

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE  
ENFERMERÍA**



**TESIS**

**ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN  
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE CAJAMARCA, 2024**

**AUTOR**

**Bach. Enf. ARLOS JONER VALDEZ CARRASCO**

**ASESORA**

**DRA. GLADYS SAGASTEGUI ZARATE**

**CAJAMARCA – PERÚ**

**2025**

## CONSTANCIA DE INFORME DE ORIGINALIDAD

1. Investigador: **Arlos Joner Valdez Carrasco**  
DNI: **73443783**  
Escuela Profesional/Unidad UNC: **Escuela Profesional de Enfermería**
2. Asesor: **Dra. Gladys Sagástegui Zárate**  
Facultad/Unidad UNC: **Facultad de Ciencias de la Salud**
3. Grado académico o título profesional  
 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:  
**ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, 2024**
6. Fecha de evaluación: **23/04/2025**
7. Software antiplagio:  TURNITIN     URKUND (OURIGINAL) (\*)
8. Porcentaje de Informe de Similitud: **16%**
9. Código Documento: **oid: 3117:451833382**
10. Resultado de la Evaluación de Similitud:  
 APROBADO     PARA LEVANTAMIENTO DE OBSERVACIONES O DESAPROBADO

Fecha Emisión: 24/04/2025

*Firma y/o Sello  
Emisor Constancia*

---

**Dra. Gladys Sagástegui Zárate**  
DNI: 26628215

\* En caso se realizó la evaluación hasta setiembre de 2023

COPYRIGHT © 2025 by  
**ARLOS JONER VALDEZ CARRASCO**  
Todos los derechos reservados

## FICHA CATALOGRÁFICA

**IRIGOÍN EM. 2024. Estrés y rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.**

Bach. Enf. **ARLOS JONER VALDEZ CARRASCO**. 69 páginas.

Asesora:

**MCS. GLADYS SAGASTEGUI ZARATE**

Docente Principal de la EAP de Enfermería.

Disertación académica para obtener el Título Profesional de Licenciado en Enfermería –  
UNC 2025.

**ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE  
ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA,  
2024**

**AUTOR : Bach. Enf. Arlos Joner Valdez Carrasco**

**ASESORA : Dra. Gladys Sagástegui Zárate**

Tesis evaluada y aprobada para la obtención del Título profesional de Licenciada en Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, por los siguientes miembros del jurado evaluador:

**JURADO EVALUADOR**



.....  
**Dra. María Elena Bardales Urteaga**

**PRESIDENTE**



.....  
**M. Cs. Regina Elizabeth Iglesias Flores**

**SECRETARIA**



.....  
**M. Cs. Segunda Aydeé García Flores**

**VOCAL**



**MODALIDAD "A"**

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LA OBTENCIÓN DEL  
 TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO (A) EN ENFERMERÍA**

En Cajamarca, siendo las 10 am del 29 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 18-304 de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Cajamarca, dan inicio a la sustentación de tesis denominada: "Estrés y Rendimiento Académico en Estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024."

del (a) Bachiller en Enfermería:

Arlos Jover Valdez Cerrasco

Siendo las 11 am 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 Enfermería se encuentra apta para la obtención del Título Profesional de: **LICENCIADO (A) EN ENFERMERÍA.**

Miembros Jurado Evaluador Nombres y Apellidos		Firma
Presidente:	<u>Dra. Maria Elena Bandoles Urteaga</u>	<u>[Firma]</u>
Secretario(a):	<u>M.C. Regina Eliza Belli Iglesias Flores</u>	<u>[Firma]</u>
Vocal:	<u>M.C. Segunde Aydeli Garcia Flores</u>	<u>[Firma]</u>
Accesitaria:		
Asesor (a):	<u>Dra. Gladys Sosa Tequi Sorate</u>	<u>[Firma]</u>
Asesor (a):		

**Términos de Calificación:**

EXCELENTE (19-20)      MUY BUENO (17-18)      BUENO (14-16)  
 REGULAR (12-13)      REGULAR BAJO (11)      DESAPROBADO (10 a menos)

## **DEDICATORIA**

A mis padres Carlos y Elsa por brindarme  
en cada momento su apoyo y cariño  
en anhelo de ser profesional.

A mi familia que con su amor y aliento  
han sido fundamentales en este logro.

**Arlos Valdez.**

## **AGRADECIMIENTO**

El autor expresa su agradecimiento a:

Dios y la Virgen, por la vida, salud, fuerzas y personas que han puesto en mi camino, por protegerme durante todo mi camino y darme fuerza para superar cada obstáculo y dificultades a lo largo de toda mi vida.

A la Universidad Nacional de Cajamarca, Facultad Ciencias de la Salud, Escuela Académico Profesional de Enfermería, por mi formación académica, a los docentes y mentores quienes me guiaron para poder culminar esta etapa.

A mí mismo, por no rendirme cuando las metas parecían inalcanzables. Este logro es un testimonio del esfuerzo, la pasión y la convicción de que los sueños, con esfuerzo y dedicación, se hacen realidad. Hoy celebro no solo un título, sino la fortaleza y el crecimiento que me ha dejado esta experiencia. Este es solo el comienzo de una nueva etapa, con la promesa de seguir aprendiendo y creciendo

# ÍNDICE DE CONTENIDOS

	<b>Pág.</b>
Dedicatoria	vii
Agradecimientos	viii
Índice de contenidos	ix
Lista de tablas	xi
Glosario	xii
Resumen	xiii
Abstract	xiv
Introducción	15
 <b>CAPÍTULO I</b>	
<b>1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	<b>18</b>
1.1. Definición y delimitación del problema de investigación	18
1.2. Formulación del problema de investigación	22
1.3. Justificación del estudio	22
1.4. Objetivos	24
 <b>CAPÍTULO II</b>	
<b>2. MARCO TEÓRICO</b>	<b>25</b>
2.1. Antecedentes del estudio	25
2.2. Bases teóricas	28
2.2.1. Teorías del estudio “Modelo del síndrome general de adaptación de Hans Selye”	28
2.2.2. Estrés en estudiantes de enfermería	29
A) Estrés	29
2.2.3. Rendimiento académico en estudiantes de enfermería	35
A) Rendimiento académico	35
2.3. Hipótesis	37
2.4. Variables del estudio	38
2.4.1. Matriz de operacionalización de variables	39

### **CAPÍTULO III**

<b>3. DISEÑO METODOLÓGICO</b>	42
3.1. Diseño y tipo de estudio	42
3.2. Población de estudio	42
3.3. Criterio de inclusión y exclusión	42
3.4. Unidad de análisis	43
3.5. Marco muestral	43
3.6. Muestra	43
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	44
3.8. Procesamiento y análisis de datos	46
3.9. Consideraciones éticas y rigor científico	46

### **CAPÍTULO IV**

<b>4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN</b>	48
4.1. Resultados y discusión	48
CONCLUSIONES	56
RECOMENDACIONES	57
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	58
ANEXOS	65
Anexo 1: Consentimiento informado	65
Anexo 2: Instrumento: Inventario Escala SISCO SV-21	66
Anexo 3: Ficha de recolección de datos: Rendimiento académico	68
Apéndice 1: Confiabilidad del SISCOSV-21	69

## LISTA DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>Tabla 1:</b> Nivel de estrés en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.	48
<b>Tabla 2:</b> Nivel de rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.	51
<b>Tabla 3:</b> Relación entre nivel de estrés y nivel de rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.	53

## GLOSARIO

- Estrés:** Estado de tensión física, mental, emocional permanente y excesivo, ocasionado por situaciones difíciles de asimilar, manifestado con distinta intensidad y resultado del mecanismo de adaptación que tiene el individuo ante escenarios que percibe como amenazantes
- Estrés académico:** Situación en la que el estudiante percibe las demandas educativas como amenazantes, causando una alteración conductual y somática que le presiona a adoptar diversas estrategias de afrontamiento para reestablecer el equilibrio y adaptarse satisfactoriamente a la nueva situación; sin embargo, muchas veces estas estrategias resultan ineficaces.
- Estresores:** Factores de tipo ambiental, social o académico que originan alta presión o sobredemanda en los estudiantes, lo que se traduce en la forma en como perciben el estrés; los cuales están vinculados a la carga académica, interrelación estudiante-docente y formas evaluativas.
- Rendimiento académico:** Competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales que posee el estudiante en determinadas campos o áreas del conocimiento; estas competencias dependerán del nivel académico con el que cuente.

## RESUMEN

El estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca durante el año 2024. Fue una investigación cuantitativa, correlacional, de diseño no experimental y transversal. La población estuvo compuesta por 157 estudiantes que cursaron los ciclos tercero, quinto y séptimo en el año 2024. Para la recolección de datos se emplearon las técnicas de encuesta y análisis documental. Los instrumentos utilizados fueron el inventario SISCO SV-21, para medir el nivel de estrés, y una ficha de recolección de datos, para identificar el rendimiento académico. Entre los resultados se pudo observar que el 80,9% de los estudiantes de enfermería presentaron un nivel de estrés moderado, el 62,4% tuvieron un rendimiento académico de nivel regular. Y en cuanto a la relación existente entre el nivel de estrés y el rendimiento académico el 52,2% de los estudiantes tuvieron estrés moderado y rendimiento académico regular. Conclusión: La mayoría de los estudiantes de Enfermería de la UNC, durante el año 2024, presentaron un nivel moderado de estrés y un rendimiento académico de nivel regular. En cuanto a la relación entre estas variables, se observó que el mayor porcentaje de estudiantes con estrés moderado mostró un rendimiento regular. Sin embargo, no se determinó una relación estadísticamente significativa entre el nivel de estrés y el rendimiento académico ( $p = 0,161$ ), lo que confirma la hipótesis nula.

**Palabras clave:** Estrés, rendimiento académico, Enfermería, Universitarios.

## ABSTRACT

The objective of the study was to determine the relationship between stress level and academic performance in nursing students of the Universidad Nacional de Cajamarca during the year 2024. It was a quantitative, correlational, non-experimental and cross-sectional research. The population consisted of 157 students who attended the third, fifth and seventh cycles in the year 2024. Survey and documentary analysis techniques were used for data collection. The instruments used were the SISCO SV-21 inventory, to measure the level of stress, and a data collection form to identify academic performance. Among the results, it was observed that 80.9% of the nursing students presented a moderate level of stress, 62.4% had a regular academic performance. As for the relationship between stress level and academic performance, 52.2% of the students had moderate stress and regular academic performance. Conclusion: The majority of UNC Nursing students, during the year 2024, presented a moderate level of stress and a regular level academic performance. Regarding the relationship between these variables, it was observed that the highest percentage of students with moderate stress showed regular performance. However, no statistically significant relationship was determined between stress level and academic performance ( $p = 0.161$ ), confirming the null hypothesis.

**Key words:** Stress, academic performance, nursing, undergraduates.

## INTRODUCCIÓN

En los últimos años, los cambios tecnológicos, sociales, culturales, económicos y epidemiológicos han transformado significativamente el sector educativo; donde la enseñanza y el aprendizaje se han adaptado a un entorno cada vez más digitalizado, con acceso masivo a información y herramientas que permiten la personalización del proceso educativo; cambios que han generado desafíos tanto para los estudiantes como para los docentes, quienes se enfrentan a nuevas dinámicas, metodologías y expectativas (1). En el contexto universitario, la transición hacia este nuevo entorno se convierte en un reto para los estudiantes, quienes deben aprender a adaptarse a condiciones que afectan su bienestar psicológico y académico.

En particular, los estudiantes de enfermería, además de enfrentarse a los desafíos académicos comunes de la educación superior, lidian con situaciones emocionales y psicológicas derivadas de su formación clínica, dado que la interacción con pacientes, muchas veces en situaciones de sufrimiento, duelo o enfermedad, añade un nivel adicional de complejidad a su experiencia educativa (2) (3). A esto se suma la carga académica intensa y los altos estándares de rendimiento que se les exigen; circunstancias que pueden generar en ellos altos niveles de estrés, lo que afecta directamente en su rendimiento académico (RA), entendido este como el conjunto de competencias que el estudiante debe desarrollar para cumplir con los objetivos de su formación (4).

El estrés académico (EA) en los estudiantes universitarios ha sido identificado como un fenómeno recurrente, especialmente en las carreras vinculadas a la salud, como la enfermería (5). Este tipo de estrés se manifiesta cuando las demandas del entorno educativo son percibidas como amenazantes, que generan una serie de respuestas conductuales y físicas que buscan restablecer el equilibrio en el individuo; sin embargo, en muchos casos, las estrategias de afrontamiento adoptadas resultan ineficaces, lo que agrava el problema y afecta negativamente el RA de los estudiantes (6).

Por otro lado, la relación entre el EA y el RA ha sido ampliamente estudiada a nivel internacional; pues las investigaciones coinciden en que el estrés impacta de manera significativa en la capacidad cognitiva y física del estudiante, reduciendo su concentración, su capacidad de respuesta ante situaciones académicas y su interés por las

responsabilidades educativas (2). Este impacto es particularmente notable en los estudiantes de enfermería, quienes deben equilibrar su formación teórica con las exigencias prácticas de su disciplina, muchas veces en condiciones emocionales complejas.

Por el contrario, en América Latina, y más específicamente en Perú, los estudios sobre el EA en estudiantes de enfermería son limitados; no obstante, aquellos que se han realizado muestran que los niveles de estrés en esta población tienden a ser moderados o severos, con una fuerte influencia de factores como la sobrecarga académica, los métodos evaluativos y las relaciones interpersonales (4). Estas condiciones contribuyen a que los estudiantes presenten un RA deficiente, lo cual puede comprometer su formación y, eventualmente, la calidad de los servicios de salud que brindarán en su futuro profesional (2) (7).

El aporte del estudio se sustentará en los resultados, con los cuales se podrán establecer políticas institucionales de mejora de la calidad educativa y el bienestar psicológico de los estudiantes de Enfermería (beneficiarios directos); además de orientar estrategias que busquen reducir los altos niveles de EA y mejorar su RA. Asimismo, la investigación beneficiará de manera indirecta a la comunidad universitaria, y a los usuarios de los servicios de salud, puesto que al tener profesionales de Enfermería competentes (cognitivo, psicológico) también se brindarán cuidados integrales que mejoren su calidad de vida.

En este contexto, la presente investigación tiene como objetivo determinar la relación entre el EA y el RA en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca. Se aplicó una encuesta personal, anónima y autoadministrada, en la que se empleó como instrumento dos escalas tipo Likert, una para medir el nivel de EA y la otra para medir el RA en los estudiantes seleccionados.

El estudio se organizó en cuatro capítulos. Capítulo I: Planteamiento del problema: el que incluye descripción y formulación del problema; justificación, y objetivos.

Capítulo II Marco teórico: contiene Antecedentes y Bases Teóricas.

Capítulo III Marco metodológico, contiene ámbito de estudio, diseño de investigación, población, muestra, marco muestral, selección muestral, técnicas e instrumentos de recolección de datos y los aspectos éticos del estudio.

Capítulo IV Resultados y discusión: se discutieron los resultados con los reportes identificados por otros autores, y analizaron las razones del porqué de los hallazgos.

Asimismo, las referencias bibliográficas más relevantes sobre las variables de estudio y los anexos que complementan aspectos importantes de la investigación.

## CAPÍTULO I

### 1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 1.1. Definición y delimitación del problema de investigación

Los cambios de diversa índole (tecnológicos, sociales, culturales, económicos, epidemiológicos) ocurridos en los últimos años han generado un impacto importante en el sector educativo, dado que los procesos de enseñanza-aprendizaje han ido adaptándose a diversos entornos, donde hay mayor acceso a la información digital, aprendizaje personalizado, flexibilidad de horarios y lugar, nuevos medios de evaluación, etc., lo que ha traído cambios tanto en la forma en que se aprende como en la forma en que se enseña.

En la línea educativa y de la salud mental las investigaciones han determinado que en el contexto educativo los estudiantes universitarios son los que presentan mayor riesgo de ver afectado su bienestar psicológico (3), considerando al estrés como uno de los estresores más recurrentes y uno de los que más impacta en el rendimiento académico (RA) (4); situaciones que no son indiferentes en los estudiantes de Enfermería.

En este sentido, las investigaciones a nivel internacional sobre estrés y RA en los estudiantes universitarios de Enfermería reportan que el EA se manifiesta con conductas como desinterés por las prácticas clínicas, cuidados inadecuados al paciente durante las prácticas formativas, angustia, agotamiento mental, distracciones, desconcentración, desmotivación, baja capacidad de resiliencia, alteraciones en la memoria, sentimientos de frustración ante los compromisos académicos y disrupciones de la personalidad, lo que lleva al futuro profesional de enfermería a mostrar problemas en su RA (8) (9) (10).

En América Latina, los estudios respecto al EA en los estudiantes de enfermería se vinculan con aspectos personales (autoestima, autoconfianza, hábitos de estudio y administración del tiempo, bienestar emocional) e interpersonales (relaciones con la familia, compañeros de clase y docentes); además de sobrecarga académica, métodos evaluativos y hasta las competencias de enseñanza de los docentes; lo que se traduce en niveles moderados y severos de EA entre

los estudiantes de Enfermería de la región (11) (12); asimismo, los síntomas psicológicos junto a los físicos y conductuales son los que más afectan el RA del estudiante de Enfermería (13) (14).

A nivel nacional, los estudios peruanos sobre estrés y RA en estudiantes de Enfermería son similares a los reportes identificados en el mundo y en Latinoamérica, dado que el estrés en su mayoría es moderado o severo, siendo la sobrecarga académica y los métodos evaluativos los estresores más recurrentes; en tanto el RA presenta niveles medios y deficientes, con una media casi del 30% de estudiantes de Enfermería que no alcanzan las competencias académicas deseadas (desaprobados) (15) (16).

En el ámbito regional y local los reportes sobre estrés y RA, son muy escasos y en su mayoría están limitados solo a investigaciones que abordan el EA o el RA de manera descriptiva, más no buscan establecer la relación entre ambas variables; uno de estos estudios es el de Carmona (17), quién identificó EA moderado y RA regular; además de una relación directa y significativa entre ambos. Mientras que otros estudios evidenciaron EA entre moderado y severo, con mayor incidencia en las mujeres y en edades inferiores a 20 años (18) (19).

Desde el ámbito de las estadísticas, a nivel internacional los estudios que midieron el estrés y rendimiento académico en estudiantes de enfermería identificaron distintos niveles de estrés y rendimiento. Así, en Panamá se encontró 85,5% de estrés moderado, 7,9% alto y 6,6% leve, en tanto, el RA fue mayoritariamente regular (12); en Paraguay, se reportó 66% de estrés moderado y 28% de estrés bajo (11); en Ecuador, se evidenció 60% de estrés moderado, 39% leve y 1% severo; además de un RA regular (14).

Asimismo, a nivel nacional se encontró que, en Lima, 50,5% de los estudiantes de enfermería presentan estrés alto, 45,1% moderado y el 4,4% bajo, mientras 54,4% RA regular, 39,6% bajo y 6% alto. En la Libertad, se evidenció 62,2% de estrés medio, 26,5% alto y 11,2% bajo, mientras 63,3% de RA bueno, 21,4% regular, 10,2% muy bueno y 5,1% deficiente (16); en Áncash, se identificó

85,6% de estrés moderado y 14,4% leve; el 51,7% tuvieron RA regular, 28,3% bueno y 20% deficiente (15).

En la misma línea, en el contexto de la región Cajamarca los estudios de estrés en estudiantes de enfermería son altos. Así, en Chota se identificó 50,8% de estrés severo, 30,3% moderado y 18,9% leve (18); mientras que en la provincia de Cajamarca se reportó 81% de estrés medio, 16% bajo y 3% alto (19).

En general, las investigaciones sobre estrés y RA en los estudiantes universitarios de Enfermería reportan que el estrés resultante de los estresores académicos se relaciona de manera directa y significativa con el RA; es decir, que a mayor estrés peor RA, en tanto a menor estrés mejor RA; además, se evidencia que las mayores frecuencias se centran en el estrés moderado y severo, y en el RA regular y deficiente (desaprobatorio).

Considerando esta evidencia científica, la vida universitaria implica el reto de adaptarse a situaciones completamente nuevas para el estudiante, entre ellas relacionarse con docentes y compañeros, distintas maneras de aprendizaje, nuevos hábitos académicos, o asumir compromisos diferentes a los de la educación secundaria (1); particularidades que afectan el bienestar del universitario, pues en la mayoría de los casos no están preparados cognitivamente ni psicológicamente para adaptarse positivamente a esta nueva realidad (2).

Bajo estas condiciones el aprendizaje se ha vuelto más rápido y preciso, pero con una mayor cantidad de información por asimilar (1); esta situación podría generar en el contexto educativo de Enfermería la presencia de EA que termina por afectar el RA del estudiante, pues en el ámbito universitario las demandas académicas ejercen mayor presión en el alumno (3).

Por ello, el estrés es entendido como aquel estado de tensión mental y preocupación permanente y excesiva ocasionada por situaciones difíciles de asimilar, manifestada con distinta intensidad (5); resulta como mecanismo de adaptación ante escenarios que el individuo percibe como amenazantes; y surge a partir de distintos contextos, por ejemplo, en la vida universitaria podría ser

manifestación de los horarios académicos, evaluaciones recurrentes y perspectivas profesionales futuras (6).

El EA, también es definido como aquella situación en la que el universitario percibe las demandas educativas como amenazantes, causando una alteración conductual y somática que le presiona a adoptar diversas estrategias de afrontamiento para reestablecer el equilibrio y adaptarse a la nueva situación; sin embargo, muchas veces estas estrategias resultan ineficaces (7).

Entre los factores que incrementa el riesgo de EA en los universitarios se encuentran, la presión por cumplir con los contenidos curriculares y las mejoras en su RA (3) (7); así como el acceso a una gran cantidad de información que termina por abrumarlos, dificultando el proceso de asimilación de todo el material académico disponible (4).

En el caso de los estudiantes de Enfermería estos factores puede ser las diversas situaciones que experimentan al interactuar con sus pacientes (sufrimiento, duelo, enfermedad y muerte) (13); además de actividades propias de su formación académica como la sobrecarga académica, tiempo limitado en la realización de tareas, alta exigencia formativa, evaluaciones recurrentes y diversidad de métodos para valorar sus competencias académicas (18) (20).

Por otra parte, una de las consecuencias más frecuentes que produce el estrés en los estudiantes universitarios (entre ellos los de Enfermería) son los problemas en su RA. Entendiéndose al RA como la medición de las competencias estudiantiles en el proceso de formación escolar y profesional (21); competencias atribuidas a su capacidad cognoscitiva, la cual varía en función al esfuerzo y dedicación que pone para mejorar su aprendizaje, mismo que es medido por el cumplimiento de sus objetivos formativos universitarios (22) (23).

El RA desde la mirada de la formación de Enfermería es un proceso de interacción permanente entre el estudiante y su contexto académico (estudiante-aulas-campo clínico y comunitario) que tiene como finalidad identificar las acciones que garanticen un aprendizaje significativo y cuidados óptimos que

brindará el futuro profesional de Enfermería a los usuarios de los servicios sanitarios (13) (14); este se verá reflejado con el logro de las competencias conceptuales, procedimentales y actitudinales (evaluaciones, prácticas de laboratorio, prácticas de campo y clínicas, y las actitudes hacia la profesión), las cuales son medidas en semestres académicos (11) (12).

Para Mallqui y Trujillo (15), el estudiante de Enfermería que está expuesto a situaciones estresoras muestra desorganización cognitiva, dificultades en la concentración y entendimiento, reducción de sus habilidades intelectuales y/o físicas, y falta de interés por sus responsabilidades académicas, lo que repercute directamente en su RA.

En general, la revisión bibliográfica muestra que una gran parte de los estudiantes de Enfermería experimentan altos niveles de EA, lo que impacta de forma negativa en su RA, requiriéndose en primera instancia reconocer el problema del estrés y su relación con el RA, esto a fin de encaminar acciones que ayuden al estudiante en su adaptación a los distintos escenarios académicos que podrían afectar su desempeño estudiantil.

Por ello, ante la problemática del estrés y rendimiento académico encontrado en los diversos ámbitos, se plantea la siguiente interrogante:

## **1.2. Formulación del problema de investigación**

¿Cuál es la relación entre nivel estrés y nivel de rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024?

## **1.3. Justificación del estudio**

El estudiante de Enfermería está expuesto a situaciones estresantes que se manifiestan con conductas de desinterés por las prácticas clínicas, cuidados inadecuados al paciente durante las prácticas formativas, angustia, agotamiento mental, distracciones, desconcentración, desmotivación, baja capacidad de resiliencia, alteraciones en la memoria (8), sentimientos de frustración ante los compromisos académicos y disrupciones de la personalidad, lo que lleva al futuro profesional de enfermería a mostrar problemas en su RA (9) (10). Ante

ello, la universidad debe brindar a los estudiantes las condiciones pedagógicas necesarias que le permitan optimizar su RA.

Desde la teoría el estudio se justifica debido a la alta frecuencia de estrés moderado y severo identificado entre los estudiantes de Enfermería y en la proporción de alumnos que muestran niveles de RA deficientes. Razón por la cual, la investigación ayudó a determinar la relación entre el EA y el RA que presentan estos universitarios; permitiendo identificar al estrés, además de la identificación del RA.

Socialmente la investigación se justifica en los hallazgos, dado que con ellos se podrán establecer políticas institucionales de mejora de la calidad educativa y el bienestar psicológico de los estudiantes de Enfermería (beneficiarios directos); además de orientar estrategias que busquen reducir los altos niveles de EA y mejorar su RA. Asimismo, la investigación beneficiará de manera indirecta a la comunidad universitaria, y a los usuarios de los servicios de salud, puesto que al tener profesionales de Enfermería competentes (cognitivo, psicológico) también se brindarán cuidados integrales que mejoren su calidad de vida.

Para la ciencia de la Enfermería, el estudio contribuye con el incremento del conocimiento respecto a la relación que existe entre EA y RA entre los estudiantes de Enfermería, permitiendo que desde el ámbito educativo los resultados sumen a la mejora del diseño curricular en el que se incluyan contenidos temáticos que aborden a fondo el tema del EA como desencadenante del inadecuado RA.

Las implicancias prácticas del estudio radican en que los responsables universitarios a partir de los hallazgos tomen acción y busquen mejorar el RA estudiantes de Enfermería; esto con ayuda del sector salud, dado que son ellos los que tienen que accionar para promover una salud mental positiva libre de estrés, donde el estudiante alcance su plena realización personal, formativa y profesional.

Por otra parte, los resultados son veraces, fiables y actualizados, lo que permite que sean empleados como insumo metodológico para futuras investigaciones en las que busque ampliar el entendimiento de esta problemática; además el estudio tiene la capacidad de replicarse, cuyos resultados podrán ser trasferidos a otros contextos académicos.

#### **1.4. Objetivos**

##### **a) Objetivo General**

Determinar la relación entre nivel de estrés y nivel de rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.

##### **b) Objetivos Específicos**

- Determinar el nivel de estrés en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca.
- Identificar el nivel de rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca.

## CAPÍTULO II

### 2. MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes del estudio

##### **A nivel internacional**

Zarracino et al., en el año 2022; en Panamá realizaron el estudio “Estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad del Istmo”, el cual permitió determinar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería; investigación relacional, observacional y transversal; ejecutada en 145 alumnos. Resultados: EL 85,5% tuvieron estrés moderado, el 7,9% alto y el 6,6% leve; el nivel de RA mayoritariamente fue de regular a bueno, con un promedio académico de 17,4 puntos. Conclusión: El estrés afecta principalmente a la dimensión física y psíquica del estudiante; Además existe relación significativa entre EA y RA de los estudiantes de Enfermería (12).

Monzón et al., en el año 2022; en Paraguay, en el estudio “Evaluación del EA en estudiantes de enfermería”, se propusieron evaluar el estrés académico en estudiantes de enfermería; estudio descriptivo, observacional y transversal; realizado en 71 estudiantes. Resultados: El 66% presentaron estrés moderado y el 28% estrés bajo; en cuanto a las dimensiones del estrés, en realización de actividades práctica 63% bajo), en actividad teórica 65% medio, en ambiente 49% bajo y en formación profesional 49% bajo; el estrés fue mayor en, realizar trabajos fuera de clase (46%), inseguridad ante los exámenes (46%) y dificultad de los trabajos (44%). Conclusión: El EA fue mayormente de nivel medio. (11)

Rueda et al., en el año 2021; desarrollaron en el Ecuador el estudio “Relación entre estrés y RA en estudiantes de enfermería de una universidad ecuatoriana”, con el objetivo de determinar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería; investigación correlacional, observacional y transversal; realizada en 735 estudiantes. Resultados: El 60% mostraron estrés moderado, 39% leve y 1% severo; el RA fue de nivel regular, siendo los tres primeros semestres académicos donde se presentaron los promedios más bajos.

Conclusiones: Existe relación significativa entre EA y RA de los estudiantes de Enfermería (14).

### **Nivel nacional**

Hurtado, en el año 2023; en Lima desarrolló el estudio “Estrés y rendimiento académico en estudiantes del sexto ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener”, donde se propuso determinar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de enfermería; estudio relacional, observacional y transversal; ejecutado en 182 estudiantes. Resultados: El 50,5% tuvieron estrés alto, el 45,1% moderado y el 4,4% bajo; el 54,4% RA regular, el 39,6% bajo y el 6% alto; el 27,5% con estrés alto mostró RA regular y el 19,2% con estrés alto evidenció RA bajo. Conclusión: El estrés se relaciona significativamente con el RA a nivel global y según dimensiones (24).

Quiróz, en el año 2022; en Lima estudiaron el “Nivel de estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo de la Universidad Norbert Wiener” se propuso como objetivo analizar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de enfermería del cuarto año de estudios en la Universidad Norbert Wiener; estudio relacional, observacional y transversal; realizado en 120. Resultados: El 44% tuvieron estrés alto, el 37,3% medio y el 18,7% bajo; el 77,3% RA medio, el 17,3% alto y el 5,3% bajo; el 32% presentaron estrés y RA medio, el 29,3% estrés alto y RA medio y el 16% estrés bajo y RA; en las dimensiones estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, se identificó altas frecuencias de estrés alto y RA bajo o regular. Conclusión: Se observó relación entre ambas variables (25).

Marcelo y Plasencia, en el año 2021; en la región de La Libertad estudiaron el “Estrés relacionado con el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Privada Antenor Orrego”, donde se plantearon analizar la asociación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería; estudio observacional, correlacional-simple y transversal; ejecutado en 98 estudiantes. Resultados: El 62,2% de los participantes tuvieron estrés medio, 26,5% alto, y 11,2% estrés bajo; el 63,3% evidenciaron RA bueno, el 21,4%

regular, el 10,2% muy bueno y el 5,1% deficiente. Conclusión: Se muestra relación estadística significativa entre EA y RA (16).

Olano M, en el año 2021; en la región Lambayeque realizaron el estudio “Nivel de estrés en estudiantes de enfermería con bajo rendimiento académico de una universidad privada de Chiclayo, 2021”, cuyo objetivo fue determinar el nivel de estrés en estudiantes de Enfermería; estudio correlacional, observacional y transversal, ejecutado con 50 estudiantes. Resultados: El EA severo afectó al 62% de los estudiantes, el moderado al 22% y el bajo el leve al 16%; el 52% de las mujeres presentaron estrés moderado; el bajo RA se evidenció en el 30% de los estudiantes del V ciclo, en el 22% del III, en el 18% de VIII y en el 12% de XI. Conclusión: El RA bajo es más incidente en los niveles de EA moderado y severo (26).

Mallqui y Trujillo, en el año 2020; en la región Áncash investigaron la “Influencia del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes Enfermería, Universidad Santiago Antúnez de Mayolo”, con el objetivo de precisar la influencia del estrés sobre el rendimiento académico en estudiantes de Enfermería; estudio relacional, observacional y transversal; ejecutado en 180 estudiantes. Resultados: El 85,6% mostraron estrés moderado y el 14,4% estrés leve; el 51,7% tuvieron RA regular, el 28,3% bueno y el 20% deficiente; el 43,9% con EA moderado mostraron RA regular. Conclusión: El estrés no influye en el RA (15).

Huincho, en el año 2020; en la región Junín indagaron sobre el “Estrés y rendimiento académico en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional del Centro del Perú”, a fin de determinar la relación entre su estrés y rendimiento académico; estudio correlacional, observacional y transversal; realizado con 84 estudiantes. Resultados: El 67,8% mostraron EA moderado y el 32,2% leve; el 69% reportaron RA regular, el 26,3% bajo y el 4,8% excelente; el 48,8% presentaron estrés leve y RA regular y el 20,2% estrés moderado y RA regular. Conclusión: Se presentó relación significativa entre estrés y RA (27).

## **Regional**

Asenjo et al., en el año 2021; desarrollaron el estudio “Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19”, con el objetivo de estimar el nivel de EA en estudiantes de Enfermería; estudio descriptivo, observacional y transversal; llevado a cabo con 122 estudiantes. Resultados: El 50,8% presentaron estrés severo, el 30,3% moderado y el 18,9% leve; de acuerdo a las dimensiones, el 59,8% indicaron estrés severo en la dimensión estresores, al igual que el 43,4% en la dimensión síntomas y el 61,5% en estrategias de afrontamiento. Conclusión: El estrés fue mayormente de nivel severo y más incidente entre las mujeres (18).

López, en el año 2021; en el estudio “Características sociodemográficas y nivel de estrés Académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, durante la pandemia COVID-19”, se plantearon como objetivo determinar la relación entre características sociodemográficas y nivel de estrés académico; estudio relacional, observacional y transversal, realizado en 139 participantes. Resultados: El 57% tenían entre 17 y 20 años, el 73,4% eran féminas, el 95% no tenían pareja, el 70,5% tenían un trabajo y el 55,4% residía en el área urbana; además, el 81% alcanzaron estrés medio, el 16% bajo y el 3% alto. Conclusión. Por lo que concluyeron que no hay relación significativa de las características sociodemográficas y el nivel de EA (19).

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Modelo del síndrome general de adaptación de Hans Selye**

Este modelo teórico sostiene que las personas están expuestas a distintos estresantes que le pueden generar alteraciones somáticas, psíquicas y conductuales, dando origen a problemas interpersonales y de interacción social; por ello, es que deben buscar estrategias para afrontar aquellos factores que le producen estrés a fin de adaptarse apropiadamente al nuevo contexto (28).

En este sentido, adaptarse de manera rápida y adecuada a las situaciones que generan estrés es la respuesta habitual del individuo; entendiéndose que la adaptación es percibida como la forma más eficaz que posee la persona para convertir un escenario problemático en una oportunidad; sin embargo, en

diversos casos los individuos no cuentan con la capacidad necesaria para resolver la situación estresante, y transformarla en experiencias positivas de adaptación (28).

Haciendo un paralelo entre el modelo teórico de Seyle y lo propuesto por el estudio, el estrés se manifiesta en tres fases:

Alarma, se presenta al momento en que la persona percibe al estresor, activando una respuesta de "defensa o huida" que haga frente a la amenaza identificada (28). Desde la perspectiva del estudio, en esta etapa el estudiante de enfermería experimenta la sobre carga académica propia de su formación profesional.

Resistencia, caracterizada por cambios somáticos resultado del intento por adaptarse al estrés permanente; aquí el individuo moviliza sus recursos para enfrentar a la situación estresante (28). En el escenario del estudio, los estudiantes de enfermería buscan implementar estrategias de afrontamiento (organización del tiempo, búsqueda de apoyo social) que ayuden a manejar sus demandas académicas; sin embargo, una prolongada exposición al estrés puede terminar por agotar física y emocionalmente al estudiante.

Agotamiento, los mecanismos de respuesta del organismo se agotan debido a la exposición prolongada al estresor, generando alteraciones en la salud física y mental, además de impactar en el RA del estudiante (28). Aquí los estudiantes de enfermería podrían experimentar fatiga crónica, falta de concentración y cuadros clínicos de ansiedad o depresión.

En términos generales, el modelo teórico propuesto por Seyle ayuda en el entendimiento y comprensión de cómo el estrés se podría relacionar con el RA en los estudiantes de enfermería.

## **2.2.2. Estrés académico en estudiantes de enfermería**

### **2.2.2.1. Estrés**

Es entendido como aquel estado de tensión física, mental y emocional permanente y excesivo, ocasionado por situaciones difíciles de asimilar, manifestado con distinta

intensidad (5), resultado del mecanismo de adaptación que tiene el individuo ante escenarios que percibe como amenazantes (6). En condiciones normales el estrés es un fenómeno cotidiano que inclusive puede incrementar la productividad personal, académica y laboral en el individuo; sin embargo, su recurrencia y mayor intensidad causa morbilidades e impacta de manera negativa en la conducta que muestra la persona, afectando su bienestar psicológico y calidad de vida (29).

Asimismo, Selye (28), considerado el teórico más influyente en temas de estrés lo define como una respuesta somática ante los estímulos estresores que producen un desequilibrio corporal, mental y conductual en el individuo; desequilibrio que desencadena el empleo de estrategias de afrontamiento, a las que denominó “Síndrome General de Adaptación”.

#### **2.2.2.1.1. Estrés académico**

Es aquella situación en la que el estudiante percibe las demandas educativas como amenazantes, causando una alteración conductual y somática que le presiona a adoptar diversas estrategias de afrontamiento para reestablecer el equilibrio y adaptarse satisfactoriamente a la nueva situación; sin embargo, muchas veces estas estrategias resultan ineficaces (7).

Es entendido también como una sobrecarga académica que le resulta al estudiante difícil de controlar, produciendo una inestabilidad física, mental o conductual y provocando problemas en su rendimiento y desempeño académico; situación que genera sufrimiento, frustración e ideas recurrentes de fracaso educativo (17).

#### **2.2.2.1.2. Estrés académico en estudiantes de Enfermería**

Los estudiantes de Enfermería por su misma condición formativa y su rol como proveedores de cuidados de salud durante sus prácticas o clases en aula, en cierto modo, están más propensos a desarrollar EA, dado que pueden tener presión por el exceso de tareas académicas, la repetencia, el escaso tiempo para estudiar, las prácticas formativas, los métodos de enseñanza del docente, sus maneras de aprender (30).

#### **2.2.2.1.3. Causas del estrés académico**

Entre las causas más habituales se encuentran: Evaluaciones (exámenes finales, presión por obtener calificaciones sobresalientes); sobrecarga académica (exceso de

tareas, horarios prolongados, lecturas extras); competitividad (superar en calificaciones a los compañeros), personalidad (introversión, poca participación); métodos de enseñanza docente; métodos de aprendizaje (memorísticos); modos evaluativos (informes, prácticas y exposiciones frecuentes) (31) (32).

#### **2.2.2.1.4. Fases del estrés académico**

Para Seyle (28), el EA se manifiesta en tres fases:

- a) Alarma:** Aquí el estudiante enfrentaría eventos académicos estresantes, en el que su reacción inicial puede manifestarse con irritabilidad, dificultad para concentrarse o problemas con el sueño; sin embargo, si logra adaptarse a este estresor el estudiante habrá superado satisfactoriamente la situación que le llevo a desarrollar estrés (28).
  
- b) Resistencia:** Aquí el organismo del estudiante utilizará mecanismos de adaptación que lo lleven a estados de alerta e hiperactividad permanente, los cuales buscan frenar y superar el fenómeno amenazante (sobre carga académica); si estos mecanismos logran controlar adecuadamente la situación, el estudiante habrá logrado adaptarse a la realidad que inicialmente fue percibida como estresante (28).
  
- c) Agotamiento:** Aquí el organismo del estudiante comenzará a perder la capacidad para mantener apropiadamente los mecanismos que está utilizado para frenar el estrés; haciendo que este experimente una pérdida excesiva de energía y disposición para manejar adecuadamente la situación estresante (demanda académica); de persistir terminaría por generar consecuencias devastadoras en su salud y en el ámbito académico rendimiento bajo que puede terminar en deserción, abandono escolar o repitencia recurrente (28).

#### **2.2.2.1.5. Signos y síntomas del estrés académico**

Para Gardani et al. (33) y Brobbey (34), el cuadro clínico más común en un estudiante con EA dependerá de la capacidad que tiene este para adaptarse a las condiciones académicas que le ofrece la universidad, pero en general incluyen: problemas de concentración y entendimiento, desinterés académico, interrupciones alimentarias,

cambios recurrentes de humor cuando se le aborda temas educativos que le resultan complejos de entender, disrupciones alimenticias y nutricionales.

Además de negatividad recurrente, descuido en las responsabilidades académicas, conflictos sociales dentro del aula, resistencia al cambio de actitud y perspectivas negativas de su futuro profesional; todo esto podría acabar en la presentación de un rendimiento académico deficiente (13).

#### **2.2.2.1.6. Consecuencias del estrés académico**

Las consecuencias originadas por el estrés aparecen de acuerdo a la intensidad y duración del mismo, las más frecuentes que se pueden presentar en los estudiantes son de tipo físico (contracturas musculares, alteraciones cardiacas, sudoración profusa, alteraciones en el sueño, dificultad respiratoria, dolor de cabeza, gastritis, etc. (35); emocional (cambios de humor, llanto, angustia, frustración); mentales (ansiedad, depresión) (36).

En el mismo sentido las disrupciones físicas y emocionales conducen al estudiante a desarrollar comportamientos que terminan en alteraciones del RA, conflictos sociales y familiares debido a la baja tolerancia en las interrelaciones, incomunicación social, nerviosismos, problemas de alimentación y patrones de descanso inadecuados (37).

#### **2.2.2.1.7. Dimensiones del estrés académico**

De acuerdo a Gardani et al. (33), Brobbey (34) y Olivas et al. (38), el EA se organiza en tres dimensiones, cada una con sus características particulares:

**a) Estresores:** Son los factores de tipo ambientales, sociales o académicos que originan alta presión o sobredemanda en los estudiantes de Enfermería, lo que se traduce en la forma en como perciben el estrés; estos factores podrían estar vinculados a la carga académica, interrelación estudiante-docente, formas evaluativas; además de otros elementos del ámbito académico percibidos como amenazantes y que retan al estudiante a buscar nuevas formas de adaptarse (33) (34) (38).

En el estudio la dimensión estresores es evaluada por medio de indicadores como: Sobrecarga diaria de tareas, personalidad y carácter del docente, métodos de evaluación, nivel de exigencia docente, tipos de trabajos asignados, tiempo corto para las tareas y poca claridad en instrucciones docentes (38).

**b) Síntomas:** Son las respuestas físico-emotivas y de comportamiento que los estudiantes de Enfermería experimentan como resultado del estrés generado en su ámbito académico; estos incluyen fatiga, tristeza, ansiedad, depresión, dificultades de concentración, irritabilidad, conflictos interpersonales vinculados a las tareas académicas (33) (34) (38).

Esta dimensión es medida teniendo en cuenta los indicadores de fatiga crónica percibida, sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad o angustia, dificultades de concentración, sentimientos de agresividad, tendencia a conflictos o discusiones, desinterés en las tareas académicas (38).

**c) Estrategias de afrontamiento:** Son los recursos y medios que los estudiantes de Enfermería emplean para enfrentarse al EA; incluyen la resolución de conflictos, soluciones asertivas, toma de decisiones correctas, capacidad de adaptación, control emocional, sistematización de experiencias, planificación y ejecución de actividades que ayuden en el manejo del estrés; además de la capacidad para ver el futuro formativo como satisfactorio y menos estresante (33) (34) (38).

Para el estudio se asumirá como indicadores de la estrategia de afrontamiento a indicadores como: Resolución de problemas, soluciones concretas, soluciones positivas y negativas, control emocional ante el estrés, recuerdo de experiencias pasadas y solución, elaboración y ejecución de planes de afrontamiento, ver el lado positivo de la situación estresante (38).

#### **2.2.2.1.8. Niveles del estrés académico**

Se tomó la clasificación de niveles de EA propuesto por Olivas (38), los cuales han sido diseñados y validados de acuerdo a la SISCO 21-SV:

**a) Estrés bajo:** Identificado cuando los estudiantes de enfermería experimentan una carga académica manejable y se sienten relativamente cómodos con los métodos de

evaluación y las tareas asignadas; sin embargo, pueden enfrentar algunos desafíos ocasionales, como plazos ajustados o falta de claridad en las instrucciones, estos factores no generan una alteración significativa en su bienestar emocional o RA (38).

Las manifestaciones de estrés a este nivel son mínimos y los estudiantes podrían recurrir a estrategias efectivas de afrontamiento que les permitan manejar adecuadamente cualquier dificultad que surja. En el estudio se considera que el estrés bajo es aquel donde el estudiante ha logrado un puntaje de 00 a 39 puntos (38).

**b) Estrés moderado:** Identificado cuando los estudiantes de Enfermería experimentan una carga académica más significativa, con desafíos más difíciles de superar que podrían incluir una mayor exigencia en la evaluación, presión de plazos ajustados o mayor ambigüedad en las instrucciones académicas; situación que puede llevar a la presentación de síntomas como fatiga, ansiedad o problemas de concentración (38).

Sin embargo, los estudiantes aún pueden manejar eficazmente los estresores académicos empleando estrategias de afrontamiento como la planificación, resolución de problemas o toma asertiva de decisiones. En el estudio el estrés moderado es aquel en el que el estudiante ha alcanzado un puntaje de 40 a 99 puntos (38).

**c) Estrés alto:** Identificado cuando los estudiantes de Enfermería enfrentan una carga académica abrumadora, combinada con una serie de estresores recurrentes y muy intensos, que podrían surgir a partir de métodos de evaluación exigentes, falta de claridad en las instrucciones y plazos muy cortos, dando lugar a una amplia gama de síntomas como depresión, irritabilidad y desinterés académicos (38).

En este nivel, los estudiantes pueden tener dificultades para utilizar estrategias efectivas de afrontamiento, lo que puede afectar negativamente su bienestar emocional y su RA. En el estudio el estrés alto es donde el estudiante logra puntajes de 80 a 115 puntos (38).

### **2.2.3. Rendimiento académico en estudiantes de enfermería**

#### **2.2.3.1. Rendimiento académico**

Son aquellas competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales que posee el estudiante en determinadas campos o áreas del conocimiento (para el caso del estudio en ciencia de enfermería); estas competencias dependerán del nivel académico con el que cuente (21).

El RA es determinado por medio de las habilidades y destrezas adquiridas por el estudiante durante su formación escolar y profesional. Al respecto, Albán y Calero (22), considera que el RA es un proceso de continuo entendimiento vinculado a la construcción del conocimiento teórico – práctico, determinado por la predisposición del estudiante a adquirir o tener nuevas experiencias de aprendizaje y operativizado por los resultados académicos alcanzados en un tiempo específico.

##### **2.2.3.1.1. Factores asociados al rendimiento académico**

El RA está influenciado por distintos factores, tales como:

- a) **Sociodemográficos:** Las circunstancias y el entorno en el que el estudiante se desenvuelve podrían impactar en su RA; este es el caso del lugar donde vive, el estado civil, la condición económica, la ocupación adicional a la de alumno, o el grado de instrucción de los progenitores (39).
- b) **Intelectuales:** El grado de conocimiento con el que cuenta el estudiante se vincula a su RA, el cual está determinado por la atención que pone al estudiar, la capacidad de análisis e interpretación, la rapidez de memorización, la creatividad académica o la selección de sobre qué y donde buscar información de estudio (40).
- c) **Individuales:** Las particularidades propias del estudiante también influyen en su RA, esto es la edad, el género, la capacidad intelectual o el ambiente familiar, social y universitario (41).
- d) **Organizacionales:** Las condiciones físicas, sociales y organizativas del centro de estudios también se relacionan con el RA del estudiante, esto implica los métodos de enseñanza docente, la interacción alumno-docente, el diseño curricular, los contenidos de las asignaturas, el personal administrativo, las condiciones físicas de

la infraestructura educativa (iluminación, ventilación), el material didáctico o los dispositivos electrónicos de enseñanza (39).

#### **2.2.3.1.2. Niveles del rendimiento académico**

De acuerdo a Silva (13) y Rueda (14), el RA se organiza en cuatro niveles, dependiendo del grado de competencias que alcanzado el estudiante:

- a) Deficiente:** En el escenario del estudio, se refiere a los estudiantes de Enfermería que presentan dificultades significativas en la comprensión y aplicación de los contenidos enseñados, lo que demanda intervención inmediata y adicional para mejorar su rendimiento; esto se evidencia con puntajes que están entre 0 y 10 puntos, indicando un RA insatisfactorio (13) (14).
  
- b) Regular:** Considerando el estudio, se refiere a los estudiantes de Enfermería que cumplen con los requisitos mínimos de RA solicitados durante su formación profesional, pero este puede carecer de consistencia de entendimiento en comparación con otros estudiantes; esto como resultado de un desempeño académico que se encuentra entre 11 y 13 puntos, evidenciando un RA poco consistente (13) (14).
  
- c) Bueno:** Teniendo en cuenta el estudio, se refiere a los estudiantes de Enfermería que poseen un buen nivel de comprensión y aplicación de los conceptos enseñados durante su formación académica; esto debido a que logran puntajes de entre 14 y 17 puntos, mostrando un sólido RA (13) (14).
  
- d) Muy bueno:** En el contexto del estudio, se refiere a aquellos estudiantes de Enfermería que demuestran un excelente dominio de los contenidos académicos y una capacidad destacada para aplicar sus conocimientos en la práctica; dado que logran alcanzar puntajes de entre 18 y 20 puntos, indicando un desempeño académico sobresaliente (13) (14).

#### **2.2.3.1.3. Estrategias para mejorar el rendimiento académico**

Existen diversas acciones que los estudiantes pueden adoptar para mejorar sus niveles de RA, entre los cuales se tienen:

- a) De ensayo:** Referidas a las estrategias utilizadas para adquirir nuevos conocimientos; entre las que se encuentran, la repetición en voz alta, identificación de términos o puntos clave, selección o marcado de ideas principales (42).
- b) De elaboración.** Referidas a las estrategias que ayudan a construir nuevas ideas o conceptos a partir de relacionar el conocimiento con el que se cuenta y el que se está aprendiendo; entre otras se tienen, resumen de contenidos, anotaciones relevantes, autoevaluación posterior al aprendizaje (43).
- c) De organización:** Referidas a las estrategias que gestionan la información para una mejor comprensión; incluye los mapas mentales, cuadros sinópticos, mapas conceptuales, redes semánticas, infografías (43).
- d) Metacognitivas:** Referidas a las estrategias que se implementan previo a estudiar, considerando en su diseño objetivos de aprendizaje; entre otras están revisión de contenidos ya desarrollados, tener horarios fijos de lectura, buscar recursos necesarios antes de conocer nuevos temas (42) (43).
- e) Autorregulación:** Referidas a las estrategias implementadas para el inicio del estudio o cuando siente que no está aprendiendo lo suficiente; entre otras están preguntarse sobre los contenidos estudiados, modificar horarios de lectura, incrementar horas de estudio, estudio en equipo o colaborativo, revisión de nuevas fuentes bibliográficas, solicitar apoyo de expertos sobre el tema, emplear herramientas virtuales (42) (43).
- f) De evaluación:** Referidas a las estrategias implementadas durante o en la etapa final del proceso de aprendizaje; entre otras se encuentran, ordenar la temática estudiada para su posterior revisión, retroalimentación, cuestionarse respecto a si alcanzó los objetivos de estudio, pausas activas, métodos de relajación (42) (43).

### 2.3. Hipótesis

H<sub>1</sub>: Existe relación significativa entre nivel de estrés y nivel de rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.

$H_0$ : No existe relación significativa entre nivel de estrés y nivel de rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.

#### **2.4. Variables del estudio**

**Variable 1:** Estrés en estudiantes de Enfermería

**Variable 2:** Rendimiento académico en estudiantes de Enfermería

## 2.5. Matriz de operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Criterios de medición	Instrumento	Puntaje final	Escala de medición de la Variable
<b>Estrés en estudiantes de Enfermería</b>	Situación en la que el universitario percibe las demandas educativas como amenazantes, causando alteración conductual y somática presionando a adoptar diversas estrategias de afrontamiento para adaptarse satisfactoriamente a la nueva situación (7).	El estrés fue medido alto, medio y bajo, tomando en cuenta el inventario SISCO SV-21.	<b>Estresores</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sobrecarga diaria de tareas</li> <li>- Personalidad y carácter del docente</li> <li>- Métodos de evaluación</li> <li>- Nivel de exigencia docente</li> <li>- Tipos de trabajos asignados</li> <li>- Tiempo corto para las tareas</li> <li>- Poca claridad en instrucciones docentes</li> </ul>	<p><b>Puntajes parciales:</b>                      Nunca = 0                      Casi nunca = 1                      Rara vez = 2                      Algunas Veces = 3                      Casi siempre = 4                      Siempre = 5</p>	Inventario SISCO SV-21, validado en el Perú por Olivas et al. (38).	Estrés alto: 80 - 115 puntos  Estrés moderado: 40 - 79 puntos  Estrés bajo: 00 - 39 puntos	Categorica (ordinal)
			<b>Síntomas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fatiga crónica percibida</li> <li>- Sentimientos de depresión y tristeza</li> <li>- Ansiedad o angustia</li> <li>- Dificultades de concentración</li> <li>- Sentimientos de agresividad o irritabilidad</li> <li>- Tendencia a conflictos o discusiones</li> <li>- Desinterés en las tareas académicas</li> </ul>				

			<b>Estrategia de afrontamiento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resolución de problemas</li> <li>- Soluciones concretas</li> <li>- Soluciones positivas y negativas</li> <li>- Control emocional ante el estrés</li> <li>- Recuerdo de experiencias pasadas y solución</li> <li>- Elaboración y ejecución de planes de afrontamiento</li> <li>- Ver el lado positivo de la situación estresante</li> </ul>				
--	--	--	------------------------------------	---	--	--	--	--

<b>Variables</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Criterios de medición</b>	<b>Instrumento</b>	<b>Puntaje final</b>	<b>Escala de medición de la Variable</b>
<b>Rendimiento académico en estudiantes de Enfermería</b>	Es el nivel de logro alcanzado por el estudiante durante la realización de actividades cognitivas, procedimentales y actitudinales, evaluadas durante un periodo de su formación escolar y/o profesional (22).	El rendimiento académico fue medido en muy bueno, bueno, regular y deficiente considerando la calificación indicada por el Ministerio de educación (48) (49) (50).	- Promedio ponderado	Rendimiento académico muy bueno  Rendimiento académico bueno  Rendimiento académico regular  Rendimiento académico deficiente	Ficha de recolección de datos del rendimiento académico, diseñada por el investigador	Rendimiento académico muy bueno: 18 – 20 puntos  Rendimiento académico bueno: 14 – 17 puntos  Rendimiento académico regular: 11 – 13 puntos  Rendimiento académico deficiente: 00 – 10 puntos	Categorica (ordinal)

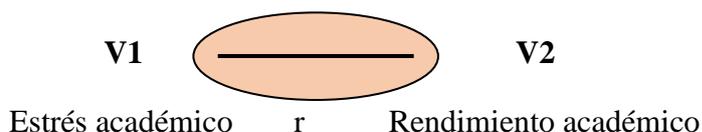
## CAPÍTULO III

### METODOLOGÍA

#### 3.1. Diseño y tipo de estudio

El **diseño** de estudio fue de enfoque cuantitativo, nivel relacional, no experimental y transversal (44). Cuantitativo, porque los datos numéricos fueron procesados empleando herramientas estadísticas que permitieron comprobar la hipótesis. Relacional, debido a que se determinó la relación entre EA y RA en los estudiantes de Enfermería. No experimental, dado que en el proceso no se realizó intervención o manipulación intencional de las variables, sino que la información fue recogida tal como ocurrió in situ. Transversal, ya que se recolectó los datos en un determinado periodo de tiempo y en una sola oportunidad.

El diseño de estudio tuvo el siguiente esquema:



El **tipo de estudio** fue de nivel básico (45), debido a que el estudio aporta a la ciencia de la Enfermería conocimiento teórico que ayuda a incrementar el corpus académico de la profesión en la temática del EA y RA de los estudiantes de Enfermería.

#### 3.2. Población de estudio

Estuvo constituida por 157 estudiantes de Enfermería del semestre académico 2023 – II, obtenido del Registro Académico de la Universidad Nacional de Cajamarca,

#### 3.3. Criterios de inclusión y exclusión

##### a. Criterios de inclusión

- Estudiantes de Enfermería, matriculados en el semestre académico 2023-II, del tercero, quinto y séptimo ciclo de estudios.
- Estudiantes de ambos sexos.

- Estudiantes que desearon participar del estudio y que firmaron el consentimiento informado de forma voluntaria.

#### **b. Criterio de Exclusión**

- Irregulares (matriculados en menos de 12 créditos académicos)
- Repitentes (que lleven una o más asignaturas por segunda vez)
- Retirados por inasistencia.
- Traslados internos o externos.

### **3.4. Unidad de análisis**

Cada uno de los estudiantes del tercero, quinto y séptimo ciclo de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, matriculados en el semestre académico 2023-II.

### **3.5. Marco muestral**

Registro de matriculados en el semestre académico 2023-II y acta de notas al término del semestre académico, localizados en la Oficina de Registro Académico de la Universidad Nacional de Cajamarca y que tras la selección de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión fueron de 157, siendo 10 estudiantes excluidos debido a que eran repitentes o llevaban menos de 12 créditos académicos.

### **3.6. Muestra**

La muestra estuvo conformada por el total de estudiantes del tercero, quinto y séptimo ciclo de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca matriculados en el semestre académico 2023-II, siendo en un total de 157 estudiantes, por considerarse una muestra pequeña.

El muestreo fue por conveniencia, los participantes se organizaron en función al registro de estudiantes de Enfermería matriculados en el semestre académico 2023-II, siendo como a continuación se detalla:

<b>Ciclo de estudios 2023 - II</b>	<b>N° de Estudiantes</b>
Tercer ciclo	53
Quinto ciclo	51
Séptimo ciclo	53
Total	157

### **3.7. Técnicas e instrumento de recolección de datos**

Las técnicas de recolección de información fue la encuesta y para la recolección de datos se utilizaron 2 instrumentos:

1. Inventario tipo escala Likert denominado “Test del Estrés: Inventario SISCO SV-21 (Sistema Cognoscitivo)”, validado en sus propiedades psicométricas en un estudio peruano desarrollado por Olivas et al. (38), en el año 2021 en una población de estudiantes universitarios; el SISCO SV-21, ha sido adoptado por el Colegio de Psicólogos del Perú como un instrumento oficial para valorar el estrés; además de ser ampliamente aplicado en el contexto peruano (Anexo 2). En el estudio se empleó para identificar el nivel de EA que presentan los estudiantes de Enfermería.

El SISCO 21-SV, contiene 21 ítems organizados en tres dimensiones y un ítem dicotomizado en Sí y No, el cual sirve de filtro para identificar si el estudiante puede o no participar del llenado del instrumento. Las dimensiones se distribuyen en: 1) Estresores, conformada por 7 ítems (1 al 7); 2) Síntomas, conteniendo 7 ítems (8 al 14); y 3) Afrontamiento del estrés, integrada por 7 ítems (15 al 21) (38).

El inventario SISCO 21\_SV considera seis opciones numéricas de respuesta, en el que cada ítem puede ser categorizado y puntuado con: nunca=0, casi nunca=1, rara vez=2, algunas veces=3, casi siempre=4 y siempre=5. El nivel de EA se obtiene tras la sumatoria del puntaje total logrado por el estudiante en los 21 ítems (tres dimensiones), clasificándolos en: Nivel de estrés alto (80 - 115 puntos), estrés moderado (40 - 79 puntos) y estrés bajo (00 - 39 puntos) (38).

2. Ficha de recolección de datos facilitó la identificación del nivel de RA de los estudiantes de Enfermería, la cual permitió recabar información de las Actas de notas de la Oficina de Registro Académico de la Universidad Nacional de Cajamarca (47). Se organizó para recolectar información respecto al promedio ponderado del estudiante alcanzado al término del semestre académico 2023-II y el nivel de RA obtenido a partir del promedio ponderado, el cual se clasificó en muy bueno, bueno, regular y deficiente (Apéndice 1).

El nivel del RA se determinó con el promedio ponderado alcanzado por el estudiante solo en el semestre académico 2023-II; el mismo que fue organizado en función a las propuestas de calificación vigesimal, alfanumérica y ordinal contempladas por el Ministerio de educación (48) (49) (50). Por tanto, será clasificado y puntuado en: Nivel de RA muy bueno (18 – 20 puntos), RA bueno (14 – 17 puntos), RA regular (11 – 13 puntos) y RA deficiente (00 – 10 puntos).

**El procedimiento de recolección de datos consideró:**

- a) Solicitud dirigida a la directora de la EAPE para solicitar la información requerida en el proceso de ejecución y recolección de datos.
- b) Solicitud documentada dirigida al Director de la Oficina de Registro Académico de la Universidad Nacional de Cajamarca, solicitando acceder a la lista de estudiantes de Enfermería del I al VIII ciclo matriculados en el semestres académico 2023-II y a sus respectivas actas de notas en las que se incluya el promedio ponderado alcanzado solo en ese semestre académico.
- c) Selección inicial de los estudiantes en función a los criterios de exclusión, esto se hizo a partir de los datos proporcionados por la Oficina de Registro Académico, descartando a los estudiantes irregulares, matriculados en menos de 12 créditos académicos, traslados internos y externos.
- d) Solicitud documentada dirigida a la Directora de la Escuela Académico Profesional de Enfermería, dando a conocer el proyecto de investigación y solicitando las facilidades para la recolección de datos.
- e) Captación de los estudiantes, esto se realizó en las aulas o ambientes del pabellón de la Escuela Profesional.

- f) Distribución de asentimientos informados a los estudiantes menores de 18 años, indicándoles que en tres días se realizará la aplicación de la encuesta, para la cual deberán presentar el documento firmado por su apoderado.
- g) Aplicación de la encuesta, la cual se desarrolló en las aulas, en horarios pactados con cada docente y en los turnos de mañana y tarde.

### **Validez y confiabilidad del instrumento**

**Validez:** Ambos instrumentos no demandaron de validación dado que, el Inventario SISCO 21-SV ha sido ampliamente utilizado en el contexto peruano con estudiantes de Enfermería, además de ser un instrumento reconocido por el Colegio de Psicólogos del Perú y haber sido validado psicométricamente en estudiantes universitarios peruanos; mientras tanto, el nivel del RA identificado con la ficha de recolección de datos se ha organizado a partir de las directivas propuestas por el MINEDU.

**Confiabilidad:** El SISCO 21-SV fue determinada con una prueba piloto realizada en 15 estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota; para ello se empleó el coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach, obteniéndose un valor de 0,945 indicando que el inventario es adecuado para su administración en estudiantes de enfermería (Apéndice 1).

### **3.8. Procesamiento y análisis de datos**

La información final luego de su verificación y validación manual se ingresó en una base organizada en el SPSS.V.26. El análisis estadístico descriptivo incluyó la presentación de los hallazgos en tablas simples y cruzadas; mientras que el análisis inferencial requirió comprobar la hipótesis, empleando el coeficiente de correlación Tau-c de Kendall, dado que ambas variables son de naturaleza ordinal, considerando una relación significativa como  $p < 0,05$ .

### **3.9. Consideraciones éticas**

El estudio tomó en cuenta los principios éticos de Osorio (51), tales como:

- **Libertad:** Referida a que el individuo es autónomo y tiene la capacidad para poder tomar sus propias decisiones. En el estudio, la libertad fue respaldada por el consentimiento informado en el que cada estudiante de Enfermería

recibió información clara y detallada del objetivo y propósito del estudio, asegurando la confidencialidad y anonimato;

- **Beneficencia:** Referida a la obligación para de actuar siempre en beneficio de los demás, sin causar daño (no maleficencia), en el estudio se actuó con integralidad en pro de los estudiantes y colocándolos por sobre de cualquier beneficio.
- **Dignidad humana:** Es el valor inherente de todas las personas, independientemente de sus condiciones, físicas, sociales, mentales, etc., el estudio cautelo la integridad, la intangibilidad de sus derechos, el respeto y la protección de los estudiantes
- **Justicia:** Es la imparcialidad, equidad, honestidad y respeto a los derechos de los demás. El estudio ofreció un trato equitativo e igualitario a cada estudiante participante.

También, se tuvo presente el Código de Ética y Deontología del Colegio de Enfermeros del Perú (52), en el que se afirma “respetar los derechos del individuo sin distinción de raza, credo, nacionalidad, ni condición social”.

## CAPÍTULO IV RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 4.1. Resultados y discusión

**Tabla 1. Nivel de estrés en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.**

<b>Nivel de estrés</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Bajo</b>	20	12,7
<b>Moderado</b>	127	80,9
<b>Alto</b>	10	6,4
<b>Total</b>	<b>157</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Inventario SISCO SV-21.

En la tabla 1, se muestra que el 80,9% de los estudiantes presentaron un nivel de estrés moderado, seguido por un 12,7% que mostraron un nivel de estrés bajo.

Los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes experimenta un nivel de estrés moderado. Cifras parecidas (en cuanto al nivel, pero con diferencias porcentuales) con los hallazgos de estudios previos, como el de Zarracino et al. (12) en Panamá, donde reportó un 85,5% de EA moderado entre los estudiantes de Enfermería. Este tipo de estrés puede estar relacionado con la adaptación a las exigencias académicas y las presiones inherentes al currículo universitario (4) (20) (15), un proceso que no es único para Cajamarca, sino común en varias partes del mundo.

Otros estudios como los de Monzón et al. (11) en Paraguay encontraron que el 66% de los estudiantes de enfermería presentaron niveles moderados de EA. Resultados que coinciden en el nivel de EA con los hallazgos de la presente investigación, mostrando un predominio del estrés moderado y señalando que la carga académica y las prácticas clínicas son los factores principales que generan esta condición. Rueda et al. (14), en un estudio en Ecuador, reportaron que el 60% de los estudiantes de enfermería experimentaban estrés moderado, en la misma línea de los resultados obtenidos en la presente investigación,

argumentando que el estrés moderado es una manifestación común en estudiantes que están en proceso de adaptación a la alta exigencia académica.

Por otro lado, un 12,7% de los estudiantes presentan un nivel bajo de estrés; hallazgo más de dos veces inferior a lo identificado por Monzón et al. (11), donde un 28% de los estudiantes mostraron un nivel bajo de estrés. Estos estudiantes probablemente manejan de manera más efectiva las demandas académicas, o pueden haber desarrollado mecanismos de afrontamiento más efectivos.

Asimismo, solo un 6,4% de los estudiantes presentaron un nivel de estrés alto. Este porcentaje reducido podría ser una señal positiva de que la mayoría de los estudiantes han logrado encontrar un cierto equilibrio entre sus estudios y sus vidas personales. Sin embargo, es importante señalar que este estrés alto podría afectar gravemente a quienes lo padecen, ya que los efectos del estrés crónico son potencialmente perjudiciales para la salud mental y física de los estudiantes (6) (28).

Considerando la teoría del síndrome general de adaptación de Hans Selye, los estudiantes de Enfermería enfrentan factores estresantes que les obligan a adaptarse; pues los que experimentan niveles moderados de estrés pueden estar en la fase de resistencia, donde intentan enfrentar la presión de manera adecuada. Sin embargo, es posible que aquellos con niveles altos de estrés se encuentren en la fase de agotamiento, lo que resulta en efectos negativos tanto a nivel físico como emocional.

Es esencial resaltar que los niveles de EA varían significativamente dependiendo de los factores individuales y contextuales, tal como lo sugieren estudios en distintos países (14) (11) (12) (16). Esto se alinea con el hecho de que las exigencias educativas y la carga de trabajo son determinantes claves en la aparición del EA moderado en la mayoría de los estudiantes de Enfermería.

El alto estrés moderado encontrado en el presente estudio se puede explicar, en parte, por la necesidad de equilibrar las responsabilidades académicas con las personales y la falta de tiempo para las actividades de autocuidado, lo que también se evidenció en el estudio de Mallqui y Trujillo (15) en Ancash, donde un 85,6% de los estudiantes manifestaron un nivel de estrés moderado.

Además, los factores estresores relacionados con el ambiente clínico y el alto nivel de expectativas académicas pueden contribuir significativamente al desarrollo del estrés (13) (14), como sugieren otros estudios, que resaltan la importancia de la formación profesional en el nivel de EA (7).

En general, los resultados indican que la mayoría de los estudiantes de Enfermería en la Universidad Nacional de Cajamarca experimentan un nivel moderado de EA, lo que es consistente con los antecedentes internacionales y nacionales; sugiriendo la necesidad de implementar estrategias de apoyo que permitan a los estudiantes gestionar eficazmente sus niveles de estrés y prevenir que estos se intensifiquen a niveles perjudiciales.

**Tabla 2. Nivel de rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.**

<b>Nivel de rendimiento académico</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Deficiente	8	5,1
Regular	98	62,4
Bueno	51	32,5
<b>Total</b>	<b>157</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Ficha de recolección de datos, 2024.

En la tabla 2 se muestra que el 62,4% de los estudiantes participantes tienen rendimiento académico regular, seguido de 32,5% con un nivel bueno y 5,1% con un nivel deficiente. No se encontró RA muy bueno.

Los hallazgos indican que la mayoría de los estudiantes participantes tienen un RA regular; resultado similar al de estudios internacionales previos como el de Zarracino et al. (12) en Panamá, donde la mayoría de estudiantes tuvieron niveles regulares de RA, con una media de 17,4 puntos; y el de Rueda et al. (14) en el Ecuador, donde el mayor porcentaje de estudiantes tuvieron un RA de nivel regular. Cifras atribuidas a diversos factores, como carga académica y horarios poco flexibles para la realización de las clases teóricas y prácticas, común en estudiantes de enfermería, la falta de apoyo emocional y académico, y a factores socioeconómicos que contribuyen a que los estudiantes no alcancen niveles de rendimiento sobresaliente, manteniéndose en un nivel intermedio o regular (30) (37).

A nivel nacional, los estudios previos también coinciden con el RA regular identificado en el presente estudio. Así, Quiróz (25), en Lima un 77,3%; Mallqui y Trujillo (15), en Ancash un 51,7%; y Huincho (27), en Junín un 69%. Estudios donde la mayoría de estudiantes obtuvieron un RA regular. Cifras que pueden estar relacionadas con la presión académica y el tiempo limitado para realizar adecuadamente las evaluaciones y tareas prácticas. Estos factores son una constante en la carrera de Enfermería debido a la combinación de actividades teóricas y prácticas que exige el currículo formativo.

Por otra parte, un menor porcentaje de los estudiantes presenta un RA deficiente. Esta cifra, aunque baja, merece atención, ya que, como se mencionó en el estudio de Olano (26)

en Lambayeque, los estudiantes con bajo rendimiento tienden a experimentar mayores niveles de estrés, lo que a su vez afecta aún más su desempeño académico, generando un ciclo vicioso que podría estar afectando negativamente a los estudiantes que necesitan un apoyo adicional para superar sus desafíos académicos.

Además, el bajo RA podría ser el resultado de la negatividad recurrente, el descuido en las responsabilidades académicas, los conflictos sociales dentro del aula, la resistencia al cambio de actitud y las perspectivas negativas de su futuro profesional; haciendo que los estudiantes se sientan desmotivados para continuar con su formación profesional (13).

Desde la perspectiva de la teoría del síndrome general de adaptación de Selye, los estudiantes con RA regular y deficiente estarían en la fase de resistencia o agotamiento, lo que dificulta su capacidad para rendir al máximo; pues los que obtienen un RA bueno probablemente hayan logrado una mejor adaptación y manejo del estrés, encontrando formas efectivas de afrontar las presiones académicas.

Asimismo, los resultados coinciden con los estudios de Hurtado (24), quien reportó que un porcentaje significativo de estudiantes con altos niveles de estrés presentaban un RA regular o bajo, lo que refuerza la idea de que el estrés afecta de manera significativa la vida educativa y formativa del estudiante universitario, incluyendo a los estudiantes de enfermería; tal como lo sostiene Wuthrich et al. (2) y Molano-Tobar (3) al indicar que la formación profesional es una de las etapas más estresantes para el individuo, que de no afrontarse adecuadamente pueden generar problemas de deserción o bajo RA.

Sin embargo, es importante señalar que el RA no solo depende del nivel de estrés, sino también de otros factores como el acceso a recursos de apoyo académico, las relaciones con los docentes, y las habilidades de estudio del estudiante (1) (11) (15). Esto sugiere que cualquier intervención destinada a mejorar el RA debe también enfocarse en reducir el EA y ofrecer más recursos educativos que faciliten el aprendizaje.

**Tabla 3. Relación entre nivel de estrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.**

Estrés	Rendimiento académico						Total		Prueba estadística*
	Deficiente	Regular	Bueno						
Bajo	2	1,3	12	7,6	6	3,8	20	12,7	
Moderado	6	3,8	82	52,2	39	24,9	127	80,9	r = 0,070
Alto	0	0,0	4	2,6	6	3,8	10	6,4	p = 0,161**
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>5,1</b>	<b>98</b>	<b>62,4</b>	<b>51</b>	<b>32,5</b>	<b>157</b>	<b>100,0</b>	

\* Tau-c de Kendall

\*\*  $p = > 0,05$ .

En la tabla 3 se observa que el 52,2% de los estudiantes tuvieron estrés moderado y rendimiento académico regular, el 24,9% presentan EA moderado y RA bueno; mientras que el 7,6% de EA bajo y RA regular. Además, muestra que no existe relación significativa entre ambas variables ( $p = 0,161$ ), lo que permite rechazar la hipótesis de estudio y aceptar la hipótesis nula.

Los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes experimentan un nivel de EA moderado y tienen un RA regular. Hallazgo que coincide con estudios anteriores de nivel internacional, como el Zarracino et al. (12) en Panamá, y el de Rueda et al. (14) en el Ecuador, en los que se identificó que el EA moderado en su mayoría estaba acompañado de un nivel de RA regular. Esta proporcionalidad inversa muestra de forma clara que el EA tiene una relación, aunque no significativa, que genera un impacto negativo en el RA, provocando que, a medida que el estrés se incrementa, los estudiantes se vean sobrepasados en sus habilidades para adaptarse y afrontar la carga que implica su formación profesional (11) (15) (22).

Distintos estudios encontraron que el EA, derivado de la carga académica, las exigencias de las prácticas clínicas y factores externos como la falta de apoyo sociofamiliar, tiende a ser un predictor clave del RA (4) (20) (15). Estos factores generan una sobrecarga cognitiva que impide a los estudiantes alcanzar un rendimiento óptimo, manteniéndolos en un nivel académico regular, a pesar de su esfuerzo (2) (21).

Por otro lado, Mallqui y Trujillo (15), indican que el estudiante de Enfermería expuesto a situaciones estresoras muestra desorganización cognitiva, dificultades en la concentración y entendimiento, reducción de sus habilidades intelectuales y/o físicas, y falta de interés por sus responsabilidades académicas, lo que repercute directamente en su RA. Además, el RA se ve disminuido a medida que el estudiante presenta dificultades para manejar y afrontar el estrés (13) (38).

Por otra parte, el hecho de que no exista una relación significativa entre el estrés y el RA en este estudio ( $p = 0,161$ ) puede parecer contradictorio con algunas investigaciones previas. Sin embargo, Mallqui y Trujillo (15) en Ancash también encontraron que el estrés no siempre se relaciona significativamente con el RA, lo que puede deberse a las estrategias de afrontamiento que utilizan los estudiantes, a sus características individuales y al contexto donde se desarrolló el proceso de enseñanza aprendizaje.

Entre las estrategias de afrontamiento más efectivas contra el EA se han identificado, la resolución de problemas, las soluciones concretas y positivas, el control emocional ante el estrés, el recuerdo de experiencias pasadas y solución, la elaboración y ejecución de planes de afrontamiento, ver el lado positivo de la situación estresante, entre otras (38) (40).

Asimismo, es interesante notar que casi un tercio de los estudiantes con EA moderado logran un RA bueno. Este grupo podría haber desarrollado mecanismos de afrontamiento más eficaces, lo que les permite manejar mejor las exigencias académicas a pesar de sentir presión (11) (28). Haciendo un correlativo con la teoría de Selye, estos estudiantes estarían en la fase de resistencia, donde todavía son capaces de hacer frente al estrés sin que este afecte negativamente su RA.

Los estudiantes con estrés bajo y RA también representa un grupo interesante, ya que su bajo nivel de estrés no se traduce necesariamente en un mejor RA. Sugiriendo que otros factores, además del estrés, estaría influyendo en el rendimiento, esto podría incluir la motivación intrínseca, las habilidades para estudiar y desarrollar las tareas y prácticas asignadas, y la calidad de la enseñanza que reciben (8) (10).

Los resultados también indican que, si bien el EA afecta a la mayoría de los estudiantes, no existe una relación significativa con su RA; reforzando la idea de que el RA depende de

múltiples variables y que, para mejorar los resultados académicos, se debe abordar tanto el estrés como otros factores contextuales, personales y/o institucionales.

En general, los estudios coinciden en que los estudiantes de Enfermería presentan niveles moderados de estrés y que su RA es regular o bueno, pero los resultados varían cuando se trata de la relación directa entre el estrés y el RA. Mientras algunos estudios encuentran una correlación significativa, otros, como este estudio y el de Mallqui y Trujillo (15) en Ancash, sugieren que esta relación no siempre se presenta. Hallazgos y diferencias que pueden estar influenciadas por factores como las metodologías utilizadas, el contexto cultural o institucional, y las características individuales de los estudiantes.

Pero es importante asumir que las evidencias científicas revisadas en el presente estudio muestran una tendencia global en la que el estrés es un factor presente en la vida académica de los estudiantes de Enfermería; sin embargo, su impacto en el RA variaría dependiendo de las estrategias de afrontamiento y los recursos disponibles en cada contexto educativo.

## CONCLUSIONES

3. Con respecto al estrés, los estudiantes de Enfermería de la UNC, en su mayoría presentan estrés moderado.
4. Referente al rendimiento académico, los estudiantes de Enfermería de la UNC, , en su mayoría presentan rendimiento académico regular.
5. En cuanto a la relación entre estrés y rendimiento académico se encontró que el mayor porcentaje de estudiantes de enfermería de la UNC 2024, que tienen estrés moderado presentan un rendimiento regular. Cabe mencionar que no se determinó relación estadística significativa entre ambas variables ( $p = 0,161$ ), verificándose la hipótesis nula.

## RECOMENDACIONES

### **a) A los directivos de la facultad o universidad**

- Desarrollar políticas institucionales que aborden de manera integral el bienestar de los estudiantes, promoviendo un entorno educativo saludable, incluyendo la creación de programas de apoyo psicológico y académico, para abordar el estrés y su impacto en el rendimiento académico.

### **b) A la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la UNC**

- Implementar programas institucionales orientados al manejo de estrés, tales como talleres de manejo y afrontamiento del estrés, no solo en quienes presentan el problema, sino también como estrategias de su prevención.
- Fortalecer los servicios de tutoría y consejería, brindando apoyo psicoemocional a los estudiantes que presentan estrés, con el fin de hacer frente a las demandas académicas sin que estas impacten negativamente en su rendimiento.

### **c) A los docentes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la UNC**

- Ofrecer retroalimentación constructiva y fomentar un enfoque pedagógico que combine el rigor académico con la flexibilidad, adaptándose a las necesidades y capacidades de los estudiantes que muestran cuadros clínicos de estrés y dificultades en su rendimiento académico.
- Incentivar el uso de estrategias de enseñanza innovadoras que promuevan el aprendizaje autónomo y eficiente, y que ayuden a minimizar el riesgo de estrés.

### **d) A los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la UNC**

- Participar en actividades extracurriculares que promuevan el bienestar físico y emocional, como el ejercicio físico o la meditación, y hacer uso de los servicios de consejería o tutoría que ofrece la universidad.
- Desarrollar habilidades de gestión del tiempo y técnicas de afrontamiento frente al estrés, incluso antes de su aparición.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. McGhie V. Entering University Studies: Identifying Enabling Factors for Transition from School to University. *Higher Education*. [Internet]. 2017 [citado 27 febrero 2024];73(1):407-422. DOI: <http://dx.doi.org/10.1007/s10734-016-0100-2>
2. Wuthrich V, Jagiello T, Azzi V. Academic Stress in the Final Years of School: A Systematic Literature Review. *Child Psychiatry & Human Development*. [Internet]. 2020 [citado 24 febrero 2024];51(6):986-1015. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32180075/>
3. Molano-Tobar NJ, Vélez-Tobar RA, Rojas-Galvis EA. Actividad física y su relación con la carga académica de estudiantes universitarios. *Hacia promoción de la salud*. [Internet]. 2019 [citado 25 febrero 2024];24(1):112-120. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309159610010>
4. Restrepo JE, Sánchez OA, Castañeda T. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*. [Internet]. 2020 [citado 25 febrero 2024];14(24):17-37. Disponible en: <https://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios/article/view/1331>
5. Organización Mundial de la Salud. Estrés [Internet]. Ginebra, Suiza: OMS; 2023 [cita
6. do 27 febrero 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
7. National Institute of Mental Health. ¿Stress o unseeded? [Internet]. 2020 Washington, USA: NIH; 2020 [citado 27 febrero 2024]. Disponible en: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/5-cosas-que-usted-debe-saber-sobre-el-estres/index.shtml>
8. Cassaretto M, Vilela P, Gamarra L. Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*. [Internet]. 2021 [citado 26 febrero 2024];27(2): e482. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272021000200005](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272021000200005)
9. March-Amengual JM, Cambra Badii I, Casas-Baroy JC, Altarriba C, Comella Company A, Pujol-Farriols R. Psychological Distress, Burnout, and Academic Performance in First Year College Students. *Int J Environ Res Public Health*. [Internet]. 2022 [citado 27 febrero 2024];19(6):3356. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35329044/>

10. Mohamed Z, Jit Singh GK, Dediwadon NS, Mohamad Saleh NA, Jupri NN, Ganesan Y. Adult Personality and Its Relationship with Stress Level, Coping Mechanism and Academic Performance among Undergraduate Nursing Students. *Malays J Med Sci*. [Internet]. 2022 [citado 27 febrero 2024];29(5):117-125. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36474539/>
11. Berdida DJE. Resilience and academic motivation's mediation effects in nursing students' academic stress and self-directed learning: A multicenter cross-sectional study. *Nurse Educ Pract*. [Internet]. 2023 [citado 27 febrero 2024]; 69:103639. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37060734/>
12. Monzón R, Maidana A, Santander N. Evaluación del estrés académico en estudiantes de enfermería. *Revista UniNorte de Medicina y Ciencias de la Salud* [Internet]. 2022 [citado 23 febrero 2024];11(1):180-197. Disponible en: <https://zenodo.org/record/6858337>
13. Zarracino K, Alejo J, Orosio MA. Estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad del Istmo. *Revista Cubana de Tecnología de la Salud* [Internet]. 2022 [citado 23 febrero 2024];13(3):87-97. Disponible en: <https://revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/article/view/3936>
14. Silva MF, López JJ, Sánchez O, González P. Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. *Revista Científica de Enfermería* [Internet]. 2019 [citado 25 febrero 2024];18:25-39. Disponible en: <https://recien.ua.es/article/view/14975>
15. Rueda DE, Borja LT, Flores MS, Carvajal L de J. Relación entre estrés y rendimiento académico de estudiantes de enfermería de una universidad ecuatoriana. *Revista INSPILIP* [Internet]. 2021 [citado 23 febrero 2024];5(1):1-15. Disponible en: <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/222547de-653b-4053-9330-b380df687376/content>
16. Mallqui EV, Trujillo KP. Influencia del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de Enfermería Universidad Santiago Antúnez de Mayolo - Huaraz, 2019 [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Huaraz, Perú: Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo; 2020 [citado 25 febrero 2024]. Disponible en: <http://repositorio.unasam.edu.pe/handle/UNASAM/4153>
17. Marcelo CY, Plasencia DP. Estrés relacionado con el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Privada Antenor Orrego en tiempos de COVID-19, 2021 [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Trujillo, Perú: Universidad Privada Antenor Orrego; 2021 [citado 24 febrero 2024]. Disponible en:

[https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8499/1/REP\\_CYNTHIA.MARCELO\\_DEYSI.PLASENCIA\\_ESTRES.RELACIONADO.CON.EL.RENDIMIENTO.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8499/1/REP_CYNTHIA.MARCELO_DEYSI.PLASENCIA_ESTRES.RELACIONADO.CON.EL.RENDIMIENTO.pdf)

18. Carmona MS. Estrés y rendimiento académico ante la pandemia en los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de La Universidad Nacional de Cajamarca, 2022. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Cajamarca, Perú: Universidad Nacional de Cajamarca; 2023 [citado 25 febrero 2024] Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/5889#:~:text=Los%20resultados%20reflejaron%20que%20el,presentan%20un%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20regular>
19. Asenjo-Alarcón JA, Linares-Vásquez O, Díaz-Dávila YY. Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. Revista Peruana de Investigación en Salud [Internet]. 2021 [citado 25 febrero 2024];5(2):59-66. Disponible en: <https://doi.org/10.35839/repis.5.2.867>
20. López A. Características sociodemográficas y nivel de estrés Académico en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, durante la pandemia COVID-19- Jaén 2021. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Jaén, Perú: Universidad Nacional de Cajamarca; 2023 [citado 25 febrero 2024]. Disponible en: <http://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/5618>
21. Nuñez L. Ansiedad y estresores académicos en estudiantes de Enfermería. Revista Científica de Enfermería [Internet]. 2021 [citado 25 febrero 2024];10(2):45-59. Disponible en: [https://www.lareferencia.info/vufind/Record/PE\\_de92b003fc97b20917c8862ea9fe84df#details](https://www.lareferencia.info/vufind/Record/PE_de92b003fc97b20917c8862ea9fe84df#details)
22. Ministerio de Educación. El alto rendimiento escolar para beca 18 [Internet]. Lima, Perú: MINEDU; 2023 [citado 20 febrero 2024]. Disponible en: [https://www.pronabec.gob.pe/inicio/publicaciones/documentos/AltoRendimiento\\_B18.pdf](https://www.pronabec.gob.pe/inicio/publicaciones/documentos/AltoRendimiento_B18.pdf)
23. Albán J, Calero JL. El rendimiento académico: aproximación necesaria a un problema pedagógico actual. Revista Conrado [Internet]. 2017 [citado 20 febrero 2024];13(58):213-220. Disponible en: <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/498>
24. Quevedo NV, García N, Cañizares FP, Gavilánez SM. La formación del conocimiento investigativo conceptual, actitudinal y procedimental en estudiantes

- universitarios. Revista Conrado [Internet]. 2020 [citado 20 febrero 2024];16(75):364-371. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v16n75/1990-8644-rc-16-75-364.pdf>
25. Hurtado JC. Estrés y rendimiento académico en estudiantes del sexto ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en tiempos post – pandemia 2023. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Lima, Perú: Universidad Norbert Wiener; 2021 [citado 24 febrero 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/8487>
  26. Quiróz KY. Nivel de estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo de la Universidad Norbert Wiener. Lima 2022. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Lima, Perú: Universidad Norbert Wiener; 2022 [citado 24 febrero 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/8501>
  27. Olano M. Nivel de estrés en estudiantes de enfermería con bajo rendimiento académico de una universidad privada de Chiclayo, 2021 [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Chiclayo, Perú: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2022 [citado 29 febrero 2024]. Disponible en: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3159410>
  28. Huincho P. Estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Huancayo, Perú: Universidad Peruana del Centro; 2020 [citado 29 febrero 2024]. Disponible en: <https://repositorio.upecen.edu.pe/handle/UPECEN/226>
  29. Selye H. The stress of life. New York: McGraw-Hill; 1956. Disponible en: [https://journals.lww.com/jbjsjournal/Citation/1957/39020/The\\_Stress\\_of\\_Life\\_\\_Hans\\_Selye,\\_M\\_D\\_\\_New\\_York,.34.aspx](https://journals.lww.com/jbjsjournal/Citation/1957/39020/The_Stress_of_Life__Hans_Selye,_M_D__New_York,.34.aspx)
  30. Cabanach R, Gonzalez P, Freire C. El afrontamiento del estrés en estudiantes de ciencias de la salud. Diferencias entre hombres y mujeres. Aula Abierta. [Internet]. 2019 [citado 29 febrero 2024];37(2):3-10. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/1293/129327497002.pdf>
  31. Tarazona VI. Causas del estrés en los estudiantes de Enfermería de pregrado de la Universidad César Vallejo, Lima Norte; 2018 [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Lima, Perú: Universidad Cesar Vallejo; 2018 [citado 01 marzo 2024]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35705/B\\_Tarazona\\_TV\\_I.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35705/B_Tarazona_TV_I.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

32. Apaza AE, Pacta R, Jala YG. Estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios [Tesis de Bachiller] [Internet]. Juliaca, Perú: Universidad Peruana Unión; 2020 [Citado 02 marzo 2024]. Disponible en: [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4659/Arelys\\_Trabajo\\_Bachiller\\_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4659/Arelys_Trabajo_Bachiller_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
33. Barreto LN, Bautista MEY. Estrés académico en estudiantes de Enfermería del 1er ciclo de una Universidad Privada de Lima [Tesis de Titulación] [Internet]. Lima, Perú: Universidad María Auxiliadora; 2022 [citado 01 marzo 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/1081/BARRETO-YAULIMANGO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
34. Gardani M, Bradford DRR, Russell K, Allan S, Beattie L, Ellis JG, Akram U. A systematic review and meta-analysis of poor sleep, insomnia symptoms and stress in undergraduate students. *Sleep Med Rev.* [Internet]. 2022 [citado 29 febrero 2024];61:101565. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34922108/>
35. Brobbey E. The impact of stress on the academic performance of students in the University of Cape Coast, School of Business. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Ghana: University Of Cape Coast; 2021 [citado 01 marzo 2024]. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/355049499\\_The\\_impact\\_of\\_stress\\_on\\_the\\_academic\\_performance\\_of\\_students\\_in\\_the\\_University\\_of\\_Cape\\_Coast\\_School\\_of\\_Business](https://www.researchgate.net/publication/355049499_The_impact_of_stress_on_the_academic_performance_of_students_in_the_University_of_Cape_Coast_School_of_Business)
36. Graves BS, Hall ME, Dias-Karch C, Haischer MH, Apter C. Gender differences in perceived stress and coping among college students. *PLoS One.* [Internet]. 2021 [citado 29 febrero 2024];16(8):e0255634. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34383790/>
37. Oliveira ES, Silva AFRD, Silva KCBD, Moura TVC, Araújo AL, Silva ARVD. Stress and health risk behaviors among university students. *Rev Bras Enferm.* [Internet]. 2020 [citado 29 febrero 2024];73(1):e20180035. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32049225/>
38. Choi J. Impact of Stress Levels on Eating Behaviors among College Students. *Nutrients.* [Internet]. 2020 [citado 29 febrero 2024];12(5):1241. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32349338/>
39. Olivas LO, Morales SF, Solano MK. Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. Propósitos y Representaciones [Internet]. 2021 [citado 28 febrero 2024];9(2):e647. Disponible en:

[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2307-79992021000200001](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992021000200001)

40. Borja GM, Martínez JE, Barreno SN, Haro OF. Factores asociados al rendimiento académico: Un estudio de caso. *Revista Educare* [Internet]. 2021 [citado 01 marzo 2024];25(3):54-77. Disponible en: <https://revistas.investigacion-upelipb.com/index.php/educare/article/view/1509>
41. Duarte CA, Alvarado ID, Suárez JA, Madriz DA, Sánchez ZC, Moreno YM, et al. Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes de enfermería. *Revista Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica* [Internet] 2021 [citado 01 marzo 2024];40(9):927-923. Disponible en: <https://zenodo.org/record/5834908>
42. Salazar I, Heredia Y. Estrategias de aprendizaje y desempeño académico en estudiantes de Medicina. *Revista de Educación Médica* [Internet]. 2019 [citado 01 marzo 2024];20(4):256-262. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1575181318303498>
43. Goff AM. Stressors and learned resourcefulness in baccalaureate nursing students: a longitudinal study. *Int J Nurs Educ Scholarsh.* [Internet]. 2022 [citado 01 marzo 2024];20(1). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37279289/>
44. Charlton AC, Wofford LG. Maladaptive coping behaviors in pre-licensure nursing students: An integrative review. *J Prof Nurs.* [Internet]. 2022 [citado 01 marzo 2024];39:156-164. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35272823/>
45. Hernández-Sampieri R, Mendoza CP. *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.* 1ra ed. México: McGraw-Hill; 2018.
46. Bunge M. *La investigación científica.* Barcelona: El trébol; 1985 [Internet]. [citado 28 febrero 2024]. Disponible en: [https://users.dcc.uchile.cl/~cgutierr/cursos/INV/bunge\\_ciencia.pdf](https://users.dcc.uchile.cl/~cgutierr/cursos/INV/bunge_ciencia.pdf)
47. Universidad Nacional de Cajamarca. Registro de estudiantes de la Escuela Profesional de enfermería matriculados en el semestre académico 2023-II. Archivo Pdf; 2023.
48. Acta de notas de los estudiantes de la Escuela Profesional de enfermería matriculados en el semestre académico 2023-II. Archivo pdf; 2024.
49. Ministerio Nacional de Educación. Sistema de evaluación para ser aplicada en los diseños curriculares básicos nacionales. Lima, Perú: MINEDU; 2010. [Internet] [citado 28 febrero 2024]. Disponible en: <https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/3691>

50. Ministerio Nacional de Educación. Resolución Ministerial. Norma técnica: Disposiciones que orientan el proceso de evaluación de los aprendizajes de los estudiantes de las instituciones y programas educativos de la Educación Básica Regular. Lima, Perú: MINEDU/R.M. N°025-2019-MINEDU; 2019. [Internet] [citado 28 febrero 2024]. Disponible en: [https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/297833/RVM\\_N\\_\\_025-2019-MINEDU.pdf](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/297833/RVM_N__025-2019-MINEDU.pdf)
51. Ministerio Nacional de Educación. Resolución Ministerial. Documento Normativo: “Disposiciones para la evaluación de competencias de estudiantes de la Educación Básica en el marco de la emergencia sanitaria por la COVID-19”. Lima, Perú: Resolución Viceministerial N°334-2021-MINEDU; 2021 [Internet] [citado 28 febrero 2024]. Disponible en: [https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/2610698/RVM\\_N%C2%B0\\_334-2021-MINEDU.pdf.pdf](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/2610698/RVM_N%C2%B0_334-2021-MINEDU.pdf.pdf)
52. Osorio JG. Ética en la investigación: Principios éticos de la investigación en seres humanos y en animales. 2000;60(2):255-258. [citado 3 de agosto de 2021]. Disponible en: <http://www.medicinabuenaosaires.com/revistas/vol60-00/2/principioseticos.htm>
53. Colegio de Enfermeras(os) del Perú. Código de ética y deontología. 2008.

# **ANEXOS**



## Anexo 1

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

**INVESTIGACIÓN:** Estrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.

**OBJETIVO:** Determinar la relación entre nivel de estrés y nivel de rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024

Yo....., identificada(o) con DNI N° ..... , después de haber recibido información sobre el trabajo de investigación a realizar por el Bachiller en Enfermería Arlos Joner Valdez Carrasco, acepto ser entrevistada(o), y doy el consentimiento de colaboración por mi propia voluntad, a fin de brindar la información solicitada por el investigador, considerando que esta será personal y confidencial.

Cajamarca, .....de.....del 2024.

-----  
Estudiante

-----  
Investigador



## Anexo 2

### INVENTARIO ESCALA SISCO SV-21

**INSTRUCCIONES:** El presente cuestionario es anónimo y será empleado meramente para fines de investigación científica; en tal sentido se le ruega que sea sincera(o) en cuanto a sus respuestas.

#### I. INVENTARIO SISCO 21-SV

**Instrucciones:** A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida suelen estresar a algunos alumnos. Responde a cada una de las preguntas, señalando con un número la alternativa que consideres adecuada, y tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
0	1	2	3	4	5

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

- Sí ( )
- No ( )

En caso de seleccionar la alternativa “No”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “Sí”, pasar a la pregunta B y continuar con el resto de las preguntas. En una escala del (0) al (5), señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

<b>Estresores</b>							
1	La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días.	0	1	2	3	4	5
2	La personalidad y el carácter de los profesores que me imparten clases.	0	1	2	3	4	5
3	La forma de evaluación de mis profesores (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)	0	1	2	3	4	5
4	El nivel de exigencia de mis profesores	0	1	2	3	4	5
5	El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	0	1	2	3	4	5
6	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los profesores	0	1	2	3	4	5
7	La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los profesores	0	1	2	3	4	5
<b>Síntomas</b>							
8	Fatiga crónica (cansancio permanente)	0	1	2	3	4	5
9	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
10	Ansiedad, angustia o desesperación						
11	Problemas de concentración	0	1	2	3	4	5
12	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	0	1	2	3	4	5
13	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	0	1	2	3	4	5
14	Desgano para realizar las labores escolares	0	1	2	3	4	5
<b>Afrontamiento del estrés</b>							
15	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa	0	1	2	3	4	5
16	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa	0	1	2	3	4	5
17	Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa	0	1	2	3	4	5
18	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa	0	1	2	3	4	5
19	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione	0	1	2	3	4	5
20	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas	0	1	2	3	4	5
21	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa	0	1	2	3	4	5

Gracias por su participación.

Anexo 3



FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS  
(RENDIMIENTO ACADÉMICO)

N°	Ciclo académico	Código	Promedio ponderado*	Nivel de rendimiento académico			
				Muy bueno	Bueno	Regular	Deficiente
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							

\* Promedio ponderado alcanzado por el estudiante solo en el semestre académico 2023-II.

## Apéndice 1

### Confiabilidad del instrumento: SISCO SV-21 (Alfa de Cronbach)

#### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,945	21

# ARLOS JONER VALDEZ CARRASCO

## IFT\_POST SUSTENTACIÓN\_1202205.doc

 Universidad Nacional de Cajamarca

### Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::3117:451833382

55 Páginas

Fecha de entrega

23 abr 2025, 11:55 a.m. GMT-5

13.696 Palabras

Fecha de descarga

23 abr 2025, 12:01 p.m. GMT-5

79.925 Caracteres

Nombre de archivo

IFT\_POST SUSTENTACIÓN\_1202205.doc

Tamaño de archivo

410.0 KB

# 16% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

## Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Cited Text
- Small Matches (less than 8 words)

## Exclusions

- 1 Excluded Match

## Top Sources

- 12%  Internet sources
- 5%  Publications
- 12%  Submitted works (Student Papers)

## Integrity Flags

### 0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

## Top Sources

- 12%  Internet sources
- 5%  Publications
- 12%  Submitted works (Student Papers)

## Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	hdl.handle.net	2%
2	Internet	repositorio.unc.edu.pe	<1%
3	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	<1%
4	Internet	repositorio.unsaac.edu.pe	<1%
5	Submitted works	uncedu on 2025-01-30	<1%
6	Internet	repositorio.unach.edu.pe	<1%
7	Submitted works	uncedu on 2025-03-17	<1%
8	Internet	www.repositorio.unach.edu.pe	<1%
9	Submitted works	Universidad Nacional de Tumbes on 2018-12-16	<1%
10	Internet	repositorio.unheval.edu.pe	<1%
11	Internet	cybertesis.unmsm.edu.pe	<1%