de 13 a 19 años de una institución

educativa, la metodología empleada fue descriptiva, correlacional y bibliográfica documental, la muestra estuvo conformada por 120 estudiantes en etapa de adolescencia. Los resultados encontrados fueron: 44% fueron estudiantes de 14 a 16 años de edad, 73% del sexo masculino, 82% mencionaron que se encuentran en un área que les genera estrés, 71% se sienten afectados por el estrés, entre los factores indicaron que 35% son académicos, 26% familiares, 14% económicos y 9% sociales. Concluyendo que los factores influyeron en la aparición del estrés en estudiantes adolescentes (11).

2.1.2 Antecedentes nacionales

Espinola S, et al. (Trujillo, 2023), realizaron un estudio con el objetivo de determinar los factores asociados al estrés académico en estudiantes, la metodología que se usó fue descriptiva de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 62 estudiantes. Los resultados encontrados fueron: referente al estrés el 39% fue leve, 16% moderado y 45% severo, en cuanto a los factores académicos se encontró como la falta de competencia con 55% y la sobre carga académica con 76%. En cuanto a los factores psicológicos el contacto con el sufrimiento genera estrés con 74%, impotencia e incertidumbre en 68% e implicación emocional con 76%, respecto a los factores sociales la relación con docentes ocurre en 68%, relación con compañeros en 57%. Concluyendo que hubo relación entre factores académicos, psicológicos y sociales con el estrés en estudiantes (12).

Castañeda K, et al. (Ayacucho, 2022), realizaron un estudio con el objetivo de determinar los factores asociados a depresión, ansiedad y estrés en adolescentes de una institución educativa, la metodología empleada fue correlacional y descriptiva, la muestra estuvo conformada por 172 estudiantes, 54% con familia moderadamente disfuncional, 26% con nivel de estrés leve, 20% con estrés moderado y 16% con estrés severo, 28% de adolescentes tuvieron nivel de ansiedad leve, 22% moderado, el nivel de ansiedad más frecuente fue leve con 29%. Concluyendo que existen factores que se asocian al nivel de estrés (13).

Rosales G, et al. (Lima, 2021), realizaron un estudio con el objetivo de determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima, la metodología empleada fue descriptivo de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 169 estudiantes. Los resultados obtenidos fueron: 84% de los estudiantes tuvieron estrés, 59,2% tuvieron estrés respecto a la dimensión de

síntomas como trastornos del sueño, cansancio, cefalea, dolor de estómago, somnolencia, incapacidad de relajamiento, depresión y tristeza, ansiedad o angustia, 64,5% en cuanto a la dimensión estresores como sobre carga de tareas, comunicación con los docentes, formas de evaluación por parte de los docentes, participación en clase, exámenes, prácticas o trabajos, exposiciones y 73,4% en cuanto a estrategias como asertividad, escuchar música, concentración para resolver algo, buscar información sobre una situación, contar lo que les pasa a otros y establecer soluciones. Concluyendo que el nivel de estrés en estudiantes depende del factor que interfiera para desarrollarlo (14).

Santamaria F. (Piura, 2021) realizó un estudio con el objetivo de determinar los factores asociados a depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de secundaria, la metodología empleada fue correlacional-transversal, la muestra estuvo conformada por 250 estudiantes. Los resultados encontrados fueron: 55% de estudiantes fueron mujeres, la edad media fue de 14 años, 72% con una relación familiar buena, 72% tuvieron carga académica regular, 53% con rendimiento académico bueno y regular, 16% con depresión moderada, 18% con ansiedad nivel moderado, 13% tuvieron estrés moderado. Concluyendo que los estudiantes que presentaron estrés tuvieron factores predisponentes (15).

2.1.3 Antecedentes locales

López A. (Cajamarca, 2023), realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación entre las características sociodemográficas y el nivel de estrés académico en estudiantes, la metodología empleada fue correlacional descriptiva, la muestra estuvo conformada por 139 estudiantes. Los resultados obtenidos fueron: respecto a los factores sociodemográficos 73% fueron mujeres, 55% de la zona urbana, 81% de estudiantes tuvieron nivel medio de estrés, 16% bajo y 3% alto. Concluyendo que hubo relación directa entre ambas variables y el nivel de estrés en la mayoría fue medio (16).

Céspedes C. (Cajamarca, 2022), realizó un estudio con el objetivo de determinar la relación entre inteligencia emocional y estrés académico frente a la COVID-19 en adolescentes de secundaria, la metodología empleada fue correlacional y transversal, la muestra estuvo conformada por 126 adolescentes. Los resultados encontrados fueron: 52% de adolescentes fueron varones, 64% con edad de 14 a 17 años, 23% en tercer grado de secundaria, 58% tuvieron inteligencia emocional promedio y 29% bajo,

respecto al estrés académico 77% de adolescentes tuvieron nivel profundo 5% leve, la presencia de factores estresantes fueron la sobre carga de tareas y exámenes presentándose en 83%, generando cefalea, ansiedad, angustia, preocupación, desesperación y nerviosismo. Concluyendo que existe relación entre ambas variables de estudio (17).

2.2 Bases teóricas

2.2.1. Factores predisponentes al estrés

Son aquellos que influyen o se ven involucrados en el desarrollo de estrés en los individuos y estos pueden ser:

Factores sociodemográficos: cuyos factores son considerados aquellas características de un individuo las que pueden influenciar de manera positiva o negativa en la salud de los mismos (18).

- Edad: etapa que abarca desde que la persona nace hasta el momento en que se hace referencia, así mismo cabe indicar que este se considera un factor puesto que, en la etapa de la adolescencia, en la que se encuentran la mayoría de estudiantes del nivel secundario, ocurre una serie de cambios tanto físicos, como emocionales y biológicos, por ende, se presentan alteraciones emocionales, que muchas de las veces este individuo no puede afrontarlo con facilidad, entrando en un cierto nivel de estrés (18).

- Lugar de procedencia: es definido como aquella área o zona geográfica donde la persona tuvo su nacimiento, de allí adquiere una serie de estilos de vida, creencias, costumbres, religiones, entre otros, y es considerado un factor puesto que, hay cierto grado de diferencia en aquellos individuos procedentes de las zonas urbanas y rurales, en la zona urbana los comportamientos y hábitos de vida suelen ser más accesibles por el mismo hecho que se cuenta con acceso a la tecnología más avanzada, a las oportunidades, pero también en el aspecto negativo, muchos de los individuos que se encuentran en proceso de formación académica se dedican a otro tipo de actividades como el beber alcohol con facilidad y dedicarse a realizar acciones inapropiadas, a diferencia de aquellos que provienen de la zona rural, que son un poco más reservados respecto a sus actitudes y comportamientos, pero según estudios se ha

observado que estos suelen presentar más acumulo de estrés debido a que se sienten ajenos al entorno en donde se encuentran, muchas de las veces se sienten inferiores a los demás, por el tan solo hecho de ser de la zona rural (18).

- Composición familiar: hace referencia al grupo familiar, en específico al número de personas que conforman este grupo, es decir, son consideradas aquellas personas que viven en una misma casa y poseen algún tipo de parentesco sanguíneo o no sanguíneo. Es considerado uno de los factores puesto que, se ha observado según estudios que aquellos estudiantes que provienen de familias nucleares poseen menos estrés debido a que cuentan con todo el apoyo necesario por parte de sus familias, en especial de sus progenitores, mientras que aquellos que pertenecen a familias mono parentales, disfuncionales, cuentan con el apoyo de solamente una de las figuras paternas, por lo que el estrés puede afectarles con más facilidad, por el tan solo hecho de sentirse inseguros, mostrar preocupación por la situación, más aún cuando se encuentran fuera de su familia, en este aspecto sean o no de familias nucleares o funcionales, el estrés puede afectar de la misma manera en ambos casos (17).

- Nivel socioeconómico: es considerado una medida de la economía o salario y sociológica que percibe un individuo, combinando la preparación laboral de un individuo, en relación con otras personas que se basa en los ingresos, educación y empleo. Este es considerado también un factor, debido a que aquellos estudiantes que poseen familias o apoderados con menor nivel económico, en varias de las veces son considerados inferiores a los demás, y más aun encontrándose en un único colegio del Distrito de Jesús, en donde cada estudiante acude con su propia vestimenta, en donde cada quien se viste a su manera, pero existen algunas diferencias por el mismo nivel económico de cada estudiante. Este nivel se puede clasificar en nivel Bajo (menor de S/.1025) , Medio (sueldo de S/.1025) y Alto (mayor de S/.1025) (19).

Factores psicológicos: son aquellas cualidades de la personalidad de la persona que pueden conllevar a desarrollar estrés en situaciones como: ansiedad, autoestima baja, depresión, mala concentración y memoria, desmotivación, etc. Según estudios se indica que las personas impulsivas, con cierto grado de agresividad, irritables e impacientes suelen desarrollar el estrés con más facilidad puesto que, el ambiente para ellos se encuentra tenso (18).

-Inquietud (incapacidad de relajarse y mantener la tranquilidad): es aquel proceso en el que el individuo se siente en desequilibrio, con ciertas incapacidades como la de

relajación, es decir que no se encuentra en las condiciones de mantener reposo físico o emocional, la musculatura del cuerpo se tensiona y no libera la mente de cualquier preocupación que se presente, este es considerado un factor para generar estrés puesto, que mientras los estudiantes no encuentran una tranquilidad y sean capaces de relajarse, van a presentar cierto grado de inquietud (20).

- Sentimientos de depresión y tristeza: cabe indicar que la depresión es considerada una enfermedad común que se puede catalogar como grave, debido a que suele interferir con la vida cotidiana de los seres humanos, generando cierta incapacidad para en este caso los estudiantes, que se puedan concentrar en la parte académica, se presentan signos como el insomnio, disminución del apetito, esta se causa por diversos factores también, la gravedad de esto depende de la persona y la enfermedad en particular, la tristeza también es considerado un factor psicológico puesto que, el individuo al manifestar ese sentimiento puede llegar a entrar en un cuadro de estrés, que incluso puede ser severo porque interfiere una serie de pensamientos y sentimientos (21).

La depresión se mide en escalas y cuestionarios:

- Inventario de Depresión de Beck (BDI): Evalúa la gravedad de los síntomas depresivos. (Beck, 1967) (22).
- Escala de Tristeza de Zung (SDS): Evalúa la gravedad de los síntomas depresivos. (Zung, 1965) (23).

- Ansiedad, angustia o desesperación: la ansiedad es considerada un trastorno o factor que da pie al estrés, esta es caracterizada por que se produce una intolerancia a la incertidumbre y preocupación acerca de los eventos que sucederán en un futuro incierto, esto si no se controla puede conllevar a la producción excesiva de preocupaciones sobre temas académicos que impiden de cierta manera la incapacidad de controlar dichas preocupaciones, por ende, esto conlleva a que se desarrolle un cuadro de estrés, en medio de estas emociones, tal es el caso de los estudiantes que muchas de las veces el mismo hecho de encontrarse solamente dedicados a la parte de adquisición de conocimientos y aprendizajes, en donde muchos de los estudiantes son de zonas alejadas del Distrito de Jesús, aquellos que vienen desde diversas comunidades con el fin de conseguir culminar el nivel secundario, misma situación que puede generar que el estudiante se encuentre con fases de ansiedad o angustiado (23).

Instrumentos de Medición de la Angustia:

- Escalas de Ansiedad: Estas escalas evalúan la frecuencia, intensidad y duración de los síntomas de ansiedad, como la preocupación, el nerviosismo, la tensión muscular y las dificultades para concentrarse. Según Escala de Ansiedad de Hamilton (HAM-A) y la Escala de Ansiedad Generalizada (GAD-7) (25).

- Problemas de concentración: estos se manifiestan mediante la incapacidad de focalizar de manera eficaz la atención en el momento de las horas académicas, si el estudiante no presenta una buena concentración en lo que ejerce, no se encuentra en la capacidad de bloquear aquellos elementos distractores que se encuentran alrededor del individuo, como aquellos sonidos con relevancia o los mismos pensamientos, es de vital importancia que el individuo se encuentre con una plena concentración puesto que, es un requisito muy indispensable para el logro de buenos resultados en la parte académica. Estos son considerados parte del factor de riesgo psicológico, porque mientras más distraídos se encuentren, no se podrán concentrar en lo que hacen, por ende, llega el momento que pierden el interés por ciertas cosas y como resultados entran en estrés (26).

Para medir los problemas de concentración en estudiantes, es fundamental utilizar instrumentos que evalúen la capacidad de atención y concentración, así como factores que pueden influir en su desarrollo.

- Según Barkley (2012), aborda el TDAH y su impacto en la concentración y el aprendizaje (27).

- Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad: cabe indicar que la agresividad es aquel comportamiento en el que el ser humano se adapta ante una situación amenazante, pasando a adaptarse cuando algo se presenta de manera irracional e injustificada. En esta conducta prevalece la ira o cólera seguido de un cambio de voz respecto al volumen, tono de voz y gestos en cuanto a lo cognitivo, elaborando objetivos enfocados a la destrucción y en lo conductual manifiestan tanto físicas y verbales. Esto sucede especialmente en la etapa de la adolescencia, porque ocurren cambios y alteración de hormonas femeninas y masculinas, sin embargo, esta situación por lo general se presenta en el ambiente familiar y social cuando se presenta algún tipo de violencia, esto deduce que a más sentimientos de agresividad y cuanto más irritable se encuentre el estudio mayor va ser la exposición a la adquisición del estrés (28).

Para medir los sentimientos de agresividad en estudiantes, es crucial utilizar instrumentos que evalúen las emociones, pensamientos y tendencias conductuales asociados a la agresividad.

- Según el cuestionario de Agresión de Buss-Perry (AQ), evalúa la agresividad física, verbal y hostil, así como la ira y la hostilidad (29).

2.2.2. Estrés

2.2.2.1 Definición

Es aquella respuesta no específica del cuerpo humano producto de cambios que se inician en un sistema biológico, esto ocurre mediante un estresor, que genera inestabilidad del organismo, así mismo es una respuesta a cualquier estímulo inespecífico del organismo acorde a la demanda que este pueda recibir (30).

Así también se menciona que el estrés viene a ser un conjunto de estímulos, generado por agentes estresores mismos que son aquellas condiciones ambientales que producen sentimientos de tensión o se percibe como amenaza o peligro, se enfoca en la reacción de las personas ante un estresor, siendo esta respuesta aquel estado de tensión que comprende 2 elementos como el psicológico, mismo que hace referencia a la conducta, pensamientos y emociones que son emitidas por un sujeto y por otro lado, se tiene al fisiológico, aquel que hace referencia a la activación corporal (30).

Por otro lado, en mejor término el estrés es aquella respuesta psicológica, fisiológica o emocional de un individuo al intentar adaptarse a presiones internas o externas, así mismo, se menciona que incluso acciones positivas son capaces de generar algún cambio o implican algún proceso de adaptación físico o mental, por ende, se dice que el estrés conlleva a un proceso de sistema con rasgos adaptativos, en especial en la parte psicológica que se evidencia de manera representativa dándose con mayor intensidad durante el proceso educativo (31).

2.2.2.2 Fases del estrés

Fase de alarma; es en la que se inicia justo después que se detecta la amenaza, con la aparición de temperatura corporal bajo o incrementando la frecuencia cardiaca.

Fase de resistencia; es aquí en donde el cuerpo se adapta y ajusta al factor que genera el estrés.

Fase de agotamiento; esta ocurre cuando la tensión se encuentra persistente durante un tiempo prolongado, con la agregación de factores residuales conllevando al desenlace de diversas enfermedades e incluso la muerte (32).

2.2.2.3 Síntomas del estrés

Dentro de la sintomatología se encuentran signos físicos, presentándose el cuadro clínico como: incremento de la frecuencia cardíaca, aumento de la presión arterial, dificultad respiratoria, cefalea, náuseas o mareos, alteraciones del sueño, contractura muscular, espasmos musculares, inquietud, cambios en el proceso de digestión, espasmos nerviosos, parestesias, disminución del apetito, angina de pecho y fatiga en general. Por otro lado, se encuentran los síntomas emocionales, que se presentan como agresividad, temores, irritabilidad, depresión, pérdida de interés por los demás, sentimiento de culpa o soledad, miedo, temor, negatividad a todo, incapacidad para hacer frente determinadas situaciones, confusión, dificultad para la toma de decisiones. Y finalmente se encuentran los síntomas de comportamiento, los cuales se presentan como: evitamiento de las situaciones difíciles, poca comunicación interactiva, llanto con frecuencia, cambios de alimentación, alteraciones en la concentración, dificultad para la toma de decisiones, alteración de los episodios de sueño, negación de algún problema o consumo de drogas o alcohol y postergar trabajos considerados difíciles de realizarlos. Estos llegan afectar el bienestar de la salud de los individuos, como también afectan el rendimiento escolar en estudiantes (33).

2.2.2.4 Tipos de estrés

Eustrés

Es aquel estrés positivo, puesto que, este es el que provoca que el individuo sea capaz de enfrentar adversidades, incremento de su energía y vitalidad para sobrepasar cualquier vicisitud. Este es considerado de menor grado de afectación y depende mucho de la manera en cómo lo percibe la persona y cómo interpreta la circunstancia que se considera una amenaza, es aquí en donde se encuentra una adaptación al medio (34).

Distrés

Es aquella percepción de estrés de manera negativa trayendo como consecuencia ciertos desórdenes fisiológicos y somatizaciones, es decir, que ese contenido emocional cargado de experiencias negativas que generan perjuicio atentando contra el bienestar y equilibrio del individuo (34).

2.2.2.5 Instrumento para medir el estrés según SISCO SV

Este instrumento que se va a utilizar en la presente investigación esta enfocado en los diversos factores para medir estrés según Inventario de Estrés Académico SISCO SV (35):

Estresores: Refiere aquellas demandas o estímulos del ámbito educativo que presionan o sobrecargan al estudiante. Siendo tres los tipos de estresores: físicos, sociales y psicológicos. Entre ellos tenemos: Los físicos (el ruido, toxinas y las demás sustancias concretas), sociales (hechos externos que estén bajo nuestro control), psicológicos (emociones) (36).

En el ámbito educativo tenemos:

- **Competitividad entre compañeros:** La rivalidad entre compañeros puede poner en peligro la competencia, lo que impide que los estudiantes gestionen adecuadamente sus conflictos en el aula, generándoles estrés.
- **Evaluación:** Los estudiantes experimentan ansiedad ante los semestres de evaluación, ya que temen no tener éxito en las pruebas. Además, la acumulación de evaluaciones (como varios exámenes simultáneamente y la gran cantidad de materia que deben estudiar) y la incertidumbre sobre los métodos de evaluación contribuyen a esta preocupación.
- **Sobrecarga de tareas:** La acumulación de tareas y horas de clase complica la gestión del tiempo y reduce el tiempo libre, lo que impacta negativamente en la calidad de la vida académica y personal, provocando problemas como la falta de concentración, las altas exigencias de las actividades prácticas y el fracaso en algunos cursos.
- **Tiempo limitado:** La falta de tiempo libre se da debido a la sobrecarga de tareas, sobrecarga horaria, además de ello la falta de preparación en el estudiante correspondiente a la planificación del tiempo (16).

Síntomas: Los síntomas del estrés son las manifestaciones del estudiante que pueden ser propias del cuerpo como son las físicas, que tengan que ver con las funciones cognitivas o aquellas que involucran la parte comportamental. Entre las reacciones físicas, propias del cuerpo, se encuentran las siguientes: Dolor de cabeza, cansancio difuso o fatiga crónica, disfunción gástrica, dolor de espalda, dificultad para dormir o sueño irregular, frecuentes catarrros o gripes, excesiva sudoración, aumento o pérdida de peso, temblores o tic nerviosos. Entre la sintomatología psicológica tenemos: Ansiedad, susceptibilidad, tristeza, indecisión, irritabilidad excesiva, preocupación excesiva, tono de humor depresivo. Y entre los indicadores comportamentales tenemos: Olvidos frecuentes, aislamiento, desgano, absentismo escolar, conflictos frecuentes, dificultad para aceptar responsabilidades (36).

Estrategias de afrontamiento: Se presenta cuando el estímulo origina una serie de exteriorizaciones que muestra la presencia de un desequilibrio sistémico en su relación con el entorno, dicho sujeto deberá actuar para restaurar el equilibrio perdido. Este proceso de actuación se dará mediante una valoración que tiene por objetivo impulsar al individuo a afrontar; cuando el entorno se presenta amenazante para él, es este proceso psicológico de interpretación el que se llevará a cabo (36).

Las estrategias de afrontamiento, son aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales que se desarrollan, son descritos sobre el supuesto de que la aparición de una enfermedad, más o menos seria, constituye una situación vital de estrés para el sujeto, que le obliga a realizar procesos adaptativos (36).

2.2 Hipótesis

H1: existe relación significativa entre factores sociodemográficos y psicológicos con estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús - Cajamarca, 2024.

Ho: no existe relación significativa entre factores sociodemográficos y psicológicos con estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús - Cajamarca, 2024.

2.3 Variables

Variable 1 (V1): Factores predisponentes

Variable 2 (V2): Estrés.

2.4 Definición, conceptualización y operacionalización de variables.

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
Variable 1 Factores predisponentes	Son aquellos que influyen o se ven involucrados en el desarrollo de estrés en los individuos (18).	Son situaciones que desencadenan el estrés, mismos que serán identificados de manera cuantitativa mediante un cuestionario.	Factores sociodemográficos	Edad	<ul style="list-style-type: none"> • 15 años • 16 a 17 años • 18 años 	Nominal
				Sexo	<ul style="list-style-type: none"> • Masculino • Femenino 	
				Lugar de procedencia	<ul style="list-style-type: none"> • Urbano • Rural 	
				Composición familiar	<ul style="list-style-type: none"> • Nuclear • Monoparental • Extensa 	
				Nivel socioeconómico	<ul style="list-style-type: none"> • Bajo • Medio • Alto 	
			Factores psicológicos	Inquietud	<ul style="list-style-type: none"> • Nerviosismo, • Caminar de un lado a otro 	Nominal
				Sentimientos de depresión y tristeza	<ul style="list-style-type: none"> • Cambios de apetito • Llorar todo el tiempo • Sentirse con falta de energía 	
				Ansiedad, angustia o desesperación	<ul style="list-style-type: none"> • Sentir miedo • Sudoración en las manos • Respiración acelerada 	
				Problemas de concentración	<ul style="list-style-type: none"> • Dificultad para realizar tareas 	
				Sentimientos de agresividad o irritabilidad	<ul style="list-style-type: none"> • Gritar todo el tiempo • Pelearse • Golpear 	

					• Romper cosas	
Variable 2 Estrés	Es la reacción que tienen los estudiantes frente a las diversas exigencias y demandas que enfrentan en su centro de estudios, tales como exámenes trabajos, etc (4).	Es aquella respuesta ante estímulos estresantes, este será medido en niveles mediante el Inventario de Estrés Académico SISCO SV.	Estrés	Estresores		Nominal
				Síntomas		
				Estrategias		

CAPÍTULO III

DISEÑO METODOLÓGICO

3.1 Diseño y tipo de estudio

El diseño corresponde a una investigación no experimental de corte transversal, enfoque cuantitativo y tipo correlacional.

- **No experimental:** porque se realizará sin la manipulación de la variable factores y estrés (37).
- **Corte transversal:** porque el instrumento y la recolección de datos de factores se darán en un determinado momento y tiempo único (37).
- **Enfoque Cuantitativo:** porque a través del instrumento se pudo cuantificar las variables en estudio (37).
- **Correlacional:** porque buscará medir el grado de asociación entre las variables en estudio, mismas que son factores y estrés (37).

3.2 Área de estudio y población

El estudio se llevó a cabo en la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús, ubicada en el Distrito de Jesús, Provincia y Departamento de Cajamarca, se encuentra limitado por el sur con el Distrito de Cachachi, al sureste con el Distrito de Pedro Gálvez, suroeste con el Distrito de Cospán, al norte con los distritos de Cajamarca y Llacanora, al este con el distrito de Matara y Namora y al oeste con los distritos de Asunción y San Juan, se encuentra 2564 m.s.n.m.

Esta institución está conformada por 5 grados, de primer a tercer grado de secundaria están constituidos por 4 secciones (A, B, C y D) cada uno, cuarto y quinto por 3 secciones, con un total de 500 alumnos.

La población fue constituida por los estudiantes que estaban matriculados en la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús del Distrito de Jesús, Provincia y Departamento de Cajamarca en el año 2024, de 4to y 5to grado con un total de 180 estudiantes.

3.3 Muestra

La muestra estuvo conformada por toda la población; es decir, de cuarto y quinto grado de secundaria, siendo 180 estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús del Distrito de Jesús, Provincia y Departamento de Cajamarca.

3.4 Unidad de análisis

La unidad de análisis estuvo conformada por cada uno de los estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús, del Distrito de Jesús, Provincia y Departamento de Cajamarca y que cumplen con los criterios de inclusión.

3.5 Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

- Estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús de Cajamarca.
- Estudiantes que firmen el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que se incorporen el mismo día de la recolección de datos.
- Estudiantes diagnosticados con estrés crónico, ansiedad o depresión o problemas de conductas.

3.6 Consideraciones éticas de la investigación

Confidencialidad: la información recolectada se mantendrá bajo estricta reserva y solo se usará para fines académicos (37).

Autonomía: cada estudiante tiene la libertad de responder el cuestionario sin ser influenciadas por terceras personas incluyendo a la investigadora (37).

No maleficencia: el investigador no realizó acciones que causen daño o perjudiquen a las estudiantes en el transcurso de la investigación (37).

Consentimiento informado: los estudiantes fueron informados de manera oportuna y clara acerca del objetivo de la investigación, si aceptaron participar del estudio, procedieron a firmar dicho consentimiento.

Beneficencia: se tomó todas las precauciones con el fin de evitar causar algún daño en los estudiantes, mismos que puedan afectar su integridad (37).

Libre participación: no hubo manipulación de intereses personales a favor del estudio, sino se respetó la libre decisión y honestidad en la selección de la muestra para la investigación.

Justicia: no se realizó ningún tipo de discriminación a los estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús de Cajamarca, rechazando todo acto que perjudique el bienestar de los mismos (37).

Respeto por las personas: con este criterio se protegió a la persona, las decisiones de las estudiantes son libres para participar en el estudio, se respetaron sus derechos de cada uno, no fueron forzadas para participar en el estudio.

Ética de la recolección de datos: para la obtención de la información se requiere de veracidad, la autora por ningún motivo adulteró los datos que se obtuvieron por parte de los estudiantes, si fuere así esto se denomina fraude de datos dictado por la Ley N° 29733, así mismo los datos solamente serán usados con fines de cumplir los objetivos de la investigación.

Ética de la publicación: para que el estudio sea publicado y difundido es necesario que sea culminado, la autora deberá garantizar el anonimato de las revisiones y cumplir con los estándares editoriales.

3.7 Procedimientos para la recolección de datos

1. Primero se solicitó el permiso al director de la institución Educativa Dulce Nombre de Jesús de Cajamarca donde se aplicó el estudio.
2. Segundo se les explicó a los estudiantes de la institución Educativa Dulce Nombre de Jesús, de cuarto y quinto grado de secundaria el objetivo de la investigación.
3. Tercero se les pidió que firmen el consentimiento informado a cada estudiante con la finalidad de que estos autoricen su participación de manera voluntaria en el estudio.
4. Por último, se aplicó las encuestas a los estudiantes de secundaria, teniendo una duración de un máximo de 15 minutos.

3.8 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

En el trabajo de investigación se utilizó como instrumento de recolección de datos un cuestionario (Anexo 1), para verificar los factores predisponentes al estrés y el instrumento para determinar el nivel de estrés es el Inventario de Estrés Académico SISCO SV, mismo que se encuentra vigente validado y confiable para ser usado, este está constituido por 47 ítems que se distribuyen en 3 dimensiones: estresores con 15 preguntas, síntomas 15 preguntas y estrategias de afrontamiento con 17 preguntas, con 6 opciones de respuestas tipo Likert: nunca (0), casi nunca (1), rara vez (2), algunas veces (3), casi siempre (4) y siempre (5). Para la dimensión estresores se considera de (0-75 puntos), síntomas del estrés de (0 - 75) y para dimensión estrategias de afrontamiento (0-85 puntos). El estrés se clasifica en estrés leve con puntaje de (0-78), estrés moderado de (79 - 157 puntos) y estrés fuerte con (158 - 235 puntos).

El instrumento para factores predisponentes del estrés fue elaborado por la investigadora, mismo que se distribuye en 2 partes, factores sociodemográficos constituido por 5 ítems y factores psicológicos con 5 ítems, ambas dimensiones compuestas por respuestas cerradas y abiertas.

Validez: para la validez de los instrumentos se hizo mediante el juicio de expertos siendo dos profesionales de Obstetricia y uno de Psicología.

Confiabilidad del instrumento: se realizó mediante una prueba piloto en la que participaron 20 estudiantes de tercer grado de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús, luego se analizó con Alfa de Cronbach por consistencia interna cuyo valor encontrado fue de 0.97 indicando que está por encima del umbral generalmente aceptado de 0.70, lo que indica que el cuestionario o escala utilizada para medir los factores predisponentes al estrés es altamente confiable.

3.9 Procesamiento y análisis de datos

Se creó la base de datos, los cuales fueron procesados manualmente y digital, en Excel y el ingreso de la información que nos brindó en el cuestionario se realizó diariamente. Para el procesamiento de los datos obtenidos se utilizó el software estadístico SPSS y Microsoft Excel, a fin de generar una base de datos de la siguiente

manera: numerar las encuestas, ingresar datos a la matriz de datos, elaborar cuadros y gráficos estadísticos, análisis y discusión de los resultados

3.10 Control de calidad de datos

La calidad de los datos obtenidos dependió en gran medida de la funcionalidad y la fiabilidad de los instrumentos utilizados, se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO SV y el instrumento de factores predisponentes a una prueba piloto a 20 estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús.

CAPITULO IV

RESULTADOS

Tabla 1. Factores sociodemográficos en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.

Factores Sociodemográficos		N°	%
Edad	14 - 16 años	91	50,6
	17- 19 años	89	49,4
Sexo	Masculino	87	48,3
	Femenino	93	51,7
Procedencia	Urbano	88	48,9
	Rural	92	51,1
Tipo de familia	Nuclear (Padre, madre e hijos)	145	80,6
	Monoparental (sólo madre, sólo padre e hijos)	35	19,4
Nivel Socioeconómico	Bajo (< S/. 1025)	76	42,2
	Medio (S/. 1025)	83	46,1
	Alto (> S/. 1025)	21	11,7
Total		180	100,0

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

En la tabla, se observan los factores sociodemográficos en los estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús donde se evidencia que el 50,6% son de 14 a 16 años, siendo de sexo femenino el 51,7%, procedentes de la zona rural el 51,1%, asimismo el 80,6% tiene un tipo de familia nuclear y la mayoría tiene un nivel socioeconómico medio, representando el 46,1%.

Tabla 2. Factores psicológicos en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.

Factores Psicológicos		N°	%
Inquietud	Si	107	59,4
	No	73	40,6
Sentimientos de depresión y tristeza	Si	123	68,3
	No	57	31,7
Ansiedad, angustia o desesperación	Si	125	69,4
	No	55	30,6
Problemas de concentración	Si	127	70,6
	No	53	29,4
Sentimientos de agresividad o irritabilidad.	Si	118	65,6
	No	62	34,4
Total		180	100,0

Fuente: encuesta aplicada a estudiantes

En la tabla, se aprecia los factores psicológicos en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús, donde indica que el 70,6 % tiene problemas de concentración, 69,4% sufre de ansiedad, el 68,3% tiene sentimientos de depresión y tristeza, la mayoría de ellos presenta sentimientos de agresividad o irritabilidad (65,6%) y el 59,4% presenta inquietud.

Tabla 3. Nivel de estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.

Nivel de estrés	N°	%
Bajo	3	1,7
Medio	177	98,3
Total	180	100,0

Fuente: encuesta aplicada a estudiantes

La tabla muestra el nivel de estrés en los estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús, evidenciando que la gran mayoría tiene un nivel medio, representado con el 98,3%.

Tabla 4. Factores sociodemográficos y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.

		NIVEL DE ESTRÉS		Total	Chi-cuadrado p - valor
		Bajo	Medio		
EDAD	14 a 16 años	N°	1	90	0.547
		%	33,3	50,8	
	17 - 19 años	N°	2	87	
		%	66,7	49,2	
Total		N°	3	177	
		%	100,00	100,00	
SEXO	Masculino	N°	1	86	0.6
		%	33,3	48,6	
	Femenino	N°	2	91	
		%	66,7	51,4	
Total		N°	3	177	
		%	100,00	100,00	
LUGAR DE PROCEDENCIA	Urbano	N°	3	85	0.074
		%	100,00	48,00	
	Rural	N°	0	92	
		%	0,00	52,00	
Total		N°	3	177	
		%	100,00	100,00	
TIPO DE FAMILIA	Nuclear (Padre, madre e hijos)	N°	2	143	0.54
		%	66,7	80,8	
	Monoparental (sólo madre, sólo padre e hijos)	N°	1	34	
		%	33,3	19,2	
Total		N°	3	177	
		%	100,00	100,00	
Nivel SOCIECONOMICO	Bajo (< S/. 1025)	N°	3	73	0.124
		%	100,00	41,2	
	Medio (S/. 1025)	N°	0	83	
		%	0,00	46,9	
	Alto (> S/. 1025)	N°	0	21	
		%	0,00	11,9	
Total		N°	3	177	
		%	100,00	100,00	

Fuente: encuesta aplicada a estudiantes

En la tabla se observa la relación entre los factores sociodemográficos y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús, donde se evidencia que de 177 alumnos que presentaban un nivel de estrés medio, el 50,8% fueron de 14 a 16 años, con un valor $p = 0.547$, el cual indica que no hay evidencia suficiente para afirmar que existe una relación significativa entre "edad" y "nivel de estrés".

Referente al sexo el 51,4% fueron de sexo femenino con un nivel de estrés medio y un valor $p = 0.6$, donde indica que no hay asociación entre "sexo" y "nivel de estrés".

Con respecto al lugar de procedencia se observa que el 52% pertenecían a la zona rural y también presentaron un nivel de estrés medio, el valor $p = 0.074$ que significa que no hay evidencia significativa entre "lugar de procedencia" y "nivel de estrés".

En cuanto al tipo de familia el 80,8% de estudiantes tenían una familia nuclear y presentaron un nivel de estrés medio, dado que $p = 0.54$ es considerablemente mayor que el nivel de significancia estándar de $\alpha = 0.05$. Esto significa que no existe una relación estadísticamente significativa entre el tipo de familia y el nivel de estrés en tu muestra.

A cerca del nivel socioeconómico se encontró que pertenecían al nivel medio el 46,9% y presentaron un nivel de estrés medio, dado que $p = 0.124$, es mayor que $\alpha = 0.05$, y no se observa una asociación significativa entre el nivel socioeconómico y el nivel de estrés.

Tabla 5. Relación entre factores psicológicos y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.

			NIVEL DE ESTRÉS		Total	Chi-cuadrado p - valor
			Bajo	Medio		
Inquietud	Si	N	2	105	107	0.066
		%	66,7%	59,3%	59.4%	
	No	N	1	72	73	
		%	33,3%	40,7%	40.6%	
Total	N	3	177	180		
	%	100.00%	100.00%	100.00%		
sentimiento de depresión y tristeza	Si	N	3	120	123	0.234
		%	100.00%	67.80%	68.30%	
	No	N	0	57	57	
		%	0.00%	32.20%	31.70%	
Total	N	3	177	180		
	%	100.00%	100.00%	100.00%		
Ansiedad, angustia o desesperación	Si	N	2	123	125	0.916
		%	66.70%	69.50%	69.40%	
	No	N	1	54	55	
		%	33.30%	30.50%	30.60%	
Total	N	3	177	180		
	%	100.00%	100.00%	100.00%		
Problemas de concentración	Si	N	3	124	127	0.259
		%	100.00%	70.10%	70.60%	
	No	N	0	53	53	
		%	0.00%	29.90%	29.40%	
Total	N	3	177	180		
	%	100.00%	100.00%	100.00%		
Sentido agresividad o irritable	Si	N	3	115	118	0.205
		%	100.00%	65.00%	65.60%	
	No	N	0	62	62	
		%	0.00%	35.00%	34.40%	
Total	N	3	177	180		
	%	100.00%	100.00%	100.00%		

Fuente: encuesta aplicada a estudiantes

En el presente cuadro se aprecia la relación entre los factores psicológicos y nivel de estrés donde se observa que el 59,3% de los estudiantes presentan inquietud y tienen un nivel de estrés medio, con un valor $p = 0.066$, lo que indica que no hay suficiente

evidencia estadística para afirmar que existe una relación significativa entre sentir inquietud y el nivel de estrés.

Asimismo, se encontró que el 67,8% presentan sentimientos de depresión y tristeza y tienen un nivel de estrés medio, con un valor $p = 0.234$, que es mayor a $\alpha = 0.05$ indicando que no hay una relación significativa entre las dos variables.

También se encontró que el 69,50% tienen ansiedad angustia o depresión y un nivel de estrés medio, donde el valor $p = 0.916$ es mucho mayor que el nivel de significancia ($\alpha = 0.05$), esto significa que no hay evidencia estadística suficiente para afirmar que las variables están relacionadas.

De igual manera el 70,10% presentaron problemas de concentración y tienen un nivel de estrés medio con el valor $p = 0.259$ que es mayor al nivel de significancia donde afirma que no existe una relación estadísticamente significativa entre los problemas de concentración y el nivel de estrés.

Por otro lado, el 65% de los estudiantes presentan sentido de agresividad o irritabilidad y un nivel de estrés medio, con un valor $p = 0.205$ que es mayor al nivel de significancia lo que indica que no hay suficiente evidencia para afirmar que las variables están relacionadas.

CAPITULO IV

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En este capítulo se presenta los análisis de resultados que se obtuvieron en la investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre factores predisponentes y estrés en estudiantes de la institución educativa dulce nombre de Jesús- Cajamarca, 2024. A través de los objetivos específicos planteados, se describirá los factores sociodemográficos, psicológicos, nivel de estrés y cuál es la relación entre ellos.

En primer lugar, se identificó los factores sociodemográficos de la muestra de estudio, en cuanto a la edad se encontró que el 50,6% de estudiantes tenían 15 años. Resultados concuerdan con, Moyolema P (11). quien encontró 50% con edad de 14 a 16 años, Céspedes C. reportó 64,2% de alumnos de 14 a 16 años. Sin embargo, López A(16). indicó que el 57,6% de estudiantes tenían de 17 a 20 años, Espinola S y García Y(12). determinaron que el 77,4% de estudiantes tenían entre 18 a 29 años. Asimismo, Orduño F, Ortega E y Castillo J(10). encontraron 69% de estudiantes oscilaban entre 20 a 25 años.

En Perú en el 2023, según el Ministerio de Salud (Minsa), el 29,6% de los adolescentes entre 12 y 17 años presenta riesgo de padecer estrés. Cabe mencionar que, investigaciones sugieren que la edad de los adolescentes influye en la manera en que manejan el estrés, las diferencias notables se observan en el desarrollo de habilidades para afrontar situaciones estresantes, ya que los adolescentes más jóvenes pueden tener menos recursos para gestionar el estrés en comparación con sus compañeros mayores, quienes pueden poseer habilidades adquiridas a través de experiencias previas (38).

Referente al sexo, la mayoría fueron mujeres representando el 51,7% de la muestra. Resultados similares fueron encontrados por Espinola S, Garcia Y, López A y Santamaria F (12) (16) (15), quienes reportaron un mayor predominio de estudiantes de sexo femenino con un 82,3%,73,4% y 54,8% respectivamente. Resultados discrepan con, Moyolema P (11). quien encontró que el 73% de muestra eran de sexo masculino, al igual que Céspedes C (17), con 52,3%.

Los adolescentes tienden a ser más liberales y receptivos al tratar problemas de expresión, y también suelen contar con un respaldo social considerable de sus padres. Sin embargo, se ha observado que las mujeres jóvenes enfrentan niveles de estrés más altos en su día a día, especialmente en áreas como la aceptación por parte de sus pares, la interacción con chicos, las sensaciones de soledad y los desacuerdos familiares. Además, estas adolescentes reportan una mayor cantidad de síntomas psicosomáticos negativos. Una posible explicación para esta situación podría ser la transformación de los roles de género en la sociedad contemporánea, lo que genera en estas jóvenes una sensación de incertidumbre sobre el control que poseen sobre sus vidas mientras intentan navegar a través de definiciones de rol que a menudo son confusas (11).

En cuanto al lugar de procedencia, prevaleció el 51,1% de estudiantes de zona rural. No obstante López A (16). reportó que el 55,4% de los estudiantes procedía de zona urbana, discrepando al estudio realizado. Los estudiantes de zona urbana son más propensos al estrés ya que ellos tienen más presión por sus padres en cuanto a las calificaciones, logro de aprendizaje, rendimiento académico, tareas, etc.

Referente al tipo de familia, el 80,6% de estudiantes presentó familia nuclear, resultados concuerdan con Acevedo L, Dario R y Ocampo A (13) . quienes en su investigación obtuvieron que 21% de alumnos pertenecían a una familia nuclear. No obstante Castañeda K y Cervantes M (13). reportaron 54,1% de estudiantes que tenían una familia moderadamente funcional, datos que no se pueden comparar con resultados de la presente investigación.

El entorno familiar juega un papel crucial en el desarrollo emocional del adolescente. La dinámica familiar, caracterizada por la comunicación deficiente, las disputas frecuentes, la falta de apoyo y los conflictos, puede generar altos niveles de estrés en el adolescente. La disolución del matrimonio de los padres o la presencia de tensiones en el hogar también se consideran factores estresantes que pueden afectar negativamente el bienestar emocional del adolescente (13).

En relación con el ingreso económico se evidenció que el 46,1% de estudiantes tiene un nivel socioeconómico medio. Sin embargo, Moyolema P (11). encontró que el 14% de estudiantes tienen un nivel socioeconómico bajo. El estrés que experimentan los padres, el desempleo y un bajo estatus socioeconómico son algunos de los factores estresantes significativos que afectan a muchos adolescentes.

Con relación a los factores psicológicos, se encontró que el 59,4% de los estudiantes presentó inquietud, el 68,3% Sentimientos de depresión y tristeza, el 69,4% ansiedad, angustia o desesperación, 70,6% problemas de concentración y 65,6% sentimientos de agresividad o irritabilidad. Resultados coinciden con los datos aportados por Moyolema P (11). en la cual mencionó que, el 34% presentó inquietud, 27% sentimientos de depresión y tristeza, 11% ansiedad, angustia o desesperación, 8% problemas de concentración y 3% sentimientos de agresividad o irritabilidad. Sin embargo, Castañeda K. Cervantes M (13). obtuvo como resultado 27,9% depresión leve. No obstante Santamaria F. obtuvo como resultado depresión normal con porcentaje de 49,7%.

Según el informe del INEI de 2024, la problemática del estrés en los adolescentes es considerable, ya que se indica que un 23% de este grupo etario reportó sentirse desalentado o en estado de depresión, Además, las patologías más comunes incluyen la ansiedad y la depresión, afectando a cientos de miles de jóvenes en el país (39).

Con respecto al nivel de estrés se encontró que el 98,3% de estudiantes presentaron un nivel medio. Estos resultados son similares con López A (16). quien encontró que el 81% tienen un nivel de estrés medio. Resultados que discrepan, con Castañeda K. y Cervantes M (13). quienes hallaron que el 33,1% presentaron un nivel de estrés normal, al igual que Santamaria F (15). encontró 67,7%. Por otro lado, Rosales G y Villanueva A (14). quienes indicó que el 84% de estudiantes presentaron un nivel de estrés moderado, Espinola G y Yumayra B (12). reportaron que 38,7% presentaron un estrés leve.

Al analizar los resultados encontrados, podemos decir que el nivel de estrés medio es muy frecuente en los estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús, esto puede deberse a la presión académica como los exámenes y tareas, presión social e incluso los problemas económicos, cabe destacar, que el estrés produce varios cambios significativos en la vida de los estudiantes de tal manera que, puede influir negativamente en el desarrollo de las distintas áreas del ser humano, afectando su entorno.

Asimismo, el estrés al que están sometidos los adolescentes puede repercutir negativamente en diversos aspectos de su vida. Y siendo esta una etapa de mucha fragilidad en la cual se experimenta muchos cambios, mucha presión, mencionando en ese sentido, que esa presión que ellos perciben es en todo momento por las cuestiones académicas, las exigencias de sus padres y profesores acerca de su rendimiento escolar, llevándolos a situaciones de mucho estrés.

En el estudio se halló que no existe relación entre los factores sociodemográficos y el nivel de estrés en los estudiantes de la I.E Dulce Nombre de Jesús. Resultado concuerda con López A (16). quien halló que la edad, sexo y procedencia no se relacionan con el nivel de estrés. De la misma manera, Santamaria F(15). halló que algunas dimensiones como edad y sexo no tienen relación estadísticamente significativa.

Según los resultados en la investigación indica que no hay relación entre los factores sociodemográficos y el nivel de estrés en los estudiantes, sin embargo, López indica que a menor edad el nivel de estrés es mayor y que a medida que aumenta la edad, en su formación académica los niveles de estrés disminuyen porque el alumno se va adaptando a los agentes estresores, esto podría ser porque los estudiantes están adaptándose a la transición de la educación (16). Por otro lado, es importante que los padres de familia se interesen en los quehaceres diarios de sus hijos, de sus relaciones amistosas y afectuosas, de sus metas, de sus ilusiones y motivarlos constantemente, evitando así generar una respuesta de estrés (11).

En cuanto a la relación entre los factores psicológicos y el nivel de estrés, se encontró que no existe una relación estadísticamente significativa al estrés en los estudiantes de la I.E Dulce Nombre de Jesús. Sin embargo, Espinola G y Yumayra B (12). en su estudio se evidencia que, si hay asociación al estrés, el cual mencionó que, el estrés puede afectar a los adolescentes de formas muy diferentes a cómo afecta a una persona adulta.

Según los resultados encontrados indican que los factores psicológicos no se relacionan con el nivel de estrés en los estudiantes, asimismo es importante mencionar que, en la actualidad, los adolescentes, en especial las mujeres, se enfrentan a una serie de desafíos que impactan su bienestar psicológico. Si bien los adolescentes en general disfrutan de mayor libertad y apoyo familiar para expresar sus emociones, las mujeres jóvenes reportan experimentar niveles significativamente más altos de estrés en su vida diaria.

Como profesionales de Obstetricia, es relevante concientizar a la población estudiantil sobre la importancia de abordar temas como el estrés, generando estrategias que mitiguen la problemática; teniendo en cuenta que el contexto escolar es una de las etapas más importantes en el transcurso de la adolescencia, en donde los seres

humanos experimentan diferentes situaciones negativas las cuales si no se manejan de forma adecuada podría desequilibrar física y emocionalmente al ser humano.

CONCLUSIONES

1. Referente a los factores sociodemográficos en los estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús fueron de sexo femenino con una edad de 15 años, procedentes de la zona rural y pertenecen a una familia nuclear con un nivel socioeconómico medio.
2. En cuanto a los factores psicológicos en los estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús tienen problemas de concentración, siendo el 70,6%.
3. La mayoría de los estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús presentaron un nivel de estrés medio, siendo el 98,3%.
4. No existe relación entre los factores sociodemográficos y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús de Cajamarca en el año 2024, al encontrarse el valor de significancia $p = 0.54$ mayor a 0.05, por tanto, se rechaza la hipótesis alterna y se acepta hipótesis nula.
5. No existe relación entre los factores psicológicos y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús de Cajamarca en el año 2024, al encontrarse el valor de significancia $p = 0.066$ mayor a 0.05, por tanto, se rechaza la hipótesis alterna y se acepta hipótesis nula.
6. No existe relación entre los factores sociodemográficos, psicológicos y estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús de Cajamarca en el año 2024, por tanto, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

RECOMENDACIONES

Al finalizar el siguiente trabajo se realiza las siguientes recomendaciones:

A la Unidad de Gestión Educativa Local (UGEL), capacitar a los docentes en estrategias para un buen manejo sobre estrés en adolescentes, asimismo establecer ambientes adecuados para sesiones educativas.

A las autoridades de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús, implementar diversas estrategias fundamentalmente en el desarrollo de habilidades organizativas, enseñar técnicas de manejo de estrés, establecer recurso de apoyo (obstétrico y psicológico, con programas de bienestar mental y emocional) para los estudiantes.

A los estudiantes Obstetricia de la Universidad Nacional de Cajamarca, seguir realizando trabajos de investigación en diferentes temas como factores psicológicos y emocionales asociados al estrés, relaciones interpersonales asociados al estrés, rendimiento académico y estrés, con la finalidad de comprender mejor la naturaleza del estrés en los adolescentes e identificar estrategias efectivas de prevención.

A los Obstetras, en cuanto a la salud integral de la población, realizar charlas informativas durante sesiones con adolescentes abordando el tema de estrés y sus factores predisponentes para que de esta manera los adolescentes puedan identificarlos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Arteaga A. El estrés en adolescentes [Internet]. 2005 [citado 15 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://inpsiquiatria.inteliglobemex.com/portal/saludxmi/biblioteca/estres/002_ESTRES_enla_Adolescencia.PDF
2. Carebotnew. Estrés y ansiedad en adolescentes: hechos, estadísticas, síntomas y tratamiento [Internet]. Carebot ABA. 2023 [citado 15 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://carebotaba.com/es/estadisticas-de-estres-adolescente/>
3. Churampi M. Factores que predisponen al estrés académico en estudiantes de una universidad pública en el contexto de la pandemia por COVID- 19 Lima, 2021. [Internet]. [Lima]: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2022 [citado 25 de enero de 2024]. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/3177434a-bc3d-49f7-abfa-019d9f2ce67c/content>
4. Universidad Nacional de Córdoba [Internet]. 2022 [citado 6 de enero de 2025]. Estrés Académico. Disponible en: <https://www.unc.edu.ar/vida-estudiantil/estr%C3%A9s-acad%C3%A9mico>
5. Organización Mundial de Salud. Estrés [Internet]. Washington; 2023 [citado 15 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
6. Organización Internacional del Trabajo. La salud mental en el trabajo [Internet]. Ginebra; 2022 [citado 25 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.ilo.org/es/temas/seguridad-y-salud-en-el-trabajo/la-salud-mental-en-el-trabajo>
7. Aservi M. Relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios [Internet]. [Lima]: Universidad de Lima; 2022 [citado 28 de enero de 2024]. Disponible en: https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/16015/Aservi-Rodrigo_Relacion-Estres-Academico.pdf?sequence=4&isAllowed=y
8. Ministerio de Salud. Minsa y universidades implementarán estrategias para el cuidado de la salud mental de los estudiantes. [Internet]. MINSA; 2019 [citado 25

- de enero de 2024]. Disponible en:
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/51257-minsa-y-universidades-implementaran-estrategias-para-el-cuidado-de-la-salud-mental-de-los-estudiantes>
9. Acebedo L, Dario R, Ocampo A. Factores desencadenantes de estrés en los estudiantes de enfermería ante el inicio de sus prácticas. [Internet] [Tesis Pregrado]. [Bogotá]: Universidad ECCI; 2019 [citado 2 de febrero de 2024]. Disponible en:
<https://repositorio.ecci.edu.co/bitstream/handle/001/1087/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 10. Orduño F, Ortega E, Castillo J. Factores desencadenantes del burnout académico, en estudiantes de la universidad de sonora, campus santa ana [Internet]. [México]: Universidad de Sonora; 2019 [citado 3 de febrero de 2024]. Disponible en:
<https://apcam.org.mx/wp-content/uploads/2019/03/PONENCIA-18-UNISON-Sta-Ana.pdf>
 11. Moyolema P. Factores desencadenantes de estrés en adolescentes entre 13 a 19 años de la unidad educativa Luis a. Martínez. [Internet] [Tesis Pregrado]. [Ecuador]: Universidad técnica de Ambato; 2019 [citado 5 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/7225a3d9-a0ae-4aaa-a052-a643f3670e13/content>
 12. Espinola S, García Y. Factores asociados al Estrés Académico en estudiantes de Ciencias de la Salud del IST América Chimbote, 2022. [Internet] [Tesis Pregrado]. [Trujillo]: Universidad César Vallejo; 2023 [citado 7 de febrero de 2024]. Disponible en:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/107667/Espinola_GSDR-Garcia_MYB-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 13. Castañeda K, Cervantes M. Factores asociados a depresión, ansiedad y estrés en adolescentes de la institución educativa los licenciados en contexto de pandemia por covid-19. [Internet] [Tesis Pregrado]. [Ayacucho]: Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga; 2022 [citado 8 de febrero de 2024]. Disponible en:
<https://repositorio.unsch.edu.pe/server/api/core/bitstreams/64f07fe5-2abe-45e1-ae38-3464a7cd16b0/content>

14. Rosales G, Villanueva A. Estrés académico en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Padre Aymon La Cruz López 1282, Lima -2021. [Internet] [Tesis Pregrado]. [Lima]: Universidad César Vallejo; 2021 [citado 12 de febrero de 2024]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/92066/Rosales_TGN-Villanueva_RAA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

15. Santamaria F. Factores asociados a depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de secundaria de la I.E. José Jacobo Cruz Villegas-Catacaos, durante la pandemia por covid-19. [Internet] [Tesis Pregrado]. [Piura]: Universidad Nacional de Piura; 2021 [citado 22 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.unp.edu.pe/server/api/core/bitstreams/9efb2e56-e787-4d8b-9f2b-c223b74995d4/content>

16. López A. Características sociodemográficas y el nivel de estrés académico en los estudiantes de enfermería de la universidad nacional de Cajamarca, durante la pandemia covid-19. [Internet] [Tesis Pregrado]. [Cajamarca]: Universidad Nacional de Cajamarca; 2023 [citado 18 de marzo de 2024]. Disponible en: https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5618/TESIS%20PDF_AGUSTINA%20L%c3%93PEZ%20C%c3%93RDOVA.%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y

17. Céspedes K. Inteligencia emocional y estrés académico frente a la pandemia por covid-19, en adolescentes del nivel secundario de la I.E.P. El Carmen. Cajamarca, 2021. [Internet] [Tesis Pregrado]. [Cajamarca]: Universidad Nacional de Cajamarca; 2022 [citado 12 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5180/katherine%20pamela%20c%c3%a8spedes%20correa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

18. Campos J. Estrés académico asociado a factores sociodemográficos en estudiantes de enfermería de una universidad privada, Trujillo 2022. [Internet] [Tesis de pregrado]. [Trujillo]: Universidad Privada Antenor Orrego; 2023 [citado 3 de marzo de 2024]. Disponible en: https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/10273/REP_JOHANA.CAMPOS_JEMIMA.GOMEZ_ESTR%c3%89S.ACADEMICO.pdf?sequence=1&isAllowed=y

19. Medina L, Negrón R. Factores sociodemográficos asociados al estrés en estudiantes de psicología de una Universidad Peruana. *Cienc Lat Rev Científica Multidiscip.* 2022;6(6):14172-85.
20. Mendoza A. Estrés y rendimiento académico de estudiantes universitarios en tiempos de pandemia Covid-19. *HOLOPRAXIS.* 14 de diciembre de 2022;6(1):057-72.
21. Organización Panamericana de la Salud. Depresión [Internet]. OMS; 2023 [citado 26 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/depresion>
22. Beltrán M del C, Freyre MÁ, Hernández-Guzmán L. El Inventario de Depresión de Beck. *Ter Psicológica.* abril de 2012;30(1):5-13.
23. Piñerúa-Shuhaibar L, Estévez J, Suárez-Roca H. Autescala de Zung para depresión como predictor de la respuesta sensorial y autonómica al dolor. *Investig Clínica.* diciembre de 2007;48(4):469-83.
24. Izurieta D, Poveda S, Naranjo T, Moreno E. Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia COVID-19. *Rev Neuro-Psiquiatr.* abril de 2022;85(2):86-94.
25. Hamilton. Escala de Hamilton para la Ansiedad [Internet]. 1959. Disponible en: <https://biadmin.cibersam.es/Intranet/Ficheros/GetFichero.aspx?FileName=HARS.pdf>
26. Carpio B. Desarrollo de la atención selectiva a través del juego en estudiantes de educación superior. *Comunicación Rev Investig En Comun Desarro.* 3 de diciembre de 2020;11(2):131-41.
27. Rusca-Jordán F, Cortez-Vergara C, Rusca-Jordán F, Cortez-Vergara C. Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) en adolescentes. *Rev Neuro-Psiquiatr.* julio de 2020;83(3):148-56.
28. Silva C, Barchelot L, Galván G. Caracterización de la conducta agresiva y de variables psicosociales en una muestra de adolescentes de la ciudad de Bucaramanga y su área metropolitana. *Psicogente.* 7 de julio de 2021;24(46):1-22.
29. Chahín-Pinzón N, Lorenzo-Seva U, Vigil-Colet A. Características psicométricas de la adaptación colombiana del Cuestionario de Agresividad de Buss y Perry en una

muestra de preadolescentes y adolescentes de Bucaramanga. Univ Psychol. septiembre de 2012;11(3):979-88.

30. Kloster G, Perrotta F. Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná. [Internet]. [Paraná]: Universidad Católica Argentina; 2019 [citado 8 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>
31. Estrada E, Mamani M, Gallegos N, Mamania H, Zuloaga M. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. 9 de abril de 2021;Vol.40(núm.1):11.
32. Silva F, Carneiro F, Silva C, Silva M, Marquez R, Santana T, et al. Nivel de estrés entre universitarios de enfermería relacionado a la etapa de formación y a los factores sociodemográficos. Rev Lat Am Enfermagem. 17 de abril de 2020;28:e3209.
33. Armenta L, Quiroz C, Abundis F, Zea A. Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. Espacios. 17 de diciembre de 2020;41(48):402-15.
34. Salazar A. Estrés académico en estudiantes de una universidad pública y privada durante clases virtuales en época de pandemia en Trujillo, 2020 [Internet]. [Trujillo]: Universidad Privada Antenor Orrego; 2021 [citado 19 de mayo de 2024]. Disponible en: https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/8589/REP_ADA.SALAZAR_ESTR%c3%89S.ACADEMICO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
35. Alania-Contreras RD, Chanca-Flores A, Condori-Apaza M, Árias EF, Cruz MR de la, Ortega-Révolo DID, et al. Inventario de Estrés Académico SISCO SV en una población universitaria peruana. Socialium. 3 de enero de 2021;5(1):242-60.
36. Alfonso Águila B, Calcines Castillo M, Monteagudo de la Guardia R, Nieves Achon Z. Estrés académico. Edumecentro. 2015;163-78.
37. Hernández R, Fernández C, Baptista P. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN. Mc Graw Hill. 6ta edición.

38. MINSA. Riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional en adolescentes. [Internet]. 2021 [citado 14 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>

39. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Salud mental y jóvenes de 15 a 29 años. [Internet]. INEI; 2023 [citado 16 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://juventud.gob.pe/2023/06/el-32-3-de-jovenes-de-15-a-29-anos-presentaron-algun-problema-de-salud-mental/>

ANEXOS

Anexo 1: INSTRUMENTO PARA RECOJO DE INFORMACIÓN

INSTRUMENTO DE ESTRÉS

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO SV

**Alania R, Chanca A, Condori M, Fabián E, Rafaele M, Ortega D, Roque D, et al.
2021**

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

a. Si

b. No

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

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

1	2	3	4	5

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

Nunca	Casi Nunca	Rara Vez	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

ESTRESORES	N	CN	RV	AV	CS	S
1. La competitividad con o entre mis compañeros de clases.						
2. La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días.						
3. La personalidad y carácter de mis profesores/as que me imparten clases.						
4. La forma de evaluación de los(as) profesores/as de tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc.						
5. El nivel de exigencia de mis profesores/as						
6. El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en Internet etc.)						
7. Que me enseñen profesores/as muy teóricos/as.						
8. Mi participación en clase						
9. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as						
10. La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación						
11. Exposición de un tema ante la clase						

12. La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as.						
13. Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología).						
14. Asistir o conectarme a clases aburridas o monótonas.						
15. No entender los temas que se abordan en la clase.						
SÍNTOMAS	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla).						
2. Fatiga crónica (cansancio permanente).						
3. Dolores de cabeza o migrañas.						
4. Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea.						
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc						
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.						
7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).						
8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).						
9. Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación.						
10. Dificultades para concentrarse.						
11. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.						
12. Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear						
13. Aislamiento de los demás.						
14. Desgano para realizar las labores académicas.						
15. Aumento o reducción del consumo de alimentos.						
ESTRATEGIAS	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).						
2. Escuchar música o distraerme viendo televisión adecuadamente.						
3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
4. Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa						
5. La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa).						
6. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa						
7. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos.						
8. Contar lo que me pasa a otros (verbalización de la situación que preocupa).						
9. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						
10. Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante.						
11. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.						
12. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné						
13. Hacer ejercicio físico						
14. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
15. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.						
16. Navegar en internet adecuadamente						
17. Jugar videojuegos con responsabilidad.						

Anexo 2: SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN PARA EJECUCIÓN DE PROYECTO.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN
UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA UGEL CAJAMARCA
I.E. DULCE NOMBRE DE JESÚS
TRAMITE DOCUMENTARIO

EXP. 22 / FOLIOS
FECHA: 10 OCT 2024 HORA

SOLICITO: PERMISO PARA REALIZAR PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Sr. Ana Cecilia Villanueva Huanacán

Director. De la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús del distrito de Jesús-Cajamarca.

LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DULCE NOMBRE DE JESÚS

Yo Kimberly Sareli Abanto Huaripata, identificada con DNI N°: 75890416, bachiller de la Escuela Académico Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional de Cajamarca, ante usted con el debido respeto, me presento y expongo.

Que, deseando realizar un proyecto de investigación cuya población escogida pertenece a la Institución que tiene a su cargo ubicada en el Distrito de Jesús, Provincia y Departamento de Cajamarca, que lleva por nombre "FACTORES PREDISPONENTES AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DULCE NOMBRE DE JESÚS - CAJAMARCA, 2024", con la finalidad de obtener mi título profesional de Obstetra.

Los resultados serán utilizados únicamente para fines académicos, además se dejará una copia del presente trabajo en dicha Institución con los fines de mejorar la salud mental de la población estudiantil.

Agradezco anticipadamente su aceptación expresándole a Ud. Las muestras de mi especial consideración y estima.

Atentamente



Kimberly Sareli Abanto Huaripata

Cajamarca 30 de setiembre del 2024





Anexo 3: Cartilla de validación




UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE OBSTETRICIA



CARTILLA DE VALIDACION DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTOS

Estimado profesional, siendo conocedor de su extraordinaria trayectoria solicito su participación para la validación del presente instrumento para recojo de información; siendo éste un requisito solicitado en toda investigación. Por ello adjunto a este formato el instrumento y el cuadro de operacionalización de variables. Agradezco por anticipado su especial atención.

1. NOMBRE DEL JUEZ	Vanessa Victoria Brito Larrea										
2. PROFESIÓN	Psicóloga										
TITULO Y JO GRADO ACADÉMICO OBTENIDO	Magister en Psicología Clínica y de la Salud										
ESPECIALIDAD	Psicología Clínica y de la Salud										
EXPERIENCIA PROFESIONAL (en años)	9 años										
INSTITUCIÓN DONDE LABORA	Institución Educativa Antonio Raimondi										
CARGO	Docente DPCC										
3. TITULO DE LA INVESTIGACIÓN:											
FACTORES PREDISPONENTES AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DULCE NOMBRE DE JESÚS - CAJAMARCA, 2024											
4. NOMBRE DEL TESISISTA: Kimberly Sareli Abanto Huaripata											
5. OBJETIVO GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN	Determinar los factores predisponentes al estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.										
6. DETALLE DEL INSTRUMENTO:											
El instrumento que se va a utilizar para obtener información es una ficha de recolección de datos, para verificar los factores predisponentes al estrés, este viene a ser el Inventario de Estrés Académico SISCO SV, mismo que se encuentra vigente validado y confiable para ser usado, este está constituido por 47 ítems que se distribuyen en 3 dimensiones: estresores con 15 preguntas, síntomas 15 preguntas y estrategias de afrontamiento con 17 preguntas, con 6 opciones de respuestas tipo Likert: nunca (0), casi nunca (1), rara vez (2), algunas veces (3), casi siempre (4) y siempre (5). Datos que nos permitirán obtener la información necesaria para llevar a cabo el estudio.											
A continuación, sírvase identificar el ítem o pregunta y conteste marcando con un aspa en la casilla que usted considere conveniente y además puede anotar alguna otra apreciación en la columna de observaciones.											
Item	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado con el nivel del informante		Mide lo que pretende medir		Observaciones (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)
	Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No	
ESTRESORES											*****
1	X		X			X	X	X	X		
2	X		X			X	X	X	X		
3	X		X			X	X	X	X		
4	X		X			X	X	X	X		
5	X		X			X	X	X	X		
6	X		X			X	X	X	X		
7	X		x			x	X	X	X		
8		x	x			x	x	X	X		Corregir la redacción, se entiende solo como clases virtuales.
9	X		X			X	x	X	X		
10	X		X			X	X	X	X		
11	X		X			X	X	X	X		
12	X		X			X	X	X	X		
13	X		X			X	X	X	X		
14	X		X			X	X	X	X		
15	X		X			X	X	X	X		
SINTOMAS											
1	X		x			x	X	X	X		
2	X		X			X	X	X	X		
3	X		X			X	X	X	X		
4	X		x			X	x	X	X		

5	X		x			x	x		X		
6	X		X			x	X		X		
7	X		X			X	X		X		
8	X		X			X	X		X		
9	X		X			X	X		X		
10	X		X			X	X		X		
11	X		X			X	X		X		
12	X		X			X	X		X		
13	X		X			X	X		X		
14	X		X			X	X		X		
15	x		x			X	x		X		
ESTRATEGIAS	SI	No	SI	No	SI	No	SI	No	SI	No	
1	X		X			x	X		x		
2	X		X			X	X		X		
3	X		X			X	X		X		
4	X		X			X	X		X		
5	X		X			X	X		X		
6	X		X			X	X		X		
7	X		X			X	X		X		
8	X		X			X	X		X		
9	X		X			X	X		X		
10	X		X			X	X		X		
11	X		X			X	X		X		
12	X		X			X	X		X		
13	X		X			X	X		X		
14	X		X			X	X		X		
15	X		X			X	X		X		
16	X		X			X	X		X		
17	X		X			X	x		X		
Aspectos Generales										SI	No
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario										X	
Los ítems permiten el logro del objetivo de la investigación										x	
Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial										X	
El número de ítems es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítems a añadir.										X	
JUICIO FINAL DE VALIDEZ DEL EXPERTO: marque con un aspa en la opción que considere conveniente según su análisis del presente instrumento:											
APLICABLE	<input type="checkbox"/>	APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES	<input checked="" type="checkbox"/>	NO APLICABLE	<input type="checkbox"/>						
Fecha: 14/09/2024	Firma: 			E mail: vanevic_308@hotmail.com	Teléfono: 994621390						



CARTILLA DE VALIDACION DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTOS

Estimado profesional, siendo conocedor de su extraordinaria trayectoria solicito su participación para la validación del presente instrumento para recojo de información; siendo éste un requisito solicitado en toda investigación. Por ello adjunto a este formato el instrumento y el cuadro de operacionalización de variables. Agradezco por anticipado su especial atención.

1. NOMBRE DEL JUEZ		Vanessa Victoria Brito Larrea										
2. PROFESIÓN		Psicóloga										
TÍTULO Y /O GRADO ACADÉMICO OBTENIDO		Magister en Psicología Clínica y de la Salud										
ESPECIALIDAD		Psicología Clínica y de la Salud										
EXPERIENCIA PROFESIONAL (en años)		9 años										
INSTITUCIÓN DONDE LABORA		Institución Educativa Antonio Raimondi										
CARGO		Docente DPCC										
3. TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:												
FACTORES PREDISPONENTES AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DULCE NOMBRE DE JESÚS - CAJAMARCA, 2024												
4. NOMBRE DEL TESISISTA: Kimberly Sareli Abanto Huaripata												
5. OBJETIVO GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN						Determinar los factores predisponentes al estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.						
A continuación, sírvase identificar el ítem o pregunta y conteste marcando con un aspa en la casilla que usted considere conveniente y además puede anotar alguna otra apreciación en la columna de observaciones.												
Item	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado con el nivel del informante		Mide lo que pretende medir		Observaciones (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)	
	Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No		
FACTORES SOCIODEMOCRÁFICOS												
1	X		X			x	x		x			
2	X		X			x	x		X			
3		x	X			x		x	X			
4		x	x			x					Se debe especificar a qué se hace referencia cada tipo de familia, para evitar diferentes interpretaciones.	
5		x		x		x		x	X		Si son edades de 11 a 13 años no necesariamente van a saber su nivel socioeconómico, debe especificarse que es de la familia y revisar los rangos de sueldo.	
FACTORES PSICOLÓGICOS												
1	X		x			x	x		x			
2	X		x			x	x		X			
3	x		x			x	x		X			
4	x		x			x	x		X			
5		x	x			x	x		x		¿Alguna vez has tenido sentimientos o actitudes de agresividad o irritabilidad? SE PUEDE CAMBIAR A: ¿Alguna vez has sentido ira o enojo, o te has sentido agresivo o irritable?	
Aspectos Generales										Sí	No	
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario											x	Se debe corregir la redacción para evitar respuestas ambiguas y que no se entiendan los ítems.
Los ítems permiten el logro del objetivo de la investigación										X		

Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial	X		
El número de ítems es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítems a añadir.			Se pueden agregar ítems en torno a la rutina de los adolescentes: - ¿Aparte de tus clases normales, estás en alguna academia o clases extras, como de matemática, ciencias, inglés, etc.?
JUICIO FINAL DE VALIDEZ DEL EXPERTO: marque con un aspa en la opción que considere conveniente según su análisis del presente instrumento:			
APLICABLE <input type="checkbox"/>	APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES <input checked="" type="checkbox"/>	NO APLICABLE <input type="checkbox"/>	
Fecha: 14/09/2024	Firma: 	E mail: vanevic_308@hotmail.com	Teléfono: 994621390



CARTILLA DE VALIDACION DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTOS

Estimado profesional, siendo conocedor de su extraordinaria trayectoria solicito su participacion para la validación del presente instrumento para recojo de información; siendo éste un requisito solicitado en toda investigación. Por ello adjunto a este formato el instrumento y el cuadro de operacionalización de variables. Agradezco por anticipado su especial atención.

1. NOMBRE DEL JUEZ	ROSARIO DEL PILAR SACASA SALDANA.
2. PROFESIÓN	OBSTETRA
TITULO Y /O GRADO ACADÉMICO OBTENIDO	OBSTETRA.
ESPECIALIDAD	segunda especialidad en alto riesgo obstetrico.
EXPERIENCIA PROFESIONAL (en años)	129
INSTITUCIÓN DONDE LABORA	Hospital Regional Docente de Cajamarca
CARGO	JEFE de Obstetras.

3. TITULO DE LA INVESTIGACIÓN:
FACTORES PREDISPONENTES AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DULCE NOMBRE DE JESÚS - CAJAMARCA, 2024

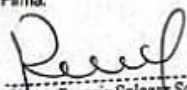
4. NOMBRE DEL TESISISTA: Kimberly Sareli Abanto Huaripata

5. OBJETIVO GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN
Determinar los factores predisponentes al estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús -Cajamarca, 2024.

6. DETALLE DEL INSTRUMENTO:
El instrumento que se va a utilizar para obtener información es una ficha de recolección de datos, para verificar los factores predisponentes al estrés, este viene a ser el Inventario de Estrés Académico SISCO SV, mismo que se encuentra vigente validado y confiable para ser usado, este está constituido por 47 ítems que se distribuyen en 3 dimensiones: estresores con 15 preguntas, síntomas 15 preguntas y estrategias de afrontamiento con 17 preguntas, con 6 opciones de respuestas tipo Likert: nunca (0), casi nunca (1), rara vez (2), algunas veces (3), casi siempre (4) y siempre (5). Datos que nos permitirán obtener la información necesaria para llevar a cabo el estudio.

A continuación, sírvase identificar el ítem o pregunta y conteste marcando con un aspa en la casilla que usted considere conveniente y además puede anotar alguna otra apreciación en la columna de observaciones.

Item	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado con el nivel del informante		Mide lo que pretende medir		Observaciones (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)
	SI	No	SI	No	SI	No	SI	No	SI	No	
ESTRESORES											*****
1	X		X			X	X		X		
2	X		X			X	X		X		
3	X		X			X	X		X		
4	X		X			X	X		X		
5	X		X			X	X		X		
6	X		X			X	X		X		
7	X		X			X	X		X		
8		X	X			X	X		X		MEJORAR REDACCIÓN
9	X		X			X	X		X		
10	X		X			X	X		X		
11	X		X			X	X		X		
12	X		X			X	X		X		
13	X		X			X	X		X		
14	X		X			X	X		X		
15	X		X			X	X		X		
SINTOMAS											
1	X		X			X	X		X		
2	X		X			X	X		X		
3	X		X			X	X		X		
4	X		X			X	X		X		
5	X		X			X	X		X		

6	X		X			X	X		X		
7	X		X			X	X		X		
8	X		X			X	X		X		
9	X		X			X	X		X		
10	X		X			X	X		X		
11	X		X			X	X		X		
12	X		X			X	X		X		
13	X		X			X	X		X		
14	X		X			X	X		X		
15	X		X			X	X		X		
ESTRATEGIAS	SI	No	SI	No	SI	No	SI	No	SI	No	
1	X		X			X	X		X		
2	X		X			X	X		X		
3	X		X			X	X		X		
4	X		X			X	X		X		
5	X		X			X	X		X		
6	X		X			X	X		X		
7	X		X			X	X		X		
8	X		X			X	X		X		
9	X		X			X	X		X		
10	X		X			X	X		X		
11	X		X			X	X		X		
12	X		X			X	X		X		
13	X		X			X	X		X		
14	X		X			X	X		X		
15	X		X			X	X		X		
16	X		X			X	X		X		
17	X		X			X	X		X		
Aspectos Generales										SI	No
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario											
Los items permiten el logro del objetivo de la investigación											
Los items están distribuidos en forma lógica y secuencial											
El número de items es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los items a añadir.											
JUICIO FINAL DE VALIDEZ DEL EXPERTO: marque con un aspa en la opción que considere conveniente según su análisis del presente instrumento:											
APLICABLE	<input type="checkbox"/>	APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES	<input checked="" type="checkbox"/>	NO APLICABLE	<input type="checkbox"/>						
Fecha:	Firma:			E mail:			Teléfono:				
19-set-2024	 Dra. Rosario Salazar Saldana JEFE DEL SERVICIO DE ASISTENCIAS C.O.P. N° 19489			rsalazar@uncc.edu.pe			Cel: 987359249				



CARTILLA DE VALIDACION DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTOS

Estimado profesional, siendo conocedor de su extraordinaria trayectoria solicito su participación para la validación del presente instrumento para recojo de información; siendo éste un requisito solicitado en toda investigación. Por ello adjunto a este formato el instrumento y el cuadro de operacionalización de variables. Agradezco por anticipado su especial atención.

1. NOMBRE DEL JUEZ	ROSARIO DEL PILAR SALAZAR SALDAÑA
2. PROFESIÓN	OBSTETRA
TITULO Y/O GRADO ACADÉMICO OBTENIDO	OBSTETRA
ESPECIALIDAD	segunda especialidad en Alta Riesgo Obstetrico
EXPERIENCIA PROFESIONAL (en años)	12a.
INSTITUCIÓN DONDE LABORA	Hospital Regional Docente de Cajamarca
CARGO	Jefe de Obstetría
3. TITULO DE LA INVESTIGACIÓN:	
FACTORES PREDISPONENTES AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DULCE NOMBRE DE JESÚS - CAJAMARCA, 2024	
4. NOMBRE DEL TESISISTA: Kimberly Sareli Abanto Huaripata	
5. OBJETIVO GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN	Determinar los factores predisponentes al estrés en estudiantes de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús-Cajamarca, 2024.
6. DETALLE DEL INSTRUMENTO:	
El instrumento que se va a utilizar para obtener información es una ficha de recolección de datos, para verificar los factores predisponentes al estrés, se distribuye en 2 partes, factores sociodemográficos constituido por 5 ítems y factores emocionales con 5 ítems, ambas dimensiones compuestas por respuestas cerradas y abiertas. Datos que nos permitirán obtener la información necesaria para llevar a cabo el estudio.	
A continuación, sírvase identificar el ítem o pregunta y conteste marcando con un aspa en la casilla que usted considere conveniente y además puede anotar alguna otra apreciación en la columna de observaciones.	

Ítem	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado con el nivel del informante		Mide lo que pretende medir		Observaciones (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)
	SI	No	SI	No	SI	No	SI	No	SI	No	
FACTORES SOCIDEMOGRÁFICOS											
1	X		X			X	X		X		
2	X		X			X	X		X		
3		X	X			X		X	X		MEJORAR REDACCION
4		X	X			X	X		X		
5		X	X			X		X	X		
FACTORES PSICOLÓGICOS											
1	X		X			X	X		X		
2	X		X			X	X		X		
3	X		X			X	X		X		
4	X		X			X	X		X		
5		X	X			X	X		X		MEJORAR REDACCION
Aspectos Generales											
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario											X
Los ítems permiten el logro del objetivo de la investigación											X
Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial											X
El número de ítems es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítems a añadir.											X

JUICIO FINAL DE VALIDEZ DEL EXPERTO: marque con un aspa en la opción que considere conveniente según su análisis del presente instrumento:			
APLICABLE <input type="checkbox"/>	APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES <input checked="" type="checkbox"/>	NO APLICABLE <input type="checkbox"/>	
Fecha: 19-set - 2024	Firma:  Obsta. Rosario Salazar Saldana JEFE DEL SERVICIO DE OBSTETRAS C.O.P. N° 10489	E mail: rsalazarS@unc.edu.pe	Teléfono: Cel: 989359249